



Jazmín Mazariegos Aguilar

Lic. Daniela Monserrat
Méndez Guillen

Nutrición en enfermedades
gastrointestinales

Ensayo unidad 3

Nutrición -A

4to cuatrimestre

3.2 Cáncer colorectal.

El cáncer colorectal como bien su nombre dice se origina en el colon o el recto, también se le puede llamar cáncer de colon o cáncer de recto, el cáncer se origina cuando las células del cuerpo comienzan a crecer de forma descontrolada, este cáncer suele afectar más a personas mayores aunque también puede afectar a cualquier persona. Este cáncer comienza como un crecimiento en el revestimiento interno del colon o del recto estos crecimientos son referidos como pólipos no todos los pólipos se convierten en cáncer, estos pólipos algunas veces no presentan síntomas, por eso es importante pruebas de detección regulares para ayudar a prevenir el cáncer de colon mediante la identificación y extirpación de pólipos antes de que se pueda convertir en cáncer.

Entre el tratamiento para este cáncer hay muchos disponibles para ayudar a controlarlo, se encuentra la cirugía, la radioterapia y los tratamientos farmacológicos, como la quimioterapia entre otros.

Los síntomas que se puede llegar a tener en esta enfermedad es molestia abdominal persistentes con calambres gases o dolor, pérdida de peso repentinamente, debilidad o fatiga, diarrea o estreñimiento, sangrado en las heces (melena) y se puede tener una sensación en el intestino que no se vacía por completo.

Entre las causas los médicos no saben exactamente qué provoca la mayoría de los cánceres de colon, pero en general comienza cuando las células sanas del colon desarrollan cambios (mutaciones) en su ADN.

Los factores de riesgo para que el cáncer se desarrolle son la edad avanzad, raza afroamericana, antecedentes personales de cáncer colorrectal o pólipo, afecciones intestinales inflamatorias, síndromes hereditarios que aumentan el riesgo de cáncer de colon, antecedentes familiares de cáncer de colon, dieta con bajo contenido de fibra y alto contenido de grasas, llevar un estilo de vida sedentario, tener diabetes, obesidad y adicciones como tabaquismo y alcohol.

Entre las recomendaciones nutricionales para esta enfermedad son:

- Consumir una variedad de frutas, vegetales y cereales integrales.
- No fumar.
- No alcohol.
- Realizar actividad física.

- Mantener un peso saludable.
- Coma una dieta balanceada que incluya una variedad de
- alimentos.
- Enfóquese en las comidas ricas en proteínas cuando coma.

3.3 Apendicitis

El apéndice es un pequeño saco que se encuentra adherido al intestino grueso, esta enfermedad produce una inflamación del apéndice, esta enfermedad provoca dolor en el abdomen bajo derecho, cuando la inflamación empeora el dolor también hasta hacerse intenso, Esta enfermedad es frecuente que ocurra a personas de 10 años hasta 30 años.

Los signos y síntomas de esta enfermedad son:

- Dolor que empeora al toser o caminar
- Nauseas
- Vomito
- Pérdida de apetito
- Hinchazón abdominal
- Flatulencia
- Fiebre
- Estreñimiento

El tratamiento de la apendicitis es la extracción del apéndice. Esta enfermedad pone en riesgo la vida por eso es necesario hacer una cirugía de inmediato para extraer el apéndice y limpiar la cavidad abdominal, puede existir una acumulación de pus que se forma en el abdomen y si el apéndice se revienta, es posible que se cree una acumulación de infección, y ya una vez que se elimina la infección, se hace una cirugía para extraer el apéndice.

3.4 Diarreas

La diarrea una evacuación intestinal de heces flojas y líquidas de tres o más veces al día, Existen diferentes tipo de diarreas puede ser aguda, persistente o crónica. La diarrea aguda es más común que la diarrea persistente o crónica.

Las complicaciones de la diarrea es la es deshidratación y mala absorción, Entre sus causas de la diarrea incluyen infecciones, alergias e intolerancias a los alimentos, problemas del tubo digestivo y efectos secundarios de las medicinas. En la mayoría de los casos, se puede tratar la diarrea con medicinas de venta libre y reemplazar los líquidos y los electrolitos para prevenir la deshidratación.

3.5 Colitis.

La colitis ulcerosa es una enfermedad digestiva crónica caracterizada por la inflamación del revestimiento interno del colon, provoca Inflamación y úlceras (llagas) en el tracto digestivo. Los síntomas de la colitis ulcerosa pueden variar según la gravedad de la inflamación y el lugar donde se produzca la inflamación, algunos de los síntomas son:

- Diarrea, a menudo con sangre o con pus.
- Dolor y cólicos abdominales.
- Dolor en el recto.
- Sangrado rectal.
- Necesidad imperiosa de defecar.
- Incapacidad de defecar a pesar de la urgencia.
- Pérdida de peso.
- Fatiga.
- Fiebre.
- En niños, el retraso de crecimiento

Existen diferentes tipos de colitis ulcerosa los médicos suelen clasificarlo según su ubicación, algunos son:

- Proctitis ulcerosa: Es una inflamación que se limita a la zona cercana del ano.
- Proctosigmoiditis: Es una inflamación que afecta el recto y al colon sigmoides, y entre los síntomas esta diarrea con sangre, cólicos abdominales e imposibilidad de defecar.
- Colitis de lado izquierdo: es una inflamación que se prolonga desde el recto hasta el colon descendente y sigmoides, los síntomas de

este tipo de colitis incluyen diarrea con sangre, dolor, cólicos del lado izquierdo del abdomen, también necesidad de defecar.

Entre los factores de riesgo se incluyen la edad, que generalmente se presentan en personas de 30 años pero se puede presentar a cualquier edad, otro factor es la raza u origen étnico, aquí las personas que son de color de piel blancas tienden a tener más factor de riesgo y antecedentes familiares también es un factor donde si un familiar tiene colitis ulcerosa puede llegar a tenerla también la otra persona. Y hablando de una cura se sabe que no existe una cura para la colitis, pero con un buen tratamiento puede reducir los Síntomas de la enfermedad.

3.6 Fisuras.

Las fisuras son pequeños desgarres en el tejido delgado y húmedo que recubre el ano, son muy frecuentes en los bebés pequeños, aunque también pueden afectar a personas de cualquier edad, Entre sus causas más frecuentes son las evacuación de heces grandes y duras, estreñimiento y fuerza durante la evacuación, la diarrea crónica, el sexo anal, también son comunes en mujeres después del parto y en personas con enfermedad de Crohn. Las fisuras afectan tanto a hombre como mujeres por igual. Las causas menos frecuentes de las fisuras anales son las siguientes:

- Enfermedad de Crohn
- Cáncer anal
- VIH
- Tuberculosis
- Sífilis

En el tratamiento para esta enfermedad son tratamientos

Simple, como una mayor ingesta de fibra o baños de asiento. Algunas personas con fisura anal podrían necesitar medicamentos o, en ocasiones, cirugía. En sus signos y síntomas de la enfermedad son los siguientes:

- Dolor, algunas veces intenso, durante la evacuación intestinal
- Dolor luego de la evacuación intestinal que puede durar varias horas
- Sangre roja brillante en las heces o en el papel higiénico luego de la evacuación
- intestinal

- Una grieta visible en la piel alrededor del ano.

Entre los factores que pueden aumentar el riesgo de desarrollar fisura anal se incluyen los siguientes, estreñimiento, Parto, crónica del tracto intestinal y sexo anal. Se pueden prevenir las fisuras anales si se adopta algunas medidas para evitar el estreñimiento o la diarrea. Se recomienda Consumir alimentos ricos en fibra, beber mucho líquido y realizar ejercicio de manera regular para evitar esfuerzos al momento de defecar.

3.7 Divertículos

Los divertículos son bolsas abultadas y pequeñas que se pueden formar en el revestimiento del sistema digestivo, se encuentran en el coló y son comunes a partir de los 40 años, rara vez causan problemas. Cuando uno o más divertículos se inflaman en algunos casos se infectan y a estos se le denomina diverticulosis y existen 2 tipos de diverticulosis los cuales son:

Diverticulosis leve: Es algo leve como bien su nombre lo dice y se puede tratar con reposo, cambios de alimentación y antibióticos.

Diverticulosis grave: En algunos casos puede llegar a requerir una cirugía.

Entre los síntomas podemos encontrar:

- Náuseas y vómitos.
- Fiebre.
- Sensibilidad abdominal.
- Estreñimiento.
- Diarrea con menos frecuente.
- Dolor

En los factores de riesgo encontramos el envejecimiento, obesidad, tabaquismo, la falta de actividad física.

Se recomienda llevar una dieta alta en grasa animal y baja en fibra y se recomienda hacer ejercicio con regularidad, comer más fibra, beber muchos líquidos y evitar por completo el tabaco.

3.8 Fistulas

Las fistulas son conexión anormal entre dos partes del cuerpo, como un órgano o un vaso sanguíneo y otra estructura, las fistulas son el producto de una lesión o cirugía Y las infecciones o inflamaciones también pueden provocar que se forme una fístula.

La fistulas se pueden presentar en partes de cuerpo, se forman entre:

- Una arteria y una vena
- Las vías biliares y la superficie de la piel (a causa de una cirugía en la vesícula biliar)
- El cuello uterino y la vagina
- El cuello y la garganta
- El espacio intracraneal y un seno paranasal
- Los intestinos y la vagina

Los tipos de fístulas incluyen:

- Ciegas
- Completas
- En herradura
- Incompletas

3.9 Cx

La colectomía es un procedimiento quirúrgico en el que se extirpa todo el colon o parte de este puede ser necesaria para tratar o prevenir enfermedades y afecciones que afectan al colon. Existen diferentes tipos de colectomias como lo son:

- La colectomía total: implica la extirpación de todo el colon.
- La colectomía parcial: implica la extirpación de parte del colon; también se la puede llamar colectomía subtotal.
- La hemicolectomía: implica la extirpación de la parte derecha o izquierda del colon.
- La proctocolectomía: implica la extirpación tanto del colon como del recto

Por lo general, las complicaciones de la colectomía pueden incluir:

- Sangrado
- Coágulos sanguíneos en las piernas (trombosis venosa profunda) y los pulmones
- (embolismo pulmonar)

- Infección
- Lesión en los órganos cerca del colon, como vejiga e intestino delgado
- Desgarros en las suturas que reconectan las partes remanentes del sistema digestivo.

La cirugía se puede realizar de dos maneras, puede ser una colectomía abierta o una colectomía laparoscópica.

3.10 Sangrado del tubo digestivo inferior

Es una condición médica en donde se presenta una hemorragia de la parte inferior del sistema digestivo, específicamente del intestino grueso, recto o el ano, entre sus síntomas se presentan Sangre roja y fresca que sale del ano, Sangrado en las heces, Dolor abdominal, Mareos, Palpitaciones, Debilidad, Confusión y desmayo.

Sus riesgos son:

- Hemorroides
- Fisuras anales
- Enfermedades de transmisión sexual
- Distintos tipos de cáncer de intestino (cáncer de colon, recto o ano)
- Infecciones intestinales
- Malformaciones de vasos sanguíneos

Para prevenirlo se debe recibir un diagnóstico y tratamiento tempranos de las condiciones médicas que puedan ocasionar los sangrados pueden prevenir algunos casos de hemorragia del tracto gastrointestinal inferior.

Bibliografía:

Nutrición en enfermedades gastrointestinales. (s.f). plataformaeducativauds. Recuperado el 5 de septiembre de 2022, de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3f250b617f2742855f398ce08385d137-LC-LNU403.pdf>