Facultad Nacional del nordeste

Facultad de medicina UNNE

Carrera: Medicina

Asignatura: MHS "medicina hombre y sociedad.

Eje:Alimentación.

Alumna:Baez Acevedo Ailin Nahiara

Dni:47536763

Comisión 2

Año lectivo:2025

RESPUESTAS:

A) Cuadro sinoptico de vitaminas.
https://www.canva.com/design/DAGgUOoLjLs/VarcOId_4kGOWZV13sse5g/edit?utm_content=DAGgUOoLjLs&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

B)El artículo habla sobre los riesgos que corren los lactantes hijos de madres veganas ya que en la mayoria de esos lactantes se detecta un déficit de B12 o también llamado cobalamina, esta es una vitamina esencial del complejo B en las vitaminas hidrosolubles, es una vitamina hematopoyetica que se absorbe en el ileon y debe unirse a otra proteína que produce el estomago. Está formada por cuatro heterociclicos,se encuentra en carne, vísceras, aves,pescados, mariscos y yema de huevo; la leche humana es una fuente adecuada cuando los niveles maternos son normales.

Los síndromes asociados al déficit de B12 incluye la falla medular, la anemia megaloblastica, mielopatis, neuropatia, alteraciones neuropsiquiatricas, y atrofia óptica.

La finalidad de este artículo es informar sobre los riesgos que corren los hijos de madres veganas y el daño que le provoca a el niño, tratando de concientizar que se debe ingerir la cantidad adecuada de B12 (cobalamina) para así garantizarle una buena salud al niño.

C)La venta libre de suplementos vitamicos puede ser peligroso ya que esos suplementos deben ser administrados en las cantidades requeridas los cual debe ser recetado por un profesional médico para evitar una hipervitaminosis.

La automedicación es peligrosa ya que se podría producir una intoxicación.

BIBLIOGRAFÍA:

● Quintana, R. (2016). Metabolismo y nutrientes: macro y micronutrientes.

https://youtu.be/jZTiBz60JHo

Leer los siguientes materiales:

● Andino, G. y Urbanek, L. C. (2017). Vitaminas. Vitaminas. Andino, G. y Urbanek, C. pdf

● Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos

Aires 2020. Capítulo 4. Objetivos Nutricionales. 4.3 Revisión y actualización de conceptos.

4.3.2 Micronutrientes y agua. Pags 128 a 161.

https://bancos.salud.gob.ar/recurso/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina

● Aguirrea Juan A, Donatoa María L, Buscioa Mariela, Ceballosa Verónica, Armenof Marisa,

Aizpurúaa Luciana et al . Compromiso neurológico grave por déficit de vitamina B12 en

lactantes hijos de madres veganas y vegetarianas. Arch. argent. pediatr.[Internet]. 2019 Ago

[citado 2024 Oct 01] ; 117(4): 00-00. Disponible en:

https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0325-00752019000400029&ln

g=es. https://dx.doi.org/10.5546/aap.2019.e420.

Medicina

● Fernández, O. E. (2021). Organizadores gráficos. Esquemas

● Salinas L. (2022) Informática. Salinas L. (2022) Informatica -Uso Basico de Procesador

de textos, Formatos, Estilos Bibliográficos.pdf