



Super nota.

Nombre del Alumno:

Laura Camila Ortega Alfonso

Materia:

Prácticas de nutrición clínica II

Nombre del profesor:

Julibeth Martinez

Nombre de la Licenciatura:

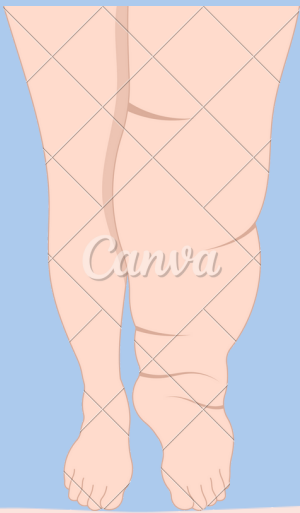
Nutrición.

Cuatrimestre: IX

Edemas y ascitis

Edema

hinchazón causada por la acumulación de líquido en los tejidos del cuerpo.

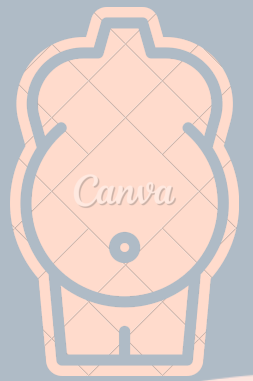


Suele ocurrir en los pies, los tobillos y las piernas, pero puede afectar todo el cuerpo.

Ascitis

La ascitis es la acumulación de líquido en la cavidad abdominal. El peritoneo es una membrana que rodea los órganos del interior del abdomen que produce líquido ascítico.

Este líquido es normal en el cuerpo, pero el cáncer puede provocar que el peritoneo produzca demasiada cantidad de este líquido.



RECOMENDACIONES

Que hacer

Reducir la sal en la dieta puede ayudar a disminuir la hinchazón. El ejercicio, los masajes, la compresión y elevar la zona hinchada por encima del corazón también puede ayudar.

Que hacer

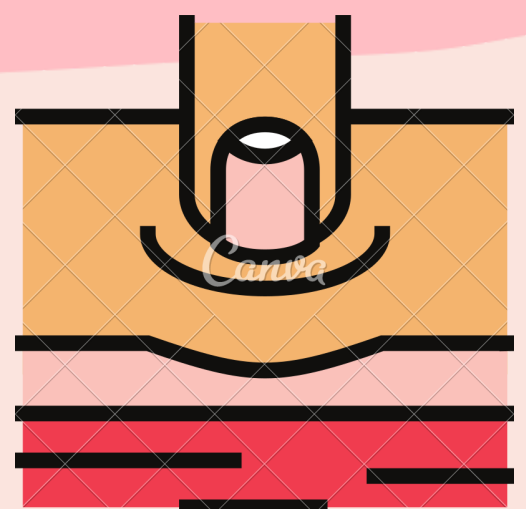
Descansar y limitar la ingesta de sal a menos de 2,000 miligramos al día puede aliviar los síntomas. Se recomienda evitar el alcohol

RECOMENDACIONES nutricionales

- Aumenta el consumo de fibra, vitamina C, hortalizas de temporada , y antioxidantes
- El calcio (yogur, leche, sésamo) controla la función de los adipocitos y estimula la lipólisis, ayudando a reducir el peso y la grasa corporal.
- El **potasio** (ciruelas, plátano, melocotón, albaricoque...), mejora el balance hídrico y potencia los efectos de la dieta para retención de líquidos.
- Consume con más frecuencia estos alimentos diuréticos.

Signo de godet

Es el hundimiento sostenido de la piel al hacer presión sobre un punto donde haya un relieve óseo debajo,



REFERENCIAS

Antología UDS. Prácticas en nutrición clínica II. <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/10cda21f2de205d2dc3aeae94db5dd77-LC-LNU902%20PR%C3%81CTICAS%20DE%20NUTRICI%C3%93N%20CL%C3%8DNICA%20II.pdf>