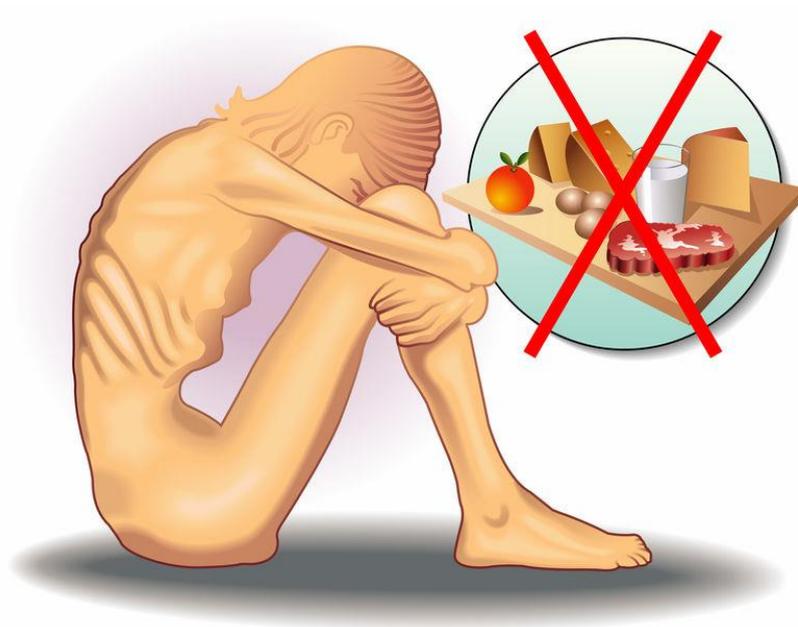


FISIOPATOLOGIA

DESNUTRICIÓN

ACTIVIDAD 1



ALUMNA: Angela de Jesus Escobar Caballero

DOCENTE: Vilma del Alva Hernandez

4to Cuatrimestre



Desnutrición

La desnutrición es una carencia de calorías o de uno o más nutrientes esenciales.

- Puede desarrollarse si no se puede obtener o preparar la comida, si se tiene un trastorno que hace que comer o absorber alimentos resulte difícil, o si aumenta mucho la necesidad de calorías.
- La desnutrición es a menudo obvia: el peso es bajo, los huesos a menudo sobresalen, la piel es seca e inelástica, y el cabello es seco y se cae con facilidad.
- Por lo general, los médicos pueden diagnosticar la desnutrición basándose en la apariencia de la persona, la altura y el peso, y la situación (incluida la información sobre la dieta y la pérdida de peso).
- Los alimentos se suministran en cantidades gradualmente crecientes, por vía oral, si es posible, pero a veces a través de la introducción de un tubo por la garganta hasta el estómago o a través de una vena (vía intravenosa).

Generalmente se cree que la **desnutrición** es una carencia primaria de calorías (es decir, carencia general de alimentos) o proteínas. Las carencias de vitaminas y las carencias de minerales suelen considerarse trastornos diferentes. Sin embargo, cuando las calorías son insuficientes, es muy probable que las vitaminas y los minerales también lo sean. La desnutrición, que a menudo se emplea indistintamente como sinónimo de malnutrición, es en realidad un tipo de malnutrición.

La **malnutrición** es un desequilibrio entre los nutrientes que el organismo necesita y aquellos de que dispone. Por lo tanto, incluye tanto la sobrealimentación (el consumo de una cantidad excesiva de calorías o de un nutriente específico, ya sean grasas, vitaminas, minerales o un suplemento dietético), como la desnutrición.

En los países desarrollados, la desnutrición es menos frecuente que la sobrealimentación. Sin embargo, determinadas circunstancias aumentan el riesgo de desnutrición. Entre estas situaciones o trastornos se incluye:

- Ser muy pobre
- No tener hogar
- Sufrir trastornos psiquiátricos
- Estar muy enfermo (una persona enferma puede ser incapaz de comer lo necesario por inapetencia o porque su organismo presenta un mayor requerimiento nutritivo)
- Ser una persona joven (los lactantes, los niños y los adolescentes tienen mayor riesgo de desnutrición a causa del crecimiento y, por tanto, necesitan mayor número de calorías y nutrientes)
- Ser una persona mayor

Alrededor de 1 de cada 7 ancianos que viven en sus hogares consumen menos de 1000 calorías al día, las cuales no son suficientes para tener una nutrición adecuada. Hasta la mitad de las hospitalizadas o que viven en residencias de atención a largo plazo no consumen las calorías necesarias.

Cuando no se consumen suficientes calorías, el cuerpo utiliza su propia grasa para producir energía, como si se quemaran los muebles de una casa para mantenerla caliente. Después de agotar los depósitos de grasa, el organismo puede degradar otros tejidos, como los músculos y los tejidos de los órganos internos, dando lugar con ello a graves problemas, que pueden llevar a la muerte.

Causas

Las causas de la desnutrición pueden ser:

- No tener acceso a alimentos
- Trastornos o fármacos que interfieren en el consumo, el procesamiento (metabolismo) o la absorción de los nutrientes
- Un aumento importante de la demanda de calorías

Las personas pueden carecer de acceso a los alimentos porque no pueden pagarlos, no tienen manera de llegar a una tienda, o son físicamente incapaces de comprar. En

algunas partes del mundo, los suministros de alimentos son inadecuados debido a la guerra, la sequía, las inundaciones u otros factores.

Algunos trastornos, como los trastornos de malabsorción afectan a la absorción de las vitaminas y los minerales. La cirugía que implica la extirpación de parte del tracto digestivo puede tener el mismo efecto. Algunos trastornos, como el SIDA , el cáncer o la depresión provocan pérdida de apetito, con lo que la persona afectada consume menos alimentos y acaba sufriendo desnutrición.

El uso de ciertos fármacos puede contribuir a la desnutrición. Los fármacos pueden:

- Disminuir el apetito: como, por ejemplo, los que se usan para tratar la hipertensión (como los diuréticos), la insuficiencia cardíaca (como la digoxina) o el cáncer (como la cisplatina).
- Provocan náuseas, lo que disminuye el apetito
- Aumenta el metabolismo (como tiroxina y teofilina) y aumenta la necesidad de calorías y nutrientes
- Afectan a la absorción de los nutrientes en el intestino.

También interrumpir el tratamiento con ciertos fármacos (como los ansiolíticos y los antipsicóticos) o dejar de consumir alcohol puede ocasionar pérdida de peso.

Beber alcohol en exceso, que tiene calorías pero poco valor nutricional, disminuye el apetito. Dado que el alcohol daña el hígado, también interfiere en la absorción y la utilización de los nutrientes. El alcoholismo puede causar deficiencias de magnesio, zinc y ciertas vitaminas, incluida la tiamina.

Fumar altera el gusto y el olfato, haciendo los alimentos menos atractivos. También parece estar detrás de otros cambios en el organismo que contribuyen a un bajo peso corporal. Por ejemplo, fumar estimula el sistema nervioso simpático, que aumenta el consumo de energía por el organismo.

Algunas enfermedades hacen que aumente en gran medida el número de calorías necesarias. Incluyen infecciones, lesiones, una glándula tiroidea hiperactiva (hipertiroidismo), quemaduras extensas y fiebre de larga duración.

En las personas mayores, muchos factores, incluyendo los cambios del organismo debidos a la edad, se conjugan para producir desnutrición (ver Edad y salud: desnutrición).

Síntomas

El signo más obvio de una carencia de calorías es la pérdida de grasa corporal (tejido adiposo).

Si se priva de comida a una persona durante aproximadamente 1 mes, pierde alrededor de una cuarta parte de su peso corporal. Si la inanición se prolonga durante más tiempo, los adultos pueden perder hasta la mitad del peso de su cuerpo, y los niños incluso más. Los huesos se marcan en la piel, y esta se vuelve fina, seca, poco elástica, pálida y fría. Finalmente, se pierde la grasa facial y, en consecuencia, las mejillas y los ojos parecen hundidos. El cabello se reseca, se vuelve ralo y cae con facilidad.

La pérdida grave de músculos y tejido graso se denomina caquexia. Se cree que es resultado de un exceso en la producción de unas sustancias denominadas citocinas (o citoquinas), que produce el sistema inmunitario en respuesta a un trastorno, como una infección, un cáncer o el sida.

Otros síntomas son cansancio, frío permanente, diarrea, inapetencia, irritabilidad y apatía. En casos muy graves, conducen a una falta de respuesta (estupor). Las personas afectadas se sienten débiles y son incapaces de realizar sus actividades habituales. Los periodos menstruales pueden volverse irregulares o detenerse. Si la desnutrición es grave, se puede acumular líquido en los brazos, las piernas y el abdomen.

El número de algunos tipos de glóbulos blancos (leucocitos) disminuye, a semejanza de lo que sucede en los enfermos con sida. Como resultado, el sistema inmunitario se debilita, y en consecuencia, el riesgo de infección aumenta.

Si el déficit calórico continúa durante mucho tiempo, puede evolucionar con insuficiencia hepática, cardíaca y/o respiratoria. La inanición total (cuando no se consume ningún alimento) provoca la muerte en 8 o 12 semanas.

Los niños con desnutrición severa pueden no crecer con normalidad. El desarrollo conductual se vuelve marcadamente lento y también puede desarrollarse una discapacidad intelectual leve hasta la edad escolar como mínimo. La desnutrición, aún con tratamiento, puede tener efectos duraderos en los niños. Las deficiencias en las capacidades intelectuales y los problemas digestivos pueden persistir, a veces durante toda la vida.

Con tratamiento, la mayoría de los adultos se recuperan completamente.

Diagnóstico

- Evaluación médica
- A veces, análisis de sangre

Generalmente se puede diagnosticar la desnutrición mediante la formulación de preguntas acerca de la dieta y la pérdida de peso y un examen físico (véase también Evaluación del estado nutricional). Una desnutrición grave y de larga duración por lo general se puede diagnosticar con base en la apariencia y la historia de la persona.

El médico también puede indagar acerca de la capacidad para la selección y preparación de los alimentos, la presencia de otros trastornos, el uso de fármacos, el estado de ánimo y la función mental. El médico puede emplear cuestionarios estandarizados para ayudarlo a obtener información relevante. Las respuestas pueden ayudar a confirmar el diagnóstico, sobre todo cuando la desnutrición es menos evidente, y a identificar la causa. La identificación de la causa es particularmente importante en los niños.

Como parte de la exploración clínica, los médicos hacen lo siguiente:

- Medición de la altura y el peso
- Determinación del índice de masa corporal (IMC)

- Estimación de la cantidad de músculo y grasa en la parte media del brazo (parte superior, entre el hombro y el codo) midiendo la circunferencia del brazo y el grosor de un pliegue cutáneo de la parte posterior del brazo izquierdo (pliegue cutáneo del tríceps)
- Comprueban otros síntomas que pueden indicar la desnutrición (tales como cambios en la piel y el cabello y la acumulación de líquido en las extremidades o el abdomen)

Los resultados les ayudan a confirmar el diagnóstico y determinar la gravedad de la desnutrición.

Pruebas complementarias

La realización de pruebas depende de las circunstancias. Por ejemplo, si la causa es evidente y se puede corregir, por lo general no es necesario llevarlas a cabo.

La prueba que se hace con más frecuencia es un análisis de sangre para medir el nivel de albúmina (que disminuye cuando una persona no consume suficiente proteína). También se puede medir el número de determinados tipos de glóbulos blancos (que disminuye a medida que la desnutrición empeora).

Se pueden llevar a cabo pruebas cutáneas para comprobar el funcionamiento del sistema inmunitario. Se inyecta una sustancia que contiene un antígeno (que normalmente desencadena una reacción inmunitaria) bajo la piel. Si se produce una reacción en un lapso de tiempo determinado, el sistema inmunitario funciona correctamente. Una reacción retardada o la ausencia de reacción indica un problema del sistema inmunitario, que puede ser debido a la desnutrición.

Si los médicos sospechan una deficiencia de vitaminas o minerales, suelen hacerse análisis de sangre para medir los niveles de estos nutrientes.

Si sospechan que la causa es otra enfermedad, realizan las pruebas complementarias necesarias para identificarla. Por ejemplo, en caso de diarrea intensa o persistente a pesar del tratamiento, podrán controlar una muestra de heces para detectar qué

microorganismos provocan la infección. Se pueden hacer otras pruebas, como un análisis de orina y radiografías de tórax, para detectar infecciones.

Tratamiento

- Alimentación, generalmente por vía oral
- Tratamiento de la causa

- A veces, alimentación por sonda o por vía intravenosa
- Para la desnutrición grave, algunas veces medicamentos

Para la mayoría de las personas, el tratamiento de la desnutrición consiste en un aumento gradual del número de calorías consumidas. La mejor manera de lograrlo es consumiendo un buen número de comidas al día, pequeñas pero nutritivas. Por ejemplo, a las personas que han estado privadas de alimento se les alimenta primero con pequeñas cantidades de alimentos de forma frecuente (entre 6 y 12 veces al día). Luego se incrementa gradualmente la cantidad de alimentos. Si los niños tienen diarrea, puede retrasarse una o dos días la ingesta de alimentos para que la diarrea no empeore. Durante este intervalo, se les da líquidos.

Quienes tienen dificultad para digerir alimentos sólidos probablemente necesitarán suplementos líquidos o una dieta líquida. A menudo, se recurre a los suplementos sin lactosa (como los suplementos a base de yogur) porque muchas personas tienen problemas para digerir la lactosa (un azúcar presente en los productos lácticos), y la desnutrición puede empeorar el problema. Si estas personas consumen alimentos que contienen lactosa, suelen tener diarrea.

También se suministran suplementos multivitamínicos para asegurarse de que reciban todos los nutrientes que necesitan.

Se tratan las enfermedades que contribuyen a la desnutrición (tales como una infección). Algunos expertos recomiendan la administración de antibióticos a todos los niños y niñas gravemente desnutridos, incluso si no hay infección aparente.

Si la desnutrición es grave, será necesaria la hospitalización.