



Nombre del alumno: Blandí Jorgelina López García.

Nombre del maestro: Lic. Gabriela Eunice García Espinoza.

Nombre del trabajo; Cuatro Sinóptico

Materia: Nutrición Clínica.

Grado: 3er. cuatrimestre.

Grupo: "A".

Frontera Comalapa Chiapas a 31 de julio del año 2022.

¡¡ ENFERMEDADES ¡GASTROINTESTINALES!!

Son enfermedades que atacan el estómago y los intestinos, generalmente son ocasionadas por bacterias, parásitos, y algunos alimentos como leche y grasas, aunque en algunas ocasiones también existen medicamentos que las provocan.

DENTRO DE LAS CUALES SE ENCUENTRAN

TRASTORNOS ESOFÁGICOS

- ✚ Pueden deberse a una alteración del mecanismo de deglución, a una obstrucción, a un proceso inflamatorio o al funcionamiento anómalo de un esfínter.

REFLUJO ESOFAGICO

SINTOMAS FRECUENTES:

- ✚ Sabor ácido, aumento de eructos, ronquera, tos seca, sensación de quemazón en porción media superior del tórax, dificultad de deglutir.

POSIBLES CONSECUENCIAS NUTRICIONALES:

- ✚ Cambios en la elección de alimentos, elusión de comida vespertina, elusión de alimentos ácidos, reducción del aporte alimenticio.

TRASTORNOS GASTRODUODENALES

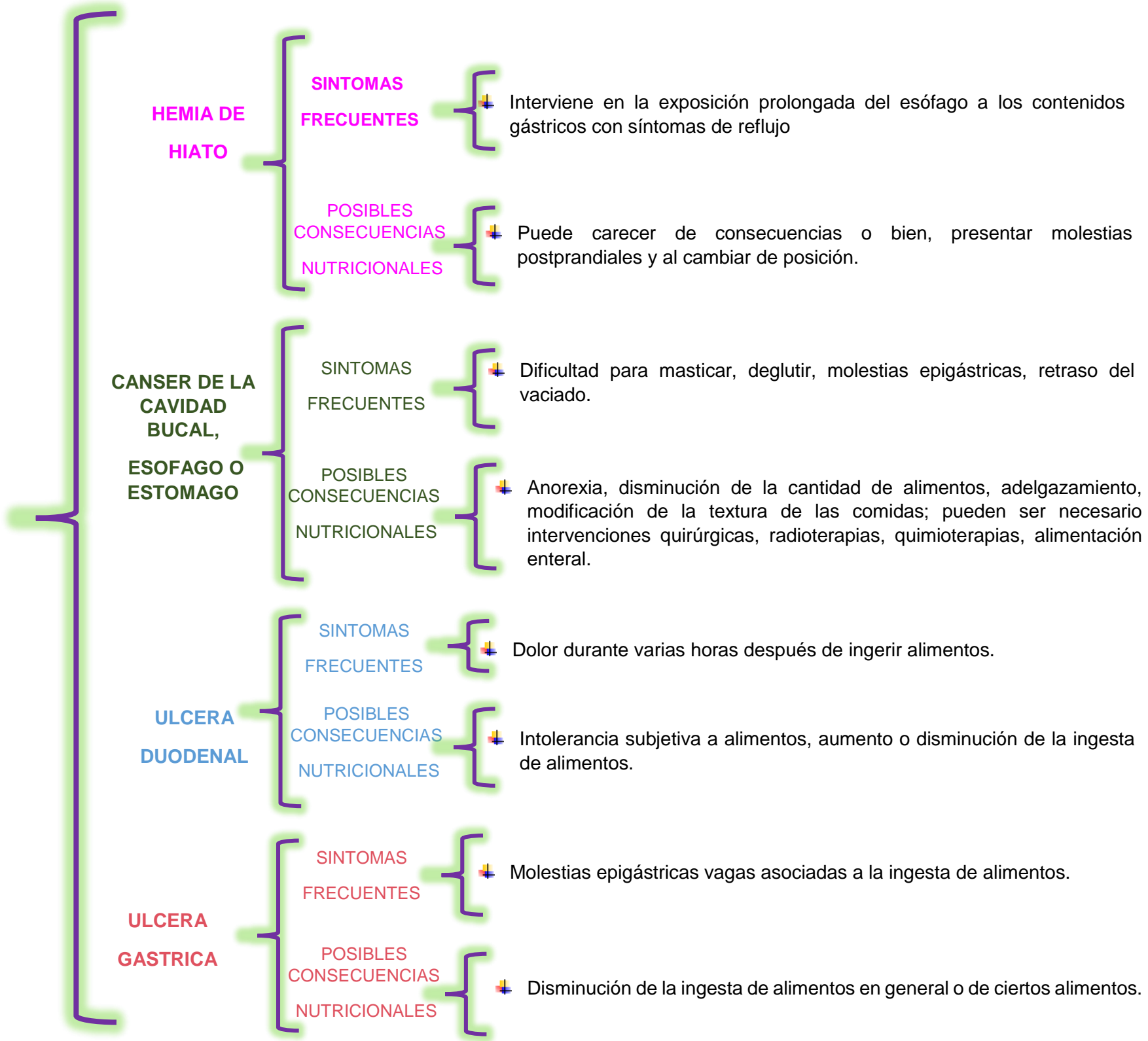
TUMOR ESOFAGICO

SINTOMAS FRECUENTES:

- ✚ Dificultad para deglutir alimentos, los alimentos sólidos pueden resultar más molestos.

POSIBLES CONSECUENCIAS NUTRICIONALES:

- ✚ Reducción del aporte calórico, disminución del aporte de fibras, adelgazamientos.



**ALIMENTOS A
EVITARCE**

- ✚ Grasas
- ✚ Alcohol
- ✚ Café (cafeína)
- ✚ Condimentos y especias
- ✚ Picantes e irritantes
- ✚ Refrescos o bebidas gaseosas
- ✚ Alimentos ácidos como los cítricos
- ✚ Alimentos muy duros o que lastimen al tragar

RECOMENDACIONES

- ✚ Cenar tres horas antes de dormir.
- ✚ No comer en exceso.
- ✚ No usar ropa apretada.
- ✚ Evitar acostarse después de las comidas.
- ✚ No fumar.
- ✚ Disminuir de peso en caso de ser necesario.

TRASTORNOS DEL ESTÓMAGO

INDIGESTIÓN

Molestias o el dolor persistente en el abdomen superior

Las molestias pueden atribuirse a causas orgánicas como el reflujo esofágico, gastritis o úlceras pépticas, afectación biliar o cualquier otro trastorno identificable.

RECOMENDACIONES

✚ No consumir lípidos, azúcar, cafeína, especias y alcohol.

✚ Los hábitos que se deben implementar de inmediato son: hacer ejercicio durante 30 minutos diarios, tener una dieta adecuada y evitar el estrés.

GASTRITIS

Pueden aparecer como consecuencia de la alteración de la integridad de la mucosa gástrica por una infección, un compuesto químico o una causa neurológica

CAUSA

✚ Originada por una infección es la que ocasiona la bacteria *Helicobacter pylori*.

DIETA

✚ Debe ser suave y blanda durante todo el tratamiento.

ÚLCERA PÉPTICA

Es una lesión erosionada localizada en la mucosa ya sea esofágica, gástrica o duodenal que se desarrolla como consecuencia de la acción de las secreciones gástricas

CAUSA

✚ Son: infección por *H. pylori*, gastritis, consumo de fármacos, estrés y consumo de alcohol en exceso.

DIETA

✚ Debe ser suave y blanda, cuidando el aporte de energía y vitaminas.

RECOMENDACIONES

✚ No se recomienda el consumo de lácteos.

ENFERMEDADES DEL INTESTINO DELGADO Y GRUESO

ENFERMEDADES

DEL INTESTINO DELGADO

CELIAQUÍA O INTOLERANCIA AL GLUTEN

Es un trastorno inflamatorio del intestino delgado que se debe a una respuesta auto inmunitaria inadecuada frente a la ingesta de gluten por personas intolerantes al gluten

RECOMENDACIONES

✚ Eliminar de la dieta diaria todo lo que contenga gluten.

INFECCIONES

Se originan por bacterias que generan la inflamación de la mucosa intestinal y, por lo tanto, no se realiza el proceso digestivo y de absorción de nutrimentos adecuadamente.

RECOMENDACIONES

✚ Es de vital importancia la hidratación

INTOLERANCIA A LA LACTOSA

Intolerancia al azúcar de la leche.

TRATAMIENTO

✚ Eliminar de la dieta la lactosa, es decir, no consumir lácteos y sus derivados en la dieta diaria.

ENFERMEDADES

DEL INTESTINO GRUESO

COLITIS

Trastorno inflamatorio de la mucosa colónica, genera diarrea, fiebre, estreñimiento, inflamación, dolor abdominal bajo y alto, disminución de peso, anemia, intolerancia a los alimentos, entre otros malestares.

RECOMENDACIONES

- ✚ Horario fijo.
- ✚ Comer despacio y masticar bien los alimentos.
- ✚ Comer frutas tres veces al día y verduras dos veces al día (de preferencia cocida).
- ✚ Tomar dos vasos de agua con cada alimento (cinco comidas). Sentarse en el baño diariamente después de desayunar.

SÍNDROME DE INTESTINO IRRITABLE

SINTOMAS

Patrón anómalo de defecación asociado a síntomas de disfunción intestinal que perduran durante más de tres meses al año.

- ✚ Son dolores abdominales, excesivo movimiento intestinal, inflamación, sensación de evacuación incompleta, presencia de moco en las heces, dolor y demasiado esfuerzo para defecar.

DIVERTICULAR O DIVERTICULOSIS

ALIMENTOS PROHIBIDOS

Es un trastorno caracterizado por la formación de hernias seculares (divertículos) en la pared colónica que podrían deberse al estreñimiento crónico y las presiones colónicas altas.

- ✚ Alimentos con cáscara o semilla (tuna, uva, guayaba.)
- ✚ Alimentos fritos o con grasa en exceso (papas fritas, donas)
- ✚ Carnes o pescados ahumados o en conserva.
- ✚ Leguminosas (frijol, alubia, chícharo, lenteja, haba, garbanzo).
- ✚ Nuez, almendras, pistaches, cacahuates, avellanas.
- ✚ Chile y condimentos fuertes (mostaza, pimienta, salsa inglesa).
- ✚ Col, coliflor, calabacita, rábano y pepino.
- ✚ Café, bebidas alcohólicas, bebidas gaseosas, refrescos.
- ✚ Leche y derivados (crema, quesos, mantequilla, yogurt).

RECOMENDACIONES

- ✚ No tomar alimentos demasiado fríos o calientes.
- ✚ Comer despacio y masticar bien los alimentos.
- ✚ Tener horario fijo de alimentación.
- ✚ Tomar líquidos en abundancia (ocho vasos diarios = dos litros de agua)