



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno: Carlos Ariel Perez Hernandez

Nombre del tema: Dieta

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Introduccion A La Nutrición

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: I

definición de dieta

Definición

Conjunto de alimentos que una persona consume regularmente.

Relacionada con la salud, nutrición y hábitos alimenticios.

Tipos de dieta

Dietas normales y dietas específicas

Balancedas y variadas.
* Bajas en carbohidratos:
* Enfocadas en la reducción de carbohidratos.

Componentes

Macronutrientes.
Micronutrientes.

* CH, PROTEINAS Y GRASAS
* MINERALES Y VITAMINAS

Importancia

ayuda en tener una vida plenamente sana y equilibrada

* Mantiene la salud general.
* Previene enfermedades crónicas.
* Contribuye al bienestar emocional y físico.

Concepto

Las leyes de la alimentación son condicionantes para establecer una dieta correcta para cada paciente de forma individualizada.

Se pueden dividir en cualitativas y cuantitativas

leyes de regulación

conjunto de leyes que regulan la producción, el comercio y la manipulación de alimentos.

* Ley de control de alimentos
* Ley de etiquetado de alimentos

cualitativas

completa.
variada.
inocua.
adecuada.

completa: incluir todos los grupos de alimentos.
variada: tipos de coccion y alimentos.
* inocua ningun alimento malo para la salud.
adecuada: a gusto del paciente.

cuantitativas

suficiente.
equilibrada

* suficiente: para cubrir todos los requerimientos.
* equilibrada: concordancia entre macro y micro

leyes de la alimentación

dietoterapia

Concepto

Se enfoca en el estudio de la combinación óptima de nutrientes y la identificación de los aspectos claves para prevenir, tratar o curar algunas enfermedades.

- * Aumento del comercio.
- * Nuevos productos, intercambio de ingredientes, cambios en hábitos alimenticios.

Regímenes

Alimentos requeridos para tratar determinadas enfermedades

- * correcta combinación de alimentos o la eliminación de alguno de ellos permite el tratamiento de determinadas enfermedades y mejorar el estado de salud de los pacientes.

Estudia

la correcta combinación de alimentos e identifica los aspectos clave en cada tratamiento específico

- * clave para tratar las enfermedades relacionadas con la alimentación.

Causas

Enfermedades relacionadas con la nutrición.
Diabetes.

- * Ayuda en Equilibrar los nutrientes del organismo
- * Reforzar el sistema inmunológico

tipos de dietas

Concepto

Existen múltiples tipos de dietas (utilizadas mayormente en el área clínica y/o hospitalaria)

- * acto voluntario que está condicionado por diversos tipos de factores que determinan una buena alimentación.

dieta

dieta correcta es la que ayuda en tu salud

- * mejorar.
- * recuperar.
- * sanar.

nutrición

la correcta nutrición se logra

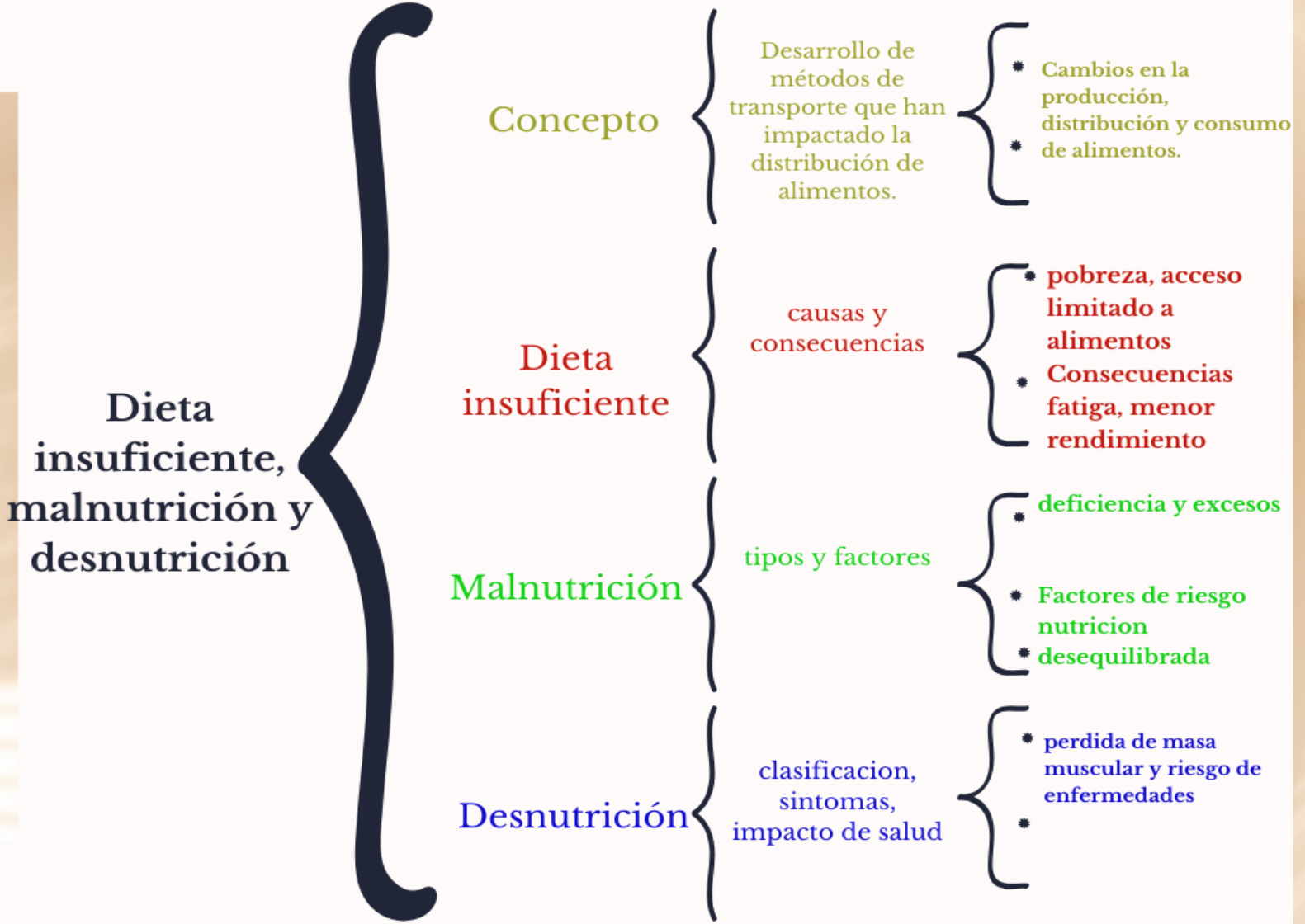
- * con alimentos variados para lograr los requerimientos del cuerpo

tipos de dietas

estas dietas se pueden clasificar con ciertas modificaciones

- * Modificadas en consistencia
- * Modificadas en el contenido de nutrientes





(UDS, PAG 47-69)

Bibliografía

UDS. (PAG 47-69). *ANTOLOGIA DE INTRODUCCION A LA NUTRICION DE LA UDS.*

