



## **INFOGRAFÍA**

DE LEÓN GARCÍA DANIELA  
ELIZABETH

LN. Jhoanna Leal López

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

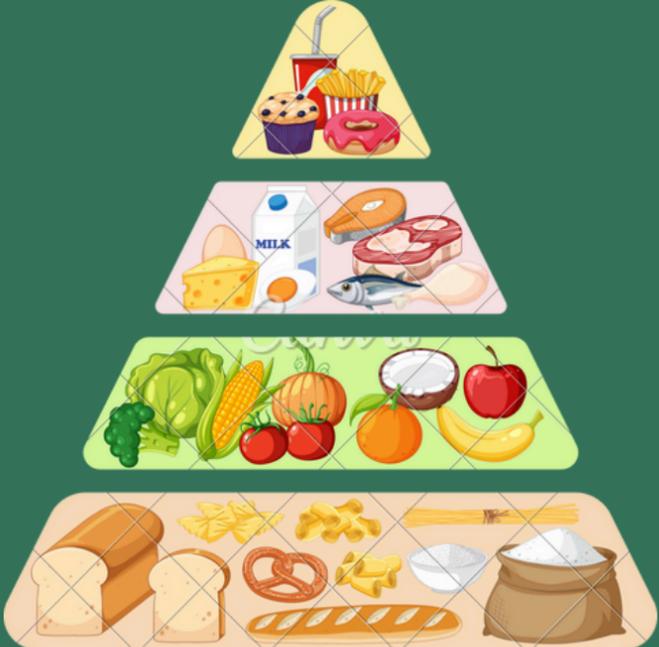
Lic. En Enfermería

Nutrición clínica

Tapachula, Chiapas

25 de mayo del 2024

# NUTRICIÓN CLÍNICA



es la disciplina que se ocupa de la prevención, diagnóstico y tratamiento de los cambios nutricionales y metabólicos relacionados con enfermedades agudas o crónicas y con condiciones causadas por un exceso o falta de energía.

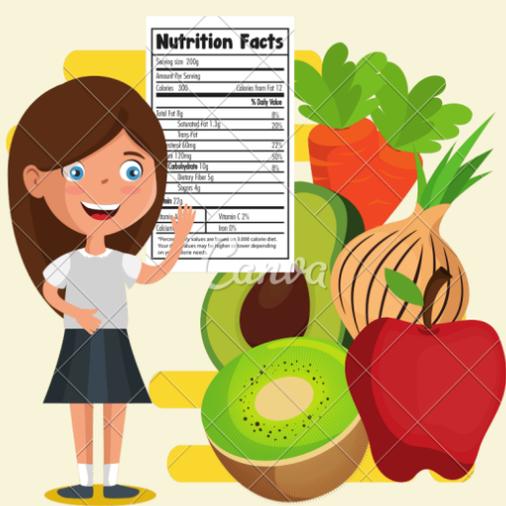
## QUÉ ES NUTRICIÓN?

es el proceso mediante el cual un organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y elimina sustancias, así como intercambia materia y energía con su medio ambiente



## QUÉ ES REQUERIMIENTO?

Cantidad mínima que un individuo necesita ingerir de un nutrimento para mantener una correcta nutrición



## LEYES DE LA ALIMENTACIÓN

### QUÉ ES DIETA?

Todos los alimentos que se ingieren en un día



- **Completa**
- **Adecuada**
- **Variada**
- **Equilibrada**
- **Suficiente**
- **Inocua**

### QUÉ SON LAS VITAMINAS

son sustancias esenciales para el organismo que se obtienen de la alimentación

#### HIDROSOLUBLES.

viajan mediante transportadores y se excretan en la orina.

#### LIPOSOLUBLES

requieren lípidos para su absorción y suelen excretarse por las heces mediante la circulación enterohepática

Nutrition Facts	
Serving Size 10 oz. Serving Per Container	
Amount Per Serving:	
Calories	Calories From Fat
% Daily value*	
Total Fat	%
Saturated Fat	%
Trans Fat	%
Cholesterol	%
Sodium	%
Total Carbohydrate	%
Dietary Fiber	%
Sugars	%
Protein	

Nutrition Facts	
Serving Size 10 oz. Serving Per Container 5	
Amount Per Serving:	
Calories 200	Calories From Fat 200
% Daily value*	
Total Fat 10 g	35%
Saturated Fat 1.5g	11%
Trans Fat 0.0 g	
Cholesterol 0 mg	1%
Sodium 210 mg	15%
Total Carbohydrate 15 g	3%
Dietary Fiber 2 g	3%
Sugars 3 g	
Protein 30 g	
Vitamin A 3%	Vitamin C 3%
Calcium 6%	Iron 6%

## MACRONUTRIENTES

### HIDRATOS DE CARBONO

Son una importante fuente de energía en la dieta, en la que suponen aproximadamente la mitad de las calorías totales. Hidratos de Carbono Están formados por carbono, hidrógeno y oxígeno en proporción C:O:H2

### LIPÍDOS

son moléculas orgánicas que tienen diversas funciones en los seres vivos, como reserva de energía, aislamiento térmico y formación de membranas celulares

### PROTEÍNAS

son moléculas esenciales para la vida, formadas por cadenas de aminoácidos



## QUÉ SON LOS MINERALES?

*son elementos no orgánicos que el cuerpo humano necesita para funcionar bien y mantener la salud.*

### EJEMPLOS:

- *Calcio*
- *Fosforo*
- *potasio*



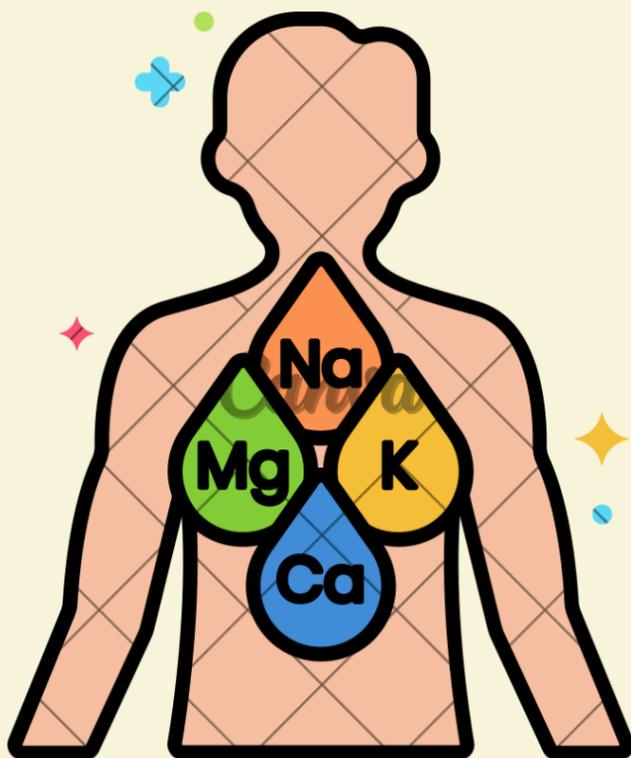
## QUÉ ES FIBRA?

*Es un componente vegetal que ayuda a la digestión, la microflora intestinal y la prevención de enfermedades*



## QUÉ SON LOS ELECTROLITOS?

*son sustancias que se disocian en iones de carga positiva y negativa (cationes y aniones) cuando se disuelven en agua.*



## LOS MÁS IMPORTANTES SON:

- *sodio*
- *calcio*
- *cloruro y bicarbonato (HCO<sub>3</sub><sup>-</sup>)*
- *Potasio*
- *el magnesio*
- *el fosfato*

# BIBLIOGRAFIA

(S/f). Recuperado el 25 de mayo de 2024, de <http://file:///C:/Users/josea/Downloads/NUTRICION%20CLINICA%20U1.pdf>