



Nombre del Alumno: Sandra Amairani López Espinosa.

Nombre del tema: Nutrición en niños con cardiopatías congénitas y patología pulmonar crónica

Parcial: 4

Nombre de la Materia: Nutrición en actividades pediátricas

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillén

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 7

Nutrición en niños con cardiopatías congénitas y patología pulmonar crónica.

Sabemos que la educación comienza desde casa y uno de los puntos más importantes que están dentro de ésta, es la alimentación, el mejor momento para que los niños puedan aprender a escoger correctamente sus alimentos es la infancia, así que es importante enseñar a comer a la población para que las nuevas generaciones sepan alimentarse sanamente y poder tener una mejor calidad de vida al mismo tiempo que evitar muchísimas enfermedades que van desde las leves hasta las más graves como por ejemplo; el cáncer, T/A, DM, y las cardiopatías coronarias.

Con el objetivo de evitar estas enfermedades a edades muy tempranas como son en niños, ya que lastimosamente se calcula que entre el 3-4 por 1.000 de los recién nacidos con malformación cardíaca que puede deberse a una malnutrición de la madre incrementando la morbilidad. El estado nutricional es una de las comorbilidades más comunes del paciente con patologías pulmonares crónicas. Se estima que entre el 10% y el 45% de los pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) presentan desnutrición, incidencia que puede alcanzar el 63% en pacientes con EPOC moderada severa que requieren ingresar en un programa de rehabilitación pulmonar.

Nuestra labor como Nutriólogos en estas situaciones de desnutrición, se va a enfocar en la ingesta y el consumo energético debido al proceso inflamatorio que su organismo se encuentra soportando. Se reconoce que existe un pobre intercambio gaseoso, lo cual genera fatiga y saciedad precoz en el paciente causando un desbalance energético que resulta en una malnutrición, podemos recomendar los ácidos grasos esenciales como los son los Omega 3 y 6, los cuales funcionan como agentes antiinflamatorios, ayudando al paciente a disminuir el estrés metabólico sufrido por la enfermedad.

Las proteínas aportadas a la dieta deben ser adecuadas para evitar los problemas de sarcopenia o debilidad en el paciente además de que es crucial el reforzamiento de los músculos tanto esqueléticos como respiratorios.

Debemos buscar alimentos altos en fibra que ayuden a la digestión del paciente. Evitar alimentos con azúcares simples y optar por carbohidratos complejos de lenta absorción para así lograr que el paciente no tenga picos de glicemias que podrían generar una acidosis.

Podemos tomar como guía los requerimientos nutricionales que son:

- HC= 25-30%
- LP= 55-60%
- PT= 20%

Dependiendo de estado clínico y de los objetivos a los cuales se busca llegar.

Las EPOC más comunes son el asma, el enfisema que es una afección en la cual los alvéolos al final de los pasajes de aire más pequeños (bronquiolos) de los pulmones se destruyen y la bronquitis crónica es cuando hay una inflamación del revestimiento de los bronquios, que llevan el aire hacia y desde los sacos de aire (alvéolos) de los pulmones. Se caracteriza por la tos diaria y la producción de moco (esputo). Los pacientes pequeños tienen una evolución muy inestable y la mayoría de los niños necesita internaciones frecuentes y consultas reiteradas. En la medida que el niño crece y se desarrolla, se logra una etapa de estabilidad y mayor confort, disminuyendo así el impacto y el estrés provocado por la enfermedad.

- Las vías respiratorias y los alvéolos pulmonares se vuelven menos elásticos
- Las paredes entre muchos de los saquitos se destruyen
- Las paredes de las vías aéreas se engrosan e inflaman
- Las vías respiratorias producen más mucosidad de lo normal y pueden obstruirse.

Síntomas:

- Tos frecuente o tos que produce mucha mucosidad
- Sibilancias
- Un silbido o chirrido cuando respira
- Falta de aliento, especialmente si hace actividad física
- Sensación de presión en el pecho
- Resfriados y gripe
- Pérdida de peso
- Debilidad en músculos
- Edema.

Las cardiopatías congénitas se producen porque el corazón no se desarrolla normalmente mientras el bebé está creciendo en el útero. Aunque muchas veces no se sabe la causa específica, podemos destacar el factor genético ya que es habitual que ocurran debido a cambios o mutaciones en el ADN.

El tratamiento nutricional exige el aporte calórico y proteico adecuado, con la restricción de fluidos y sodio necesaria, suplemento de vitaminas y minerales especialmente hierro y calcio.

Con todo lo antes mencionado nos damos cuenta de la gran tarea que como Nutriólogos tenemos, y de lo importante que es el cuidado de la salud ya que nos da beneficios en todos los plazos posibles y reiterando que la alimentación es de verdad uno de los factores principales más importantes para el cuidado de la salud.

Fuentes de consulta.

- Universidad del Sureste. (2023). Antología de Nutrición en actividades pediátricas. Recuperado el 02/11/2023, de plataformaeducativauds.com.mx
Sitio web:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/208c10cf3d735868bf22e7232d15ae47-LC-%20NUTRICI%C3%93N%20Y%20ACTIVIDADES%20PEDIATRICAS.pdf>
- Ojeda-Ibáñez M, Vera-Talledo M. Nutrición en el paciente con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Rev Soc Peru Med Interna. 2022;35(4): -. <https://doi.org/10.36393/spmi.v35i4.689>
- NIH. (2023). Cardiopatías congénitas. Recuperado el 02/12/2023. De <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/cardiopatias-congenitas/causas#:~:text=Las%20cardiopatia%20congenitas%20se%20producen,gen%C3%A9ticas%20pueden%20cumplir%20un%20rol>.
- Dr. F. García Algas, Dr A. Rosell Camps. Servicio de Pediatría. Hospital Universitario Son Dureta. Palma de Mallorca. Nutrición en el lactante con cardiopatía congénita. <https://www.telecardiologo.com/descargas/15722.pdf>
- <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/copd/symptoms-causes/syc-20353679#:~:text=El%20enfisema%20y%20la%20bronquitis,con%20enfermedad%20pulmonar%20obstructiva%20cr%C3%B3nica%20>
- <https://medlineplus.gov/spanish/copd.html>