



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

NOMBRE DEL ALUMNO: Damián Grisdolí Ordoñez José.

TEMA: ALIMENTACION EN DIFENTES PATOLOGIAS: HIPERETENCION, DIABETES, ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES Y CARDIOVASCULARES.

PARCIAL: Segundo.

MATERIA: Nutrición Clínica.

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Gabriela Eunice García Espinoza

LICENCIATURA: Enfermería.

CUATRIMESTRE: Tercero.

Frontera Comalapa, Chiapas a 01 de Agosto del 2023.

UNIDAD IV: HIPERTENSION ARTERIAL Y DIABETES

HIPERTENSIÓN ARTERIAL

- CONCEPTO { Es el aumento persistente de la presión arterial, la fuerza ejercida por unidad de área sobre las paredes de las arterias. Los valores normales de presión arterial para el ser humano son: < 120 mm Hg de presión sistólica y < 80 mm Hg de presión diastólica.
- CLASIFICACION {
 - Normal
 - Prehipertensión
 - Hipertensión fase 1
 - Hipertensión fase 2
- DIAGNÓSTICO { Existe un problema con el diagnóstico de la hipertensión, y es que los pacientes generalmente se encuentran asintomáticos, es decir, no presentan ningún síntoma o malestar aparente; se debe tener un enorme cuidado con esta enfermedad, ya que el aumento de la presión arterial puede llegar a afectar el sistema cardíaco, el sistema renal, el sistema vascular, e incluso la vista
- TRATAMIENTO {
 - MEDICO
 - NUTRICIONAL {
 - Aumentar el consumo de frutas y verduras en la dieta.
 - Realizar las cinco comidas recomendadas.
 - Consumir lácteos bajos en grasas o sin grasa.
 - Disminuir el consumo de carne, y aumentar el consumo de pollo y pescado.
 - Consumir cereales integrales.
 - Revisar la información nutrimental de los alimentos para verificar el contenido de sodio.
 - Utilizar condimentos para dar sabor al menú.

DIABETES MELLITUS

- CONCEPTO { 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.
- CLASIFICACIÓN {
 - Diabetes tipo I
 - Diabetes tipo II
 - Diabetes Gestacional
 - Prediabetes
- DIAGNÓSTICO {
 - Prueba de tolerancia a la glucosa.
 - Glicemia capilar
 - Hemoglobina glucosilada
- TRATAMIENTO {
 - Farmacológico (Hipoglucemiantes orales e insulina).
 - Ejercicio físico
 - Nutrición adecuada.

UNIDAD V ENFERMEDADES GASTROINTESTINA LES Y VASCULARES

ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES

- TRASTORNOS ESOFAGICOS

- Reflujo esofágico
- Estenosis o tumor esofágico
- Hernia de hiato
- Cáncer esofágico
- Dispepsia

EVITAR

- Grasas
- Alcohol
- Café (cafeína)
- Condimentos y especias
- Picantes e irritantes
- Refrescos o bebidas gaseosas
- Alimentos ácidos como los cítricos

- TRASTORNOS DEL ESTOMAGO

- Indigestión
- Gastritis
- Úlcera péptica
- Dispepsia

EVITAR

- Lípidos
- Azúcar
- Cafeína.
- Especias
- Alcohol.

- TRASTORNOS DE LOS INTESTINOS

- Celiacía (intolerancia al gluten)
- Infecciones
- Intolerancia a la lactosa

EVITAR

- Carne de puerco, chile, condimentos fuertes
- Café, alcohol, bebidas gaseosas.
- Col, coliflor, calabacita, rábano, pepino, brócoli
- Frijol, lenteja, haba, garbanzo, chícharo
- Nuez, almendra, pistache, cacahuete, avellana
- Pan blanco, pan dulce
- Chocolate, Leche, Queso y Crema

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

- ATEROSCLEROSIS

- CONCEPTO

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

- TRATAMIENTO

- Farmacológico

- Nutricional

Se recomienda que las grasas saturadas no representen más del 10% de las calorías por día y que el consumo de colesterol sea menor a 300 mg por día, para ello se deben eliminar los alimentos con alto contenido de colesterol.

- HIPERLIPIDEMIAS

- Hipercolesterolemia
- hipertrigliceridemia

RECOMENDACIONES

- Controlar el consumo de calorías.
- Consumir frutas y verduras.
- Consumir cereales integrales.
- Aumentar el consumo de pescado.
- Preferir carnes magras.
- Disminuir el consumo de grasas saturadas y trans.
- Reducir el consumo de azúcar.

BIBLIOGRAFÍAS

1. Casanueva, Esther; Kaufer-Horwitz, Martha; Pérez-Lizaur, Ana Berta; Arroyo, Pedro, Nutriología médica, Panamericana, México, 2001.
2. García, Eduardo; Kaufer-Horwitz, Martha; Pardío, Jeanette; Arroyo, Pedro, La Obesidad. Perspectivas para su comprensión y tratamiento, Panamericana, México, 2010.
3. Mahan, L.Kathleen, Escott-Stump, Sylvia, Krause, Dietoterapia, Elsevier Masson, España, 2009.
4. Pérez de Gallo, Ana Berta; Marván, Leticia, Manual de dietas normales y terapéuticas. Los alimentos en la salud y la enfermedad, Ediciones científicas La prensa Médica Mexicana, S.A de C.V, México, 2000.
5. Pérez-Lizaur, Ana Berta; Palacios, Berenice; Castro, Ana Laura; Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes, Fomento de Nutrición y Salud, A.C, México, 2008.
6. Suverza, Araceli y Haua, Karime, El ABCD de la evaluación del estado de nutrición, Mc Graw Hill, México, 2010.