



**Nombre de alumno: Tayli Jamileth
Cifuentes Pérez**

**Nombre del profesor: Julibeth
Martínez Guillen**

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: Nut. En el adulto mayor

Grado: 6to. cuatrimestre

Grupo: Nutrición

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de julio de 202

ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO CON SU REGIMEN ALIMENTICIO

Composición del aparato digestivo

Esófago (tubo de alimento), el estómago, los intestinos grueso y delgado, el hígado, el páncreas y la vesícula biliar

Son trastornos del aparato digestivo, que algunas veces se denomina tracto gastrointestinal (GI), en la digestión, el alimento y las bebidas se descomponen en pequeñas partes (llamadas nutrientes) que el cuerpo puede absorber y usar como energía y pilares fundamentales para las células

Las afecciones pueden ir de leves a serias y comprenden un largo listado, entre los problemas y enfermedades más

Gastritis

Las afecciones pueden ir de leves a serias y comprenden un largo listado, entre los problemas y enfermedades más comunes

Las afecciones pueden ir de leves a serias. Algunos problemas comunes abarcan cáncer, síndrome del intestino irritable e intolerancia a la lactosa.

Acidez de estómago

Es una especie de quemazón o ardor que sube hasta la laringe. Lo normal es que los cardias permanezcan cerrados mientras se hace la digestión. Sin embargo, en ocasiones, esta válvula se relaja y deja pasar los ácidos gástricos al esófago. Este proceso se denomina reflujo gastroesofágico

Su aparición está asociada 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 las comidas

Régimen alimenticio

Identificar y evitar los alimentos que le producen síntomas. De modo general son el café, el té, las bebidas con cafeína, bebidas gaseosas y el alcohol.

Pancreatitis aguda

Es una enfermedad frecuente en la que se produce una inflamación aguda del páncreas que se resuelve de dos maneras

Por un lado, en los casos más frecuentes, la inflamación cesa y va seguida de un proceso de reparación y cicatrización

En los casos menos frecuentes, la inflamación comienza a afectar a otros sistemas (circulatorio, respiratorio o excretor renal), dando lugar a un fallo orgánico o incluso el fallecimiento del paciente.

Régimen alimenticio

La dieta blanda es una dieta de fácil digestión que está indicada en pacientes que han padecido alguna enfermedad del aparato digestivo como es el caso de la Pancreatitis

Realice cocinados sencillos: hervidos, en su jugo, plancha, vapor, horno

vite las comidas abundantes. Coma poca cantidad y varias veces al día; lo ideal es repartirlas en 5-6 tomas, evite los zumos de naranja, tomate y las bebidas gaseosas

ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO CON SU REGIMEN ALIMENTICIO

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 para la gastritis

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. Los alimentos se deben preparar hervidos, al horno, a la plancha o al grill, evitando las frituras

Alimentos que es mejor evitar durante la gastritis

Alimentos y bebidas muy fríos o muy calientes, pimienta, vinagre, pimienta molida, mostaza, café, té, alcohol

Se recomienda una masticación adecuada y un tiempo adecuado para cada comida, evitando también acostarse inmediatamente después de cada ingesta. y evitar, en la medida de lo posible, situaciones de estrés, pues éste favorece la secreción ácida del estómago.

evitar el uso prolongado de medicamentos como el naproxeno, el ibuprofeno o el ácido acetilsalicílico, así como reducir o suprimir la ingesta de alcohol y de comidas que puedan irritar el revestimiento estomacal

ULCERAS

Las úlceras por presión (UPP) son un problema de salud con enormes repercusiones a nivel epidemiológico, asistencial y económico, que inciden en la calidad de vida de los pacientes que las sufren, la incidencia y prevalencia de UPP

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.

Tratamiento

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

Calcular o tener en cuenta las necesidades nutricionales específicas en cuanto a edad y estado de salud del paciente.

ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO CON SU REGIMEN ALIMENTICIO

DIARREAS

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

Dependiendo de la persona, esta patología puede ser leve y desaparecer en pocos días o durar más tiempo, en algunos grupos de riesgo, como los niños y los bebés conviene vigilar al enfermo puesto que en ellos puede derivar a una enfermedad grave

Los adultos pueden tomar zumo de frutas, bebidas isotónicas, caldos caseros, etc., respecto a las comidas, los expertos recomiendan 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. Cuando la diarrea se detenga, el paciente podrá volver a llevar su alimentación habitual.

ESTREÑIMIENTO

Dificultad, o tensión, en la defecación y movimientos infrecuentes del intestino durante un largo periodo de tiempo

Síntomas

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.

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

BIBLIOGRAFIA

Universidad del Sureste, antología de nutrición en el adulto mayo, recuperado el 04 de julio del 2023, paginas 76-81

[b617a63e1ff75ec83d28b6f4e3251e3a-LC-LNU604 NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/b617a63e1ff75ec83d28b6f4e3251e3a-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.pdf)