



Nombre del Alumno: Jimena Maldonado Marín

Parcial: Primero

Nombre de la Materia: Nutrición En Enfermedades

Gastrointestinales

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Cuarto

21 de septiembre del 2023



# ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES.

El sistema digestivo es muy importante, por medio de este se obtienen nutrientes que son usados por nuestro cuerpo para su funcionamiento. Las enfermedades gastrointestinales son muy comunes en la población de hoy en día, muchas veces no sabemos que presentamos alguna enfermedad, estas pueden variar desde la gastritis hasta el cáncer de garganta si no se tiene el adecuado tratamiento, tenemos que tomar en cuenta cuales son los requerimientos y recomendaciones nutricionales para cada una de esta, también cuales son los síntomas presentados, esto interviene sobre la alimentación ya que aunque las recomendaciones nutricionales son similares depende de que tan avanzada esta la enfermedad.

Ahora bien, hablare un poco del sistema digestivo, este es un sistema enrollado que va desde los 6 a 9 metros de largo, este tiene inicio en la boca y termina en el ano. Esta conformado por diferentes secciones, las cuales son:

- Cavidad bucal, faringe, esófago, estómago, intestino delgado intestino grueso y ano.

Dentro de este sistema podemos encontrar a diferentes “órganos accesorios”, en los cuales se ubican la lengua, dientes, glándulas salivales , páncreas, hígado y la vesícula biliar. Sus diferentes funciones son: ingestión, secreción, propulsión, absorción y excreción. Como ya mencioné el sm digestivo es el que obtiene nutrientes y este los envía a diferentes partes del organismo en donde estos va a ser utilizados. Este proceso inicia en la boca en donde el alimento es triturado, lubricado y suavizado, esto con el fin de poder ser deglutido,

En la boca podemos encontrar diferentes padecimientos, esto puede derivarse de los alimentos que consumimos, por lo cual debemos seguir una buena dietas y cuidados para así poder favorecer al desarrollo de los dientes, los dientes se forman por la mineralización de una matriz proteica, se necesita a la vitamina C y D para el proceso de deposito del calcio y fósforo para poder formar los cristales de hidroxiapatita, la cual ayuda a la prevención de caries. La **caries** es una enfermedad infecciosa en la que los ácidos orgánicos producen una desmineralización del esmalte dental, seguida de una destrucción de la estructura dental la cual se da por carbohidratos fermentados. En este padecimiento

intervienen factores como la superficie susceptible, microorganismos, carbohidratos de carbono fermentados y el tiempo que la bacteria tiene en la boca.

La saliva alcalina es una buena protectora de virus y bacterias, aunque existen microorganismos prevalentes como: *Streptococcus sanguis*, *Streptococcus mutans* y *Lactobacillus*. Podemos encontrar que los hidratos de carbono fermentables se encuentran en 3 grupos: lácteos, cereales y frutas. En estos grupos de alimentos podemos encontrar a los alimentos **cariógenos** los cuales son aquellos que pueden generar caries en los dientes. Todas las frutas y jugos pueden ser cariógenos, ya que tienen un alto contenido acuoso. El chicle sin azúcar puede ayudar a reducir el riesgo de la degradación, los alimentos **anticariógenos** son los que evitan que la placa reconozca a los alimentos acidógenos. Ahora bien puede existir una remineralización, la cual se define como el restablecimiento mineral de la hidroxiapatita de esmalte dental.

La ingesta frecuente de hidratos de carbono fermentables, combinada con una regurgitación de vómitos provocados de contenido gástrico, puede producir una constante llegada de ácido a la cavidad oral. Las caries son el resultado de la erosión de superficies palatinas y bucales. Otra enfermedad bucal es la periodontal, en la cual existe una inflamación de la encía causada por bacterias orales, la periodontitis no tratada puede causar la pérdida de la fijación dental. En los diferentes casos de las enfermedades es difícil determinar si es causada por una dieta poco saludable o por una pobre higiene. En el caso de la enfermedad periodontal puede tratarse con cirugía, llevando una dieta adecuada antes y después de esta.

Dejando a un lado las enfermedades en la cavidad oral, podemos ver que existen diferentes padecimientos a niveles esofágico y estomacal. Existen antecedentes para una valoración, puede ser con respecto al peso, náuseas, vómitos, diarrea, problemas para masticar o tratar la ingesta dietética, alergias, intolerancias, suplementos alimenticios, uso de laxantes y medicamentos.

**La enfermedad por reflujo gastrointestinal (ERGE)** consiste en los episodios de reflujo que superan los mecanismos protectores del esófago, presenta síntomas como: ardores, sensación quemante con erosión de la mucosa interna del esófago. La ERGE erosiva suele asociarse con síntomas más graves y prolongados. La fisiopatología de esta es compleja y sus síntomas pueden ser muy variados.

La **esofagitis** se caracteriza por tener síntomas similares a la ERGE, su gravedad depende de la composición, frecuencia y volumen del reflujo gástrico, los síntomas pueden impedir una dieta adecuada.

Otra enfermedad es el **esófago de Barret (EB)**, trastorno precanceroso en el que el epitelio escamoso del esófago está reemplazado por un epitelio columnar anómalo. Las recomendaciones para estas enfermedades son:

- Evitar comidas ricas en grasa.
- Evitar alimentos 3 o 4hr antes de dormir. Evitar bebidas alcohólicas.
- Evitar ropas ajustadas.
- Adelgazar en caso de sobrepeso.

La **gastritis y úlcera péptica** que es la consecuencia de una alteración de la mucosa gástrica por infecciones, lo que provoca gastritis, existen diferentes tipos de gastritis como la aguda, crónica y eosinofílica; los síntomas pueden ser: vómitos, diarreas, náuseas, anorexia, hemorragia y dolor epigástrico. Podemos encontrar que estos padecimientos tienen casi las mismas recomendaciones nutricionales y casi la misma sintomatología por lo cual es fácil confundirlas.

Entre otras podemos encontrar al **estreñimiento** esta puede ser causada por el estilo de vida, ausencia de ejercicio, trastornos médicos o mala ingesta de alimentos.

La **diarrea** es una afección que afecta, ya que las heces son líquidas y son superiores a 300ml, el cual conlleva una pérdida de líquidos y electrolitos, esto en un punto puede ser letal por la fuerte deshidratación causada. Existen diferentes tipos de diarrea: la **exudativa** es la que se asocia con la lesión de la mucosa y está expulsa moco, líquido, sangre y proteínas; la **diarrea osmótica**: producida en la luz intestinal; **diarrea secretora**: secreción intestinal activa de agua y electrolitos por parte del epitelio intestinal y por último la **diarrea hipoabsorción**: se produce cuando una enfermedad altera la digestión o absorción de tal manera que aparecen Grasas y otros nutrientes en las heces.

La enfermedad **celíaca** se carece por una combinación de 4 factores: susceptibilidad, exposición al gluten, activados ambiental y respuesta autoinmune. Síntomas: náuseas,

retortijones abdominales, diarrea tras la ingesta de gluten. Con el tiempo de lesiona la mucosa intestinal hasta el punto de comprometer funciones.

La **enfermedad inflamatoria intestinal** (EII) tiene 2 formas enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa se produce entre los 15-30 años. Síntomas: diarrea, fiebre, pérdida de peso, anemia, intolerancias alimenticias, malnutrición y manifestaciones extraintestinales.

# **BIBLIOGRAFIA.**

Universidad del sureste (2023) apuntes de libreta y antología de enfermedades