



LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

Materia: Nutrición en enfermedades renales.

Actividad: mapa conceptual → Migraña: Prescripción dietética.

Docente: L.N. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo.

Alumna: Xochitl Pérez Pascual

Quinto cuatrimestre - Grupo "A"

Tapachula Chiapas -- 13/03/2021

Migraña

Descripción

La migraña es un trastorno neurológico caracterizado por sufrir crisis de manera episódica y recurrente, que se presentan habitualmente con cefalea que suele asociarse a hipersensibilidad a los estímulos externos (visuales, auditivos, olfatorios y cutáneos), náuseas y vómitos. La migraña se puede considerar como un proceso crónico.

Evolución migraña episódica a migraña crónica

La transformación de una ME a una forma crónica es un proceso gradual en el tiempo. Se pueden diferenciar tres tipos de evolución natural en el paciente migrañoso: 1- remisión de las crisis, que podría definirse como una evolución hacia un periodo de tiempo prolongado libre de síntomas. 2- persistencia como una relativa estabilidad clínica sin marcadores que indiquen progresión y, 3- progresión de la migraña con clínica de MC, con cambios funcionales en la sustancia gris periacueductal y sensibilización central y lesiones anatómicas, tanto cerebrales como ajenas al cerebro.

Factores de riesgo de cronificación

Los factores de riesgo se han dividido en tres grupos: No modificables, modificables y otros factores, denominados por algunos autores como putativos o comórbidos. A partir de lo observado en diversos estudios epidemiológicos, se consideran factores de riesgo no modificables la edad del paciente, el sexo femenino, la predisposición genética, la raza caucásica, un bajo nivel cultural/socioeconómico y el hecho de haber sufrido un traumatismo craneoencefálico.

Medidas de prevención

- 1.- Reducir la frecuencia de crisis con tratamiento preventivo y no farmacológico (fisioterapia, terapia conductual).
- 2.- Controlar el IMC y mantener un peso adecuado.
- 3.- Evitar el abuso de medicación.
4. Evitar el consumo abusivo de cafeína.
5. Investigar y tratar los trastornos del sueño y apneas.
6. Hacer seguimiento y tratar comorbilidades psiquiátricas como depresión.

Tratamiento

Sintomático

Objetivos y evaluación de la respuesta al tratamiento:

- Tratar los ataques con eficacia y rapidez.
- Reducir al mínimo los efectos adversos.
- Restaurar la capacidad del paciente para realizar una vida normal.

Preventivo

Objetivo general

- Reducir la frecuencia y severidad de las crisis.

Objetivos operativos:

- Reducir la frecuencia de las crisis de migraña en un 50% o más.
- Reducir el uso de medicación durante las crisis y mejorar la calidad de vida.

Fracaso terapéutico:

- Reducción de la frecuencia de la crisis inferior al 50%²⁵. Seguridad del tratamiento preventivo Se define por las tasas totales de efectos adversos y efectos adversos que conducen a la interrupción del tratamiento.

Objetivo nutricional

Los factores precipitantes alimentarios pueden influenciar la patofisiología de ésta en una o varias etapas del ataque pudiendo afectar la corteza cerebral, el STV, el núcleo del tronco encefálico trigeminal, el tálamo y las vías del sistema límbico. Muchas veces las crisis se originan por el influjo de otros elementos que actúan potenciando el malestar.

Bibliografía

- Herman veles a. (2012) fundamentos de medicina nefrologia corporacion para investigaciones
 - Ana Bertha Pérez Lizaur (2014) nutriologia medica 4 edicion.
- ronea ,F; Calcium, (2015) micronutrients and physical activity to maximize bone mass during growth. Food, Nutrition and Agriculture.
 - 1 The roles of calcium and vit D in skeletal heath and evolutionary perspective. Food, nutrition and enfermedad renal.
 - www.nutricionrenal.org
 - <http://www.eattratadosdenutricionendocrina.org.mx>
 - <http://www.bda.uk.com>
 - <http://www.fesnad.org/sociedades/SENC.htm>