



UDS

Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Esmeralda yeraldi López morales

Nombre del tema: Ensayo

Parcial: Cuarto parcial

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen.

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura de enfermería

Cuatrimestre: Tercer cuatrimestre

ENSAYO

En este ensayo hablare sobre lo que me parecio los temas que se ejercio en el trascurso del cuatrimestre con la materia de nutricion clinica, como principalmente sabia como tener una alimentacion saludable, pero no sabia que contenia cada alimento y que nos aportaba para nuestra cuerpo, me parecio intersante lo que es anabolismo que son nutrientes entre los mas simple a lo mas complejo y catabolismo que es a lo mas complejo a los mas simple una de ellas construye los nutrientes y otra las destruye, como aprendi que cada nutriente nos aporta vitaminas y minerales para nuestro desarrollo y nuestro crecimiento, asi como sabemos la nutricion es el estudio de los procesos biologicos alimentarios del humano, asi como la alimentacion y la nutricion tiene sus distintas etapas por que la alimentacion tiene obtencion, manipulaciòn y ingestiòn de los nutrientes y por otro lado la nutricion tiene las etapas de ingestion, digestion, absorcion y excrecion de cada nutriente que comemos, tambien vimos la clasificacion de los nutrientes de la biomoleculas que se divide en micro que hace funciones vitales y macro es una fuente de energia, me parecio intersante el saber que tiene una diferencia entre el aceite y la grasa que una es solida y la otra liquida, tambien llegue a saber los 5 sabores primarios que fueron el amargo, acido, umami, acido, dulce y salado unos cuantos de ellos si concocia pero no muy bien y como estaba estructurado, tambien me gusto saber los nombres y funcion de las vitaminas liposolubles, la clasificacion de los lipidos que son saponificables y no saponificables, por la cual las vitaminas se extraen para fortalecer nuestro cuerpo.

Al igual me parecio un buen tema sobre la distribucion del agua como en cuando esta el feto y hasta que nos aseamos ancianos cada edad tiene su porcion de agua que debe tener el cuerpo para poder tener un metabolismo ligero y para que la funcion renal actue normalmente y pueda eliminar sustancias toxicas de nuestro cuerpo, debemos tomar 1.300 ml diario de agua al dia, tambien me gusto saber mas sobre los electrolitos no sabia para que esecialmente nos servia y que funcionamiento tiene en nuestro cuerpo por que estan presentes en ello, en nuestras celulas y en la transmision de se\u00f1ales electricos en nuestro organismo, los electrolitos son como el sodio, potasio y el calcio, donde nos ayuda a tener un equilibrio de liquidos en nuestro cuerpo y tambien en las actividades musculares, por otro lado tambien me gusto saber sobre la evolucion del estado nutricional que es la forma que utilizamos de los nutrientes en nuestro cuerpo , donde hay indicadores que son el ABCD de la nutricion no habia oido de ellas y que funcion tenia en la nutricion pero como mas nos fueron ense\u00f1ando sobre ellas me fue interesando, asi como saber la talla y el peso de un paciente y como podiamos sacar la IMC que es peso sobre talla entre 2.

Tambien supe que estudios nos podemos realizar como el BH son estudios de laboratorio para saber el numero de celulas sanguineas como nuestras plaquetas, como tambien conoci el QS que son las pruebas sanguineas para saber nuestra glucosa y tambien el EGO que es un examen general de orina para saber color o densidad puede tener, al igual que me gusto conocer mas sobre las etapas de la gestacion ya sabia un poco del tema pero me gusto aprender mas como cada mes se va desarrollando el feto en el vientre de la madre, al igual que dieta y que alimentos puede consumir una embarazada para tener un bebe sano y fuerte, al igual que dieta o alimentcion puede ayudar a los ni\u00f1os, adolescentes, adultos y adultos mayores y tambien me gusto saber como que dieta o alimentos podemos darle a un paciente depende la enfermedad o que

discapacidad tenga para consumir los alimentos y en que pacientes podemos diagnosticar la dieta, por lo último lo que más me gustó es crear mi cuento del ABCD ahí me enfoqué al tema y use mi imaginación para tener un buen trabajo.

Lo que no aprendí muy bien fue el último tema de la nutrición enteral y parenteral como se desarrolla y que diferencia tiene entre las dos, pues consideraría de poder aprender más sobre eso y me gustaría saber más.