



Nombre de alumno: Karla Daniela Pinto Lara

**Nombre del profesor: Daniela Montserrat
Mendez Guillen**

Nombre del trabajo: Ensayo unidad I

**Materia: Nutrición en enfermedades
gastrointestinales.**

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 4°

Grupo: A

Introducción

El aparato digestivo es una parte fundamental para el ser humano, y dentro de la nutrición es importante conocer su función de cada una de las partes que lo conforman. Esto para que nuestro paciente tenga una adecuada alimentación, absorción de nutrientes y no contemos con ninguna complicación gastro intestinal.

De igual manera poder apoyarlo en cuanto el cuento con alguna enfermedad donde la alimentación haga una mejora a su salud, todo esto aprendido es para poder prevenir una enfermedad, poder controlarla o poder curarla a través de la alimentación. Hay muchas enfermedades que afectan a nuestro sistema gastro intestinal y es por ello que este ensayo trata sobre cada una de las partes y enfermedades comunes que conocemos.

Para poder entender las patologías que se encuentran en el sistema digestivo debemos conocerlo bien, debemos saber que el sistema digestivo es un sistema enrollado que mide de 6 a 9 m de largo, este inicia en la boca y termina en el ano.

Está formado por la boca la cual tiene como función principal la masticación y la formación del bolo alimenticio todo esto se lleva a cabo con la ayuda de los órganos accesorios como la lengua, los dientes y las glándulas salivales. Tenemos a los demás órganos como la faringe, el esófago, el estomago donde se degradan los alimentos de macromoléculas a micromoléculas a través del ácido estomacal, tenemos al intestino delgado donde se lleva a cabo la absorción de nutrientes, el intestino grueso donde aún se pueden absorber algunos nutrientes, agua y minerales y el cual se prepara para la excreción de todo aquello que el cuerpo no necesita y el ano donde se expulsa toda esa excreción. Es evidente que aún hay muchos más órganos y tienen muchas más funciones, pero todo lo anterior es para poder entender un poco más de lo que hablaremos.

Debemos saber que el aparato digestivo tiene funciones específicas como lo es la ingestión lo cual debemos de entender que es la introducción del alimento en la boca, la secreción que es la liberación de los jugos gástricos o digestivos, el mezclado y propulsión que realmente es lo que conocemos como motilidad o peristaltismo, la digestión que es la hidrolisis de los alimentos en macromoléculas en micromoléculas, la absorción que es la introducción de las micromoléculas al interior de la célula y la defecación que es la excreción de los nutrientes no digeribles. Todo esto realizado por los órganos que mencionamos antes.

Como primera patología tenemos las enfermedades de la cavidad bucal, debemos entender que la dieta y la nutrición son esenciales para el desarrollo de los dientes, los dientes inician a desarrollarse al tercer mes de gestación y su mineralización al cuarto mes. Los dientes están formados por proteína como la dentina, debemos entender que al no tener una buena dieta estos pueden dañarse y obtener enfermedades. La caries dental es una enfermedad dental infecciosa en la que el metabolismo ácido producen una desmineralización gradual del esmalte dental. Esto debido a microorganismos los cuales serán el sustrato entre los

hidratos de carbono fermentables como los cereales, frutas y lácteos. Después tenemos a la enfermedad periodontal la cual es una inflamación de las encías por una infección causada por bacterias orales como destrucción del aparato de fijación del diente. Lo que podemos recomendar es una buena higiene, integridad del sistema inmunitario y una nutrición óptima para la defensa ante estas bacterias.

Si bien vamos a otros órganos tenemos a las enfermedades de esófago y estómago, una de ellas es la enfermedad de reflujo gastrointestinal mejor conocida como ERGE la cual es una afección en la cual los contenidos del estómago se devuelven desde el estómago hacia el esófago causando irritación o molestias, algunos factores de riesgo e esta enfermedad es el consumo de alcohol, hernia de hiato, obesidad, embarazo, esclerodermia, tabaquismo, el recostarse justo después de comer. Los tratamientos de este tipo de enfermedades es una dieta y estilo de vida adecuado en el cual es necesario evitar la ingesta de cafeína, alcohol, chocolate, grasas, irritantes, bebidas carbonatadas.

El esófago de Barret es una de las consecuencias de obtener ERGE y no haber tratado adecuadamente la enfermedad, el esófago de Barret es un trastorno precanceroso en el que el epitelio escamoso normal del esófago esta remplazado por un epitelio columnar anómalo conocido como metaplasia intestinal especializada, de igual manera como nutriólogos recomendamos una dieta sana, actividad física, y el mismo tratamiento que el ERGE de la mano del tratamiento médico adecuado. La dispepsia hace referencia a molestias o dolores inespecíficos y persistentes en la región superior del abdomen estas molestias las podemos relacionar con reflujo esofágico, gastritis, úlceras pépticas colecistopatías. La gastritis es la consecuencia de alteraciones de la mucosa gástrica por infecciones, sustancias químicas o alteraciones neurales, normalmente por infecciones *helicobacter pilory* y las úlceras peptídica se referirá a una úlcera provocada por el fracaso de mecanismos normales de defensa y reparación.

Por último la enfermedad celiaca la cual afectara a la parte intestinal se caracteriza por cuatro factores: susceptibilidad genética, exposición al gluten, un activador ambiental y respuesta inmune o autoinmune. Hacemos referencia a que daña la parte intestinal ya que los síntomas más comunes es diarrea, vomito, náuseas, retorcijones y esto es muy fácil de confundir con una enfermedad común como infecciones estomacales. Es muy importante llevar una dieta sin gluten para que estos síntomas vayan disminuyendo.

Las enfermedades inflamatorias intestinales se dividen en dos: enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa. Estas comparten características clínicas como la diarrea, fiebre, perdida de peso, crecimiento insuficiente por la falta de absorción de nutrientes, y manifestaciones extraintestinales.

Conclusión

Es importante conocer cada una de las enfermedades gastrointestinales ya que nuestros pacientes siempre llegaran con diferentes patologías, y hoy en día normalmente las personas por lo menos padecen de una de ellas. Es importante el conocer cómo se desarrolla la enfermedad, el tratamiento de ellas y la nutrición que debe de tener cada persona para mejorar la calidad de vida ante estas situaciones.

Si nos percatamos cada una de ellas se da por un mal estilo de vida y lo mejor que podemos hacer es mejorar el estilo de vida del paciente para mejorar esos síntomas.