



Diego Jiménez Villatoro.

L. N. Daniela Monserrat Méndez Guillén.

Prácticas de nutrición clínica II.

Noveno cuatrimestre.

Nutrición – A.

24 de mayo de 2024.

Valoración nutricional en pacientes hospitalizados.

Tan solo para iniciar se debe de mencionar lo que es la nutrición clínica, la cual es una disciplina que exige un abordaje específico a partir de ciertos paradigmas de complejidad creciente teniendo en cuenta que el estado de nutrición de las personas es un resultado en la interrelación de ciertos factores, ya sean biológicos, psicológicos o sociales. Se debe de mencionar sobre lo que es el estado nutricional, esto es de cada individuo y se puede definir como el resultado entre el aporte nutricional que recibe y las demandas nutritivas, debiendo permitir la utilización de nutrientes y mantener las reservas y compensar las pérdidas, en el momento en el que se llega a ingerir menor calorías o nutrientes de lo que requiere, se llegan a reducir las existencias de los diferentes compartimentos corporales y el organismo se vuelve sensible a descompensaciones provocadas por un traumatismo, una infección o una situación de estrés. Por el lado opuesto, cuando se consume más de lo que necesita para realizar actividades habituales, se incrementan las reservas de energía del organismo, estas fundamentalmente ubicadas en el tejido adiposo.

Para la determinación de la estructura y composición corporal, que también es muy importante para determinar el estado nutricional, se usan las medidas antropométricas que se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo para poder compararlo con ciertos valores de referencia en función del sexo, edad y estado fisiopatológico, se debe decir que las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas que deben de ser tomadas por una persona experta y capacitada, y estas se deben de comparar con tablas de referencia apropiadas para cada paciente. Estas medidas ayudan a determinar la grasa corporal para una estimación de grasa subcutánea y se suele medir con los pliegues cutáneos de distintos puntos del cuerpo con un plicómetro, así como se puede medir la grasa, también se puede determinar la masa muscular, esto es importante para poder valorar si existe una situación de riesgo de desnutrición en relación con la proteína muscular.

Otro tema de gran importancia, son las determinaciones bioquímicas, que tienen una gran ventaja, la cual es que tiene una gran objetividad debido al control de calidad riguroso que cada laboratorio debe de tener, en este apartado, hay dos tipos de análisis, los estáticos que miden el valor real de un nutriente en una muestra concreta, por el otro lado, las pruebas

funcionales, que cuantifican la actividad de una enzima que depende del nutriente que sea de interés. La técnica más utilizada es la determinación de creatinina en orina, esta como marcador de masa muscular.

Existen otros sistemas de evaluación, como los parámetros inmunológicos, ya que el estado nutricional afecta al sistema inmunitario y para saber el estado nutricional, se debe de utilizar ciertos parámetros. Otro sistema de evaluación es el grado de mineralización ósea, para determinar esto se suele utilizar la técnica de absorciometría de fotones, que está basada en el contenido mineral del hueso estudiado. Por último, tenemos las pruebas funcionales, un claro ejemplo de esta prueba es la de función respiratoria.

Se debe de determinar la ingestión de nutrientes, esto consiste en cuantificar los nutrientes ingeridos durante un período que permita suponer sobre la dieta habitual, como en la gran mayoría de los casos es imposible hacer un análisis químico de los nutrientes ingeridos en nuestros alimentos, lo más habitual y fácil es recurrir a las encuestas dietéticas. Sobre las encuestas, existen 3 ámbitos distintos de encuestas, el primero de ellos son las de escala nacional, consiste en hojas de balance, alimentario que permiten conocer la disponibilidad de alimentos en un país, la segunda se de escala familiar, esta se realiza con encuestas de presupuesto familiar, inventario dietético familiar, y por último, las que son de escala individual que es lo que de manera genérica se conoce como encuestas nutricionales, estas encontramos el diario dietético, el recordatorio de 24 horas y los cuestionarios de frecuencia.

Los edemas, son un signo que aparece en muchas enfermedades y se manifiesta como una hinchazón de los tejidos blandos debido a la acumulación de líquido en el compartimento intersticial, a este líquido se le denomina como líquido intersticial que se encuentra en los espacios que rodean a las células. Se origina en sustancias que se fugan de los capilares sanguíneos. Este líquido ayuda a traer oxígeno y nutrientes a las células y a extraer desperdicios de ellas. El edema surge si se produce un desequilibrio entre las fuerzas que regulan el paso del líquido de un compartimento a otro, si el paso de agua es abundante del compartimento intravascular al intersticial, es el momento donde aparece el edema, la acumulación de líquido es más evidente en las zonas del cuerpo donde abunda el tejido laxo, como los tobillos, los párpados y la zona sacra, estos síntomas, son la hinchazón, piel estirada

o brillante, foveas y una sensación de pesadez. El edema puede ser causado por el aumento de la presión dentro de los vasos, como por ejemplo en la trombosis, flebitis de las venas, en las varices y en la insuficiencia cardíaca, también lo puede ocasionar un descenso en las cantidad de proteínas o partículas osmóticas que tienden a retener agua en el compartimento intravascular y también influye la obstrucción de los vasos linfáticos, que son los encargados de recoger el remanente de líquido que pasa al espacio intersticial por infecciones o inflamaciones.

Para finalizar, la valoración nutricional es de suma importancia para todo tipo de pacientes, pero en el ámbito hospitalario aún más, ya que su vida depende por completo de las personas que le dan el tratamiento médico, plan nutricional, entre otros. Se debe de tener en cuenta todo lo que podamos ver, escuchar, tocar, del paciente, esto nos ayudará a tener una mejor evaluación y es importante siempre mantenerse informados por los cambios que pueden suceder en los valores de referencia, esto por la evolución que hay en todo, el estado nutricional del paciente lo es todo para nosotros como nutriólogos.

Bibliografía.

Universidad del Sureste. Antología práctica de nutrición clínica II. (p11-35).