

## Actividad # 4

## PATOLOGIAS DEL APARATO DIGESTIVO Y SU PREVENCIÓN

Curso: Apellidos y Nombres: 

## I. Identifique los conceptos a los que se refiere: (Completar)

1. Involucra algo que va mal con uno de los órganos del aparato digestivo.

2. Algunos síntomas comunes que se presentan por esta afectación son: falta de apetito, náuseas, vómitos y dolor en la parte superior del vientre o el abdomen.

3. ¿Qué bacteria puede ocasionar la inflama de la mucosa del estómago debido a su infección?

4. ¿De qué enfermedad son complicaciones la deshidratación y la mala absorción?

5. ¿Qué alimentos debemos de consumir cada día para aportar a nuestro organismo: agua, fibra, vitaminas y minerales?

## II. Relacionar las siguientes columnas: (Relacionar y unir)

COLITIS ISQUÉMICA ○

- Evacuación intestinal de heces flojas y líquidas tres o más veces al día. Puede ser aguda, persistente o crónica, la aguda es más usual que la persistente o crónica.

DIARREA ○

- Es ideal la ingesta de alimentos al día: desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena. Esto evita la sobrecarga del sistema digestivo, la producción elevada de insulina y aporta energía de modo continuado a lo largo del día.

INTOLERANCIA A LA LACTOSA ○

- Alimentos que debemos de consumir cada día, porque aportan agua, fibra, vitaminas y minerales.

FRUTAS Y VERDURAS ○

- Inflamación del intestino grueso, por la falta de flujo sanguíneo.

EVITA LAS COMIDAS ABUNDANTES ○

- Afecta al 60 % de la población adulta y es la incapacidad de digerir por completo el azúcar (lactosa) de los lácteos. Esto puede acarrear molestias sintomatológicas, tales como: diarrea, náuseas, distensión abdominal flatulencia.