



**Universidad del Sureste
Escuela de Medicina**

**Materia:
Nutrición**

**Alumno:
Oscar Eduardo Flores Flores**

Grado: 3 semestre

Grupo: B

**Tema:
RESUMEN**

VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIO

Conjunto de evaluaciones clínicas , bioquímicas y otros métodos que nos permiten diagnosticar, evaluar y hacer seguimiento del estado nutricional de un paciente o una población.

Abarca:

- Alimentación
- Examen clínico-nutricional
- Antropometría
- Parámetros bioquímicos

Historial clínico nutricional

Una serie lógica de actividades realizadas para conocer y resolver problemas nutricios, basada en la metodología científica y que se lleva a cabo entre nutriólogo y pacientes

ANTROPOMETRÍA

Es una técnica incruenta y poco costosa, portátil y aplicable en todo el mundo para evaluar el tamaño, las proporciones y la composición del cuerpo humano. Refleja el estado nutricional y de salud y permite predecir el rendimiento, la salud y la supervivencia.

Instrumental para tomar las medidas antropométricas

- Báscula de bioimpedancia
- Plicómetro
- Cinta de medir
- Lápiz demográfico
- El calibre

EXÁMENES DE LABORATORIO

PRUEBAS BIOQUÍMICAS

- Valoración bioquímica de la proteína corporal.
- Proteínas somáticas: índice creatinina-talla.
- Proteínas viscerales: valores de proteínas séricas.
- Estudios inmunológicos útiles en la valoración nutricional.

- Recuento de linfocitos totales.
- Estudio bioquímico de algunos nutrientes específicos

Absorción y metabolismo de proteínas

¿Qué es una proteína?

Son moléculas formadas por aminoácidos que están unidos por un tipo de enlaces conocidos como enlaces peptídicos. El orden y la disposición de los aminoácidos dependen del código genético de cada persona.

Absorción de proteínas

En la mucosa intestinal del duodeno, los triglicéridos y el colesterol de la dieta, se ensamblan con las apoproteínas apo-A y apo-B48 constituyendo los quilomicrones que pasan a la circulación linfática y son las lipoproteínas responsables de transportar en sangre los triglicéridos de origen exógeno.

Absorción de los lípidos

Los hidratos de carbono en forma de monosacáridos pasan a la sangre por la vena porta y posteriormente al hígado desde donde pueden ser transportados como glucosa a todas las células del organismo para ser metabolizada y producir energía.

La glucosa formada por la digestión de los carbohidratos se absorbe por el intestino.

El cuerpo no puede absorber las proteínas tal y como las ingerimos, necesita realizar una serie de procesos de digestión y degradación en el estómago e intestino para descomponerla en elementos más pequeños (aminoácidos y péptidos) que ahora si pueden ser absorbidos y aprovechados por nuestro cuerpo.

Metabolismo de los lípidos

Mediante la lipólisis, los triglicéridos son hidrolizados en ácidos grasos y glicerol por la acción de las lipasas en el tejido adiposo.

Metabolismo de carbohidratos.

La glucosa se oxida por glucólisis para la obtención de energía y piruvato. En ausencia de oxígeno, el piruvato se convierte en lactato pero en presencia de oxígeno se degrada más para formar acetil-CoA que es usado en el ciclo de ácido cítrico para la obtención de cantidades significativas de ATP.

Metabolismo de proteínas

El hígado es el encargado de realizar las funciones de transaminación, desaminación oxidativa y ciclo de la urea. A través de estos procesos metabólicos podemos utilizar las cadenas carbonatadas de los aminoácidos para producir energía, sintetizar lípidos o realizar la glucólisis (a través de una molécula de glucosa producimos energía en forma de ATP) y cetogénesis (catabolismo de ácidos grasos para formar cuerpos cetónicos utilizados en el ciclo de Krebs para producir energía).

NUTRICION Y POBLACION

- El panorama alimentario y nutricional de México es complicado, en particular por la llamada transición epidemiológica en que se encuentra el país, caracterizada por la persistencia de antiguos problemas de nutrición y salud ligados a la pobreza, así como por problemas económicos.

ENERGIA Y NUTRICION

- El cuerpo humano requiere energía para realizar todas las funciones corporales, entre ellas el trabajo y demás actividades, así como para el mantenimiento de la temperatura del cuerpo y el funcionamiento cardíaco y pulmonar constante.

El cuerpo humano como todo organismo, se alimenta; lo que quiere decir que ingiere combustible para poder realizar actividades durante un periodo de tiempo y la energía se mide en kilocalorías. • La energía contenida en los alimentos: KJ • Una KCAL es igual a 4.184KJ • La energía de los alimentos es expresada en KCAL

La energía se divide en 3

- INDICE METABOLICO EN REPOSO
- ACTIVIDAD FISICA
- ENFERMEDADES

ALIMENTACION ADECUADA: • Mantiene la estructura corporal • Permite la función adecuada de los órganos • Brinda capacidad defensiva frente a agresiones • Facilita el crecimiento y desarrollo óptimo • Asegura la capacidad reproductiva • Asegura la capacidad para la AF • Produce bienestar