



Nombre del alumno: Pérez Girón Kevin

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez

Nombre del trabajo: Ensayo

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Nutrición En Enfermedades Gastrointestinales

Cuatrimestre: 4°

Licenciatura: Nutrición

Comitán de Domínguez Chiapas A 13 De Noviembre Del 2020

Introducción

La elaboración del presente ensayo, trata de explicar cada una de las enfermedades que suelen ocurrir dentro del sistema digestivo, así como también el tipo de tratamiento que debe de llevar la persona para poder contrarrestar la enfermedad.

Disfagia

Para poder comprender la disfagia, primero debemos saber cómo funciona la deglución. La deglución comprende de tres etapas que se encuentran controladas por los nervios que comunican el tracto digestivo con el cerebro. Ante esto, los trastornos de la deglución se producen cuando una o más etapas de estas no se llevan a cabo de la manera correcta. Sin más que decir, estas etapas constan de:

- ❖ La preparación oral: esta etapa suele ser voluntaria ya que poseemos el control de la masticación y el comienzo de la deglución.
- ❖ La etapa faríngea: esta fase comienza por el control voluntario, para después pasar a ser una fase involuntaria que no podemos controlar conscientemente.
- ❖ La etapa esofágica: los eventos que ocurren durante esta etapa suelen ser involuntarios.

Como bien sabemos, el esófago suele ser el conducto muscular que une la faringe con el estómago. En ocasiones el esófago puede verse afectado al contraer ciertas enfermedades que hacen que el paciente tenga problemas al momento de ingerir sus alimentos.

La disfagia hace referencia a una cierta dificultad para tragar o deglutir los alimentos líquidos y/o sólidos. L. Kathleen, Sylvia Escott-Stump y Janice. L Raymond (2013) nos dice que “la disfagia puede provocar con frecuencia una malnutrición por ingesta inadecuada” (p.929).

Signos y síntomas

Algunos de los síntomas que puede desencadenar la disfagia suelen ser obvios cuando una persona presenta esta enfermedad. Sin embargo, cada persona puede experimentar los síntomas de una forma diferente. Los síntomas pueden incluir:

- Dificultad para coordinar la deglución y la succión
- Molestias en la garganta o en el tórax
- Regurgitación
- Cansancio o disnea mientras se come o bebe cualquier tipo de alimento
- Infecciones de las vías respiratorias
- Pérdida de peso

La disfagia puede causar aspiración, que se produce cuando los alimentos o los líquidos ingresan a la tráquea y a los pulmones. La aspiración de los alimentos y líquidos pueden desencadenar una neumonía y, u otros trastornos pulmonares serios.

Tratamiento Nutricional

L. Kathleen, Sylvia Escott-Stump y Janice. L Raymond (2013) nos dice que “Modificar la consistencia de los alimentos puede ser útil. Y para ello, hay que hacer que la dieta sea apetecible y nutricionalmente adecuada, recomendando modificaciones en la consistencia de los alimentos” (p. 932).

“Se pueden espesar líquidos de todo tipo con leche desnatada en polvo, almidón de maíz, suplementos de hidratos de carbono modulares o espesantes comerciales que contienen un producto modificado del almidón de maíz” (UDS, Nutricion En La Disfagia, 2020)

L. Kathleen, Sylvia Escott-Stump y Janice. L Raymond (2013) nos dice que “se necesitan líquidos espesos que contengan un gran porcentaje de agua para mantener el equilibrio hídrico” (p.932).

“El agua se sustituye por zumos, aportando así sabor, nutrientes y calorías. Una temperatura fresca mejora la deglución, por lo que se toleran mejor los alimentos fríos” (UDS, Nutricion En La Disfagia, 2020).

L. Kathleen, Sylvia Escott-Stump y Janice. L Raymond (2013) nos mencionan que “las pastas, los guisos y platos a base de huevo, jugosos, suelen tolerarse muy bien y que es mejor evitar aquellos alimentos que se desmiguen fácilmente en la boca, porque pueden aumentar el riesgo de asfixia” (p.932).

Por otra parte, el tratamiento basado en la nutrición enteral resulta útil en pacientes con enfermedades neurológicas agudas y crónicas. Cabe mencionar que un correcto soporte nutricional manejado correctamente, va a permitir evitar las neumonías y sepsis. Ante otros casos, se puede suministrar al paciente la alimentación por sondas enterales en dado casi si el riesgo de aspiración con la ingesta oral resulta alto, o cuando el paciente sea incapaz de comer lo necesario para satisfacer sus necesidades nutricionales.

Alimentación En Pacientes Inmunodeprimidos

Para comenzar, una persona es inmunodeprimida cuando se reduce su capacidad para combatir infecciones y otras enfermedades. Algunas causas de esta debilidad son ciertas enfermedades o afecciones, como el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA), el cáncer, la diabetes, la desnutrición y determinados trastornos genéticos.

No cabe duda que, el sistema suele desempeñar un papel importante en todo nuestro cuerpo. El sistema inmunológico resulta ser un sistema de defensa natural del organismo contra las infecciones, bacterias y virus dañinos. Éste reacciona segregando anticuerpos y destruyendo los organismos infecciosos que lo invaden y cuando el organismo detecta sustancias extrañas que pretenden invadir el organismo, se pone en marcha la respuesta inmune.

Con el paso de los años, la regulación de la función de los linfocitos T tiende a deteriorarse con la edad, en tanto que las concentraciones de inmunoglobulinas tienden a aumentar. Las respuestas de anticuerpos específicos disminuyen.

Tratamiento Nutricional

David. L. Katz, Rachel. S.C. Friedman y Sean. C. Lucan (2015) mencionan que “dentro de los beneficios para la salud de una alimentación relativamente rica en frutas y verduras, está el mejoramiento de la inmunidad” (p.389).

Ante esto, es importante mantener adecuadamente el equilibrio de macro nutrientes, que incluye la ingestión adecuada de proteínas con respecto a cantidad y calidad, ya que resulta ser indispensable para la inmunocompetencia durante toda la vida.

Vegetarianismo

Para comenzar, el término vegetarianismo suele ser genérico que incluye una amplia variedad de patrones alimentarios diferentes. Por lo general, el término implica, cuando menos, la evitación relativa de carne.

Actualmente, las recomendaciones alimentarias para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades insisten constantemente en la importancia de consumir una alimentación relativamente abundante en frutas, verduras y granos integrales. En consecuencia, una alimentación vegetariana puede ofrecernos beneficios aparentes para la salud, pero la exclusión parcial o completa de productos animales no asegura una nutrición óptima o siquiera equilibrada. Ante esto, considero que los vegetarianos estrictos tienen un posible riesgo de sufrir deficiencias de micro nutrientes o, incluso, de proteínas.

Pese a esto, “una dieta vegetariana bien combinada puede aportar toda la energía y los nutrientes necesarios para lograr un adecuado desarrollo y crecimiento, pero hay que adaptarlas a cada caso individual” (UDS, Nutrición Vegetariana, 2020).

Tipos De Vegetarianos

- ❖ **Veganismos:** es la evitación estricta de todo producto animal, incluidos los huevos y productos lácteos.
- ❖ **Lactovegetarianos:** consumen, además de vegetales, productos lácteos.
- ❖ **Ovolactovegetarianos:** consumen además de vegetales, productos lácteos y huevos.
- ❖ **Semivegetarianos:** comen carne ocasionalmente. No suelen comer carne roja pero sí aves de corral y pescado.
- ❖ **Macrobióticos:** consumen frutas, verduras y legumbres, pero hacen especial énfasis en los cereales integrales

“Las dietas vegetarianas están asociadas a una menor incidencia de obesidad, enfermedad coronaria, hipertensión y diabetes tipo 2” (UDS, Nutricion Vegetariana, 2020).

Conclusión

Considero que la importancia de asignar una dieta en las distintas enfermedades a lo largo de nuestra vida es fundamental ya que nuestro paciente deberá necesitar los requerimientos nutricionales necesarios para su buena recuperación. Ante esto, el tipo de dieta deberá ser suministrada de acuerdo a la situación en el que se encuentre el paciente a fin de otorgarle los nutrientes necesarios.

Por ello, optar por una dieta equilibrada será aquella que además de ser sana, nutritiva y apetecible contribuya también a prevenir las enfermedades crónicas degenerativas, es decir, aquella que dé lugar a una menor mortalidad total y a una mayor expectativa de vida.

Referencias

- David. L. Katz, R. S. (2015). Alimentacion E Inmuidad. En *Nutricion Medica* (pág. 387). España: Wolters Kluwer Health.
- UDS. (2020). Nutricion En La Disfagia. *Antologia De Nutricion En Enfermedades Gastrointestinales.PDF*, 121.
- UDS. (2020). Nutricion Vegetariana. *Antologia De Nutricion En Enfermedades Gastrointestinales.PDF*, 132.
- UDS. (2020). Nutricion Vegetariana. *Antologia De Nutricion En Enfermedades Gastrointestinales*, 130.
- L. Kathleen Mahan, S. E.-S. (2013). *Krause Dietoterapia*. España: Elsevier.