



NOMBRE DE LA ALUMNA: KARLA JULISSA MORALES MORENO

NOMBRE DEL TEMA: DIETOTERAPIA

PARCIAL: 4TO

NOMBRE DE LA MATERIA: NUTRICION CLINICA

NOMBRE DEL PROFESOR: JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: 3ER

INTRODUCCION

La nutrición clínica es un campo fundamental que se ocupa de la alimentación de las personas (niños, adolescentes, embarazadas, adultos y adultos mayores). La nutrición es un tema muy importante en la vida de las personas, la forma en que nos alimentamos afecta directamente nuestra salud y bienestar en general, por esta razón es vital que tengamos conocimientos básicos sobre nutrición para poder llevar una vida saludable y prevenir enfermedades crónicas, se analizarán los aspectos más importantes relacionados con la nutrición, como podemos mejorar nuestra alimentación para tener una vida saludable. La nutrición es el estudio de los procesos biológicos alimentarios del humano, procesos de ingestión, absorción, asimilación, metabolismo, digestión y excreción de nutrientes. La nutrición es el proceso por el cual nuestro cuerpo obtiene los nutrientes necesarios para su funcionamiento a través de los alimentos que consumimos, los nutrientes son sustancias que nuestro cuerpo necesita para mantenerse saludable y realizar sus funciones diarias como en los alimentos que se necesitan para el funcionamiento normal del organismo, los principales son proteína, hidratos de carbono, lípidos, minerales y vitaminas. Los hidratos de carbono se clasifican en simples (una sola molécula hasta dos) y complejos (a partir de tres moléculas o más) en los simples está monosacáridos (glucosa, fructosa y galactosa) también están los disacáridos (1 glucosa + 1 fructosa forma la sacarosa, 1 glucosa + 1 galactosa forma la lactosa, y 1 glucosa + 1 glucosa forma la maltosa) y en los complejos están los polisacáridos (unión de un montón de glucosas). Los lípidos/grasas están divididos en aceites (insaturados) y grasas (saturados), estos se clasifican en saponificables (simples y complejos) y no saponificables (esteroides y terpenos) y es la segunda fuente de energía. Proteínas formadas principalmente por C, H, O... N, P, S representan el 10-15% del contenido energético total de la dieta de origen animal y vegetal, y es la tercera fuente de energía.

El ABCD de la nutrición es el estado nutricional, condición resultante de la ingestión, digestión y utilización de los nutrientes, es un proceso dinámico. El significado del ABCD es A: antropométricos, B: bioquímicos, C: clínicos y D: dietéticos, permite la evaluación de este, antropometría significa "átropos"- hombre, "métricos"-medición esto

quiere decir que se ocupa en medir las dimensiones físicas. Las mediciones permiten inferencias de: -composición corporal, -crecimiento y – desarrollo físico, como talla, peso, cci y cca, perímetro cefálico, la composición corporal se divide en dos compartimentos: -masa magra (-agua, -esqueleto, -viseras, -músculos) y masa grasa (-tejido adiposo), la bioquímica evalúa componentes químicos presentes en fluidos corporales como: La biometría hemática trata de un análisis de sangre, como los glóbulos blancos, plaquetas y eritrocitos. La química sanguínea consiste en el análisis cuantitativo de diversos metabolitos encontrados en el suero de la sangre que pueden abarcar desde 3 hasta 45 de ellos la BS mide la glucosa, colesterol y triglicéridos. El examen general de orina se utiliza signos de algunas condiciones comunes o padecimientos también consiste en analizar la orina color, concentración y contenido el EGO mide el color, densidad, pH y olor. La clínica evalúa signos y síntomas (-SO2, FC, FR, PULSO, T/A Y TEMPERATURA) signos clínicos (inspección, palpación, percusión, auscultación). La dietética evalúa calidad de la dieta mediante las leyes de la alimentación, las leyes se dividen en cualitativa y cuantitativa, la cualitativa son: completa: todos los alimentos en granos, variable: alimentos y métodos de cocción, inocua: ninguno de los componentes presentan daño a la salud, y adecuada: acorde a gustos, cultura, sociedad, economía, y la cuantitativa son: equilibrada: en macro y micronutrientes, y suficiente: en energía, macro y micronutrientes, AF, patologías.

Clasificación de alimentos, contenido nutricional: verduras, frutas, leguminosas, cereales, lácteos, AOA, aceites y azúcares, también hablamos del embarazo y entendimos que el embarazo es el periodo que transcurre entre la implantación del cigoto en el útero hasta el momento del parto, la gestación es el proceso fisiológico de crecimiento y desarrollo del feto en el interior del útero materno, y antes de que pensemos en un embarazo hay que suplementarnos 3 meses antes, no consumir alcohol, ni tabaco, y durante el embarazo hay que suplementarnos nuevamente, no consumir alcohol, ni tabaco, no tomar té, canela, no tomar café, refrescos oscuros, chocolates, hacer ejercicio, alimentarse bien pero no comer carnes, huevo y mariscos crudos, atún y peces exóticos. Cuando llega el parto ya hay lactancia materna eso

quiere decir que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto.

- Procurar el consumo del calostro (es la primera leche que segrega la madre después del parto)
- La mamá no debe consumir ajo, cebolla, mostaza, curry, coles y rábanos.
- Tiene el normal exceso de hambre.
- No chocolates, café, tes oscuras, alcohol, no tabaco, refrescos oscuros.

La dietoterapia es la ciencia que se encarga del cuidado y tratamiento de un paciente con respecto a su dieta. Alimentación normal, la dieta es todo alimento ingerido en un lapso de 24hrs. La alimentación correcta brinda todos los nutrientes en tipos y cantidades necesarias para satisfacer las necesidades diarias de cada individuo. Alimentación modificada en consistencia existen: dieta de líquidos claros son aquellos que provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuos intestinal, la dieta de líquidos generales son las que provee líquidos, energía, proteínas, lípidos, e hidratos de carbono en alimentos de fácil digestión (salvo en personas intolerantes a la lactosa) y proporciona un mínimo de residuos intestinales, la dieta de pures es el plan de alimentos con consistencia de pure, que provee una alimentación completa, esta basado en alimentos en pure de diferentes consistencias, la dieta suave es la que provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave, y por último la dieta blanda que esta casi todos la conocemos es la que incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos.

Conclusión

Todos los temas del cuatrimestre son muy importantes e interesantes para la carrera de enfermería y a mi opinión a mi razonamiento, para mí todos los temas del cuatri me gustaron son muy interesantes no eran muy complicados solo era de entenderlos y con la profesora que es muy buena onda le entendía muy bien explicaba muy bien los temas a mí me gustaban muchos sus clases eran entretenidas, divertidas ella hacía de todo para que nos interesara su clase y si

funcionaba, ella es muy buena maestra prepara muy bien sus clases, sus temas muy bien explicados fue la mejor maestra del cuatrimestre, preparaba con anticipación sus clases y para que no nos estresáramos nos hacia juegos que por cierto muy divertidos, me gustaron sus juegos, ella es muy divertida, muy buena persona tiene un gran corazón y tiene una mucha paciencia, no había clase que no me gustaba porque todas me interesaban.

Profe le quería agradecer por avernos atendido, déjeme decirle que me gustaba mucho sus clases, eran muy divertidas en ninguna me aburría, es muy buen maestra, muy buena persona, tiene un gran corazón y en este tiempo lo poco que nos conocimos le agarre un gran cariño que me gustaría que usted nos siga dando clases no quiero que se valla profe quiero seguir teniendo a la profe divertida, buena onda, la que no se enoja 😊.

Profe si ya no, nos sigue dando clases nos seguiremos viendo en la UNI por unos meses más, pero quiero que se cuide mucho por la nena para que todo marche bien en su embarazo y aliméntese bien no tome café, refrescos oscuros, chocolate y supleméntese bien 😊 y muchas felicidades profe por la bendición que viene en camino, que dios le bendiga a usted, a su bebe y a su familia ^-^.

BLIBLIOGRAFIA

DE MI LIBRETA 😊