

UAA recomienda una sana alimentación a pacientes recuperados de la COVID-19



The poster features a central graphic of human lungs with a green leaf-like border. The text 'SEMINARIO DE ACTUALIZACIÓN' is written along the top curve of the border, and 'en nutrición Y alimentación' is written below the lungs. Underneath, it says 'nutrición y covid'. To the right, the text reads: 'XII SEMINARIO DE ACTUALIZACIÓN EN NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN "LA NUTRICIÓN DESPUÉS DE COVID-19"', '8 Y 9 SEPTIEMBRE 2021', 'HORARIO: 4 A 8 PM', and 'MODALIDAD VIRTUAL'. A URL is provided: <https://academia.uaa.mx/seminariodenutricion/>. Logos for Universidad Autónoma de Aguascalientes, Centro de Ciencias de la Salud, and Nutrición are at the top. An illustration of a smiling avocado character surrounded by various fruits is at the bottom right.

BOLETÍN 224

- El XII Seminario de Actualización en Nutrición y Alimentación se realizará los días 8 y 9 de septiembre de manera virtual.
- Las personas con obesidad tienen seis veces más riesgo de sufrir complicaciones por COVID-19 y de tener una recuperación lenta.

Con el objetivo de ser un espacio de difusión sobre la importancia de una adecuada alimentación en pacientes con COVID-19 y personas recuperadas, la Licenciatura en Nutrición del Centro de Ciencias de la Salud (CSS) de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, llevará a cabo su XII Seminario de Actualización en Nutrición y Alimentación bajo el nombre "La nutrición después del COVID-19" a celebrarse los días 8 y 9 de septiembre de manera virtual.

La jefa de Departamento de Nutrición, la Mtra. Lorena González González, señaló que la buena alimentación es fundamental durante el proceso de atención de esta enfermedad, por lo que es muy importante que estudiantes y profesionales de la nutrición se mantengan actualizados.

La Mtra. González González puntualizó que, debido al encierro prolongado y trabajo desde casa de

una gran parte de la población, los hábitos alimenticios tuvieron cambios drásticos como lo es una elevación en la ingesta de alimentos ultra procesados y envasados, aunado al sedentarismo.

De ahí la trascendencia de este seminario que contará con ponentes estatales y nacionales. El programa incluye charlas como: Sistema inmune y probióticos por la Lic. Brenda Berenice Valenciano Martínez; Inocuidad alimentaria por la Mtra. Alma Graciela López Enríquez; Impacto del nuevo etiquetado nutrimental a cargo de la Mtra. Adriana Quintero Rodríguez.

Dentro de las actividades, también se integró el tema Servicio de alimentos en hospitales después del COVID por la Lic. Mariajose Ruiz Ruvalcaba; Herramientas digitales para el nutriólogo en la pandemia que impartirá la Dra. Saby Camacho López. De igual manera se abordará El COVID-19 y sus implicaciones económicas, sociales y culturales en las familias con situación de precariedad de la ciudad de Aguascalientes por la Dra. María Eugenia Perea Velázquez, y finalmente, Cambios en el estilo de vida y efectos en la salud en personas mayores de 18 años durante la pandemia a cargo de E.N. Mariana Montoya Pacheco.

Finalmente, la Mtra. González González invitó a la población en general a mantener sus precauciones ante el virus SARS-COV-2, especialmente aquellas personas con enfermedades crónico degenerativas; compartió que, por ejemplo, quienes padecen obesidad, tienen seis veces más riesgo de sufrir complicaciones por COVID-19 y de tener una recuperación lenta.

Por ello, destacó la importancia de considerar nuevos hábitos al momento de comer, entre ellos, disminuir el consumo de azúcares, harinas refinadas, refrescos y grasas saturadas, e incrementar la ingesta de frutas, verduras y proteína proveniente del pollo y pescado.

Para más información del Seminario y realizar su registro, pueden consultar la página de Facebook Lic. Nutrición UAA.