



Nombre de alumno: María Daniela Gordillo
Pinto

Nombre del profesor: Daniela Monserrat
Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Súper nota Unidad IV

Materia: Nutrición en enfermedades renales

Grado: 5° cuatrimestre

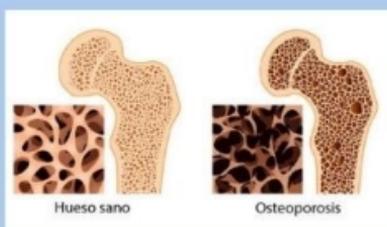
Grupo: único

Comitán de Domínguez Chiapas a 5 de abril de 2024.

UNIDAD IV

4.2 OSTEOPOROSIS, PRESCRIPCIÓN DIETÉTICA.

La osteoporosis es una enfermedad común que aumenta el riesgo de fracturas, especialmente en personas mayores, lo que representa un problema significativo de salud pública debido a sus graves consecuencias médicas y sociales.



Aunque las fracturas constituyen la mayoría de los costos asociados con la osteoporosis, hay una falta de inversión en programas de prevención, lo que destaca la necesidad de enfocarse más en medidas preventivas.



La densitometría ósea por DEXA es esencial para diagnosticar la osteoporosis y evaluar el riesgo de fracturas. Los criterios diagnósticos se basan en la densidad mineral ósea y la presencia de fracturas por fragilidad.



Los principales factores de riesgo incluyen la edad avanzada, el sexo femenino, la baja masa ósea y la pérdida de densidad ósea asociada al envejecimiento y la menopausia, además de factores genéticos, hormonales, ambientales y de estilo de vida.



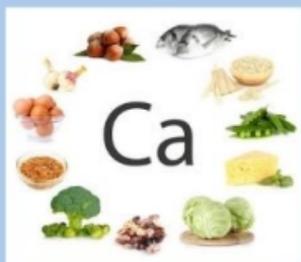
Aunque la nutrición es solo uno de los muchos factores de riesgo, un asesoramiento dietético adecuado basado en la evidencia científica puede desempeñar un papel importante en la promoción de la salud ósea y la reducción del riesgo de fracturas relacionadas con la edad.



UNIDAD IV

4.3 GENERALIDADES. PRESCRIPCIÓN DIETÉTICA

Importancia del calcio en la dieta: El calcio es crucial para la integridad estructural y el metabolismo óseo. La suplementación de calcio puede reducir la pérdida ósea, especialmente en mujeres posmenopáusicas osteoporóticas, pero se debate su efecto en el riesgo cardiovascular.



Vitamina D y absorción de calcio: La vitamina D es esencial para la absorción de calcio y la salud ósea. La insuficiencia de vitamina D puede llevar a huesos poco mineralizados y aumentar el riesgo de fracturas, además de tener implicaciones en otras enfermedades.



Vitamina K y salud ósea: La vitamina K desempeña un papel crucial en la mineralización ósea y la prevención de fracturas. La suplementación con vitamina K podría ser beneficiosa para la salud ósea, especialmente en combinación con otros nutrientes como la vitamina D y el calcio.



Fitoestrógenos e isoflavonas: Los fitoestrógenos, especialmente las isoflavonas de la soja, pueden mejorar la salud ósea al estimular la formación y mineralización del hueso, así como al inhibir la acción de los osteoclastos. Se están investigando como una alternativa terapéutica a los estrógenos en la posmenopausia.



Ácidos grasos poliinsaturados omega-3: La relación entre los ácidos grasos poliinsaturados omega-3 y omega-6 afecta a la salud ósea. Los AGP n-3, especialmente EPA y DHA, pueden disminuir la resorción ósea y mejorar la formación ósea. Mantener un equilibrio adecuado entre AGP n-3 y n-6 en la dieta puede ser beneficioso para la salud ósea.



UNIDAD IV

4.4 ENFERMEDADES NEOPLÁSICAS. PRESCRIPCIÓN DIETÉTICA

Importancia creciente de la nutrición en oncología, destacando su papel en la prevención del cáncer, tolerancia y finalización de tratamientos, mejora de la calidad de vida y supervivencia.



Relación entre factores dietéticos y cáncer, como el consumo excesivo de grasas, proteínas, alcohol y alimentos procesados, así como la importancia de la fibra y el consumo de frutas y verduras como factores protectores.



Trastornos nutricionales en pacientes con cáncer, incluyendo el síndrome de caquexia tumoral y la anorexia, que pueden afectar gravemente la calidad de vida y la supervivencia.



Recomendaciones nutricionales para pacientes con cáncer, como una buena presentación de las comidas, adaptación del horario de las comidas, consumo de dietas con alta densidad calórica/proteica y uso de suplementos nutricionales si es necesario.



Alteraciones nutricionales secundarias al tratamiento oncológico, como náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento, mucositis y xerostomía.

