

NURICIÓN EN TRASTORNOS NEUROLÓGICOS

ALZHEIMER

Enfermedad progresiva que afecta a la memoria y otras importantes funciones mentales.

SINTOMAS COGNITIVOS

deterioro mental, dificultad para pensar y comprender, confusión, confusión en las horas de la tarde, delirio, desorientación, dificultad para concentrarse

SINTOMAS PSICOLÓGICOS

alucinación, depresión o paranoia

NUTRICION

Se recomienda: minimizar la ingesta de grasas saturadas y grasas trans; considerar a los vegetales, legumbres, frutas y granos como principales fuentes de la dieta y considerar la ingesta de vitamina B a dosis estipuladas a través de alimento fortificados o suplementos.

MIGRAÑA

La migraña es un tipo de cefalea de gran intensidad, aguda y recurrente, que dura entre 2 y 72 horas, que se manifiesta, en muchas ocasiones, con dolor de tipo pulsátil que afecta a un solo lado de la cabeza y que puede estar acompañado de náuseas, vómitos o sensibilidad a la

luz

SINTOMAS

Las náuseas y la sensibilidad a la luz y el sonido también son síntomas comunes.

TAMBIEN

congestión nasal o irritabilidad

NUTRICION

Llevar una dieta saludable puede ayudar a prevenir las migrañas. Una dieta saludable debe consistir en alimentos frescos, como frutas, verduras, cereales integrales y proteínas magras. Es menos probable que los alimentos frescos tengan agregados de conservantes de alimentos, como el glutamato monosódico (GMS).

PÁRKINSON

La enfermedad de Parkinson es una afección cerebral que causa trastornos del movimiento, mentales y del sueño, dolor y otros problemas de salud.

SINTOMAS MOTORES

lentitud de movimientos
temblor
movimientos involuntarios
rigidez
dificultad para andar
pérdida del equilibrio

SINTOMAS NO MOTORES

deterioro cognitivo
trastornos mentales
demencia
trastornos del sueño
dolor
alteraciones sensoriales

NUTRICION

Ante esta situación, se sugiere optar por preparaciones más suaves o líquidas, ya que además el sistema gastrointestinal de estos pacientes se ve afectado por el estreñimiento, siendo importante la ingesta de alimentos que aporten fibra, como verduras, legumbres y nueces.

Nutricion en enfermedades renales

ANGEL GABRIEL OJEDA ALTUZAE