

Contenido



Prólogo de la primera edición	V
Prólogo de la tercera edición	VII
Prefacio de la tercera edición	IX
Agradecimientos	XI
Capítulo 1. Generalidades sobre la nutrición	1
Introducción	1
Conceptos básicos	2
Factores que determinan el estado de nutrición	5
Aporte	7

	Utilización o metabolismo	9
	Eliminación o excreción	10
Capítulo 2.	Alimentos y dieta	11
	Grupos básicos.	14
	Grupos accesorios	20
	Aumento del valor nutritivo de los alimentos existentes	24
	Formulación de nuevos alimentos	25
	Deshidratación	26
	Refrigeración	27
	Congelación	28
	Enlatado	29
	Pasteurización, homogeneización y concentración	30
	Cocción.	31
	Conservadores químicos	31
	Terapéutica dietética	34
	Ley de la cantidad.	37
	Ley de la calidad	38
	Ley de la armonía	38
	Ley de la adecuación	39
	Características dietéticas y bioquímicas	41
Capítulo 3.	Nutrientes y recomendaciones en nutrición	41
	Funciones o destino metabólico	42
	Necesidades de nutrientes	42
	Naturaleza bioquímica (composición y propiedades)	42
	Métodos indirectos	76
	Métodos directos	76



Capítulo 4. Trastornos de la nutrición	81
Agente	82
Huésped	82
Ambiente	82
Por su etiología	84
Por su tiempo de evolución.	85
Clasificación de la oms	86
Por las alteraciones en el peso teórico ideal	86
Carencias de vitaminas o hipovitaminosis	88
Deficiencia de iones inorgánicos	93
Deficiencia de agua	94
Etiología	96
Valoración de la obesidad	96
Obesidad relacionada a la circunferencia de cintura	97
Obesidad relacionada con la distribución de grasa corporal	98
Obesidad y riesgos para la salud	98
Prevención	99
Tratamiento	100
Definición	100
Fisiopatología	101
Prevención y tratamiento	101
Anorexia nerviosa	104
Bulimia.	105
Prevención	116
 Capítulo 5. La alimentación en México	 119
Pertinencia de las encuestas	121
Antecedentes	122
Metodología.	122



Niños	126
Adolescentes.	130
Adultos.	132
Adultos mayores (AM)	136
Anemia.	136
Conclusiones.	136
Opinión de los expertos.	138
Glosario	141
Referencias bibliográficas.	145
Índice.	149

