



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Ingrid Yamileth Morales López

Parcial I

Nutrición

Dra. Lizbeth Anahi Ruiz Cordova

Medicina humana

Tercer semestre ``C``

Comitán de Domínguez, Chiapas a 13 de septiembre del 2024.

NUTRICIÓN

Problemas nutricionales

Campos de la nutrición

Obesidad y sobrepeso

Causas

- *Ingesta excesiva de calorías
- *Dieta alta en grasas
- *Sedentarismo
- *Factores genéticos

Consecuencias

- *Diabetes tipo 2
- *Enf. cardiovasculares
- *Hipertensión
- *Problemas articulares

Manejo

- *Dieta equilibrada
- *Actividad física
- *Modificación de hábitos

Desnutrición

Causas

- *Ingesta insuficiente de alimentos
- *Dieta desequilibrada
- *Enf. Crónicas

Síntomas

- *Pérdida de peso
- *Fatiga y debilidad
- *Retraso en el

Manejo

- *Mejora de la ingesta calórica
- *Suplementos nutricionales
- *Tratamiento de enf. subyacentes

Lactancia materna

Beneficios

- *Nutrición óptima
- *Protección inmunológica
- *Desarrollo cognitivo
- *Recuperación posparto

Problemas comunes

- *Dolor en pezones
- *Producción insuficiente de leche
- *Mastitis

Manejo de problemas

- *Técnicas correctas
- *Apoyo emocional y educativo

Nutrición deportiva

Objetivo

Mejorar el rendimiento físico y recuperación de atletas

Áreas claves

- *Planificación de dietas
- *Suplementación
- *Hidratación
- *Evaluación del rendimiento

Principios nutricionales

Nutrición clínica

Objetivo

Tratamiento y prevención de enfermedades

Áreas claves

- *Dioterapia
- *Nutrigenómica
- *soporte nutricional y educación

Nutrición y población

Mejora

Nutrición salud pública

Objetivo

Mejorar la salud nutricional a nivel poblacional

Áreas claves

- *Programas de intervención
- *Educación
- *Investigación poblacional

Nutrición pediátrica

Objetivo

Apoyo nutricional en el crecimiento

Áreas claves

- *Desarrollo infantil
- *Trastornos nutricionales

Nutrición oncológica

Objetivo

Manejo nutricional a pacientes con Cáncer

- *Prevención y recuperación
- *Educación y apoyo

Salud

Bienestar

En comunidades enteras

REFERENCIAS

1.De Salud, S. (s. f.-a). 044. Cerca de 12% de la población en México presenta insuficiencia nutricional. gob.mx.

<https://www.gob.mx/salud/prensa/044-cerca-de-12-de-la-poblacion-en-mexico-presenta-insuficiencia-nutricional>

2.De Salud, S. (s. f.-b). ¿Qué hace un profesional de la nutrición? gob.mx.

<https://www.gob.mx/salud/articulos/que-hace-un-profesional-de-la-nutricion>