



Mi Universidad

Mapa conceptual

Marla Mariela Santiz Hernández

Parcial I

Nutrición

Dra. Anahí Lizbeth Ruiz Córdova

Medicina Humana

Tercer Semestre Grupo C

Problemas nutricionales

Exceso

Obesidad y sobrepeso

El sobrepeso es una afección que se caracteriza por una acumulación excesiva de grasa y obesidad es una acumulación excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

Retos en México
1 de cada 20 niños y niñas menores de 5 años

1 de cada 3 entre los 6 y 19 años

Ocupa el primer lugar en obesidad infantil a nivel mundial.

Enfermedades

Diabetes

Enfermedades cardíaca

Algunos cánceres

Diabetes

Es una enfermedad metabólica y se caracteriza por tener altos de glucosa en la sangre

Hipertensión arterial

Es un trastorno por el cual los vasos sanguíneos tienen persistentemente una tensión elevada.

Lactancia materna

Es la forma óptima de alimentar a los bebés, ya que proporciona los nutrientes.

Retos en México

3 de cada 10 bebés se alimentan únicamente con leche materna durante sus primeros 6 meses de vida

Carencia

Anemia

La causa más común de padecer anemia es por no tener suficiente hierro.

Anorexia

Es un trastorno alimenticio que causa las personas pierden excesivo, que padecen trastorno de miedo de subir de peso.

Desnutrición

Afección producida por el consumo insuficiente de calorías o nutrientes esenciales.

Retos en México

1 cada 8 años niños y niñas menores de 5 años padecen de desnutrición crónica.

Campos de la nutrición

Nutrición deportiva

Es fundamental para optimizar el rendimiento físico y acelerar la recuperación de los atletas. Involucra una dieta equilibrada

Principio básico

Carbohidratos: Principal fuente de energía.

Proteínas: Esenciales para la reparación y crecimiento muscular

Hidratación: Mantenerse bien hidratado es crucial para evitar la fatiga y mejorar el rendimiento.

Micronutrientes: Las vitaminas y minerales juegan roles clave en el metabolismo energético y la salud general del atleta.

Grasas: Importantes para el funcionamiento hormonal y como fuente de energía en actividades de baja intensidad.

Nutrición clínica

es una rama de la nutrición que se centra en la evaluación, el tratamiento y el manejo de los problemas alimentarios y nutricionales en pacientes con enfermedades agudas y crónicas.

Principio clave

Evaluación nutricional: incluyendo peso, IMC, análisis de laboratorio, historial dietético y estado de salud general.

Intervenciones nutricionales personalizadas: Basadas en la evaluación, se diseñan planes de alimentación adaptados a la condición del paciente.

Educación y seguimiento: Los pacientes y sus familias son educados sobre la importancia de seguir el plan nutricional y se realiza un seguimiento constante para ajustar la dieta según sea necesario.

Nutrición en salud pública

Se centra en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades a nivel poblacional mediante intervenciones nutricionales.

Principio clave

Lucha contra la malnutrición

Educación nutricional

Promoción de una dieta saludable

Prevención de enfermedades crónicas

Programas de alimentación

Investigación y vigilancia nutricional

Nutrición pediátrica

Se enfoca en satisfacer las necesidades nutricionales de los niños desde el nacimiento hasta la adolescencia, promoviendo un crecimiento y desarrollo óptimos.

Principio clave

Lactancia materna

Nutrición balanceada durante la infancia y adolescencia

Educación alimentaria

Hidratación adecuada

Manejo de problemas nutricionales

Prevención de deficiencias nutricionales

Nutrición oncología

Se enfoca en apoyar a los pacientes con cáncer durante todas las etapas del tratamiento y la recuperación.

Principio clave

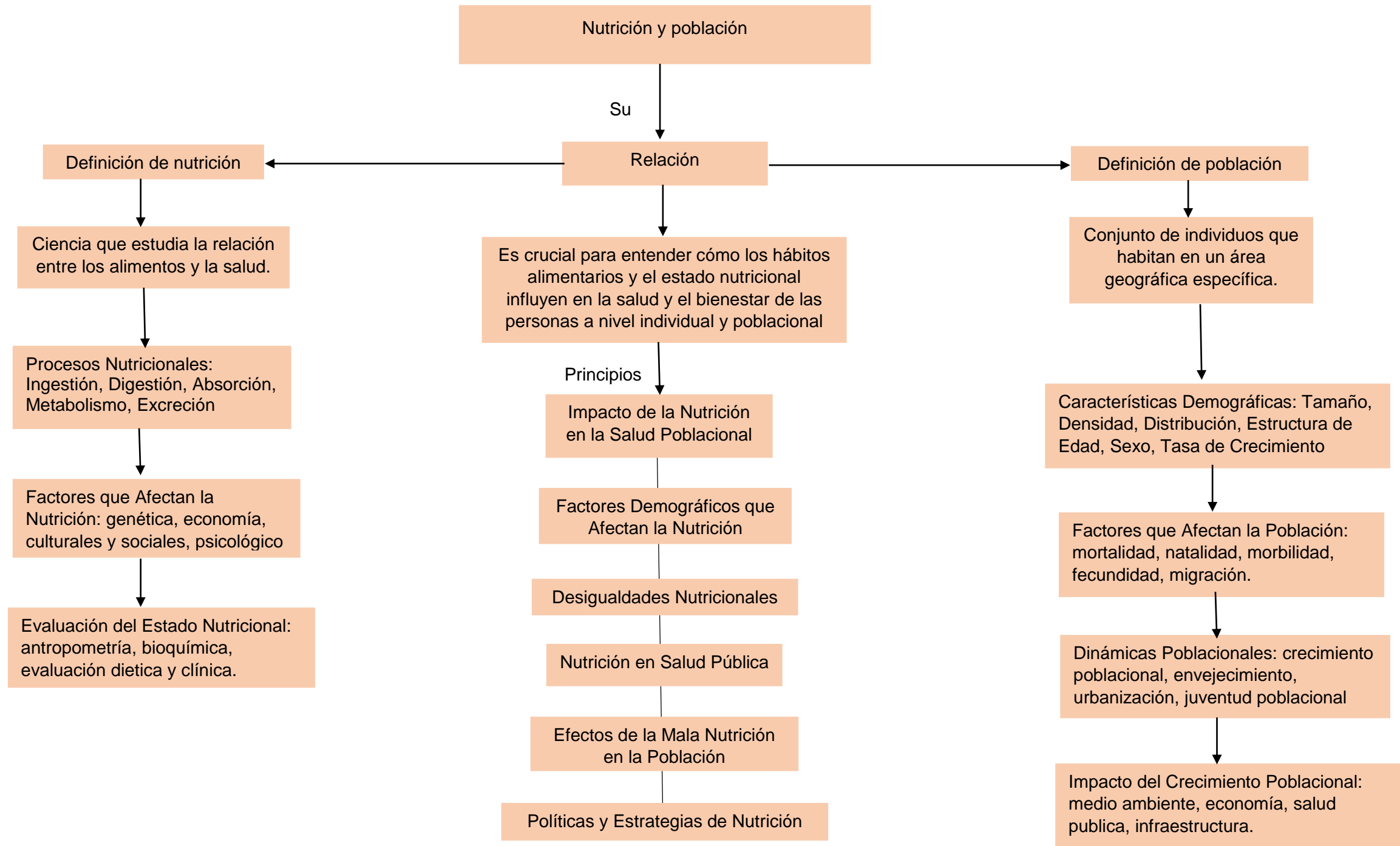
Manejo de efectos secundarios

Aporte energético y proteico adecuado

Suplementación y nutrición enteral/parenteral

Dieta antioxidante y antiinflamatoria

Manejo de mitos y dietas especiales



Bibliografía

1. UNICEF. (2016). *Organizacion mundial de salud*. Obtenido de <https://www.unicef.org/mexico/salud-y-nutrici%C3%B3n>
2. UNICEF. (2016). *Organizacion mundial de salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/desnutricon>
4. <https://www.paho.org/es/campanas/semana-mundial-lactancia-materna-2020#:~:text=La%20lactancia%20materna%20es%20la,mortalidad%20debido%20a%20enfermedades%20infecciosas>.
5. <https://hospitalgalenia.com/problemas-de-nutricion-mas-comunes/>