



Mi Universidad

CUADRO SINÓPTICO.

Nombre del Alumna: Beatriz Adriana Gómez Robrero.

Nombre de Los Temas: Alimentación En Diferentes Patologías: Hipertensión, Diabetes, Enfermedades Gastrointestinales Y Cardiovasculares

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica y Dietética.

Nombre del Profesor: Gabriela Eunice García Espinoza.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Parcial: 1er. Parcial.

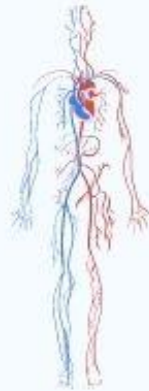
Cuatrimestre: 3er. Cuatrimestre.

24 de julio de 2023

UNIDAD IV

HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y DIABETES

4.1 HIPERTENSIÓN ARTERIAL



De forma común, la presión arterial puede ser alta o baja (sistólica y diastólica), y mantenerla en niveles normales es fundamental para que el sistema cardiovascular funcione adecuadamente.

4.1.1 DEFINICIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIA

La hipertensión se define como "el aumento persistente de la presión arterial, la fuerza ejercida por unidad de área sobre las paredes de las arterias"

CLASIFICACIÓN:

- NORMAL: < 120 y < 80
- Prehipertensión: $120 - 139$ o $80 - 89$
- Hipertensión Fase 1: $140 - 159$ o $90 - 99$
- Hipertensión Fase 2: ≥ 160 o ≥ 100

La hipertensión arterial se puede detonar debido al sobrepeso y a la obesidad, por una alimentación inadecuada, por genética, por el uso de ciertos medicamentos, por falta de actividad física y por consumir alcohol en exceso



4.1.2 TRATAMIENTO DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIA

Se relaciona con la fase en la que se encuentre la enfermedad. 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 y tratamiento nutricional. Debido al enfoque de este libro, se detallará el tratamiento nutricional; así, la preparación de menús para el paciente hipertenso es fundamental.



4.2 DIABETES MELLITUS



La diabetes se puede presentar en cualquier edad, sexo, nivel socioeconómico, etc.; cuando se detona, el diagnóstico apropiado, así como el manejo y tratamiento adecuados son fundamentales para tener una buena calidad de vida.

4.2.1 DEFINICIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA DIABETES MELLITUS

La diabetes mellitus "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"

DIABETES TIPO 1: Afecta a niños y adultos jóvenes, depende de la insulina exógena para prevenir la cetoacidosis y la muerte.

DIABETES TIPO 2: Son afectadas personas mayores a 30 años, aquí la enfermedad es lentamente progresiva y es necesario controlar la hiperglucemia.

DIABETES GESTACIONAL: Se diagnostica normalmente en mujeres durante el embarazo.

PREDIABETES: Se detecta en ayunas, estas personas deben de ser vigiladas de cerca para no aumentar el desarrollo de la diabetes.



4.2.2 TRATAMIENTO DE LA DIABETES MELLITUS

El tratamiento de la diabetes mellitus está en función de su tipo, sin embargo, todos los tratamientos tienen el mismo objetivo: disminuir y controlar la enfermedad para tener una mejor calidad de vida.

DIABETES TIPO 1: El tratamiento de la diabetes mellitus está en función de su tipo, sin embargo, todos los tratamientos tienen el mismo objetivo: disminuir y controlar la enfermedad para tener una mejor calidad de vida.

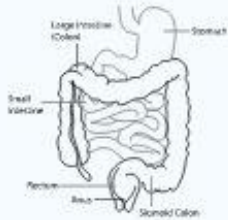
DIABETES TIPO 2: Lo más importante es cambiar su estilo de vida, es decir, modificar su consumo de alimentos y el tipo de comida, así como realizar actividad física

DIABETES GESTACIONAL: lo más recomendable es que acuda con un especialista para monitorear la enfermedad junto con su médico ginecólogo.



UNIDAD V

ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES Y CARDIOVASCULARES



5.1 ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES



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



5.2 ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES



Es importante modificar ciertos hábitos, y se recomienda no tomar alimentos demasiado fríos o calientes, comer despacio y masticar bien los alimentos, tener horario fijo de alimentación y tomar líquidos en abundancia (ocho vasos diarios = dos litros de agua).

5.1.1 TRASTORNOS ESOFÁGICOS

El esófago es el responsable de la deglución desde la boca hasta el estómago. En la siguiente figura se muestra el proceso de deglución:

CLASIFICACIÓN:

- Reflujo Esofágico o Enfermedad de Reflujo
- Estenosis o tumor esofágico
- Hernia de Hiato
- Cáncer de la Cavidad Bucal, Esófago o Estómago.
- Dispepsia.
- Úlcera Gástrica
- Síndrome de Evacuación Gástrica



5.1.2 TRASTORNOS DEL ESTOMAGO

Los trastornos más comunes del estómago son:
1) Indigestión y dispepsia
2) Gastritis y úlceras pépticas

1.- El término "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"

2.- "pueden aparecer como consecuencia de la alteración de la integridad de la mucosa gástrica por una infección, un compuesto químico o una causa neurológica".

5.1.3 ENFERMEDADES DEL INTESTINO DELGADO Y GRUESO

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.

INTESTINO DELGADO.

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

INTESTINO GRUESO.

- 1) Colitis
- 2) Síndrome de Intestino Irritable
- 3) Enfermedad Diverticular.

Es importante modificar ciertos hábitos, y se recomienda no tomar alimentos demasiado fríos o calientes, comer despacio y masticar bien los alimentos, tener horario fijo de alimentación y tomar líquidos en abundancia (ocho vasos diarios = dos litros de agua).



5.2.1 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.

• Para diagnosticar este padecimiento es necesario evaluar los niveles de colesterol en sangre, tanto de colesterol bueno (HDL) como de colesterol malo (LDL), así como los niveles de triglicéridos, con un perfil de lípidos.

• Generalmente, se indica un tratamiento farmacológico para reducir los niveles de lípidos en sangre, pero además es fundamental el cambio de hábitos, la disminución de peso (si es necesario), modificar la alimentación, y aumentar la actividad física.



5.2.2 HIPERLIPIDEMIAS

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

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

Los hiperlipidemias se pueden afectar de manera negativa por estrés, consumo de alcohol, hipertensión, diabetes, obesidad, tabaquismo, falta de actividad física, edad y cambios hormonales en las mujeres.

