



Nombre del alumno: Anzueto Reyes Salma Berenice

Nombre del profesor: Daniela Rodriguez

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Nutrición en enfermedades gastrointestinales

Grado: 4° cuatrimestre

Grupo: LNU17EMC0119-A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de noviembre 2020

Introducción

Los tipos de alimentación son de suma importancia como tratamiento de diferentes patologías, ya que gracias a una alimentación correcta, variada, completa, equilibrada y apta para la patología que presente el paciente, puedan lograr tener un buen estado nutricional, debido a que el tipo de dieta que requiera le brindara los nutrientes y alimentos que necesitan para su estado de salud.

En el presente ensayo se explicará el tipo de alimentación, tratamiento nutricional y signos y síntomas en ciertas patologías, tales como la disgagia y en pacientes inmunodeprimidos, así como la importancia del tratamiento nutricional y tipo de alimentación para la recuperación y el buen estado de salud de dichos pacientes, de igual forma se explicará en que consisten los tipos de dietas, tales como el vegetarianismo y el veganismo.

Por lo que se refiere a la disfagia, es un trastorno que afecta a la deglución principalmente, provocando una malnutrición por la ingesta inadecuada de alimentos, con síntomas como la incapacidad para tragar saliva, atragantamientos o tos durante las comidas o después de estas, imposibilidad para beber con pajitas, voz como gorgoteo, ausencia de reflejo nauseoso y también infecciones crónicas de las vías respiratorias superiores, a su vez sus signos son residuos de comida en los recesos bucales, el babeo inadecuado, pérdida de peso, anorexia y deshidratación. El tratamiento nutricional será de acuerdo a los grados estándar de la disfagia, tales como disfagia grave que se caracteriza por la incapacidad para despejar la faringe, tos voluntaria no funcional y aspiración silente, disfagia moderada que es la retención moderada en la cavidad oral que requiere ciertas instrucciones o supervisión para despejarla y la disfagia leve que es la retención en la faringe que puede despejarse mediante tos espontánea, es por ello que las modificaciones en la textura de la dieta serán de acuerdo a cada grado, de modo que se fomentara una deglución segura. En cuanto al tipo de alimentación, el cambio de la consistencia de los alimentos puede ser beneficioso, pero también es importante mantener una dieta apetitosa y adecuada nutricionalmente, en donde la dieta se basa en una consistencia blanda y homogeneizada o en puré de los alimentos, que puede reducir la necesidad de manipulación oral y conservar la energía mientras comen.

Por otro lado los pacientes inmunodeprimidos son aquellos que su sistema inmune no cumple con las funciones normales en el organismo, como lo es combatir las infecciones y controlar la mayoría de los microorganismos infecciosos que atacan al organismo, si no que es al contrario, su cuerpo producen anticuerpos que atacan células normales por error, es decir, su sistema inmune no tiene la capacidad para diferenciar entre propio y ajeno, cabe mencionar que sus principales causas son las anomalías bioquímicas, las exposiciones ambientales, diferentes trastornos médicos y las infecciones o tratamientos biológicos que inhiben la función inmunitaria. En cuanto a los signos y síntomas, es muy común que los pacientes presenten infecciones más frecuentes, más duraderas o más difíciles de tratar que las infecciones de alguien con un sistema inmunitario normal, cabe mencionar que dichos signos y síntomas son diferentes según el tipo de trastorno de inmunodeficiencia del paciente. El tratamiento nutricional será de acuerdo a la patología que presente el paciente, pero en general la dieta debe de ser equilibrada, suficiente, adecuada y sobre todo una alimentación inocua ya que se debe de evitar que los pacientes contraigan enfermedades transmitidas por alimentos, debido a que corren mayor riesgo a padecerlas por tener un sistema inmune debilitado, de igual forma los requerimientos variaran de acuerdo a la patología que presenten, por ejemplo, en pacientes con artritis debido al aumento de la degradación de proteínas debido a la producción de hormona de crecimiento, glucagón y TNF se recomienda 1,5 a 2

g/kg/día, en cuanto a las grasas se aconseja aceite de pescado, aceite de oliva, aguacate con un 30 – 35 % de las calorías totales y de vitaminas, minerales y antioxidantes se recomienda folato, vitamina B6, vitamina B12 y vitamina D. Si el paciente presenta Lupus eritematoso la dieta debe adaptarse a las necesidades individuales de cada paciente, debe de haber una disminución de las proteínas, sodio y líquidos por que la función renal se altera es por eso que las necesidades calóricas deben ajustarse según el peso seco del paciente y en casos mas criticos puede ser necesario el soporte nutricional enteral. En pacientes con VIH la ingesta nutricional debe de ser adecuada y equilibrada para mantener un sistema inmunitario sano y prolongar la vida, con un aporte de 0,8 g de proteínas por kilogramo de peso corporal y micronutrientes como vitaminas A, vitamina B6, vitamina D, vitamina E, Cobre, Hierro, Niacina, Selenio y Cinc. Cabe mencionar que los alimentos que se deben de prohibir son aquellos que puedan transmitir alguna enfermedad al paciente, tales como lácteos no pasteurizados, embutidos crudos, yogures, quesos y kéfir, carnes, huevos y pescado, evitar todos los pescados crudos, mariscos y mariscos, como ostras, ceviche y sushi, evitar los pescados ahumados refrigerados, como el salmón ahumado, entre otros y en el caso del síndrome de Sjögren se deben de evitar los alimentos azucarados de la dieta para minimizar las caries y evitar las temperaturas extremas debido a la falta de saliva.

El vegetarianismo hace referencia a una amplia variedad de patrones alimentarios diferentes, por lo general el término implica cuando menos la evitación relativa de carne, pescado y sus derivados, pero aun así hay muchas variedades, por ejemplo, la dieta ovolactovegetariana que es la más amplia y la que siguen la mayoría de los vegetarianos y entre los alimentos de origen animal incluye la leche y sus derivados y los huevos, a su vez tiene dos pequeños subgrupos, tales son los lactovegetarianos que incluyen en su alimentación la leche y derivados, pero no los huevos, y están los ovovegetarianos que toman huevos pero excluyen la leche y sus derivados. Cabe mencionar que una alimentación vegetariana ofrecerá beneficios aparentes para la salud, pero la exclusión parcial o completa de productos animales no asegura una nutrición óptima o equilibrada, es por eso que los vegetarianos estrictos tienen un posible riesgo de sufrir deficiencias de micronutrientes o, incluso, de proteínas, pero también los vegetarianos presentan una menor incidencia de padecer ciertas enfermedades, tales como la enfermedad cardiovascular, la diabetes mellitus tipo 2 o algunos cánceres.

Con respecto al veganismo, se refiere a la evitación estricta de todo producto animal incluidos los huevos, productos lácteos, tampoco consumen productos que suponen un proceso animal como la miel y evitan alimentos que contengan pequeñas cantidades de subproductos de origen animal, como lo es la caseína o aditivos de origen desconocido, así mismo el veganismo más que un tipo de dieta, es toda una

ideología para los que la llevan a cabo ya que ellos buscan rechazar la explotación de los animales y el consumo de los productos derivados o cualquier otro que pueda significar su maltrato como los productos cosméticos testados en animales, en pocas palabras la principal ideología de los veganos es tener una relación más respetuosa y empática con los animales. Sin embargo no están exentos de padecer deficiencias de nutrientes, tal como el déficit de vitamina B 12, que solo está presente en alimentos de origen animal, de la que se recomienda su suplementación ya sea en forma de alimentos fortificados o como preparados farmacéuticos, de igual forma deficiencia de calcio ya que al no consumir productos lácteos que son su principal fuente, provoca un déficit de este, por lo que es conveniente tomar alimentos fortificados como la leche de soya, también podría presentarse un déficit de cinc ya que su ingesta en este grupo suele ser baja y la biodisponibilidad de este elemento en alimentos vegetales es pobre.

Conclusión

En conclusión considero que el tratamiento nutricional en conjunto con los tipos de dietas son determinantes importantes en el tratamiento de patologías, que en el presente ensayo son la disfagia y pacientes inmunodeprimidos, en donde la alimentación es un factor que contribuye a que los pacientes puedan mantener un buen estado nutricional, ya que de no ser así dichas patologías podrían causar graves estragos en su estado nutricional.

En cuanto a las personas que llevan una dieta ya sea vegetariana o vegana, considero que su ideología debe de ser respetable aunque no cumplan con los estándares correctos nutricionales, sin embargo el nutriologo debe de ayudar a asesorar estos pacientes adaptando las recomendaciones de ingesta de grupos de alimentos a su patrón alimentario y a sus hábitos culinarios, que son distintos a los de la población general.

Bibliografía

Salvado J. Bonada A. Trallero R. Saló M. Burgos R. (2014). *Nutrición y dietética clínica*. Barcelona España. Elsevier.

Mahan K. Escott S. Raymond J. (2013). *Krause Dietoterapia*. Barcelona, España. Elsevier

Katz D. Friedman R. Lucan S. (2015). *Nutrición médica*. Barcelona, España. Wolters Kluwer Health.

Rodríguez D. (2020). Diapositivas de la clase de educación en nutrición.