

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno: Gpe Elizabeth Hidalgo Ruiz

Nombre del tema: Unidad III

Nombre de la Materia: Nutricion en el adulto mayor

Nombre del profesor: Julibeth Martinez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Sexto cuatrimestre

Parcial: II

Enfermedades en el adulto mayor

ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO CON SU REGIMEN ALIMENTICIO

El aparato digestivo está compuesto por el esófago (tubo de alimento), el estómago, los intestinos grueso y delgado, el hígado, el páncreas y la vesícula biliar.

Afecciones

la gastritis, la úlcera péptica, el cáncer de estómago, los cálculos biliares, el cáncer colorrectal, la hepatitis, pancreatitis, la colitis o el síndrome del intestino irritable.

Los tejidos del esófago se resienten con la acción del ácido y esto puede dar lugar a una enfermedad llamada esófago de Barrett, el paso previo al cáncer de esófago.

Aparición

a la edad, al sobrepeso y la obesidad y a los malos hábitos alimenticios por la ingesta de alimentos muy sazonados, o de difícil digestión y a otras acciones inadecuadas como tumbarse tras la comida

Regimen alimenticio

Evitar el café, el té, las bebidas con cafeína, bebidas gaseosas y el alcohol.

2 tipos

La inflamación cesa y va seguida de un proceso de reparación y cicatrización

La inflamación comienza a afectar a otros sistemas (circulatorio, respiratorio o excretor renal), dando lugar a un fallo orgánico o incluso el fallecimiento del px

Inflamación aguda en el páncreas

Regimen alimenticio

Dieta blanda

Coma poca cantidad y varias veces al día; lo ideal es repartirlas en 5-6 tomas (desayuno, media mañana, comida, merienda, cena y algo antes de acostarse) Coma despacio y en un ambiente tranquilo. Masticar bien los alimentos.

Enfermedades en el adulto mayor

Gastritis

Es la inflamación de la mucosa que recubre las paredes del estómago.

El revestimiento del estómago contiene células que segregan enzimas y ácido que ayudan en la digestión y que cuando se inflama ocasiona molestias.

Alimentos recomendados

Pasta, arroz, pan blanco, verduras cocidas y sin piel, patata, frutas cocidas, carnes magras, pescados, clara de huevo, productos lácteos desnatados, agua y bebidas sin cafeína

Úlceras

Las UPP son un problema multicausal en cuya etiopatogenia juegan un papel muy importante la presión directa, las presiones tangenciales y la humedad, los cambios fisiológicos en la piel, una mayor sequedad y fragilidad, son factores favorecedores de producción de UPP en la población geriátrica.

La nutrición y la hidratación son elementos claves, tanto en la prevención de las heridas crónicas, principalmente las UPP, como en la cicatrización de las heridas al proporcionar al organismo toda una serie de nutrientes básicos para que tenga lugar el proceso de cicatrización

Tratamiento

El abordaje de la nutrición de un paciente con UPP debe contemplar los siguientes pasos: valorar el riesgo nutricional y, cuando sea necesario, derivar al paciente a servicios especializados; determinar los requerimientos energéticos y nutricionales; seleccionar la vía de administración y/o soporte nutricional más adecuada evaluar la efectividad de las intervenciones y monitorizar posibles complicaciones. Para ello, tendremos en cuenta los siguientes elementos:

Los suplementos de vitamina A aumentan la cantidad de colágeno y la resistencia a la rotura de heridas, El déficit de vitamina C (escorbuto) es el ejemplo más claro de correlación entre nutrientes y cicatrización de heridas; El zinc es otro de los micronutrientes que se han relacionado con la cicatrización de heridas

Enfermedades en el adulto mayor

Diarrea

Se denomina diarrea al aumento en la frecuencia de las deposiciones (más de tres veces al día) acompañada de una disminución de la consistencia de éstas.

. A veces la diarrea puede contener sangre, moco, pus y alimentos no digeridos.

Tratamiento

Diarrea leve

Basta con administrar abundantes líquidos en el propio domicilio del paciente.

Diarrea grave

Se acompaña de deshidratación es necesario tratar al paciente en el hospital para administrar líquidos por vía venosa.

Recomendaciones

Comer arroz blanco, patatas hervidas, zanahorias cocidas, pollo al horno sin piel ni grasa o jamón cocido, entre otros.
Evitar alimentos que puedan empeorarla como los ricos en grasa, especialmente fritos; con mucha fibra (frutas cítricas), pasteles, galletas, café, etc.

Estreñimiento

Se refiere a la dificultad, o tensión, en la defecación y movimientos infrecuentes del intestino durante un largo periodo de tiempo

Los síntomas asociados con el estreñimiento incluyen deposición dura/seca, hinchazón y dolor abdominal, las definiciones de la función normal del intestino varían, pero se ha sugerido como patrón normal una frecuencia de entre tres veces al día y tres veces a la semana.

Tipos

. El estreñimiento primario o simple puede estar asociado a una dieta inadecuada y baja en fibra, deshidratación, movilidad reducida, retención de evacuación fecal y tono muscular reducido

El estreñimiento secundario puede ser causa de una enfermedad o terapia con medicamentos.

Referencias bibliograficas

Antologia

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/b617a63e1ff75ec83d28b6f4e3251e3a-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.pdf>