



Mi Universidad

Supernota

Nombre del Alumno: Jessica López Hernández

Nombre del tema: Nutrición enteral y parenteral, Sobre peso y obesidad, Diabetes mellitus y Plato del bien comer.

Parcial: 3ro A

Nombre de la Materia: Nutricion Clinica

Nombre del profesor: Jhona judith Casanavo Ortiz

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Tercero Semiescolarizado

Nutrición enteral y parenteral

ENTERAL

CONCEPTO

La nutrición enteral es una medida de soporte nutricional mediante la cual se introducen los nutrientes directamente en el tubo digestivo.

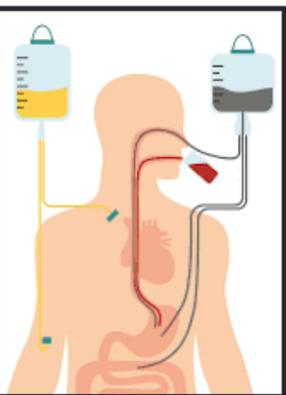
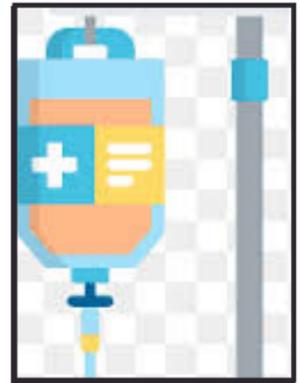


TIPOS

Nasogástrica
Orogástrica y oroentérica
Nasoentérica
Gastrostomía
Duodenostomía y Yeyunostomía

VIAS DE ACCESO

La nutrición enteral puede definirse como el aporte de una fórmula enteral a estómago, duodeno o yeyuno, a través de una sonda o mediante ingesta oral a intervalos regulares (FDA, 1989).



PARA QUIENES SE PRESCRIBE

Se consideran indicaciones de la nutrición enteral todos aquellos casos en que exista desnutrición o cuando la ingestión no se vaya a poder restablecer en por lo menos 7 días, a condición principal de que el intestino sea capaz de tolerar este tipo de alimentación.

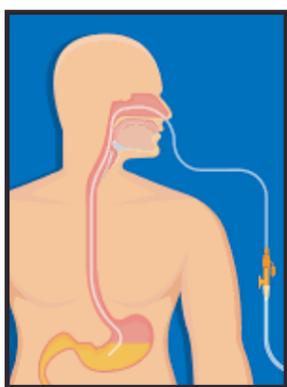
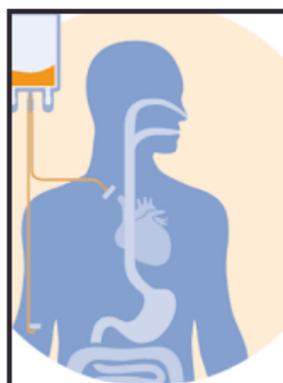


NUTRICION PARENTERAL

La nutrición parenteral aporta al paciente por vía intravenosa los nutrientes básicos que necesita. Las sustancias suministradas deben proporcionar la energía requerida y la totalidad de los nutrientes esenciales, y deben ser inocuas y aptas para su metabolismo.

TIPOS

La nutrición parenteral (NP) es un método de soporte nutricional en el cual los nutrientes o parte de ellos se administran directamente al torrente sanguíneo por vía intravenosa, con el fin de cubrir los requerimientos del individuo y prevenir o corregir un estado de malnutrición.

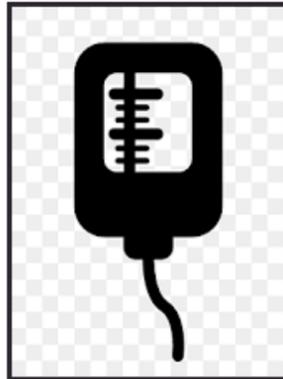


Nutrición Parenteral Central

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.

La proyección de Mercator

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.



VIAS DE ACCESO

Los sistemas de acceso venoso más empleados para la nutrición parenteral total (NPT) son los catéteres percutáneos no implantables ni tunelizados, los percutáneos parcialmente implantables tunelizados y los subcutáneos totalmente implantados con sistema de reservorio subcutáneo o puertos.

PARA QUIENES SE PRESCRIBE

La nutrición parenteral se usa para las personas cuyos aparatos digestivos no pueden absorber o no pueden tolerar los alimentos adecuados ingeridos por vía oral. Cuando se utiliza fuera del hospital, la alimentación intravenosa se denomina «nutrición parenteral en el hogar»

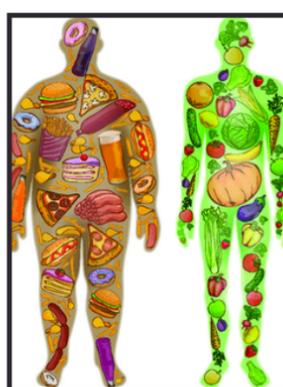


Sobre peso y obesidad



CONCEPTO

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos.



SOBREPESO

Peso por encima de lo que se considera saludable, a menudo se mide mediante el índice de masa corporal (IMC).

OBESIDAD

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos.

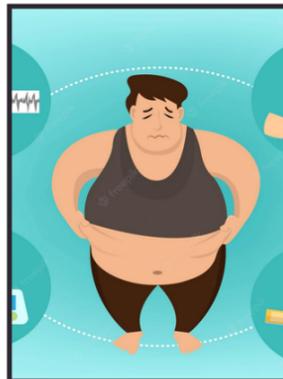


TIPOS DE OBESIDAD

Bajo peso: IMC <18,5 kg/m²
Normopeso: IMC 18,5 - 24,9 kg/m²
Sobrepeso: IMC 25 -29 kg/m²
Obesidad grado 1: IMC 30-34 kg/m²
Obesidad grado 2: IMC 35-39,9 kg/m²
Obesidad grado 3 u obesidad mórbida: IMC 40-49,9 kg/m²
Obesidad grado 4 u obesidad extrema: IMC >50 kg/m²

TIPOS

1. Obesidad alimentaria
2. Obesidad hereditaria familiar
3. Obesidad circulatoria venosa
4. Obesidad circulatoria capilar
5. Obesidad glútea
6. Obesidad abdominal nerviosa
7. Obesidad metabólica prediabética
8. Obesidad metabólica aterógena
9. Obesidad por sedentarismo
10. Obesidad hipotalámica
11. Obesidad endógena cortisólica





GINECOIDE

Ginecoide: para este tipo de Obesidad las mujeres son las más susceptibles, es el tipo de Obesidad donde la grasa corporal se acumula, en el bajo vientre y la zona de las caderas y muslos.



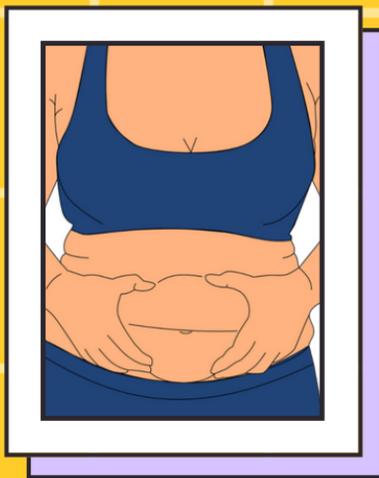
ANDROIDE

Obesidad androide, tipo manzana o central: con distribución de grasa preferentemente en la mitad proximal del tronco. El cociente entre perímetros de cintura y de cadera es superior a 1 en varones (0,9 en mujeres). Es la que se relaciona con mayor frecuencia a complicaciones cardiovasculares y metabólicas.



MIXTA

Mixta: combina los dos tipos. Desde el punto de vista de distribución de la grasa puede ser: **Ginecoide (en forma de pera):** se caracteriza por un cúmulo de grasa preferentemente de cintura para abajo (entre caderas y rodillas). Es más frecuente en las mujeres y se suele asociar a varices y problemas osteoarticulares.



MEDIDAS ANTROPOMETRICAS PARA DIAGNOSTICAR LA OBESIDAD

Las mediciones corporales del tipo peso y pliegues grasos, así como combinaciones de dimensiones corporales: índice de masa corporal (IMC), circunferencia de la cintura y el índice cintura/cadera (ICC), brindan información sobre la presencia de obesidad o no, y el consecuente riesgo que ello implica.

TRATAMIENTO NUTRICIO Y RECOMENDACIONES NUTRICIONALES

Es indispensable reconocer que el elemento central del tratamiento de la obesidad es un **PLAN DE ALIMENTACIÓN** adecuado que promueva un cambio de hábitos que lleve a una reducción de peso (o mantenimiento del peso) y permita una mejoría o prevención de las enfermedades asociadas a la obesidad.



Aceites y grasas
3-5 porciones
1 porción es:
1 cdita de aceite
¼ de aguacate

Use aceites saludables (como el de oliva o canola) para cocinar, en ensaladas y en la mesa. Limite el consumo de mantequilla y grasas trans.



Verduras
Mínimo 3-5 porciones
1 porción es:
1 taza de champiñones, nopales, pepinos

Cuanto más verduras y más variadas, mejor. Las patatas (incluyendo las fritas) no forman parte de esta recomendación

Frutas
1-2 porciones
1 porción es:
1 manzana pequeña
2 guayabas
1 taza de sandía
½ plátano

Prefiere aquellas que se comen con cáscara



© Harvard University

Harvard School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

www.bien-estar.com

Adaptado de plato de Harvard School of public Health

Bebidas
1-2.5 L de agua simple al día

Lácteos
0-2 porciones
1 taza de leche descremada
½ taza de yogurt natural

Cereales
5-9 porciones
1 porción es:
1 tortilla de maíz
¼ taza de arroz
1/3 taza pasta
½ papa cocida

Proteínas
2-3 porciones
1 porción es:
100gr de pollo, pescado, queso, carne de res magra, 6 claras de huevo

Las recomendaciones anteriores están basadas en un plan de 1200-1800 kcal

Visita a un nutriólogo especialista para tener un plan de alimentación personalizado

DIABETES MELLITUS

La diabetes mellitus se refiere a un grupo de enfermedades que afecta la forma en que el cuerpo utiliza la glucosa sanguínea. La glucosa es vital para la salud dado que es una importante fuente de energía para las células que forman los músculos y tejidos. También es la principal fuente de combustible del cerebro

TIPOS DE DIABETES MELLITUS

Existen tres tipos principales de diabetes: diabetes tipo 1, diabetes tipo 2 y diabetes gestacional (diabetes durante el embarazo). La diabetes tipo 1 es causada por una reacción autoinmunitaria (el cuerpo se ataca a sí mismo por error) que impide que el cuerpo produzca insulina.



SINTOMAS

aumento de la sed y de las ganas de orinar.
aumento del apetito.
fatiga.
visión borrosa.
entumecimiento u hormigueo en las manos o los pies.
úlceras que no cicatrizan.
pérdida de peso sin razón aparente.

TRATAMIENTO NUTRICO

Hidratos de carbono: 55-60 %. Proteínas: 12-20 %.
Grasas: 20-30 %. La Asociación Británica de Diabetes (BDA) recomienda el consumo de 25 g de azúcar al día (alrededor de 5 cucharaditas rasas), que son aproximadamente 5 % del total de los hidratos de carbono.



RECOMENDACIONES NUTRICAS

Consume una dieta rica en fibra (frutas enteras, verduras crudas, cereales integrales), pues ésta ayuda a controlar y mantener estables los niveles de glucosa en la sangre. Prefiere preparaciones bajas en grasa y evita los fritos. Se recomienda preparar las comidas asadas, cocidas, horneadas o al vapor.



PLATO DEL BIEN COMER

El plato del bien comer es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana (NOM), para la promoción y educación para la salud en materia alimentaria, la cual 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 resaltando que ningún alimento es más importante que otro, sino que debe haber una combinación para que nuestra dieta diaria sea correcta y balanceada.

COMO SE DIVIDE

Divide a los alimentos en tres grupos:

1. Frutas y verduras.
2. Cereales y tubérculos.
3. Leguminosas y alimentos de origen animal.

