



Nombre del profesor: L.N Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Nombre del alumno: Dili Haidee Reyes Argueta.

Curso : fisiopatología

Carrera: Nutrición

Grado : 3er cuatrimestre



BIBLIOGRAFIA

universidad del sureste UDS. ANTOLOGIA de FISIOPATOLOGIA.2023. PDF

<https://www.pinterest.com/pin/>

definición

Dilatación anormal y localizada de una arteria debido a debilidad en la pared vascular.

tipos

Aneurismas verdaderos:

Involucran todos los tres componentes de la pared arterial.

Aneurismas falsos:

Se producen por una ruptura en una o más capas de la pared arterial.

patogenia

Debilitamiento de la pared vascular

Procesos ateroscleróticos e hipertensivos de la pared vascular

Alteración del tejido conectivo y de la matriz extracelular de la pared vascular

Infecciosas

recomendaciones

consumir 400 imp/ al día de ácido fólico como las coles de Bruselas, col rizada, espinacas, espárragos, y germen de trigo.

productos ricos en vitaminas b6 como integrales, legumbres, papas, pollo, carne de vacuno y pescado.

vitamina b12, alimentos de origen animal.

fuentes antioxidantes como vitamina c, E como zinc y selenio.

definición

Crecimiento anormal de células en el cerebro que puede ser benigno o maligno.

El término “cáncer” agrupa entidades clínicas de diverso origen, como cáncer de mama, neuroblastomas, osteosarcomas o leucemias entre otras

ORIGEN DE LOS TUMORES

INESTABILIDAD GENÓMICA Y MUTACIONES

Pueden causar enfermedades genéticas, como el cáncer y trastornos hereditarios, pero también pueden ser la base de la variabilidad genética necesaria para la evolución y la adaptación de las especies a su entorno.

INFLAMACIÓN TUMORIGÉNICA

es un proceso en el cual la inflamación crónica persistente en el microambiente tumoral contribuye al desarrollo, crecimiento y progresión de los tumores.

Recomendaciones

- evitar el consumo de azúcar.
- evitar el consumo de harinas.
- evitar grasas
- consumir aceite de oliva
- evitar bebidas muy calientes y comidas conservadas en sal
- reducir el consumo de lácteos y carnes rojas alimentos fritos , bebidas alcohólicas.
- mayor consumo de verduras , frutas secas, frutos rojos pescados.
- consumir aves huevos, setas, ajos, algas, jengibre, zumo de naranja, cebollas puerros, zumo de granada.
- incrementar actividad física y mantener un peso corporal razonable .

definición

es el trastorno neurodegenerativo más frecuente después de la enfermedad de Alzheimer.

Se caracteriza por la aparición progresiva de una serie de síntomas motores (temblor, rigidez y bradicinesia) y no motores (trastornos cognitivos, psiquiátricos, digestivos, del sistema nervioso autónomo, etc).

subtipos clínicos principales

- Subtipo Predominio de Temblor
- Subtipo Rígido Acinético
- Subtipo Inestabilidad y dificultad de la marcha.

síntomas

no motores

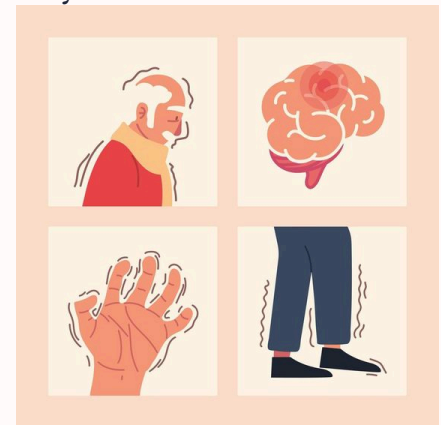
pues son la expresión de la afectación de múltiples sistemas en diferentes regiones del sistema nervioso (neuronas serotoninérgicas y noradrenérgicas en el tronco del encéfalo, dopaminérgicas en el circuito límbico...).

motores

Concretamente, la degeneración de las neuronas dopaminérgicas de la Sustancia Negra y sus conexiones con el núcleo estriado ocasiona la aparición de este.

Recomendaciones

- consumir con poca frecuencia la vitamina A y B cafeína y alcohol
- tratamiento de leudopa ya que puede ayudar a la perdida de peso.
- ingerir alimentos o platillos fáciles de deglución no alimentos duros.
- consumir al menos alimentos con poca frecuencia para ayudar al estreñimiento



definición

El reconocimiento de que la obesidad está implicada en la fisiopatología de la enfermedad proviene de estudios epidemiológicos que identifican a la obesidad como factor de riesgo sin proporcionar un discernimiento acerca de los mecanismos del riesgo.

La obesidad se puede definir como exceso de peso corporal suficiente para aumentar la morbilidad y la mortalidad en general. Aunque la obesidad extrema se relaciona con un aumento notable de mortalidad, los riesgos de la obesidad leve a moderada son menos claros.

alteración de diversas variables

- cantidad y tipo de alimentos que se ingieren.
- control central de la saciedad.
- control hormonal de la asimilación o almacenamiento .
- actividad física o tasa metabólica.

efectos en hormonas

- disfunción Endocrina: Alteraciones en la producción de hormonas hipotalámicas como la hormona liberadora de hormona del crecimiento (GHRH), la hormona liberadora de tirotropina (TRH) y la hormona liberadora de corticotropina (CRH).
- Regulación del Apetito
- Trastornos del Sueño
- Problemas de Temperatura
- Alteraciones en la Respuesta al Estrés y Emociones

Recomendaciones

- Evitar el consumo de azúcar blanco o moreno, miel, dulces, golosinas, etc. Edulcorar con néctar de agave que se extrae de la savia del cactus y que es 3 veces más dulce que el azúcar pero su índice glucémico es muy bajo (3-4 veces menor que el de la miel).
- Evitar el consumo de harinas blancas
- Reducir el consumo de patatas excepto de la variedad Nicola
- Evitar las confituras, mermeladas, frutas en almíbar
- Consumir fruta fresca al natural, en especial: arándanos, cerezas y frambuesas que ayudan a regular los niveles de azúcar en sangre.
- Consumir agua con limón, té verde sin azúcar o con jarabe de agave que combate directamente el cáncer. Para que el té verde libere las catequinas debe dejarse en infusión entre 8 y 10 minutos. Debe beberse antes de que pase una hora desde su preparación ya que se pierden las catequinas. Se recomienda beber 3 tazas por día
- Evitar por completo las grasas vegetales hidrogenadas
- Utilizar aceite de oliva, que no estimula la inflamación en lugar de aceite de girasol o de maíz.
- Reducir el consumo de carne roja "no orgánica"
- Evitar las comidas conservadas en sal o con alto contenido de la misma
- Evitar el consumo de bebidas muy calientes ya que se incrementa la aparición de cánceres de la cavidad oral, faringe y esófago.
- No consumir agua embotellada en plástico que haya estado al sol o en el congelador ya que se desprenden cancerígenos como los PVCs.
- consumir solo productos lácteos "orgánicos" o "ecológicos", leche o yogures de soja.
- Evitar el consumo de bebidas alcohólicas destiladas.
- Eliminar el consumo de tabaco.
- No ingerir Vitamina B elaborada en comprimidos, inyectables, o cualquier otra forma medicinal, por el potencial efecto estimulante que puede tener sobre el tumor
- consumir la vitamina B presente en los alimentos naturales, los cuales pueden ser ingeridos sin temor.

definición

en ocasiones conocida como trastorno de convulsiones, es un trastorno cerebral. Se le diagnostica epilepsia a una persona cuando ha tenido dos o más convulsiones.

Se clasifican en dos grupos:

- 1. Las convulsiones generalizadas
 - afectan a ambos lados del cerebro.
- 2. Las convulsiones focales
 - afectan solo a un área del cerebro. Estas convulsiones también se conocen como convulsiones parciales.

otros tipos de convulsiones

- se caiga
- tiemble
- no se dé cuenta de lo que sucede a su alrededor.

dieta

- La dieta que se encarga de relacionar la epilepsia y la alimentación es básicamente una dieta alta en grasas y baja en hidratos de carbono y proteínas, es decir, una dieta cetogénica. Esta dieta provoca una serie de cambios en nuestro organismo que permiten controlar los ataques epilépticos, aunque también se utiliza para otras enfermedades como la diabetes, cáncer, obesidad, etc.



Recomendaciones

- Proteína de origen animal: [] Carnes frescas y curadas (panceta, jamón..etc), aves, huevos, hígado, embutidos, mariscos y pescado (los que contengan menos mercurio)
- Grasas saludables: [] Aceite de coco, de aguacate, mantequilla, manteca (de cerdo y vaca) y demás grasas de animales. [] Aceite de oliva virgen o virgen extra. [] Salsas como la mayonesa que no estén echas con aceite de girasol o similiar. [] Quesos curados
- Semillas y frutos secos: [] Almendras, nueces, piñones, semillas de calabaza y semillas de girasol.
- Verduras: [] Coliflor, brécol, calabaza no dulce, calabacín, berenjenas, tomate, espárragos, alcachofa, coles de Bruselas, apio, repollo, pimientos, cebollas, cebolletas, puerro, aceitunas, rábanos, champiñones y setas.
- Todas las verduras de hoja verde (espinaca, col, acelga, lechugas, etc) []
- Todas las verduras que no sean tubérculos, es decir, la patata está prohibida.
- Edulcorantes.
- Lácteos: [] Nata [] Yogures griegos y/o naturales sin lactosa añadida. Todos los tipos de quesos.
- Especias y condimentos: Todos, entre sus ingredientes no haya azúcares, aceites/grasas vegetales y almidones.
-

definición

a es un síndrome de dolor neurovascular con alteración del procesamiento neuronal central (activación de los núcleos del tronco encefálico, hiperexcitabilidad cortical y propagación de la depresión cortical) y afectación del sistema trigeminovascular (lo que desencadena la liberación de neuropéptidos, con una inflamación dolorosa de los vasos craneanos en la duramadre).

desencadenantes
potenciales de la
migraña

- El consumo de vino tinto
- La omisión de las comidas []
- El exceso de estímulos aferentes (p. ej., los destellos luminosos, los olores intensos)
- Los cambios de clima
- La privación de sueño
- Estrés []
- Algunos factores hormonales, particularmente la menstruación
- Ciertos alimentos

Recomendaciones

- **PAN, GRANOS Y CEREALES: Alimentos que se pueden comer:** [] la mayoría de los cereales, excepto los que contienen nueces, frutos secos o aspartamo [] bajeles de semillas de sésamo o simples [] pan rápido, como pan de centeno o calabacín [] la mayoría de pretzels y papas fritas [] galletas sin sabor, como galletas saladas o galletas de agua [] pan blanco, de trigo o de centeno de una tienda **Alimentos que debes evitar:** [] galletas con sabor, como galletas de queso cheddar [] pan fresco hecho en casa o de una panadería [] pizza, ya que también es un pan fresco [] papas fritas muy saborizadas o condimentadas [] pretzel suaves .
- **CARNES, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS: Alimentos que se pueden comer:** [] carne fresca de res, pollo, pescado, cordero, cerdo, pavo o ternera [] semillas de amapola [] semillas de calabaza [] semillas de sésamo [] semillas de girasol sin aromas naturales **Alimentos que debes evitar:** [] hígados de res y pollo [] carnes empanizadas.[] carnes marinadas [] palomitas de maíz con sabor [] mantequillas de nueces
- **ADEREZOS PARA ENSALADAS Y SALSAS Alimentos que se pueden comer:** [] salsas caseras que usan ingredientes frescos sin saborizantes artificiales [] aderezos caseros [] aderezos para ensaladas con aceite y vinagre blanco destilado **Alimentos que debes evitar:** [] aderezos para ensaladas embotellados [] salsas preenvasadas, como salsa, salsa Alfredo o salsas de mostaza
- [] **VEGETALES Y FRUTAS Alimentos que se pueden comer:** [] frutas frescas [] vegetales frescos [] lechuga en bolsas sin conservantes Ejemplos de vegetales para comer incluyen pimientos, calabacines, papas frescas, zanahorias y coliflor. **Alimentos que debes evitar:** [] puré de papas instantáneo en caja [] frutos secos que contienen conservantes de sulfito [] frutas cítricas habas [] frijoles blancos [] cebollas [] col fermentada.
- Algunas frutas también pueden contener polen u otros compuestos, y estos pueden causar una liberación de histamina que podría desencadenar una migraña. Los ejemplos incluyen bananas, naranjas, toronjas o pomelos, frambuesas y ciruelas



definición

Un accidente cerebrovascular sucede cuando el flujo de sangre a una parte del cerebro se detiene. Algunas veces, se denomina "ataque cerebral".

Un accidente cerebrovascular se presenta cuando un vaso sanguíneo en el cerebro se rompe, causando un sangrado dentro de la cabeza.

CAUSAS

Accidente cerebrovascular isquémico

ocurre cuando un vaso sanguíneo que irriga sangre al cerebro resulta bloqueado por un coágulo de sangre.

- accidente cerebrovascular trombótico
- embolia cerebral o accidente cerebrovascular embólico.
- sustancia pegajosa llamada placa que puede taponar las arterias

- Accidente cerebrovascular hemorrágico

ocurre cuando un vaso sanguíneo de una parte del cerebro se debilita y se rompe.

- Aneurisma
- Malformación arteriovenosa cerebral
- Angiopatia amiloide cerebral

síntomas

- Frecuencia cardíaca irregular, llamada fibrilación auricular
- Diabetes
- Antecedentes familiares de la enfermedad
- Colesterol alto []
- Aumento de la edad
- Origen étnico.
- Cambio en la lucidez mental
- Cambios en la audición o en el sentido del gusto
- Confusión o pérdida de memoria
- Dificultad para deglutir
- Dificultad para leer o escribir []
- Mareos o sensación anormal de movimiento (vértigo) []
- Problemas con la vista, como disminución de la visión, visión doble o ceguera total []
- Falta de control de esfínteres []
- Pérdida del equilibrio o coordinación, o problemas para caminar

DIETAS SALUDABLES O PRUDENTES

DIETA DASH

fue diseñada inicialmente para el control de la Hipertensión Arterial, principal factor de riesgo para sufrir un ictus. Incide en el control del consumo de sal, de carne roja o procesada y de dulces, así como en el aumento de ingesta de frutas y verduras, cereales, frutos secos y lácteos bajos en grasa.

DIETA MEDITERRÁNEA

La dieta mediterránea se basa en un consumo abundante de frutas, verduras, cereales, legumbres, frutos secos y aceite de oliva como fuente principal de grasa, así como una baja ingesta de lácteos, carne roja, carne procesada y dulces, junto a un consumo moderado de vino durante las comidas. Estos alimentos aportan nutrientes saludables.

Recomendaciones

- **PROTEÍNAS** Estudios previos sugieren que la ingesta elevada de proteínas puede reducir el riesgo de enfermedad cerebrovascular. En estudios llevados a cabo en población asiática se vio que el consumo de soja, con alto contenido en proteínas vegetales, era protector.
- **AZÚCARES** Muchos carbohidratos complejos con almidón, como las patatas, el maíz o el pan blanco tienen un mayor efecto en la concentración de azúcar en la sangre, mayor incluso que los azúcares simples. Diversos estudios han demostrado que un consumo elevado de azúcares, sobre todo refinados, se asocia a un mayor riesgo coronario e ictus, sobre todo en mujeres con sobrepeso y obesidad.
- **GRASAS** La asociación entre la grasa de la dieta y el riesgo de ictus es compleja y en estos momentos no se pueden hacer recomendaciones claras. La grasa que consumimos en la dieta puede ser de varios tipos: saturada, monoinsaturada o poliinsaturada. Las grasas saturadas se encuentran principalmente en productos de origen animal, como carne y productos lácteos. Las grasas mono o poliinsaturadas se encuentran en los aceites vegetales y de pescado. Las grasas trans son sintéticas y se encuentran en la margarina y otros alimentos procesados.
- **FIBRA** Los estudios muestran que el elevado consumo de fibra se relaciona con un menor riesgo de ictus, de enfermedad coronaria y de mortalidad, por lo que se recomienda al menos un consumo diario de 20-30 g/día.
- **FRUTAS Y VERDURAS** Se ha demostrado la relación inversa entre el consumo de frutas y verduras y el riesgo de enfermedad cerebrovascular. Este beneficio se confirmó para un mayor consumo de verduras y frutas blancas, principalmente peras manzanas: cada aumento de 25 g/día en el consumo de frutas blancas y hortalizas se asoció con un riesgo 9% menor de ictus.
- **CEREALES INTEGRALES** En cuanto los productos integrales, el consumo de cereales integrales se relacionó de forma inversa con el ictus isquémico en mujeres y en otros trabajos se relacionó con una menor mortalidad y con un menor riesgo de enfermedad coronaria.
- **PESCADO** El pescado es una fuente de ácidos grasos omega-3, que influyen en la reducción de los niveles de triglicéridos.
- **HUEVO** Con la ingesta de uno o más huevos al día no se ha demostrado que exista un aumento del riesgo de ictus. Tras las últimas revisiones, consumir un huevo diario parece beneficioso para reducir el ictus, sin observarse ningún efecto sobre la enfermedad coronaria.
- **FRUTOS SECOS** Los frutos secos contienen niveles elevados de ácidos grasos saludables, y en la dieta mediterránea se recomienda su ingesta al menos 3 veces por semana.
- **ACEITE DE OLIVA** El aceite de oliva es la principal fuente de ácidos grasos saturados de la dieta mediterránea. El consumo de aceite de oliva, especialmente la variedad extra virgen, se asocia a una reducción de la enfermedad cardiovascular y de la mortalidad.
- realización de actividad física
- reducir el tabaquismo Y el consumo de alcohol