Guía para extraordinario de la materia Identificar los problemas de la alimentación.

1. Resuelve la guía a MANO. Deberás entregarla el día del examen. No se admiten por otra vía como el chat o correo electrónico ni después del tiempo destinado.
2. Anota y numera las preguntas o instrucciones de manera progresiva y en seguida resuelve los cuestionamientos y/o actividades. Puedes anotar solamente la respuesta, pero marcándola con el número al que corresponde la pregunta.
3. Realiza todas las actividades marcadas en la guía como análisis, esquemas, cuadros comparativos, dibujos con nombres y colores. No utilices monografías ni esquemas de papelería debido a que están obsoletos.
4. Acompaña la guía con una carátula con los datos de la escuela, nombre de la asignatura, ciclo escolar (21-2), nombre del trabajo, fecha de entrega, nombre de la profesora o profesor y nombre completo del alumno empezando con apellido paterno. Recuerda colocar la bibliografía de por lo menos 2 libros.
5. El examen representa el 80% de la calificación y la guía 20%.
6. En el caso de los esquemas puedes imprimirlos si no sabes dibujar, pero, tienen que ser a blanco y negro y sin nombres, ya que deberás colorearlos y colocar nombres correctamente.
7. No podrás ocupar CANVA.

Bloque 1: introducción

1. Define: dieta, alimento, alimentación, nutrición y nutrimento.
2. Realiza un esquema del plato del buen comer y la jarra del buen beber y colócalos en un ejemplo de una comida (fuerte) que hagas.
3. Realiza un Cuadro sinóptico con los nutrientes esenciales, carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales.
4. Realiza un mapa (puede ser mental o conceptual) de los grupos de alimentos, deberás colocar: verduras, frutas, Cereales y tubérculos con y sin grasa , Leguminosas , Productos de origen animal, Leche, Grasas y aceites con y sin proteína, Azucares con y sin grasa.
5. Calcula tu IMC, recuerda colocar la operación matemática y las fórmulas.
6. Calcula tu GEB (tienes que colocar lo que significan las siglas)
7. Calcula tu actividad física.

Bloque 2: Malnutrición

8. Realiza un cuadro comparativo (con imágenes) sobre el marasmo y el Kwashiorkor, resaltando sus similitudes y sus diferencias clínicas. Recuerda colocar los signos clínicos y tratamientos)
9. Realiza un cuadro sinóptico con las deficiencias de específicas, deberás colocar enfermedades como: bocio, cretinismo, raquitismo, xeroftalmia, anemia, pelagra. Recuerda colocar cual es la deficiencia que tienen, signos clínicos y tratamientos.

Bloque 3: Obesidad

10. Coloca la definición de obesidad según la OMS, y después realiza una definición tuya, según lo que entiendas.
11. Realiza un cuadro comparativo entre obesidad primaria y secundaria.
12. Realiza una tabla con las clasificaciones de obesidad según la OMS.
13. Realiza un cuadro conceptual resaltando las siguientes enfermedades: diabetes mellitus (1 y 2), enfermedades cardiovasculares, trastornos endocrinológicos relacionados a la obesidad, hipertensión.
14. Menciona los 5 tratamientos que existen para la obesidad.
15. Menciona los tratamientos quirúrgicos que existen para la obesidad, si te es posible, ilústralos.

Unidad 4: Trastornos de la conducta alimentaria (TCA)

16. Investiga y escribe la definición médica de la anorexia, sus signos clínicos y tratamiento.
17. Investiga y escribe la definición médica y clínica de la bulimia y sus tratamientos respectivos.
18. Realiza un cuadro sinóptico, mapa conceptual, o lo que te sea más fácil para estudiar, con los siguientes temas y definición. comedores compulsivos, alcohorexia, vigorexia, diabulimia, pregorexia, ortorexia, recuerda colocar también sus tratamientos.