



Jazmín Mazariegos Aguilar

L.N Julibeth Martínez Guillen

Prácticas en nutrición clínica I

Ensayo

Nutrición-8tavo cuatrimestre

## Nutrición clínica

La nutrición clínica es una disciplina que estudia la enfermedad antes de aparecer, durante su tratamiento y su erradicación desde el punto de vista nutricional.

Se necesitan herramientas para la valoración nutricional como indicadores bioquímicos, encuestas dietéticas, intervenciones terapéuticas, antropometría entre otras.

Para realizar una evaluación nutricional es necesario conocer el método del Abcd. Que significa A: antropometría, B: Bioquímico, C: clínico, D: dietético, son herramientas para valorar al paciente y ver que no tenga algún problema desde lo nutricional a su salud, en antropometría valoramos si su peso es ideal, si se encuentra en obesidad, normo peso o desnutrición, en los niveles bioquímicos podemos ver como está sus niveles de glucosa, perfil lipídico, hormonal entre otros, en lo clínico evaluamos los signos vitales e inspeccionamos al paciente con ayuda de la exploración física si tiene alguna carencia de nutrientes, este examen lo realizamos de la cabeza a los pies, con ayuda de la inspección, palpación, percusión, auscultación y en lo dietético valoramos como son los hábitos alimenticios del paciente.

Es importante conocer que cuando le damos tratamiento nutricional a un paciente debemos tomar en cuenta si toma algún fármaco para tratar alguna patología, las interacciones de estos fármacos pueden afectar a su efectividad y también a la utilización metabólica de los nutrientes y por lo tanto afecta el estado nutricional del individuo.

Las interacciones entre alimentos y medicamentos se pueden clasificar como: Interacciones alimento-medicamento (IAM) la alimentación puede variar la biodisponibilidad.

Interacciones Medicamento-alimento (IMA) los medicamentos pueden modificar la absorción, utilización metabólica, y eliminación de los nutrientes de nutrientes, así mismo las interacciones entre alimentos y medicamentos también pueden subdividirse en farmacocinética que es si se afectan los procesos de absorción, distribución, metabolización y excreción, y farmacodinamia es si se afecta directamente la acción farmacológica, La interacción entre fármacos y alimentos es un tema crucial en la farmacología y la salud pública. Los alimentos pueden afectar la absorción, distribución, metabolismo y excreción de los medicamentos, lo que a su vez puede alterar su eficacia y seguridad.

Por ejemplo, algunos alimentos pueden disminuir la absorción de ciertos medicamentos en el tracto gastrointestinal, lo que reduce su efectividad. Otros alimentos pueden aumentar la absorción de ciertos medicamentos, lo que puede llevar a niveles tóxicos en el cuerpo.

La cafeína, presente en el café y el té, puede aumentar la eliminación de ciertos medicamentos, lo que aumenta la concentración de ciertos medicamentos en el cuerpo y puede causar efectos secundarios graves.

Es crucial que los pacientes estén conscientes de estas interacciones para evitar complicaciones y optimizar el tratamiento.

Para hacer una consulta de nutrición se siguen una serie de pasos, en primer lugar se hace una evaluación Inicial:

El proceso comienza con una evaluación exhaustiva de la salud del individuo incluye antecedentes médicos, hábitos alimenticios, objetivos de salud y estilo de vida. El profesional de la salud puede utilizar herramientas como cuestionarios de frecuencia alimentaria, registros de alimentos y análisis de composición corporal para recopilar información relevante.

Durante la consulta, se brinda educación sobre principios básicos de nutrición, como la importancia de una dieta equilibrada, la moderación en el consumo de ciertos alimentos y la importancia de la hidratación adecuada.

Se ofrece asesoramiento individualizado sobre la selección de alimentos, la planificación de comidas y estrategias para superar desafíos específicos relacionados con la alimentación.

Después se desarrolla un plan nutricional personalizado que se adapte a las necesidades y preferencias individuales.

Este plan puede incluir recomendaciones específicas sobre la ingesta de macronutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas), micronutrientes (vitaminas y minerales) y otros nutrientes importantes para la salud.

Se programan consultas de seguimiento para monitorear el progreso hacia los objetivos establecidos y realizar ajustes en el plan nutricional según sea necesario. Se utilizan herramientas como registros de alimentos, mediciones de peso y análisis de laboratorio para evaluar el cumplimiento y los resultados del plan nutricional.

Una consulta de nutrición es un proceso integral que implica evaluar, educar, establecer objetivos, desarrollar un plan nutricional personalizado y realizar un seguimiento del progreso. A través de esta colaboración entre el profesional de la salud y el individuo, se pueden lograr cambios positivos en la alimentación y la salud a largo plazo. Es fundamental reconocer el valor de la nutrición en la promoción del bienestar general y adoptar un enfoque proactivo hacia la salud a través de una alimentación saludable y equilibrada.

En conclusión la nutrición clínica es la rama por la cual podemos evaluar a los pacientes con datos clínicos, asesorarlos y conocer como llevaran un plan adecuado dependiendo de sus patologías, así mismo a prendemos a evaluar si tienen una falta de nutrientes gracias a la exploración física y diversas herramientas ya mencionadas.

### Bibliografía:

PRÁCTICAS EN NUTRICIÓN CLÍNICA I. (s.f). plataformaeducativauds. Recuperado el 18 de enero del 2023 de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/0233d5a2f47e1ee6980cee3dafda874b-LC-LNU802%20PR%C3%81CTICAS%20EN%20NUTRICI%C3%93N%20CL%C3%8DNICA%20I.pdf>