



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Liliana Tomas Morales

**TEMA:** enfermedades gastrointestinales y cardiovasculares

**PARCIAL:** 4

**MATERIA:** nutrición clínica

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Mtra. Gabriela Eunice García Espinoza

**LICENCIATURA:** Enfermería

**CUATRIMESTRE:** 3

**Cuadro sinóptico**

Se define como “el aumento persistente de la presión arterial, la fuerza ejercida por unidad de área sobre las paredes de las arteria.

Valores normales de presión arterial para el ser humano son: < 120 mm Hg de presión sistólica y < 80 mm Hg de presión diastólica.

Cuando comienzan a elevarse estos valores, se origina la hipertensión. Existe una clasificación que ayuda a diagnosticar y a clasificar la hipertensión arterial.

La hipertensión arterial se puede detonar debido a:

El sobrepeso y a la obesidad, por una alimentación inadecuada (alta en sodio), por genética, por el uso de ciertos medicamentos, por falta de actividad física y por consumir alcohol en exceso.

TRATAMIENTO DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

El objetivo del tratamiento es disminuir los valores de presión arterial para evitar complicaciones cardiovasculares, renales, cerebrovasculares y malestares que pudieran ocurrir en los pacientes hipertensos.

El tratamiento se puede dividir en:

- Tratamiento médico
- Tratamiento nutricional.

Plan de alimentación:

Se recomienda controlar el consumo de sal, para ello se puede tomar como base, la dieta modificada en contenido de sodio

HIPERTENSIÓN ARTERIAL

“comprende un grupo de enfermedades caracterizadas por concentraciones altas de glucosa en sangre a causa de defectos en la secreción y/o la acción de la insulina

La insulina regula el consumo adecuado de glucosa en la sangre del cuerpo, la cual se necesita para que éste funcione, como lo hace por ejemplo, una bomba de gasolina con el combustible en un automóvil.

## DIABETES MELLITUS

Se divide en cuatro tipos

- a) Diabetes tipo 1
- b) Diabetes tipo 2
- c) Diabetes gestacional
- d) Prediabetes

Tratamiento de la diabetes

En una dieta para pacientes diabéticos, primero se debe eliminar totalmente el azúcar simple (dulces, chocolates, azúcar, miel). Se pueden utilizar sustitutos de azúcar para proporcionar más variedad a la dieta.

Trastornos  
esofágicos

“Los 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”.

El denominador común de estas enfermedades es que provocan disfagia, es decir, dificultad para deglutir los alimentos; el síntoma más evidente es la presencia de reflujo, dolor, inflamación y malestar en general.

El objetivo del tratamiento es que el estómago ya no se irrite, así como prevenir el dolor; la irritación es provocada por el ácido gástrico que se regresa del estómago hacia el esófago.

Alimentos que se deben evitar en este tipo de padecimientos esofágicos.

- 1) Grasas
- 2) Alcohol
- 3) Café (cafeína)
- 4) Condimentos y especias
- 5) Picantes e irritantes

Trastornos  
del  
estómago

Los trastornos más  
comunes del  
estómago son:

- 1) Indigestión y dispepsia
- 2) Gastritis y úlceras pépticas

la alimentación, el estrés y otros factores acerca del estilo de vida son muy importantes para que se presente la indigestión y la dispepsia.

El tratamiento nutricional consiste en no excederse en la alimentación, no consumir lípidos, azúcar, cafeína, especias y alcohol.

tipo de dieta para el tratamiento de úlceras pépticas debe ser suave y blanda, cuidando el aporte de energía y vitaminas.

El consumo de lácteos para ambos padecimientos no se recomienda, aunque es un tema bastante complejo, se ha demostrado que los lácteos lastiman la mucosa gástrica, lo que atrasa la recuperación del paciente.

ENFERMEDADES  
GASTROINTESTI-  
NALES

Las flatulencias (gases), el estreñimiento, la diarrea, y la esteatorrea (presencia de grasa en sangre), no son enfermedades, son síntomas que suelen aparecer cuando existe alguna enfermedad.

ENFERMEDADES  
DEL INTESTINO  
DELGADO Y  
GRUESO

Enfermedades más comunes del intestino delgado son:

- 1) Celiaquía (intolerancia al gluten)
- 2) Infecciones
- 3) Intolerancia a la lactosa

El tratamiento médico y nutricional para este padecimiento consiste en eliminar de la dieta diaria todo lo que contenga gluten.

Enfermedades más comunes del intestino grueso son:

- 1) Colitis
- 2) Síndrome del intestino irritable
- 3) Enfermedad diverticular.

Tipo de alimentación para el paciente con colitis es bastante restringido.

- 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).

Alimentos prohibidos son:

- a) Carne de puerco, chile, condimentos fuertes
- b) Café, alcohol, bebidas gaseosas, té negro
- c) Col, coliflor, calabacita, rábano, pepino, brócoli
- d) Frijol, alubia, lenteja, haba, garbanzo, chícharo