

Prácticas de nutrición clínica 2.

- 
- Unidad I actividad I
 - Nutrición.
 - 9no cuatrimestre
 - Kevin Jasiel Cruz Rios

Introducción

La nutrición es un área muy importante de la medicina donde podemos dar tratamiento y salvaguardar la salud de los pacientes que presentan alguna patología, pero en los casos en los que los pacientes se encuentran encamados conlleva a la utilización de métodos y fórmulas diferentes para su tratamiento donde además se demostrara a continuación ciertos aspectos en las que los diuréticos llegan a realizar efectos tanto positivos como negativos.

Desarrollo.

La nutrición clínica es una rama de la medicina muy importante para cualquier patología que se vaya a tratar, pero para poder realizar un diagnóstico correcto es mediante diversas encuestas, la antropometría, indicadores bioquímicos como de glucosa, colesterol, triglicéridos etc. O inclusive llegar a contemplar ciertas circunstancias de alimentación en especial mediante la nutrición enteral y parenteral, siendo muy importante para evitar la evolución de la enfermedad, cabe resaltar para que todo resulte efectivo y prometedor deben en trabajar en conjunto médicos, enfermeros, nutriólogos y químicos farmacéuticos. Las enfermedades crónicas no transmisibles siendo un tema importante para nuestro país dado a la alta prevalencia como la hipertensión arterial convirtiéndose en una de las causas muertas principales en México, aunque la malnutrición siendo también otro punto importante de la evolución de enfermedades crónicas no transmisibles genera diversas expectativas para poder erradicar este problema dado a que al no tratarlo los conlleva a la presencia de la estancia hospitalaria, gracias a las funciones y habilidades del nutricionista clínico realiza procesos eficaces para salvaguardar o mejorar la salud del paciente tanto sea en un sector público o privado, un buen nutriólogo debe considerar diversos aspectos externos del paciente donde puede afectar directamente sus acciones nutricionales es decir las condiciones socioeconómicas, culturales e inclusive religiosas dado a que existe templos o religiones donde prohíbe el consumo de ciertos alimentos. Para realizar una adecuada valoración nutricional en pacientes que se encuentran postrados donde debemos conocer el estado nutricional dependiendo de las circunstancias de las enfermedades concretas que lleguen a presentar, la nutrición se debe manejar bajo cierto cuidado dado a que si se le administra una menor cantidad en calorías o nutrientes provocara efectos nocivos en nuestra salud como siendo más sensibles a las descompensaciones por traumatismos o infecciones pero en el caso adverso de aumentar las cantidades kilocalorías más de lo que requerimos donde las consecuencias principales es en el aumento de tejido adiposo y si conllevamos una vida sedentaria es decir sin realizar alguna actividad física será aún mayor el aumento de tejido adiposo al grado de tener sobrepeso y obesidad en 3 grados diferentes, tipo 1, tipo 2 y obesidad tipo 3 o conocida como mórbida, maneja bajo un parámetro conocido como índice de masa corporal

(IMC), la desnutrición que obtienen los pacientes es por la baja ingesta calórica que se mencionó con anterioridad donde además se puede presentar diversas complicaciones como la presencia de anemia, susceptible a fracturas, malabsorción de nutrientes entre otras más. Cada paciente llegara a presentar diversos problemas nutricionales en las cuales se realiza por consecuente como la determinación de la ingesta de nutrientes, la composición corporal y su estructura es de los puntos más importantes a contemplar, los niveles bioquímicos del cuerpo humano sobre el estado nutricional es factible a considerar dado a que no conocemos si presenta alguna elevación de algún bioquímico o la ausencia de algún nutrientes y por último la evaluación clínica del estado nutricional, al conocer la alimentación habitual que conllevaban con anterioridad es importante conocerlo dado a que conoceríamos la ingesta tanto calórica como nutricional que consumían como también si presentaban alguna presencia de alergias alimentarias, una vez que tengamos comprendido la cantidad calórica que consumían podemos determinar la diferencia con la cantidad calórica que deberían de consumir, siendo que demostramos el objetivo calórico a consumir para lograr denotar ciertas mejorías en la salud del paciente, las encuestas alimentarias nos ayudan a comprender este punto de conocer la cantidad calórica que consumen habitualmente, básicamente existen 3 tipos de encuestas que se pueden realizar como las que son: de escala nacional, que nos permite determinar la alimentación exacta de un país en estudio, las encuestas de escala familiar nos permite conocer como es la alimentación que realizan en el seno familiar desde que desayunan hasta que cenan incluyendo las colaciones y por ultimo las encuestas de escalas individuales que es más bien conocidas como encuestas nutricionales donde se incluyen el recordatorio de 24 horas. Estas encuestas son importantes al realizarlas por los motivos antes mencionados, cabe resaltar que posterior al realizar las encuestas se continúa con el conocimiento de la estructura o composición corporal mediante las medidas antropométricas, tomando diversas medidas de longitudes sobre el cuerpo humano en estudio, donde la edad, el sexo y el estado fisiopatológico son factores importantes para las tomas antropométricas, la toma de la talla es muy habitual realizarlo dado a que también suele ser factible ya que si presenta una talla menor a la edad correspondida entrarían otros factores por las que su talla no es correspondida a la edad que presenta, ya sea alimenticias o algún factor genético que impida el desarrollo correcto del paciente, el peso al igual que la talla se maneja en ciertos parámetros correspondiendo a la edad que conlleva y la talla que nos presenta, por ejemplo al realizar la toma de datos antropométricos en pacientes recién nacidos o con meses de nacimiento, se utilizan tablas correspondidas por la OMS o de la secretaria de salud donde nos estiman unas medidas en longitud o peso correspondiendo a la edad que presentan o viceversa las medidas de longitud correspondiendo al peso que presentan, en el caso de personas mayores se utilizando otros parámetros conocidos como índice de masa corporal que en el cual lo estipulan

desde desnutrición hasta la obesidad de tipo 3 o mórbida, en otros casos en las que se dificulte realizar estas tomas se realizan diversas medidas para conocer tanto la talla como el peso estimado que presentaría el paciente, para el conocimiento del porcentaje de la grasa corporal se utiliza específicamente la toma de pliegues cutáneos para poder estimar la grasa subcutánea donde nos muestra un cierto porcentaje en lo que debemos contener según la actividad física que realizamos, los pliegues que con normalidad se toma el pliegue tricípital, el pliegue bicipital, pliegue subescapular y el pliegue abdominal una vez obtenido los datos requeridos se utilizan diversas fórmulas para estimar el porcentaje de grasa que presenta y comparándolo con tablas dado a que con el paso de los años existe un aumento de adiposidad y que además varía según el sexo ya que en el caso de las mujeres precede aún más la presencia de adiposidad. Existen diversas maneras en las que se pueda estimar el porcentaje de tejido adiposo magro como por medio de impedancia bioeléctrica, una tomografía computarizada o inclusive mediante ultrasonido. Para poder comprender más a fondo los factores bioquímicos que precede en nuestro organismo podemos realizar 2 tipos de análisis más comunes como los que se conoce como los estáticos que nos muestra una cantidad concreta de niveles de hierro en suero o de cinc en pelo y los análisis funcionales que básicamente nos muestra los niveles de ferritina en suero o la homocisteína plasmática pero para poder conocer otros parámetros o sustancias que requerimos conocer se realizan otros tipos de estudios como por ejemplo para poder conocer o tener un marcador de la masa muscular es necesario la determinación de la creatinina en orina dado a que si se encuentra en niveles desconcertantes nos puede mencionar que el paciente pueda presentar alguna patología renal. Las evaluaciones clínicas suelen ser más sencillas dado a que nos enfocamos en la determinación de color o texturas de ciertas partes del cuerpo como la cara, cabello, cuello, ojos e inclusive uñas dado a que si presentan alguna descoloración nos hace referir la usencia de algún nutrientes o en el caso adverso de un exceso de coloración suele ser por una alta ingesta de algunos nutrientes o antioxidantes. La edematización es la presencia de líquidos en ciertas extremidades del cuerpo donde esto suele ser un factor predominante para poder realizarle la valoración nutricional, básicamente el edema suele presentar por diversas circunstancias como en el caso de pacientes con cirrosis hepática donde este genera una alteración en la homeostasis del volumen líquido extracelular siendo entonces un aumento del líquido en las cavidades peritoneales o pleurales, desde mi punto personal es importante recordar que al presentar alguna problema hepático como lo que es la cirrosis por consecuente conlleva a presentar algún problema renal siendo generalmente la presencia de una hiperreabsorción de sodio en los túbulos renales o al desarrollo de una hiponatremia dilucional o el síndrome hepatorenal, pero para llegar a evitar estas complicaciones se realiza un tratamiento en pacientes que llegan a presentar edema o ascitis donde buscamos poder

disminuir el disconfort producido por la acumulación de líquido de la cavidad peritoneal donde este nos ayudara a evitar la presencia de hernias de las paredes abdominales o inclusive evitar alguna infección bacteriana por el líquido ascítico, siendo que el tratamiento habitual es la disminución del consumo de sodio conocida como dieta hiposódica y para poder conocer la evolución del tratamiento es mediante la medición de la excreción urinaria del sodio en condiciones basales, en el caso del que el paciente presente alguna retención de sodio intensa llega a ser importante que al restringir el sodio hasta 20 mEq/día llega a ser beneficioso para el paciente y con la presencia de tratamientos diuréticos la ascitis disminuirá considerablemente donde utilizan normalmente la espironolactona que su función es en la que inhibe la reabsorción del sodio, el objetivo principal es que consigan una pérdida de peso entre 800 y 1000 gramos/día. Existen casos en las que los pacientes que presentan ascitis y al conllevar algún tratamiento diurético aun que se le aumente la dosis y no hay respuestas al tratamiento se le conoce como ascitis refractaria, dado a que los diuréticos nos logran realizar efectos llega a genera ciertas complicaciones dado a que los diuréticos llegan a afectar otras funciones en el cuerpo humano al grado de llegar a presentar encefalopatía hepática inducida por diuréticos, insuficiencia renal inducida por diuréticos, hiponatremia inducida por diuréticos o inclusive la presencia de hipercalcemia inducida por diuréticos. Cuando se llegue a presentar alguna de estas patologías antes mencionadas deberá de suprimirse hasta que el paciente se haya recuperado de la encefalopatía, algunos pacientes llegan a manifestar calambres musculares donde para poder contrarrestar estos calambres se usa una medida muy eficaz que consiste en administrar la quinidina o albumina.

Conclusión.

Desde mi punto de vista es interesante los efectos diuréticos que se presentan dado a que es importante conocer tanto los efectos positivos como negativos sobre la nutrición ya que como se mencionó con anterioridad hay diuréticos en los que al tratar alguna patología se vuelve resisten al grado de generar alguna patología diferente a la presentaba el paciente.

Bibliografía.

Prácticas de nutrición clínica 2. Autor desconocido, fecha de publicación desconocida, 1era edición, paginas 9-38. Comitán de Domínguez-Chiapas.