

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**DOCENTE**

**LIC. KARINA MENDOZA**

**ALUMNO**

**MARIO PEREZ MARTINEZ**

**TRABAJO**

**INFOGRAFIA**

**MATERIA**

**NUTRICION EN ENFERMEDADES RENALES**

**CARRERA**

**NUTRICION**

**GRADO Y GRUPO**

**5 CUATRIMESTRE 3A**



# INFOGRAFIA



## Que precauciones debes tener con diálisis peritoneal

es necesario realizar ejercicio físico para evitar dichos efectos secundarios de la diálisis peritoneal, y más concretamente entrenamiento de fuerza.

## que ejercicios podemos llevar con diálisis peritoneal

ejercicios que, además de hacernos trabajar todo el core en su conjunto (abdomen, lumbar, glúteo.), lo hagan siendo totalmente seguros para nosotros.

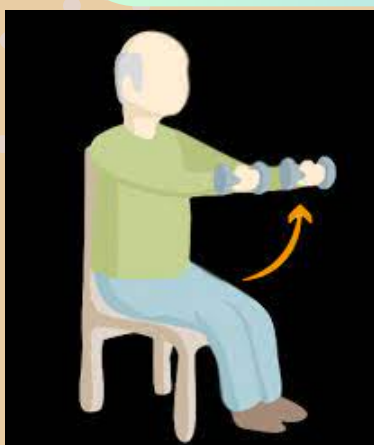


## evaluación medica del paciente

En primer lugar, el médico responsable debe analizar el historial clínico del paciente para prescribirle el ejercicio físico, teniendo en cuenta ("checklist" o listado de chequeo)

## evaluación fisica

El profesional realiza una valoración al paciente para establecer si puede ser incluido en el programa. Para ello el paciente debe realizar movimientos activos de las principales articulaciones involucradas en el programa de ejercicio físico



## test de valoración fisica

La valoración física debe realizarse como mínimo en dos periodos de tiempo:

1. Antes de comenzar el programa de ejercicio físico intradiálisis.
2. Al menos una vez al año de iniciarse, coincidiendo con un periodo de descanso

## cuestionarios de salud previos

La elección de esta escala está basada en las recomendaciones del documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor.

Está compuesto por 5 ítems: fatigabilidad, resistencia, deambulación, comorbilidad, pérdida de peso

Cada respuesta afirmativa es valorada con 1 punto, considerándose fragilidad puntuaciones > a 3, prefragilidad 1 o 2 puntos y no frágil puntuación de 0 puntos.



## test complementario

se debe pasar un cuestionario de actividad física diaria que nos dé información de su grado de sedentarismo. La finalidad es establecer las rutinas de deporte en función de la puntuación obtenida. Este cuestionario recoge información sobre las tareas del hogar, en el tiempo libre y ocupacional realizado en los últimos 7 días.

El registro de actividades en el tiempo libre se registran como:

Nunca, raramente (1-2 días/semana)

A veces (3-4 días/semana)

Con frecuencia (5-7 días/semana).

La duración de la participación en ellas se registra como:

Menos de 1 hora

1-2 horas

2-4 horas

Más de 4 horas.

