



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Luz Patricia Albores Vázquez

Nombre del tema: Recopilación

Parcial: Cuarto

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Tercero

ENSAYO

Unidad 1

En esta unidad vimos conceptos importantes en la nutrición como estos:

- ✚ Alimento: Es todo lo que ingerimos y que sea de consumo humano
- ✚ Nutriente: Son los que conforman algunos alimentos que nos ayudan a nutrir nuestro organismo
- ✚ Alimentación: Proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer las necesidades de comer.
- ✚ Nutrición: Todos los procesos de ingestión, absorción, asimilación, metabolismo, digestión y excreción de nutrientes.

Al igual, vimos sobre las partes del aparato digestivo

1. Boca: lo conforma Dientes, Saliva (glandulas) y lengua
2. Faringe: Conformado por Nasofaringe, Orofaringe y laringofaringe
3. Esofago
4. Estomago: almacena alimento al igual digerirlos
5. Intestino delgado: Absorbe nutrientes, se conforma por el Duodeno y ileon
6. Intestino grueso: su función es absorber el agua, minerales y construir heces fecales
7. Recto
8. Ano

Y también aprendimos un poco sobre catabolismo y anabolismo que se constituye así:

Catabolismo: Son productos simples que lo hace de más grande a más pequeño, lo desune.

Anabolismo: Son productos complejos lo hace de algo más pequeño a algo más grande, va juntando.

Después hablamos sobre cómo estaba constituido las biomoléculas, hidrato de carbono, lípidos, proteínas y se conforma así:

Biomoléculas

Se divide en macromoléculas y micromoléculas los cuales los

- ✚ Macro: es energía y se conforma por Hc, Lp, PT y es igual a gramos
- ✚ las micro es homeostasis y se conforma por minerales y vitaminas y es igual a microgramos y miligramos.

Hidratos de carbono

Tiene las siguientes características:

- ✚ Compuestos de carbono, hidratos y oxígeno
- ✚ Generalmente compuestos por plantas
- ✚ Primer fuente de energía
- ✚ Representa alrededor del 50% de la dieta

Y se divide en

Simple: Una sola molécula hasta dos se le llama monosacárido y disacárido

Complejos: A partir de 3 moléculas o más se le llama polisacáridos

Lipidos

Tiene algunas características como:

- Formados principales por C,H,O ----N,P,S
- Representa la tercer parte del contenido energetico total de la dieta
- De origen vegetal y animal
- Segunda fuente de energia

Se divide en :

Saponificables: simples y complejos

No saponificables: esteroides y terpenos

Proteinas

- Formados principales por C,H,O ----N,P,S
- Representan el 10-15% del contenido energetico total de la dieta
- De origen animal y vegetal
- Tercer fuente de energia

Se divide en:

Estructura: 1, 2, 3, 4

Origen: Animal y vegetal

Quimica: Fibrosa y globular

Unidad 2

En esta unidad aprendi sobre algunas vitaminas hidrosolubles como

- B1 Tiamina
- B2 Riboflavina
- B3 Niacina
- B5 Ac Pantotenico
- B6 Ac piridoxal
- B8 Biotina
- B9 Ac folico
- B12 Cabalamina
- C Ac ascurbico

Y vitaminas liposolubles

A retinol: Visual

D calciferol: Fijacion de calcio en huesos

E tocoferol:

K Filoquinona: factor de coagulacion

Al igual vimos sobre los electrolitos que son un compuesto de minerales que esta presente en la sangre y ayuda a mantener la carga electrica de los fuidos. Son necesarios para el cuerpo para mantener el ph del ser humano.

Algunos electrolitos incluyen: Calcio, cloruro, Magnesio, fosforo, potasio, sodio.

Y por ultimo vimos sobre el ABCD de la nutricion que es la evaluacion del estado nutricional y se conforma de la siguiente manera:

A: Antropometria

Permite medir las dimensiones fisicos del ser humano en diferentes edades y estados fisiologicos

B: Bioquimicos

C: Clinicos

D: Dieteticos

Su objetivo es

- Conocer el estado nutricional del individuo
- Conocer los agentes causales del estado de nutricion
- Medir el impacto que tienen los alimentos en el estado de nutricion

La composicion corporal se divide en

Masa magra: agua, esqueleto, viseras, musculos

Masa grasa: tejido adiposo

Al igual, vimos sobre la biometria hematica, quimica sanguinea y examen general de orina

La BH que es el estudio medico que se centra en observar y examinar la sangre, es decir, los globulos rojos son los que transportan oxigenos en todo el cuerpo y los globulos blancos nos ayudan a combatir infecciones

La QS es la medicion y reporte de los componentes quimicos disueltos en sangre para obtener solo un suero de la sangre. La QS mide la densidad, concentracion, acidez y presencia de diversos compuestos quimicos como bilirrubina, glucosa y hemoglobina que permite determinar el nivel de salud del organismo.

Y el EGO permite analizar algunos aspectos fisicos, quimicos y la presencia de elementos anormales en la orina como:

Aspectos fisicos: Color, densidad y aspecto

Aspectos quimicos: Ph, nitritos, glucosa, proteina, cetonas, bilirrubina y urobilinogeno

Elementos anormales: Sangre, bacterias, hongos y espermatozoides.

UNIDAD 3

En la unidad 3 seguimos viendo sobre el ABCD pero mas especifico por ejemplo

- **Antropometria:** dimensiones fisicas como peso, talla, cci, cca y P cefalico
- **Bioquimicos:** componentes quimicos presentes en fluidos corporales como BH, QS, y EGO
- **Clinica:** signos y sintomas fisicos como inspeccion, palpacion, percusion y auscultacion
- **Dietetica:** Cantidad de la dieta como leyes de la alimentacion

Al igual nos toco ver sobre las etapas de la gestacion donde pudimos aprender que se va dividiendo por trimestres y en cada trimestre hay ciertos cambios tanto como en el embarazo como en el bebe

En el primer trimestre se puede observar la ultima menstruacion de la mujer antes de la fecundacion y el ovulo fecundado se convierte en celulas llamadas blastocitos

En el segundo trimestre ya el feto se puede reconocer el sexo, y ya se empiezan a formarse sus diferentes partes del cuerpo humano y la placenta termina de formarse

En el ultimo trimestre el feto se muestra activo y ya empieza a cambiar de posicion y las diferentes partes de formarse y el feto se acomoda en su posicion esperando el parto.

Se da el parto.

Al igual vimos sobre algunos conceptos sobre este tema por ejemplos

Embarazo: Es el periodo que transcurre entre la implantacion del cigoto en el utero hasta el momento del parto

Gestacion: Proceso fisiologico de crecimiento y desarrollo del feto en el interior del utero materno

Lactancia materna: Es el proceso por el cual la madre alimenta a su hijo RN a traves de sus senos, que segregan leche inmediata despues del parto.

UNIDAD 4

En esta unidad vimos mas acerca de la nutricion y los diferentes tipos de dietas

Nutricion en el adulto: algunas características son:

- A partir de los 25 años, la síntesis de colágeno y elastina disminuye por cada año de vida por lo que se recomienda su ingesta de cartilagos
- Se recomienda 1 a 1.5 ml por cada kcal que debe ingerir
- El hierro y ácido fólico es recomendable en mayor cantidad en mujeres

Nutricion en climaterio: Debido a la supresion hormonal que presentan en este tipo de pacientes los niveles de lípidos que deben consumir es elevados para evitar cambios elasticos

Dietoterapia: Ciencia que se encarga del cuidado y tratamiento de un paciente con respecto a su dieta

Y por ultimo con los diferentes tipos de dieta

Dieta de líquidos claros: Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

Dieta blanda: La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos.

También tocamos el tema sobre la nutrición parenteral y enteral

Nutricion enteral: Técnica de nutrición que presenta una opción para alimentar al paciente que no puede comer por razones patológicas o psicológicas, total o parcialmente tiene posibilidades de usar el sistema digestivo

Nutricion parenteral: La nutrición parenteral es otra opción para nutrir al paciente que no puede utilizar el sistema digestivo y necesita recibir los nutrientes a través de una vena central o periférica.

BIBLIOGRAFIA

- Apuntes nutricion clinica