



U D S

Mi Universidad

**NOMBRE DEL ALUMNA: WENDY HERNÁNDEZ
ALEGRÍA**

**NOMBRE DEL TEMA: NUTRICIÓN ENTERAL Y
PARENTAL, SOBREPESO Y OBESIDAD, DIABETES
MELLITUS Y PLATO DEL BUEN COMER**

PARCIAL: 2

BOMBRE DE LA MATERIA: NUTRICIÓN CLÍNICA

**NOMBRE DEL PROFESOR: JOANNA JUDITH
CASANOVA ORTIZ**

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: 3

NUTRICIÓN ENTERAL

Nutrición enteral

es la administración directa al tracto gastrointestinal de todos aquellos nutrientes que necesita la persona para recuperarse y mantener sus funciones vitales. La alimentación enteral implica introducir determinadas sustancias nutritivas en el organismo, variando dichas sustancias en función de las necesidades del paciente. Variarán.

Tipos de nutrición enteral

Una de las formas de clasificar los diferentes tipos de nutrición enteral es según por donde se coloca la sonda y hasta dónde llega.

Nasogástrica

El tubo es introducido a través de la nariz y llega hasta el estómago.

Gastrostomía

Es un tubo que se coloca directamente sobre la piel a nivel del estómago.

Nasoentérica

El tubo es introducido a través de la nariz hasta el intestino, pudiendo ser colocada a nivel del duodeno o del yeyuno.

Duodenostomía y Yeyunostomía

Es un tubo que se coloca directamente sobre la piel a nivel del duodeno o del yeyuno.

Quienes se prescribe

La nutrición enteral es la técnica de elección en todas aquellas situaciones en que el paciente presenta desnutrición o riesgo de padecerlo debido a la existencia de la imposibilidad de deglutir o de la negativa a hacerlo de forma voluntaria, debido a una lesión, enfermedad o trastorno mental.

Duodenostomía y Yeyunostomía

- Pacientes con elevado riesgo de broncoaspiración
- Íleo gástrico o problemas de vaciamiento gástrico
- Fistulas altas
- Procesos pancreáticos
- Postoperatorio inmediato

Nasogástrica

En pacientes consientes con estomago funcional

Gastrostomía

- En pacientes con TGI funcional como trastornos de la deglución secundarios a problemas neurológicos, CA cabeza y cuello y ORL.
- También puede ser útil como descompresión gástrica.

Nasoentérica

En patologías que se requiere pasar el píloro.

Nutrición parental

Es una mezcla de alimentación especial líquido que se provee a la sangre a través de un catéter (IV) intravenoso (jeringa en la vena). La mezcla contiene proteínas, carbohidratos (azúcar), grasas, vitaminas, y minerales (como el calcio).

Tipos de nutrición parental

Nutrición Parenteral Central: Donde se administran los nutrientes que el individuo necesita consumir en un día a través de la colocación de un catéter dirigido a una vena de gran calibre, como la vena cava, permitiendo su administración por un período por más de 7 a 10 días;

Nutrición Parenteral Periférica (NPP): Donde se administran parte de los nutrientes que el individuo necesita en un día, a través de la colocación de un catéter dirigido a una vena pequeña de la mano o el del brazo, por ejemplo, siendo indicada cuando el paciente requiere alimentación parenteral por no más de 7 a 10 días o en aquellos pacientes en los que no es posible o está contraindicado un acceso venoso central.

Nutrición Parenteral Total (NPT): Todos los nutrientes (macro y micronutrientes) son administrados por vía endovenosa.

Nutrición Parenteral Parcial: es la administración de algunos de los nutrientes por vía endovenosa, siendo utilizada como complemento cuando el paciente por algún motivo no puede cubrir todos sus requerimientos a través de la vía oral o de la nutrición enteral.

Quienes se prescribe

puede ser utilizada en todo niño desnutrido o con riesgo de desarrollar desnutrición aguda o crónica para dar cobertura a sus necesidades nutricionales con el objetivo de mantener su salud y crecimiento, siempre que estas no logren ser administradas completamente por vía enteral

SOBREPESO Y

Sobrepeso

Es la elevación del peso corporal del individuo por encima de su peso normal en un 10-20%. Respecto al IMC, que corresponde a la relación del peso expresado en kilos y el cuadrado de la altura expresada en metros, todas aquellas personas con un IMC entre 25 y 29,9 Kg/m² tienen sobrepeso y están en riesgo de desarrollar obesidad. Y, entre ellas, se considera que están en fase estática aquellas que se mantienen en un peso estable con un balance energético neutro (que gastan las mismas kilocalorías que se consumen).

Obesidad

Es una enfermedad crónica de alta prevalencia en la mayoría de los países del mundo. Se caracteriza por un mayor contenido de grasa corporal, lo cual, dependiendo de su magnitud, determina riesgos de salud que limitan las expectativas y calidad de vida.

En adultos, la obesidad se clasifica de acuerdo con el Índice de Masa Corporal (IMC), por la buena correlación que presenta este indicador con la grasa corporal y riesgo para la salud a nivel poblacional. La fuerte asociación existente entre la obesidad abdominal y la enfermedad cardiovascular ha permitido la aceptación de indicadores indirectos de grasa abdominal como la medición de circunferencia de la cintura.

La clasificación actual de la obesidad propuesta por la OMS, basada en el IMC, considera que aquellas personas cuyo IMC sea igual o superior a 30 Kg/m² padecen obesidad.

Tipos

Mixtos

Tipos de obesidad en función del IMC

Siguiendo los criterios marcados por la Organización Mundial de la Salud, los **tipos de obesidad** se clasifican de la siguiente manera:

Normopeso: Se considera cuando el IMC se sitúa entre 18,5 y 24,9 kg/m². En este caso, se considera que una persona está en su peso normal.

Sobrepeso tipo I: Cuando el IMC oscila entre 25 y 26,9 kg/m²

Sobrepeso tipo II: El IMC se sitúa entre 27 y 29,9 kg/m². De acuerdo a la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad, el sobrepeso grado II es considerado como preobesidad.

Obesidad grado 1: Cuando el IMC está entre 30 y 34,9 kg/m². A partir de esta cifra se diagnostica un estadio muy grave de la enfermedad.

Obesidad grado 2: El IMC oscila entre 35 y 39,9 kg/m².

Obesidad grado 3: Cuando el IMC se sitúa entre 40 y 49,9 kg/m². Se considera un nivel extremo en el que la salud del paciente está en grave peligro. Este tipo de obesidad se denomina obesidad mórbida.

Obesidad grado 4: u obesidad extrema

Tipos de sobrepeso y obesidad en función de la distribución de la grasa

También es posible catalogar los tipos de obesidad en función de la distribución de la grasa corporal. Siguiendo estos criterios encontramos tres rangos en la clasificación de la obesidad:

- **Obesidad homogénea**
Implica que la grasa se reparte de forma proporcional a lo largo de todo el cuerpo sin preponderancia en un área concreta.
- **Obesidad tipo ginoide o femoroglútea (forma de pera)**
La grasa se acumula en la mitad inferior del cuerpo, es decir, en glúteos, muslos y caderas. Se trata de un tipo de obesidad bastante usual en mujeres y se vincula con problemas de insuficiencia venosa crónica (varices) o patologías reumáticas (artrosis).
- **Obesidad tipo androide o abdominovisceral (forma de manzana)**
El tejido adiposo predomina en la fracción superior del cuerpo como hombros, cuello, cara, tórax y abdomen. Es un tipo de obesidad que se manifiesta de forma más acusada en hombres. Se relaciona con problemas cardiovasculares y diabetes.

Obesidad ginoide

Obesidad Ginoide En los casos de exceso de grasa en la parte inferior del cuerpo, conocida como obesidad ginoide, se dice que el cuerpo adquiere forma de pera. Este tipo de obesidad es mucho más común en las mujeres que en los hombres.

La obesidad central o androide también recibe otros nombres, como obesidad abdominovisceral y, comúnmente, obesidad de tipo manzana, por la forma redondeada que adopta la silueta de las personas que la padecen. En ella, el tejido adiposo se concentra en la mitad superior del cuerpo, afectando principalmente al abdomen, pero también a otras zonas como la cara, el cuello o los hombros. Este tipo de obesidad es más común en hombres, aunque también se presenta en mujeres.

La obesidad androide es la que mayor riesgo presenta, ya que presenta complicaciones a largo plazo, pues se asocia directamente con un aumento del riesgo de desarrollar enfermedades como diabetes tipo 2, aterosclerosis o hiperlipidemia.

antropométricas para diagnosticar

Para hacer el diagnóstico de sobrepeso y obesidad es necesario contar con indicadores antropométricos que se asocien con la adiposidad. El índice de masa corporal (IMC) ha resultado útil para la evaluación en el adulto, y en tiempos recientes se ha recomendado para la evaluación de niños y adolescentes.

tratamiento nutricional

Para mantener un peso saludable es importante lograr un equilibrio entre las calorías que se ingieren y las calorías que se queman mediante la actividad física y las funciones corporales. Para perder peso, una persona suele tener que reducir las calorías que ingiere y aumentar la actividad física.

Si los cambios en el estilo de vida no son suficientes, algunas personas que necesitan adelgazar pueden recurrir a los medicamentos y la cirugía.

Alimentación

- Ingiera más frutas, verduras, granos integrales y leche y productos lácteos descremados o semidescremados.
- Incluya en su dieta carnes magras, aves de corral, pescado, frijoles, huevos y frutos secos o semillas.
- Lleve una dieta con bajo contenido de grasas saturadas, grasas trans, colesterol, sal (sodio) y azúcar agregada.
- Beba más agua en vez de bebidas azucaradas.

Actividad física

Realizar suficiente actividad física es importante para ayudar a prevenir o reducir el sobrepeso, la obesidad y los problemas de salud relacionados.

- Para mantenerse sano, un adulto de 18 años o más necesita al menos 30 minutos de actividad física 5 o más días a la semana.
- Los niños y los adolescentes necesitan al menos 60 minutos de actividad diaria para cuidar su salud.

Recomendaciones nutricionales

Sobrepeso

Para combatir el sobrepeso se recomienda el consumo de alimentos de baja densidad energética, las dietas mediterránea y vegetariana, la fibra vegetal (en particular, el galactomanano), frutas, hortalizas, frutos secos y cereales integrales. Las recomendaciones respaldan, asimismo, el uso de sustitutos de comidas.

Obesidad

Recomendaciones dietéticas Fraccionada en 5 o 6 tomas al día (evitar picar entre horas, ya que no se da tiempo al estómago a que tenga sensación de vacío entre toma y toma). Rica en fibra (verduras, legumbres, cereales integrales y fruta en las cantidades adecuadas a cada caso), mejora la sensación de saciedad y previene el estreñimiento.

DIABETES

La diabetes mellitus es el nombre dado al grupo de enfermedades que cursan con una dificultad del organismo para controlar los niveles de glucosa en la sangre, manteniéndolos siempre por encima del normal. Decimos que la diabetes es un grupo de enfermedades porque hay más de un tipo de diabetes, presentando diferentes causas y distintos mecanismos de desregulación de la glucosa.

La diabetes se presenta generalmente por la falta de producción de la insulina o la incapacidad de las células de reconocer la presencia de la misma, es decir, hay insulina, pero ella no puede poner la glucosa hacia dentro de las células. Hay casos en que el paciente tiene ambos problemas: además de producir poca insulina, sigue trabajando mal.

Tipos de diabetes mellitus

Diabetes tipo 1

La diabetes de tipo I se caracteriza por la ausencia de la hormona insulina, que estimula la captación de glucosa en sangre por parte de las células. Esta desaparición se debe a la destrucción de las células β de los islotes de Langerhans del páncreas, lugar de producción de la hormona, por culpa del sistema inmune.

Este trastorno se desarrolla normalmente en niños o adolescentes, aunque hay casos de la aparición de la enfermedad en etapas adultas, que se conocen bajo el nombre de LADA (“Latent Autoimmune Disease in the Adult”, es decir, “enfermedad autoinmune latente en adultos”).

Diabetes tipo 2

Anteriormente conocida como “diabetes no insulino dependiente”, es el tipo de diabetes más extendido, siendo entre el 85% y el 90% de los casos que se diagnostican. La hiperglucemia es causada por una resistencia del cuerpo a la insulina o una deficiencia en la secreción de insulina, pero nunca por un ataque autoinmune.

Es una enfermedad crónica que aparece por lo general en etapa adulta (más de 40 años), aunque empiezan a verse casos en jóvenes.

Diabetes gestacional

Es una forma de prediabetes que puede aparecer durante el **segundo o tercer trimestre del embarazo**. Es detectada como una hiperglucemia en madres que antes de la gestación no estaban diagnosticadas con ningún otro tipo de diabetes.

Síntoma

Exceso de orina



El exceso de orina, llamado poliuria en medicina, es una de las primeras señales de la diabetes.

Exceso de sed



Como hemos visto, el paciente diabético orina en exceso. Con eso, él acaba perdiendo más agua de lo que era supuesto, quedando deshidratado.



Cansancio

El cansancio crónico es otro síntoma común de la diabetes y ocurre por dos factores:

1; Por la deshidratación, cuyo mecanismo fue explicado en el tópico anterior.

2; Por la incapacidad de las células para recibir la glucosa



Visión borrosa

Pérdida de peso



La pérdida de peso es un síntoma muy común en la diabetes tipo 1. También puede ocurrir en la diabetes tipo 2, pero no es tan frecuente.

Aumento de peso



Como las células no consiguen obtener suficiente glucosa para generar energía, el cuerpo interpreta la situación como si el paciente estuviera en ayuno. El organismo necesita energía y el único modo que conoce para obtenerla es a través de la alimentación.

Infecciones



La diabetes también provoca trastornos en el sistema inmunológico por alterar el funcionamiento de las células de defensa.

Tratamientos nutricionales

El tratamiento de la diabetes tipo 1 comprende:

- Tomar insulina
- Realizar un recuento de hidratos de carbono, grasa y proteínas
- Controlar con frecuencia el azúcar en la sangre
- Consumir alimentos saludables
- Hacer ejercicio en forma regular y mantener un peso saludabl.

Diabetes tipo 2

- Hidratos de carbono: Frutas, verduras, hortalizas, legumbres y cereales de grano entero. Estos alimentos deberían ser la principal fuente de hidratos de carbono en especial para estos pacientes.
- edulcorantes no calóricos como la sacarina o la estevia no alteran la función glucémica, muchos de los alimentos que los contienen sí podrían alterarla debido a los ingredientes utilizados en la elaboración del producto. Usados como sustitutos del azúcar puede ser beneficioso para reducir el consumo de sacarosa o “azúcar de mesa”, aunque se necesitan más estudios para confirmarlo.

Recomendaciones nutricionales

Recobraciones nutricionales para la diabetes mellitus tipo 1

- El aporte de las grasas debe ser menor del 10% en grasas saturadas y $\leq 10\%$ en poliinsaturadas. El resto de las grasas deben ser monoinsaturadas.
- En cuanto a los Hidratos de Carbono: deben restringirse los azúcares simples y los que se ingieran deben ser complejos.
- Debe limitarse la cantidad de sal en la dieta, recomendándose no superar los 3 gramos de cloruro sódico (sal común) al día.
- La ingesta de alcohol no acompañada de ingestión de otros alimentos en las personas con diabetes tratadas con insulina (o con hipoglucemiantes orales) puede producir hipoglucemia.

Recobraciones nutricionales para la diabetes mellitus tipo 2

- Ayunos intermitentes. El ayuno intermitente ha demostrado beneficios en el control de la diabetes tipo 2.
- Alimentos integrales, claves en la nutrición para controlar la diabetes tipo 2.
- No consumir refrescos ni alcohol. El consumo de refrescos y bebidas alcohólicas afecta.

PLATO DEL

Es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana (NOM), para la promoción y educación para la salud alimentaria. Esta guía establece criterios para la orientación nutritiva en México; ilustra cada uno de los grupos de alimentos, con el fin de mostrar a la población la variedad que existe de cada grupo. Cabe resaltar que, ningún alimento es más importante que otro, más bien debe haber una combinación para que nuestra dieta diaria sea correcta y balanceada.

Clasificación del plato del bien comer

Verduras y frutas

- Son fuente de vitaminas, minerales, antioxidantes y fibra.
- Deben consumirse todos los días y en todas las comidas, crudas o al vapor, previamente lavadas y desinfectadas.
- Se deben consumir cinco porciones diarias.
- Consumir de preferencia las de temporada, por su bajo costo y frescura. Además de que ayudan a los productores a mantener la circulación del mercado.
- Algunas verduras de mayor disponibilidad en nuestro país son: acelga, verdolaga, quelite, espinaca, flor de calabaza, huauzontle, nopal, brócoli, coliflor, calabaza, chayote, chícharo, tomate, jitomate, hongo, betabel, chile poblano, zanahoria, pepino y lechuga, entre otras. Aunque, también, depende de la región de México.
- Entre las frutas de mayor disponibilidad están: guayaba, papaya, melón, aguacate, toronja, lima, naranja, mandarina, plátano, zapote, ciruela, pera,

Cereales y tubérculos

- Son fuente de energía, vitaminas, minerales y fibra dietética.
- Los cereales de preferencia se deben consumir integrales.
- El grupo de cereales está formado por maíz, trigo, avena, centeno, cebada, amaranto, arroz y productos derivados como tortillas y productos de nixtamal, panes integrales, galletas y pastas.
- Los tubérculos son parte del tallo o de una raíz, como la papa, la yuca y el camote.

Leguminosas y de origen animal

- Son fuente de proteínas, hierro, grasas y vitaminas.
- Se deben combinar con los cereales porque su valor nutritivo es semejante al de las proteínas, que son importantes para formar los tejidos del cuerpo.
- Las leguminosas crecen en vaina. Ejemplos: frijol, lenteja, garbanzo, haba, soya, chícharo, alubia, entre otras.
- Los alimentos de origen animal incluyen huevo, pescado, pollo, res, puerco y vísceras. A este grupo pertenecen los lácteos, como la leche, el queso y el yogur, que se caracterizan por ser de fácil digestión.

