



**Nombre del alumno:** Viviana Moreno Aguilar.

**Nombre del profesor:** Daniela Rodríguez Martínez.

**Nombre del trabajo:** Ensayo.

**Materia:** Nutrición en enfermedades gastrointestinales.

**Grado:** Cuarto cuatrimestre.

**Licenciatura:** Nutrición.

Comitán de Domínguez Chiapas a 17 de Octubre de 2020.

Se define que para establecer un adecuado balance y funcionamiento del organismo debemos incorporar los nutrientes correspondientes para proporcionar las materias primas a las estructuras corporales y de esta manera contribuir al crecimiento y mantenimiento de los tejidos en el ciclo de la vida.

Las consecuencias más graves que nos conllevan al desenlace; posiblemente consecutivo de patologías, se ve reflejado en la inadecuada nutrición y al sedentarismo, así también, a los malos hábitos como el tabaquismo o alcoholismo.

A menudo una dieta modificada es un componente importante del cuidado de la salud total del paciente. Por ejemplo, la dieta es parte importante del tratamiento de enfermedades metabólicas, crónicas, etc., de esta manera, la modificación dietética forma parte del tratamiento en muchos procesos patológicos.

El sistema digestivo está compuesto por órganos de suma importancia que participan en el metabolismo de los diferentes nutrientes de los alimentos ingeridos. Sin embargo, cualquier daño que los afecte puede alterar su funcionamiento normal y favorecer la aparición de síntomas digestivos o generales, que alteren el estado nutricional de la persona.

Muchos de estos problemas pueden evitarse o aliviarse mediante la realización de una serie de recomendaciones dietéticas y con un buen control y seguimiento nutricional.

En este ensayo/documento se pretende reflejar de manera clara y de lo más conciso cuales son las causas que atribuyen a llevar a procesos quirúrgicos o a complicaciones mismas de los órganos digestivos que afecten gravemente su funcionalidad y reduzcan la activación de la nutrición habitual. Se describen diferentes patologías justificando, asimismo, la nutrición empleada y los síntomas que se desarrollan en cuanto contraindicaciones, durante el desenlace de la enfermedad, o como consecuencias de estas.

Como sabemos, todos los tejidos y órganos del cuerpo contribuyen de alguna u otra manera a la obtención de nutrientes, siendo unos más importantes y otros de “accesorio”. En los temas a tratar podemos observar que se ven fundamentalmente afectados dos funciones principales: estamos hablando de la digestión (consiste en la fracción de las moléculas presentes en los alimentos) y la absorción (es la introducción de los nutrientes hacia las células), asimismo, debemos considerar que el metabolismo en general sufre grandes modificaciones, puesto que las reacciones se alteran en cuanto su ritmo y velocidad.

Cabe destacar que el esófago funciona como un conducto que dirige el bolo alimenticio generado en la boca hasta el estómago, posteriormente, el estómago es el área donde se secreta ácido clorhídrico, pepsinógeno, factor intrínseco, además de moco, gastrina, histamina, etc., gracias a las glándulas y células especializadas, una vez generada la activación de gastrina se activan y liberan secuencialmente el resto de sustancias, en sí, podemos definirlo como la cavidad encargada de incorporar y combinar el bolo alimenticio con el jugo gástrico y todas sus enzimas y demás compuestos. Por otra parte, el intestino delgado finaliza el proceso de digestión además de contar con la actividad de absorción de la mayor parte de los nutrientes provenientes de los alimentos, mientras que el intestino grueso concentra y atrae agua, electrolitos y ciertas vitaminas, además de efectuar el proceso donde se forma la materia fecal. Todo esto se ve relacionado con el hígado y el páncreas, a través de redes de vasos sanguíneos, para que de esta manera podemos obtener todos los nutrientes para ser almacenados o liberados, con la participación de neurotransmisores y hormonas, entre otros que nos otorgan los órganos secundarios y auxiliares, de acuerdo a cuando el cuerpo lo necesite, y finalmente transportar los nutrientes a todas las extremidades del organismo.

Como podemos ver el funcionamiento, ya sea en conjunto de estos órganos o por separado, es de gran complejidad y de suma importancia, por eso, al estar expuestos ante una alteración, cirugía, cáncer, etc., se puede perder parcialmente la dinámica funcional y de esta manera influir en la alimentación, siendo así que, se debe adecuar una dieta y corregir o variar las porciones cualitativas/cuantitativas de acuerdo a la patología o condición fisiológica que se logre presentar en el trascurso de la recuperación, así también, en el ajuste de nutrientes o en el cambio de textura o consistencia debe estar presente y son factores a considerar, esto, para evitar que se asocien a problemas gastrointestinales como diarrea, gastroparesia, náuseas, y distensión abdominal,, etc., además de encontrarse dañado el mecanismo de masticación, deglución, salivación, y contribuir a la mejora de las

características organolépticas y a los órganos sensoriales participen ampliamente de forma apropiada.

La cirugía de esófago y del estómago es una técnica terapéutica que ayuda a eliminar estructuras no propias o habituales en estas áreas, sin embargo, llegan a condicionar la alimentación. Se ve alterando de manera permanente o transitoria su funcionamiento normal, e incluso llega a beneficiar y contribuir a la aparición de síntomas digestivos o generales que alteren el estado nutricional de la persona. Muchos de estos problemas pueden prevenirse o controlarse mediante la realización de una serie de recomendaciones dietéticas y con un buen control y seguimiento nutricional. Sus principales causas se deben a la presencia de tumores, a obstrucciones, infecciones, úlceras gastrointestinales, reflujo gastroesofágico, etc., que conlleve a generar dolor o problemas y dificultad de deglución. Asimismo, la eliminación de alguna porción importante estomacal puede generar o hacer que la persona presente hipoclorhidria (disminución de liberación de ácido clorhídrico) o aclorhidria (no es posible desarrollar la producción de ácido clorhídrico). La mayor parte del tiempo es casi imposible mantener el peso ideal tras una intervención quirúrgica debido a que la persona puede presentar más saciedad, defecaciones constantes y frecuentes, o debido a que debilitan o deterioran el proceso de absorción, estableciendo cada vez más las deficiencias, y a la mala recuperación, además de una mala cicatrización y mal control del sistema inmune.

Se lleva a cabo también ileostomía y colostomía que consisten prácticamente en el procedimiento quirúrgico que abarca la estructura corporal superficial y la parte interna del intestino (íleon o colon) en el cual se establece principalmente la eliminación de heces de modo "artificial".

También se ven implicadas las resecciones yeyunales, esto confiere un mayor enfoque, puesto que, al eliminar cierta porción del intestino, puede generar críticas complicaciones, ya que no podrá absorberse la mayoría de nutrientes, pero el organismo es tan impresionante que le transfiere esa función al íleon y se adapta a las condiciones del cuerpo para no deteriorarlo completamente, realizando de forma análoga las actividades, de lo contrario, en la resección del íleon nadie sustituye sus funciones y participa en la deficiencia de absorción de sales biliares y del complejo de vitamina B, lípidos, y se pierde el transporte de conducción de las vitaminas liposolubles (A, D, E, K).

Esto termina estableciendo el síndrome de intestino corto, originando una insuficiencia intestinal como se menciona anteriormente. La dieta de este trastorno consiste mayormente en equilibrar y proporcionar una hidratación apropiada, puesto que, se incrementan el consumo de líquidos, electrolitos, y nutrientes para cumplir con todas las necesidades y requerimientos nutricionales, mejorando así la calidad de vida.

Generalmente para estos tipos de intervenciones, de comienzo, la nutrición suele ser a través de sondas, ya sea, aplicando todos los nutrientes en general o simplemente complementarla con algunos de ellos mediante alimentos funcionales, es decir, cuando el paciente no es capaz de obtener los nutrientes mediante vía oral, se emplea ciertos tipo de productos que hace alusión a suplementos alimentarios, que de forma externa a los alimentos; puede aportar los nutrientes como vitaminas, minerales, aminoácidos, etc., y de esta manera cubrir satisfactoriamente las necesidades del sujeto, principalmente evitar deficiencias para contraer alguna otra infección o proporcionarle soporte al organismo y resistencia, ya que se encarga de mantener lo más cerca posible una alimentación habitual que cumpla con la energía y nutrientes imprescindibles que se mantiene establecidos, con la aplicación de alimentos tolerables, restringiendo completamente a aquellos que ocasionen y aumenten los síntomas. Se puede introducir un tipo de alimentación complementaria una vez estando estable el tubo digestivo, comenzando principalmente por alimentos recomendados y líquidos de fácil digestión para posteriormente establecer un seguimiento constante hasta lograr una dieta normal.

Se considera actualmente que el pH y otras características de los alimentos contribuyen significativamente tanto al tratamiento como a la aceleración de los síntomas, es decir, influyen y permiten el avance de estas enfermedades, ya que en muchos de estos casos se suelen evitar alimentos demasiados ácidos y así implementar en la dieta alimentos neutros para crear un ambiente armónico y adecuado para el organismo aunque, ya que suelen encontrarse con un pH entre dos a tres, y en cantidades excesivas dañan la mucosa de sistema gastrointestinal.

Los motivos más frecuentes para considerar alguna intervención se debe a la enfermedad de Crohn, enteritis por radiación, infarto mesentérico, cáncer y vólvulos, que causan síntomas como obstrucciones, evacuación gástrica rápida, molestias abdominales diarrea y pérdida de peso, hipoabsorción o absorción nula de vitamina B12 y del mineral hierro, que contribuyen más rápido el padecimiento de anemia.

En general se originan síntomas como náuseas, vómitos, anemia (por deficiencia de vitamina B12 y hierro) anorexia, dispepsia (se genera por reflujo esofágico, gastritis, úlcera péptica, colecistopatías, síndrome del intestino irritable, la ansiedad y la depresión) úlcera péptica (su principal razón se debe a la infección por H. pylori), molestias abdominales inespecíficas, distensión, sensación rápida de saciedad, y eructos. Pueden aparecer complicaciones, como obstrucciones, evacuación gástrica rápida, diarrea y pérdida de peso, en periodos crónicos se desarrolla osteoporosis y deficiencias de ciertas vitaminas y minerales, síntomas vasculares relacionados con una hipoglucemia reactiva, enrojecimiento, taquicardia, sudoración, debilidad, ansiedad, debilidad, temblores o hambre, y dificultades de concentración. Algunos procedimientos pueden retrasar o acelerar el vaciado gástrico, el primero se denomina gastroparesia; y el segundo se conoce como síndrome de evacuación gástrica rápida (se debe a que los alimentos consumidos entran rápidamente al intestino delgado)

Además la dispepsia atribuye a un conjunto y a una serie de signos y síntomas de trastornos funcionales digestivos, es decir, son molestias que se presentan en cualquier porción o parte del tubo digestivo de los cuales se pueden incluir saciedad rápida, eructos, molestia abdominal, sensación de llenura temprana, náuseas después de las comidas demasiado lenta después de los alimentos y dolor en la parte superior de la abdomen.

La dispepsia es causada por problemas subyacentes, es decir, se contempla como un síntoma reactivo o secundario a otra enfermedad, sin embargo, se menciona que sus posibles causas son hipersensibilidad visceral al ácido o a la distensión, ajuste o adecuación gástrica, vaciados gástricos a la acción de la peristalsis del tubo digestivo.

El carcinoma es el factor más frecuente a todas las deficiencias relacionadas a la nutrición. Se refiere a la formación de tumores, es decir, la acumulación de células anormales en la parte superior del estómago, que con lleva a la pérdida de apetito, además de presentar consecuencia vinculadas a la ingesta inadecuada de alimentos, también a la merma y supresión de fuerzas y peso. Cómo debe suponerse el sedentarismo y una mala alimentación contribuye a aumentar el peligro y riesgo, que posteriormente conlleva al desenlace de la patología, experimentan grandes pérdidas y déficit de macronutrientes, por lo tanto, de energía.

Por otro lado, la biota intestinal cuenta con cierto contenido de bacterias y especies de ellas, que en esa zona no causan daño alguno, ya que consideran como

normales/naturales, sin embargo, ciertos procesos biológicos o patologías permiten que se reproduzcan de manera exagerada y se adapten bacterias que no sean pertenecientes de ahí, podemos mencionar que es secundario a problemas obstructivos, estenosis enteritis por radiación o procedimientos quirúrgicos, de la misma manera, los problemas hepáticos y pancreáticos contribuyen a la modificación del recorrido y ruta del tubo digestivo, impidiendo su llegada al intestino distal. Estas bacterias utilizan las mismos nutrientes consumidos por la persona, dejando así a este en una deficiencia nutricional. Emplean fundamentalmente la atracción de hidratos fermentables para su crecimiento, desarrollo y reproducción, ya que ayudan a la obtención de energía para la estimulación de su mecanismo biológico.

Uno de los síntomas más habituales corresponder a la diarrea crónica por tipo de absorción de grasas, los microorganismos dividen o separan las sales biliares provocando que disocian a la digestión de las grasas y originen esteatorrea (heces grasientas).

Las fistulas son cavidades cutáneas, es decir, es la formación de un absceso (por mencionarlo de alguna manera) que se establece entre el intestino y la piel. Suele ser el resultado del desarrollo prenatal, traumatismo de cirugía de cáncer y enfermedades inflamatorias.

El tipo de nutrición se basa principalmente en el apoyo enteral o parenteral. Se atribuye que el consumo de alimentos que contienen fenoles antioxidantes, como los arándanos y extractos de jengibre, té verde, brócoli, aceite de grosella negra y kimchi tiende a eliminar la bacteria *H. pylori*. En el vaciado gástrico rápido se recomiendan proteínas y lípidos por su respuesta aceptable, mientras que se evitan los hidratos de carbono simples, y se permiten los complejos, además de la incorporación de fibra soluble. De lo contrario en la gastroparecia se evitan todo tipo de fibras.

Suele ser útil pasar a una dieta compuesta por alimentos en puré o líquidos, además de proporcionar nutrientes mediante suplementos líquidos, disminuir comidas muy abundantes y consumo elevado de grasas, azúcar, cafeína, especias o alcohol, la ingesta de alimentos muy salados o encurtidos, aumentar el consumo de hierro y calcio, probióticos con lactobacilos y bifidobacterias, fruta, verdura y selenio para prever las enfermedades o contribuir a su mejora.

La nutrición de la amigdalitis son alimentos fríos, blandos, de sabor suave y que no estén secos.

Cada pauta alimenticia se basara en la modificación que se establezca en la funcionalidad y el estado de salud, es decir, el nivel de gravedad por parte de la patología o complicación quirúrgica.

La pancreatitis crónica se produce por la inflamación prolongada del páncreas, que ocasiona la destrucción irreversible del tejido, se desarrolla lentamente y se desencadena principalmente por factores asociados al estilo de vida, como; el consumo excesivo de alcohol, medicamentos que general tensión, enfermedades autoinmunes, fibrosis quística, o triglicéridos elevados, tabaquismo, etc.

Si el páncreas no funciona adecuadamente la capacidad para digerir los nutrientes se ve afectada. Su mal nutrición conlleva a la debilidad ósea o perdida de la visión, además de presentar dificultades para aumentar o mantener el peso.

Presenta dolor abdominal con frecuencia siendo intenso y debilitante, náuseas, vómitos, distensión abdominal y esteatorrea, hipotensión, oliguria y disnea (dificultad para respirar), además de esteatorrea e hipoabsorción, por la deficiencia e incapacidad de secreción de enzimas y hormonas.

La nutrición pretende eliminar la desnutrición, por lo tanto se establece el aumento calórico. Debe evitar comidas copiosas, grasas de origen animal (ácidos grasos trans) y el alcohol, alimentos procesados o de bollería industrial. Aumentar el consumo de verdura y frutas por su alto contenido en antioxidantes, las comidas deben ser frecuentes y de poca cantidad.

Las hepatopatías son enfermedades donde las células del hígado se encuentran disfuncionales. En la nutrición se le da el papel de secreción biliar que participa en la digestión y absorción de los lípidos en el intestino, además de otros nutrientes. Además suelen depositarse todas las vitaminas liposolubles y la cianocobalamina, al igual que hierro y cobre. Implica la enfermedad de Wilson como hereditaria e insuficiencia hepática.



La enfermedad de Wilson es afectada por la eliminación de cobre a través de la bilis, donde este mineral se aloja y se reserva principalmente en el hígado, además de intervenir la córnea, riñones, etc.

En la pauta dietética se prescribe un aumento complementario de cinc, puesto que este, ayuda a reducir la introducción en las células y facilita su eliminación sin causar daño alguno.

Se establece principalmente una dieta baja o muy estricta en cobre, ya que se permite menos de 1 mg/día o como máximo 1,5 mg al día. Se debe consumir agua desmineralizada, restringir las bebidas alcohólicas, evitar alimentos ricos en este mineral como vísceras, mariscos, legumbres, frutos secos, cereales integrales, crustáceos, nueces, cacao, champiñones, lentejas, chicharos, frijoles, aguacate, etc., permitiendo el consumo de lácteos y sus derivados por carencia de este, etc.

La insuficiencia hepática pierde la anatomía de los hepatocitos y puede provocar fibrosis, cirrosis e incluso hepatocarcinoma. Sus causas son multifactoriales que incluye diabetes mellitus tipo 2, lipodistrofia, derivación yeyunoileal, obesidad y esencialmente por malnutrición.

Se recomienda el consumo de vitamina E, abstinencia del alcohol, se estima que la energía debe acoplarse entre 25 a 35 calorías por kg de peso corporal, pero todo depende del estadio de la persona, y se requieren complementos de vitaminas y minerales, etc.

Produce dolor abdominal, anorexia, náuseas, vómitos, debilidad, diarrea, adelgazamiento o fiebre, desnutrición, ascitis, hiponatremia, encefalopatía hepática, alteraciones del metabolismo de la glucosa, hipoabsorción de lípidos, síndrome hepatorenal y osteopenia, confusión, ataxia y alteraciones oculares, osteodistrofia u osteopenia.

Su alimentación dependerá de la patología que se desarrolle, puesto que en ese momento se definirá las porciones de alimentos permitidos y cuales se deberán evitar para contribuir a una mejor calidad de vida.

Concluyo que es importante conocer de qué manera nuestra alimentación, así como otros hábitos cotidianos, pueden interferir fuertemente a las complicaciones y daños generados en el sistema gastrointestinal, asimismo, el establecer que la dieta puede ser tanto benéfica (siempre y cuando se realice de manera adecuada a nuestra edad, sexo, actividad física, estado de salud, etc.) y deteriorante cuando se interrumpe o se contraindica, ya que, se encarga de acelerar los procesos de diversas patologías, además, contribuye al implemento de conocimientos al establecer, pretender y tratar de explicar de una forma precisa como la alimentación actúa de forma terapéutica. Después de observar estas patologías, la mayor parte de los casos se realizan como tratamiento específico la cirugía, puesto que, para ésta debe existir una alimentación previa y posterior y así brindarle el soporte, resistencia ante infecciones y regeneración adecuada, además de proporcionar la energía y nutrientes necesarios y específicos para evitar deficiencias del sistema inmunológico y contribuir a evitar a prevenir o aliviar síntomas y posibles complicaciones futuras.

Es de suma importancia que como profesionales, debemos conocer no únicamente que alimentos en si se evitan y cuales se permiten en las diferentes modificaciones que se establecen en el tubo digestivo, es decir, debemos conocer y principalmente comprender a fondo de qué manera nuestros nutrientes participan en las células y como su deficiencia o su exceso producen diversas reacciones e interacción dentro del organismo mismo, puesto que, entender la complejidad de los diferentes mecanismos nos permitirá contribuir de forma positiva al estilo de vida de una persona, principalmente aquella que requiere de más apoyo nutricional al estar cursando por patologías, es por ello, que además conocer la etiología de la enfermedad depende en gran medida de que se establezca adecuadamente un régimen o pautas de alimentación, asimismo, muchos alimentos pueden ayudar a contribuir a la prevención de enfermedades, pero no podemos hacer nada en contra cuando estas son hereditarias pero si contribuir a su mejora. Además de que nos ayuda a complementar conocimientos e información previa de las tolerancias dietéticas y saber en qué momento incorporar más alimentos, y contemplar las distintas técnicas de nutrición como la parenteral y enteral.

#### Bibliografía:

-Universidad del Sureste. (2020). Antología de nutrición en enfermedades gastrointestinales, de PDF. Unidad 2, págs., 81-119 Sitio web:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/46693dc5dcd7a8cc35ef1f7ad9698651.pdf>