



**Nombre de alumnos:** Esmeralda Monserrat  
Navarro Avendaño

**Nombre del profesor:** Daniela Rodríguez

**Nombre del trabajo:** Ensayo “Unidad 2”

**Materia:** Nutrición en enfermedades  
gastrointestinales

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado:** 4 Cuatrimestre

Comitán de Domínguez Chiapas a 10 de octubre de 2020.

En este trabajo se retoman temas como la nutrición en la cirugía del esófago y estómago, tanto en la cavidad oral o faringe. Cuando se presenta cáncer, tumores o daños, suelen ocurrir problemas nutricionales, se recomendará el tipo de alimentación que se puede llevar a cabo, ya sea alimentación oral, cuando esta no es suficiente para satisfacer las necesidades nutricionales, se puede recurrir a otros tipos de alimentación como la enteral o parental.

En un segundo momento se describe el término dispepsia, el tipo de alimentación que la promueve y la que se tiene que llevar a cabo si se presenta. Se hablarán de las causas de la gastritis y úlceras pépticas, en un tercer momento se explica el sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado, porque es causado este síndrome, como perjudica a la salud, gracias a la eliminación de ciertos alimentos en nuestra dieta podemos evitar su proliferación, los alimentos buenos para mejorar la motilidad intestinal, se explicará que es una fístula, como se clasifican según su formación, que causan en las personas. En un cuarto momento se menciona que es ileostomía y colostomía, son consecuencias de algún problema digestivo. Se explicará que alimentos se debe evitar para aliviar la presencia de ciertos malos olores en las heces.

Por último, se menciona el síndrome del intestino corto, causado por diferentes factores, cual es la alimentación que debe seguir y la enfermedad de Wilson. Mencionamos el término pancreatitis, algunas de sus manifestaciones clínicas, los tipos que existen, algunas recomendaciones sobre las necesidades energéticas que puede presentar una persona con cirrosis.

Si llevamos a cabo una alimentación adecuada antes y después de una cirugía, o cuando hay presente alguna enfermedad, existirá una buena nutrición que ayudará al organismo a mantener un peso estable, recuperarse fácilmente de una cirugía, combatir efectos secundarios, controlar la enfermedad y mantendrá nuestra salud. Es muy importante planificar una dieta, que pueda cumplir con las necesidades de nutrientes en una persona, ajustarlas a la situación en la que se presente (cirugía, postcirugía, recuperación, alguna patología).

“Los pacientes con cáncer de la cavidad oral, la faringe o el esófago en ocasiones presentan problemas nutricionales y odinofagia o disfagia secundarias a la masa tumoral, obstrucciones, infecciones y úlceras orales”. (UDS,2020).

Considero que es muy importante contar con una dieta de calidad, cuando se padece cáncer, que ofrezca todos los nutrientes necesarios, que esta sea completa, ayudara a tener cierta protección, además que nos aportara fibra, principalmente obtenida de frutas y verduras. Cuando la persona no puede cubrir sus necesidades energéticas y proteicas por vía oral, se puede recurrir a sondas alimentarias (gastrostomía), esta puede ser complementaria o total, también se puede administrar una nutrición parenteral.

“El término dispepsia (indigestión) hace referencia a molestias o dolores inespecíficos y persistentes en la región superior del abdomen”. (UDS,2020).

Este tipo de molestias puede estar siendo causado por reflujos gastroesofágico, gastritis, colecistopatías. A diferencia que la dispepsia funcional puede ser molestias presentadas en el esófago, estomago e incluso el duodeno, estas ya suelen ser más recurrentes o persistentes. Se dice que estos tipos de trastornos pueden estar siendo

causadas muchas veces por el tipo de alimentación que llevamos, por ejemplo; las raciones de comidas muy grandes, alto consumo de grasas, azúcares, especias, alcohol, cafeína.

“La causa principal de la gastritis y la úlcera péptica es la infección por *H. pylori*”. (UDS,2020).

La bacteria *Helicobacter pylori*, es causante de infecciones en el estómago, se puede decir que la mayoría de la población tiene presente esta bacteria, se encuentra en la saliva, placa dental y heces fecales, puede ser transmitida de persona a persona por medio de contacto de saliva, vómitos, cuando una persona no se lava adecuadamente las manos después de una deposición, además puede ser transmitida a través del agua o alimentos contaminados, esta bacteria puede ser atacada a través de un tratamiento basado en antibióticos, medicamentos, una dieta que elimine sobre todo cafés, tes, refrescos, irritantes, embutidos. Que pueden estimular la secreción de jugo gástrico. Por medio de una alimentación podemos evitar proliferación de esta bacteria, esta debe ser rica en probióticos (lactobacilos y bifidobacterias).

“El sobrecrecimiento bacteriano del intestino delgado (SBID) es un síndrome caracterizado por la proliferación bacteriana dentro del intestino delgado”. (UDS,2020).

Este síndrome puede ser causado muchas veces por el abuso del consumo, de medicamentos supresores del cuidado gástrico, lo que provoca que las bacterias sobrevivan y lleguen hasta el intestino delgado, estas se reproducen y provocan una alteración de los mecanismos defensivos homeostáticos. Como podemos reducir la proliferación de las bacterias en el intestino, podemos realizar una dieta que restrinja el consumo de hidratos de carbono refinados, que suelen fermentarse de manera rápida, también almidones y azúcares

(lactosa, fructosa), y comenzar el consumo de cereales integrales, hortalizas y verduras que promoverán la motilidad del intestino.

“Una fístula es un conducto anormal entre dos órganos o entre un órgano y la piel. Una fístula entero cutánea (FEC) es un conducto anormal que empieza en el intestino y termina en la piel”. (UDS,2020).

Conuerdo, ya que las fistulas son conductos o uniones que no son normales del cuerpo humano, puede ser producto de alguna alteración del desarrollo prenatal, lesión, cirugía, cánceres y enfermedades inflamatorias. Según como sea su formación existen 2 tipos de fistulas las congénitas y adquiridas. Puede causar dolor e inflamación, cuando existe una fistula intestinal, provoca grandes pérdidas nutricionales, pérdida de líquidos, electrolitos e hipo absorción. Por este motivo su tratamiento nutricional suele ser complicado, se puede recurrir a NP, alimentación por sondas alimenticias, dietas orales o una mezcla de ambas.

“ileostomías y colostomías Los pacientes con CU grave, enfermedad de Crohn, cáncer de colon o traumatismos intestinales a menudo requieren la creación quirúrgica de una apertura 96 desde la superficie corporal al tubo intestinal para permitir la defecación desde la parte intacta del intestino”. (UDS,2020).

Este tipo de cirugías, se llevan a cabo según la parte del intestino donde se necesite, si es en el intestino delgado (íleon) será una ileostomía, si fuera en el intestino grueso, una colostomía debido a esto también se decidirá el lugar donde se hará la estoma. Las heces tendrán diferentes características si es ileostomía esta será más líquida, mientras que en la colostomía serán más pastosas, el olor dependerá del tipo de alimentación que lleve a cabo,

para evitar fuertes olores se eliminan alimentos de la dieta como; huevo, repollo, coles, cebolla, ajo, legumbres, frijoles. Deben consumir mas agua y sales para compensarlas, velar los niveles de micronutrientes principalmente vitamina B12, C, B9.

“El síndrome del intestino corto (SIC) se define como una capacidad de absorción inadecuada debida a una reducción de la longitud intestinal o del intestino funcional tras una resección”. (UDS,2020).

Considero, que al padecer este síndrome o pasar a una resección del intestino, es muy importante velar la nutrición, que la ingesta de alimentos y agua, puedan satisfacer las necesidades nutricionales y electrolitos. Que la ingesta de HC, lípidos y proteínas, mantengan un equilibrio, es recomendable realizar 6 pequeñas comidas al día, evitando la lactosa, cafeína y cantidades de dulces exageradas. En algunas ocasiones es muy importante utilizar suplementos vitamínicos y de minerales para satisfacer los requerimientos nutricionales.

“El término pancreatitis se aplica a la inflamación del páncreas y se caracteriza por el edema, el exudado celular y la necrosis grasa”. (UDS,2020).

Opino que el páncreas es muy importante ya que es productor de enzimas que ayudan a la digestión y hormonas que cumplen funciones reguladoras (glucosa), cuando hay una pancreatitis (aguda o crónica), suele hacer una ausencia de enzimas que favorecen la digestión de alimentos, además hay una deficiencia de sus funciones exocrinas y endocrinas.

“Las manifestaciones clínicas pueden incluir, igualmente, náuseas, vómitos, distensión abdominal y esteatorrea. La hipotensión, la oliguria y la disnea complican los casos de mayor gravedad”. (UDS,2020).

De acuerdo a lo anterior, considero que las recomendaciones dietéticas dependen de la gravedad con la que se presente la pancreatitis, el riesgo de padecerla puede ser por el consumo de alcohol, el tabaquismo, peso corporal, factores genéticos, y algunos medicamentos. Como objetivo ante esta situación es evitar cualquier daño al páncreas, aliviar el dolor y corregir la desnutrición, se puede recomendar comidas frecuentes en cantidades chicas, pobres en grasa, eliminar grasas trans, si es necesario aplicar vitaminas, consumo de antioxidantes (presentes en frutas y verduras).

“La enfermedad de Wilson es un trastorno autosómico recesivo asociado a una alteración de la excreción biliar del cobre”. (UDS,2020).

Esta enfermedad se da en el cromosoma 13, tiene gran importancia en un tipo de proteína esencial para el transporte y excreción de cobre en el hígado, el exceso de este metal se transporta a las vesículas excretoras de los conductos biliares, cuando esta rebasa las cantidades de cobre a la circulación general, se deposita en el cerebro, cornea, riñón, huesos y se elimina por vías urinarias.

“Las hepatopatías pueden ser agudas o crónicas y hereditarias o adquiridas”. (UDS,2020).

Opino que las enfermedades hepáticas, son aquellas que causan daños al hígado y provoca que este no funcione de manera óptima. Estas hepatopatías suelen clasificarse en vírica aguda, fulminante, crónica, no alcohólica, alcohólica (cirrosis), colestásicas y

hereditarias. Existen factores que puede predisponer a las hepatopatías alcohólica, esta suele clasificarse en 3 etapas; esteatosis hepática, hepatitis alcohólica y cirrosis. Cuando el paciente cirrótico sufre desnutrición es una opción seguir una alimentación oral o enteral, para evitar más complicaciones.

“Las necesidades energéticas de los pacientes aquejados de cirrosis son variables. Las necesidades equivalen a 25 a 35 calorías por kg de peso corporal; los cálculos deberían efectuarse con relación al peso seco”. (UDS,2020).

Concuero que las necesidades energéticas suelen variar ya que estas dependerán siempre del peso de la persona, pero es importante considerar algunos equivalentes como el anterior, ya que los pacientes con hepatopatías deben tomar complementos vitamínicos y de minerales, debido a la afectación del hígado.

Puedo concluir al elaborar este trabajo, que la nutrición siempre jugara un papel importante en nuestra vida, recalcando el beneficio de llevar a cabo una buena alimentación, en procesos que suelen suceder, por ejemplo, una postcirugía, en una recuperación de esta y en muchos casos la aparición de patologías. Cuando surge algún problema en nuestro organismo cáncer especialmente en la parte de la boca, faringe, esófago, estomago o intestinos, repercuten principalmente a la nutrición de una persona, por este motivo se pueden recomendar diferentes dietas o alternativas de alimentación enteral o parenteral, para poder cubrir todas las necesidades energéticas. Lo que causa en nuestro organismo la dispepsia puede ser molestias y dolor, podemos evitar o controlar esta enfermedad evitando ciertos alimentos.

De igual manera entendí que la infección por H. Pylori suele causar gastritis o úlceras peptídicas, y el consumo de probióticos y medicamentos, gracias a estos podemos evitar la proliferación de estas bacterias dentro de nuestro organismo. La importancia que tiene en una persona realizarle una cirugía como ileostomía o colostomía, en sus heces fecales. Como interviene el consumo de alimentos el síndrome del intestino corto, pancreatitis, hepatopatías.

Principalmente que en cada caso o problemas que se presentan en nuestro tracto digestivo, suele repercutir en la absorción de nutrientes de nuestros alimentos, por este motivo se debe velar que la nutrición sea correcta y logre satisfacer las necesidades nutricionales del organismo.

## Bibliografía:

Universidad del sureste (2020) antología de Nutrición en enfermedades gastrointestinales .pdf pág. 81- 119 recuperado

<file:///C:/Users/Esme%20Navarro/Desktop/antologias%204%20cuatrimestre/antologia%20enfermedades%20gastrointestinales.pdf>