
DILEMELE OBEZITĂȚII, NUTRIȚIA CORECTĂ LA SUGARI CU PRIVIRE MAI ALES LA ALIMENTAȚIA CU LIPIDE, PROTEINE ȘI HIDRAȚI DE CARBONI

*Adrienne Horváth, Z.Pap, Doina Drașoveanu, Julieta Dunca,
Georgeta Dudaș, Zsuzsa Ágoston, Katalin Lazsádi, K. Zilahi*

*Clinica de Pediatrie nr.2
U.M.F. Târgu-Mureș*

Obezitatea este o boală frecventă mai ales dacă ne gândim la asocierea de obezitate la hipertonie, diabet, arterioscleroză, hiperlipidemie. Deci avem o situație unde diagnosticul este ușor dar terapia ridică o sumedenie de probleme. Alimentația este funcția de bază a tuturor ființelor vii, care este influențată de factori genetici, hormonal, obiceiuri ~~psihice culturale~~ religioase, etnice etc.

Sugarul își asigură nevoile energetice cu lipide în 50-55%, 7-16% cu proteine, 35-65% cu hidrați de carboni.

Ponderea cea mai mare în asigurarea lipidelor o constituie trigliceridele. Acestea sunt asigurate în exclusivitate prin laptele matern până la vârsta de 4-6 luni

Proteinele în alimentația sugarului trebuie să fie prezente în 7-16%. Acestea ar trebuie să le asigurăm în primele 5-6 luni de viață prin laptele de mamă, aceasta fiind o proteină de specie care se poate utiliza mai bine în organismul sugarului.

Hidrați de carbon constituie o proporție de 35-65% din necesarul de calorii al sugarului. Acesta este asigurat prin lactoză (lapte), fructoză (miere de albine) și glucoză (zahăr).
