Eje ALIMENTACIÓN - CLASE Nº 3

Tema: Micronutrientes

Competencias a desarrollar

- Reconoce las necesidades básicas del organismo y los beneficios de una alimentación correcta.
- Entiende los aspectos bromatológicos de los distintos grupos de alimentos

Objetivos de aprendizaje

- Describir los micronutrientes, su estructura química, funciones y alimentos fuente.
- Reconocer los aportes de micronutrientes de los diferentes grupos de alimentos del plato nutricional.

Tareas previas

Visualizar el siguiente video:

- Quintana, R. (2016). Metabolismo y nutrientes: macro y micronutrientes. https://youtu.be/jZTiBz60JHo

Leer los 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
- do Nascimento, J. A., Gomes, P. P. N., y da Silva Monteiro, Q. R. (2023). Implicações físicas em uma criança exposta a isotretinoína durante o período gestacional-Relato de caso. *Research, Society and Development*, *12*(7), e8912742526-e8912742526.
  Implicaciones físicas en niño expuesto a isotretinoina durante el embarazo - Re…
- Nieto, V. G., & Anta, M. Z. (2023). Enfermedades pediátricas que han pasado a la historia (17). La intoxicación por vitamina D. *Pediatría Integral*, *174*, e1. https://pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2023/05/Pediatria-Integral-XXVII-3_WEB.pdf#page=81
- Cañas, M., Tacan, J., Fletcher, E., & Flores, B. (2022). Hemorragia por Deficiencia de Vitamina K en recién nacido. *Revista médica (Colegio De Médicos Y Cirujanos De Guatemala)*, *161*(2), 210–212.

https://www.revistamedicagt.org/index.php/RevMedGuatemala/article/view/452/791

- Aguirrea, Juan A, Donatoa, María L, Buscioa, Mariela, Ceballosa, Verónica, Armenof, Marisa, Aizpurúaa, Luciana, y Arpía, Lucrecia. (2019). Compromiso neurológico grave por déficit de vitamina B12 en lactantes hijos de madres veganas y vegetarianas. *Archivos argentinos de pediatría*, *117*(4), 00. Compromiso neurológico grave por déficit de vitamina B12 en lactantes hijos de madres veganas y vegetarianas
- Fernández, Orfilia. (2021). Fernandez L Técnicas de Estudio 2021.pdf
- Salinas, Leticia (2019) Organizadores gráficos. Infografía. Salinas L. (2019) Infografia.pdf
- Salinas L. (2022) Informática. Salinas L. (2022) Informatica -Uso Basico de Procesador de textos, Formatos, Estilos Bibliográficos.pdf
- Cardozo, S.; D´Angelo, S. y Sotelo Rodríguez, E. (2021). Salud y enfermedad. Promoción y prevención. (estudiado en el Eje Sistemas y Equipos de salud) Cardozo, D´Angelo, Sotelo (2021) Salud enfermedad . Promoción y prevención.pdf

Recomedaciones

- Cuando realice las tareas anteriores subraye las ideas principales con un color y las secundarias con otro.
- Anote los conceptos, palabras o nombres de científicos que le resulten desconocidas; busque sus significados o biografías.

Actividades grupales

Los alumnos trabajarán en las comisiones y grupos que les fueron asignados.

El docente asignará uno de los artículos de lectura a cada uno de los grupos, los que deberán:

1) Diseñar una **infografía de divulgación** mencionando **estrategias de prevención primaria** para el problema de salud que les tocó revisar en el artículo. **En la puesta en común** deberán poder explicitar funciones, mecanismo de acción, fuentes alimentarias, cuadros de déficit o de exceso del micronutriente en cuestión y cualquier otra información que como grupo juzguen de importancia, así como qué es una infografía de divulgación, cuál es su utilidad y cuáles son los elementos a tener en cuenta al momento de elaborarla y qué se entiende por prevención primaria.

2) Puesta en común. Al finalizar el trabajo grupal, representantes de los grupos, elegidos al azar, presentarán ante los integrantes de la comisión, los resultados o productos realizados. Los demás grupos pueden participar realizando aportes, comentarios, sugerencias, preguntas, etc.

3) En la historia, En busca de la Tierra Sin Mal, se indica un complejo vitamínico a la paciente que se sospecha está embarazada: *"La paciente que trajiste necesita que le hagamos un test de embarazo, a pesar de que el padre no lo considere posible. Le receté un complejo vitamínico también porque la noté algo anémica*". A partir de los conocimientos acerca de las vitaminas y minerales, te proponemos trabajar con la actividad de los **puntos cardinales**, adhiriendo a la postura asignada al grupo en clase por el docente, para la cual, elaborarán una argumentación.

! Atención

Deberán asistir a la clase presencial, en el día, horario y salón que le fue asignado a la comisión, en el campus Sargento Cabral 2001.

Deberá asistir a clase con:
Un papel afiche de color claro (uno por grupo).
Fibrones
Cinta de papel o de pintor

Pueden llevar su computadora personal o celular para acceder a los materiales; si lo consideran necesario pueden asistir con el material impreso.

Material de la asignatura Medicina Hombre y Sociedad