Conductas alimentarias de riesgo que debemos vigilar en NNA

Generado por IA — Nueva Escuela Mexicana Digital

Flashcards

PREGUNTA

¿Qué son las dietas restrictivas y cuándo se consideran una conducta alimentaria de riesgo?

RESPUESTA

Son dietas que restringen el consumo de ciertos grupos alimenticios. Se consideran de riesgo cuando la restricción es excesiva, especialmente en niños y adolescentes, ya que necesitan alimentos de todos los grupos nutricionales para su desarrollo.

PREGUNTA

¿Qué se entiende por ayunos prolongados en niños y adolescentes?

RESPUESTA

Son ayunos de más de 12 horas realizados intencionalmente para mantener una imagen corporal delgada, lo cual se considera una conducta alimentaria de riesgo.

PREGUNTA

¿Por qué el uso de laxantes puede ser una conducta alimentaria de riesgo?

RESPUESTA

Porque se utilizan de manera constante, muchas veces bajo el pretexto de estreñimiento, con el objetivo de controlar el peso corporal.

PREGUNTA

¿Qué implica inducirse el vómito y por qué es una conducta alimentaria de riesgo?

RESPUESTA

Inducirse el vómito, incluso de manera intermitente o bajo la excusa de malestar gástrico, es una conducta de riesgo porque afecta la salud física y mental.

PREGUNTA

¿Qué riesgos presentan los medicamentos milagrosos para la pérdida de peso?

RESPUESTA

Estos medicamentos, muchas veces promocionados en redes sociales, pueden contener sustancias

desconocidas y peligrosas, y su uso sin prescripción médica es una conducta alimentaria de riesgo.

PREGUNTA

¿Cómo influye una imagen negativa del cuerpo en las conductas alimentarias de riesgo?

RESPUESTA

Las personas que no se sienten cómodas con la forma o volumen de su cuerpo tienen mayor riesgo de desarrollar conductas alimentarias de riesgo.

PREGUNTA

¿Qué papel juegan las redes sociales en las conductas alimentarias de riesgo?

RESPUESTA

Las redes sociales pueden promover medicamentos milagrosos y estándares de belleza poco realistas, influyendo negativamente en la percepción corporal y fomentando conductas de riesgo.

PREGUNTA

¿Por qué es importante que los niños y adolescentes consuman alimentos de todos los grupos nutricionales?

RESPUESTA

Porque están en etapas de desarrollo y necesitan una dieta balanceada para crecer y desarrollarse de manera saludable.

Resumen: Identificación de conductas alimentarias de riesgo en niños y adolescentes

Nivel: secundaria

- Las dietas restrictivas excesivas, que limitan grupos nutricionales esenciales durante etapas de desarrollo, son una conducta alimentaria de riesgo.
- Los ayunos prolongados, especialmente aquellos que superan las 12 horas con el objetivo de mantener una imagen corporal delgada, deben ser vigilados.

- El uso indebido de medicamentos como laxantes o la inducción del vómito, incluso bajo pretextos como malestar gástrico, representan riesgos significativos.
- La influencia de redes sociales y medios que promueven medicamentos milagrosos para la pérdida de peso sin prescripción médica puede fomentar conductas peligrosas.
- Una percepción negativa de la propia imagen corporal aumenta el riesgo de desarrollar conductas alimentarias de riesgo.

Mapa Conceptual

Conductas alimentarias de riesgo en NNA

Dietas restrictivas

- Restricción excesiva de grasas, azúcares y carbohidratos
- Impacto en etapas de desarrollo (niñez y adolescencia)
- Necesidad de consumir alimentos de todos los grupos nutricionales

Ayunos prolongados

- Ayunos mayores a 12 horas
- Motivación: mantener una imagen corporal delgada
- Impacto negativo en la salud física y emocional

Uso indebido de medicamentos

- Uso de laxantes para el estreñimiento
- Consumo sin prescripción médica
- Medicamentos milagrosos promovidos en redes sociales

Inducción del vómito

- Inducción intermitente por malestar gástrico
- Impacto en la salud gastrointestinal
- Relación con trastornos alimentarios

Imagen corporal negativa

- Incomodidad con la forma y volumen del cuerpo
- Mayor riesgo de conductas alimentarias de riesgo
- Influencia de redes sociales y medios de comunicación