



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

NOMBRE DEL ALUMNO: ANDREA MELGAR VAZQUEZ

**TEMA: ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES Y CARDIO
VASCULARES**

PARCIAL: 4°

MATERIA: NUTRICION CLINICA

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. GABRIELA EUNICE GARCIA
ESPINOZA**

LICENCIATURA: EN ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: 3°

FRONTERA COMALAPA CHIAPAS A 29 DE JULIO DEL 2023

Enfermedades gastrointestinales y cardiovasculares

El aparato digestivo es muy complejo, sólo el intestino delgado mide entre 7 y 9 metros, es perfecto su acomodo y funcionamiento; en este sistema intervienen órganos, enzimas y otros factores para funcionar. En esta unidad se explicarán las enfermedades más comunes de este sistema y sus tratamientos nutricionales.

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. Por lo tanto, el tratamiento nutricional y la preparación de alimentos son muy importantes.

Los alimentos que se deben evitar en este tipo de padecimientos esofágicos son:

1) Grasas	4) Condimentos y especias	7) alimentos ácidos
2) Alcohol	5) Picantes e irritantes	8) alimentos muy duros o que lastimen al tragar
3) Café	6) Refrescos o bebidas gaseosas	

Además, es indispensable modificar hábitos, a continuación, se indican algunas recomendaciones:

a) Cenar tres horas antes de dormir	c) No usar ropa apretada	e) No fumar
b) No comer en exceso	d) evitar acostarse después de los alimentos	f) Disminuir de peso en caso que sea necesario

Trastornos del estómago

Los trastornos más comunes del estómago son:

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

Dispepsia se aplica a las 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

La gastritis y las úlceras pépticas "pueden aparecer como consecuencia de la alteración de la integridad de la mucosa gástrica por una infección, un compuesto químico o una causa neurológica

La "úlceras 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"

Enfermedades del intestino delgado y grueso

Las enfermedades más comunes del intestino delgado son:

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

Las enfermedades más comunes del intestino grueso son:

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

La 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"

Generalmente, las infecciones gastrointestinales 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; parece un padecimiento pequeño, incluso, muchas veces no se considera, sin embargo, una infección puede ocasionar la muerte.

La intolerancia a la lactosa es el padecimiento más común, y se refiere a la intolerancia al azúcar de la leche; precisamente, su tratamiento es eliminar de la dieta la lactosa, es decir, no consumir lácteos y sus derivados en la dieta diaria.

La colitis es "el 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. La inflamación del colon genera dolor intenso y esto hace que el proceso digestivo final no sea adecuado.

El síndrome de intestino irritable es un "patrón anómalo de defecación asociado a síntomas de disfunción intestinal que perduran durante más de tres meses al año"

La enfermedad diverticular o diverticulosis es "un trastorno caracterizado por la formación de hernias saculares (divertículos) en la pared colónica que podrían deberse al estreñimiento crónico y las presiones colónicas altas"

Las enfermedades cardiovasculares generan millones de muertes en el mundo; en muchos países, son la causa número uno de muerte, ya sea por infartos o por enfermedades cardíacas coronarias. Existen gran número de factores de riesgo para presentar estas enfermedades, aunque los principales son el sobrepeso y la obesidad, así como la alimentación inadecuada

Aterosclerosis

La aterosclerosis es la causa más común de presentar enfermedades cardiovasculares, "es la enfermedad caracterizada por engrosamiento y estenosis de las paredes arteriales a causa de inflamación y acumulación de colesterol oxidado, células de músculo liso y fibroblastos debajo de la íntima, o capa más interna de las arterias"

Las principales manifestaciones clínicas de la aterosclerosis son: ictus isquémico, crisis isquémica transitoria, infarto al miocardio, angina de pecho, muerte repentina, claudicación intermitente, isquemia crítica del miembro, gangrena y necrosis.

Hiperlipidemias

Los lípidos en sangre son el colesterol y los triglicéridos. El hipercolesterolemia "es el nivel elevado de colesterol en sangre" y la hipertrigliceridemia "es el nivel elevado en ayunas de triglicéridos en plasma"

Se pueden presentar niveles altos de colesterol, triglicéridos o colesterol LDL (por separado o en conjunto), ya sea por genética, por hábitos inadecuados, por sobrepeso y obesidad o por falta de actividad física, a esto se le conoce como hiperlipidemia.

Los factores dietéticos que elevan el colesterol total, el colesterol LDL y los triglicéridos, aumentando el riesgo de presentar aterosclerosis son:

- 1) Consumo de ácidos grasos saturados y trans
- 2) Colesterol
- 3) Exceso de energía en la dieta