



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Alejandra Villa Domínguez*

*Nombre del tema: Valoración nutricional en pacientes hospitalizados*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Practicas en nutrición clínica II*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: 9°*

## Introducción

La nutrición clínica es la rama de la medicina que se encarga de dar atención a todos aquellos pacientes que padecen enfermedades y las combaten a partir de una correcta alimentación y adecuada a su historia clínica. Para ello, se requiere de algunas herramientas que ayudaran a la situación que se padezca, es decir, se necesitará una evaluación nutricional a través de encuestas dietéticas, antropometría, indicadores bioquímicos y las intervenciones terapéuticas específicas, como puede ser una alimentación oral o ya sea una nutrición artificial, como la enteral o parenteral. Por otra parte, un equipo en el área de salud y enfocándose a lo antes mencionado, debe estar conformado con profesionales especializados en la nutrición clínica, así como también médicos, enfermeros, nutricionistas y químicos farmacéuticos. Hoy en día, los avances de la ciencia en la medicina y en la nutrición, han logrado una sobrevivencia de las personas, generando más alternativas de apoyo terapéuticos, nutricionales y permitiendo prevenir y reducir complicaciones en el desarrollo de las enfermedades, mejorando la salud de los pacientes. Igualmente, en la época en el que vivimos ahora, se están presentando las llamadas enfermedades crónicas no transmisibles y que se han convertido en la principal causa de muerte en la mayoría de los países de América latina. También es importante mencionar que la malnutrición es una de los principales problemas que conlleva al incremento de estancia hospitalaria, y de igual forma, incrementa los costos en la salud. Por eso mismo, cabe destacar que el nutricionista clínico, debe poseer los conocimientos científicos en el área en que se enfoca, y debe tener en cuenta las necesidades fisiológicas a la patología que se presente, considerando hábitos alimentarios, condiciones socioeconómicas, religiosas y culturales, para contribuir en el tratamiento o en la prevención de la enfermedad, y así recuperar su estado nutricional.

## Desarrollo

El estado nutricional de un individuo es el resultado entre el aporte de nutrientes que recibe y sus demandas nutritivas, permitiendo la utilización de nutrientes para mantener las reservas y compensar las pérdidas. Por otra parte, cuando ingerimos más de lo que necesitamos para nuestras actividades del día, se incrementan las reservas de energía de nuestro organismo, ubicadas específicamente en el tejido adiposo. Asimismo, existen datos que pueden ayudar a valorar el estado nutricional y se agrupan en cuatro tales son, la determinación de la ingestión de nutrientes, que consiste en contar los nutrientes ingeridos durante un periodo que permita suponer que responde a la dieta habitual y se realiza una comparación con tablas donde dice las ingestiones recomendadas. En el segundo punto, está la determinación de la estructura y composición corporal, en donde entra la antropometría, básicamente trata en tomar las mediciones de la longitud y peso y compararlas con los valores de referencia de acuerdo a la edad, sexo y estado fisiopatológico. Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas, pero deben ser tomadas por una persona experta para evitar cualquier error. Así también, con la talla y el peso se pueden calcular índices, como el IMC o índice de Quetelet. Sobre la grasa corporal, para calcular la grasa subcutánea, que aproximadamente se encuentra en un 50% de la total, se miden los distintos cuerpos ubicados en diferentes puntos del cuerpo y se realiza con un instrumento llamado plicometro. Sobre la masa muscular, es un método simple y fácil la cual se utiliza una cinta métrica, y hay otros métodos para determinar la composición corporal.

Por otro lado, los pacientes que padecen de cirrosis avanzada tiene una alteración del homeostasis del líquido extracelular, lo que se establece un aumento en la cantidad de líquido extracelular que se acumula en las cavidades peritoneales o pleural y en el tejido intersticial. Debido a esto, existen evidencias de estudios clínicos que es debida a la existencia de una vasodilatación arterial. La acumulación de ascitis y edema y las alteraciones de la función renal puede representar una negatividad de la activación de mecanismos homeostáticos vasoconstrictores y antinatriureticos para frenar el infralleno de la circulación arterial. El tratamiento de la ascitis consiste en disminuir la acumulación de líquido, de igual forma, la disminución de líquido en la cavidad peritoneal reduce el riesgo de complicaciones relacionadas con aparición de hernias. Por lo tanto, el tratamiento debe consistir en eliminar el líquido acumulado y prevenir su aparición con un método enfocado a este padecimiento. Tratándose de otro tema, la amputación es el procedimiento quirúrgico que consistente en la resección total o parcial de una extremidad. Por esto mismo, es necesario informarle al paciente o al familiar que este con él sobre el requerimiento de dicho procedimiento y no de otro tipo de cirugía y de las sensaciones y dolores que presentara el paciente. Los cuidados son nutricionales, psicológicos, físicos, médicos. Hablando nutricionalmente, el paciente debe tener un balance proteico adecuado y controlado, de acuerdo a su necesidad, ya que por causa de la depresión la ingesta puede ser baja. Por lo general, a estos pacientes les gusta tener una almohada debajo de las posiciones sostenidas por largo tiempo, lo cual puede producir reacciones y encogimiento, por lo tanto, se debe procurar que las articulaciones reposen en unos ángulos funcionales y movilizarlas por lo menos unas tres veces al día durante mínimo cinco minutos. También, es importante que el medico vigile al paciente, si come bien, si está deprimido, y si mantiene posturas correctas, ya que es su labor estar al pendiente del paciente y atenderlo como debe de ser.

## Conclusion

Para finalizar, en general cuando uno no tiene ninguna enfermedad que lo limite, se crea la ilusión que la vida es eterna, que tiene tiempo para todo, pero no es más que una ilusión. En realidad, la vida puede ser considerada como una enfermedad, porque estamos muriendo desde el día que nacemos. Entonces, se empieza un proceso que tiene un final y en el cual hay muchas situaciones que no se pueden controlar. El control es un elemento fundamental para vivir una buena vida. Todo esto, se trata de un aprendizaje, todo somos capaces de hacerlo, no es cuestión de carácter. Vivir puede ser difícil, tengamos o no una enfermedad, se necesita hacer frente a las dificultades. Cuidarnos es un consejo valido, ya que no hay que esperar a tener una patología para empezarse a cuidar. Intentar llevar un control de la alimentación, reducir el estrés, realizar ejercicio regularmente y dejar vicios como el fumar, se verá como en poco tiempo, y se podrá sentirse mejor y esto ayudará a afrontar la enfermedad o los tratamientos mejor preparado físicamente. Cuidar nuestra salud debe ser prioridad durante cualquier etapa de nuestra vida, esto nos ayudara a tener una calidad de vida excelente en todos los niveles y edades. Para estar sana o prevenir enfermedades a largo plazo, se debería de seguir una dieta saludable y equilibrada, además de realizar las revisiones médicas pertinentes o controlar posibles complicaciones. La vida es importante, porque de otra manera no podríamos existir.

## Referencia

Universidad Del Sureste. (2022). Antología de prácticas en nutrición clínica II, pdf.  
Recuperado de [ae118c6ca2d851b30ec6e3b581489e0c-LC-LNU902.pdf](#)  
([plataformaeducativauds.com.mx](#))