

**Nombre de alumno: Roxana Belen  
López López**

**Nombre del profesor: Daniela Monserrat  
Méndez Guillen**

**Nombre del trabajo: Super notas**

**Materia: Nutrición En Enfermedades  
Gastrointestinales**

**Grado: cuarto cuatrimestre**

**Grupo: "A"**

# Colelitiasis

La litiasis biliar o colelitiasis se define como la existencia de cálculos dentro de la vesícula biliar.

La litiasis biliar se forma por diversas alteraciones en el metabolismo de algunos componentes de la bilis



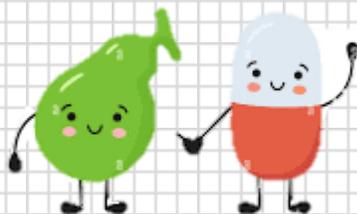
## SINTOMAS:

- Dolor intenso en el lado derecho del abdomen.
- Vómitos
- Nauseas



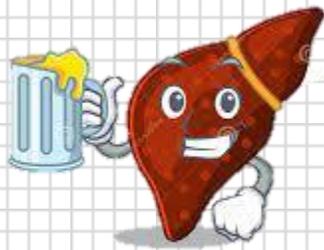
Dieta de al menos 4 -5 ingestas/día. Evitar los ayunos prolongados al igual que las comidas copiosas. Entre las técnicas de cocción se aconseja: cocción al vapor, al agua, hervido o escalfado, al horno o plancha, brasa o parrilla. Evitar las frituras, rebozados empanados, guisados y estofados

Los factores que favorecen la aparición de **litiasis** biliar son el sexo femenino, la edad avanzada, los embarazos, los contraceptivos y los tratamientos estrogénicos, la obesidad, la hipertrigliceridemia y los niveles bajos de colesterol HDL, las pérdidas bruscas de peso y las dietas ricas en grasas y pobres en fibra



# Cirrosis hepática

La cirrosis es una etapa tardía de la cicatrización (fibrosis) del hígado producto de muchas formas de enfermedades hepáticas, como la hepatitis y el alcoholismo crónico.

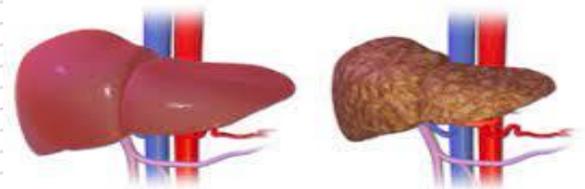


Una amplia variedad de enfermedades puede dañar el hígado y provocar la cirrosis.

Abuso crónico de alcohol

Hepatitis viral crónica (hepatitis B, C y D)

Acumulación de grasas en el hígado (enfermedad de hígado graso de causa no alcohólica)



Hígado normal

Cirrosis hepática

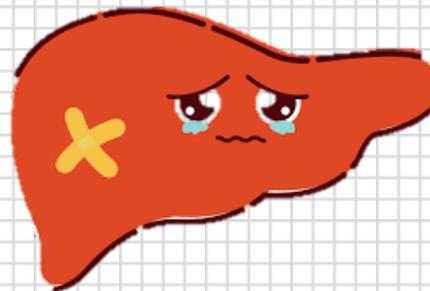
\*Fatiga

\*Aparición de hemorragias o hematomas con facilidad

\*Pérdida de apetito

\*Náuseas

\*Hinchazón de las piernas, los pies o los tobillos (edema)



Prevención

1.- **No bebas alcohol si tienes cirrosis**

2.- **Mantén una alimentación sana**

3.- **Mantén un peso saludable**

Factores de riesgo

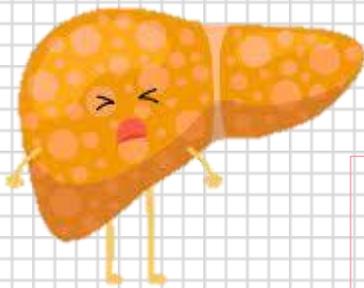
1.- **Consumir demasiado alcohol**

2.- **Tener sobrepeso**

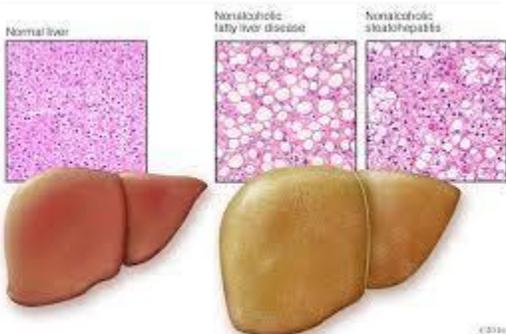
3.- **Padecer hepatitis viral**

# Esteatosis hepática

El hígado graso no alcohólico (HGNA) es un síndrome caracterizado por la presencia de depósitos de grasa en el hígado en pacientes sin consumo de alcohol y en ausencia de otras causas de enfermedad hepática. Este exceso de grasa en el hígado se denomina esteatosis hepática



Sobrepeso u obesidad. Resistencia a la insulina, en la cual las células no absorben azúcar en respuesta a la hormona insulina. Azúcar alta en la sangre (hiperglucemia), lo que indica prediabetes o diabetes tipo 2. Niveles altos de grasas, particularmente triglicéridos, en la sangre.

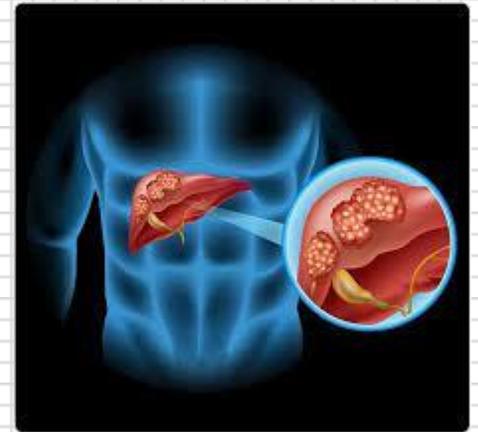


Estrategias dietéticas para eliminar la grasa en el hígado

- 1.- Pierde peso y evita sobrealimentarte si tienes sobrepeso u obesidad.
- 2.- Deja los carbohidratos, especialmente los refinados.

# Cancer hepatico

Se pueden formar varios tipos de cáncer en el hígado. El tipo más común de cáncer de hígado es el carcinoma hepatocelular, que comienza en el tipo principal de célula hepática (hepatocito).

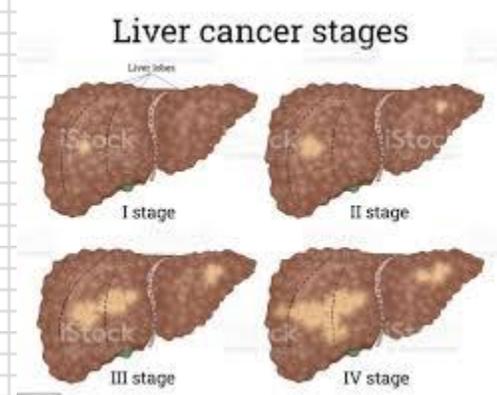


## Síntomas

- Pérdida de peso sin proponértelo
- Pérdida de apetito
- Dolor en la parte alta del abdomen
- Náuseas y vómitos
- Debilidad y fatiga general
- Hinchazón abdominal

## Factores de riesgo

- 1.- Infección crónica por el virus de la hepatitis B o el virus de la hepatitis C.
- 2.- Cirrosis
- 3.- Diabetes
- 4.- Enfermedad del hígado graso no alcohólico



## Prevención

- 1.- Si bebes alcohol, hazlo con moderación.
- 2.- Mantén un peso saludable