



GARCIA ROBLES XIMENA CAROLINA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO

Licenciatura en Nutrición

nutrición en enfermedades gastrointestinales

Tapachula, Chiapas

11 de octubre de 2024

ESTOMAGO E INTESTINO DELGADO

Nutrición en la cirugía del esófago y del estómago

Objetivos de la Nutrición Postquirúrgica:

- **Promover la cicatrización y recuperación:** nutrientes para reparar los tejidos.
- **Evitar complicaciones:**
- **Mantener la función inmunológica:** Ayudar a prevenir infecciones.

Nutrición Postoperatoria Inmediata

- Ayuno postoperatorio: ayuno hasta que el tracto digestivo esté preparado para recibir alimentos, lo cual puede tardar entre 24 a 72
- Nutrición parenteral: puede ser necesario administrar nutrición intravenosa (parenteral) evitar la desnutrición.
- Transición a la alimentación enteral: se puede comenzar con una nutrición enteral o con líquidos claros para verificar la tolerancia digestiva.

Fases de la Alimentación Postquirúrgica:

- Fase de líquidos claros: agua, caldos claros o gelatinas, que son fáciles de digerir y ayudan a evaluar la tolerancia gástrica.
- Fase de líquidos completos: sopas líquidas, batidos, jugos, y suplementos nutricionales líquidos.
- Fase de alimentos blandos: introducir alimentos blandos y triturados, como purés, compotas y proteínas en pequeñas cantidades.
- Alimentación regular adaptada: La dieta se va adaptando de acuerdo con la tolerancia del paciente.

Consideraciones Nutricionales:

- pequeñas porciones frecuentes
- **Riesgo de síndrome de dumping:** Tras cirugías gástricas, los alimentos pueden pasar rápidamente al intestino, caracterizado por náuseas, diarrea, sudoración y palpitaciones.
- **Riesgo de malabsorción:**
- Rehidratación:

Recomendaciones Generales

- Evitar alimentos irritantes
- Comer despacio y masticar bien
- Control de peso

Nutrición en la cirugía del estómago.

Objetivos de la Nutrición Postquirúrgica:

- **Favorecer la cicatrización y recuperación de los tejidos.**
- **Prevenir la desnutrición y la pérdida de peso excesiva.**
- **Evitar complicaciones digestivas como el síndrome de dumping, reflujo o malabsorción.**

Fases de la Alimentación Postquirúrgica:

- **Ayuno inicial**
- **Líquidos claros**
- **Alimentos blandos**
- **Alimentación sólida adaptada**

Consideraciones Nutricionales:

- **Comidas pequeñas y frecuentes**
- **Riesgo de síndrome de dumping**
- **Evitar alimentos irritantes**
- **Suplementación de vitaminas y minerales**

Hernia

es una condición en la cual un órgano o tejido, generalmente parte del intestino, sobresale a través de una abertura o área debilitada en la pared muscular que lo rodea.

Tipos comunes de hernias:

- **Hernia inguinal:** Ocurre en la ingle, es el tipo más común y afecta más a los hombres.
- **Hernia umbilical:** Se produce en la zona del ombligo, es frecuente en bebés y también puede aparecer en adultos.
- **Hernia hiatal:** Se presenta cuando una parte del estómago sobresale hacia el tórax a través del diafragma.

Causas:

- **Debilidad muscular: congénita o desarrollarse con el tiempo debido al envejecimiento, lesiones o cirugías previas.**
- **Presión excesiva: Levantamiento de objetos pesados, tos crónica, estreñimiento, embarazo o sobrepeso.**

Síntomas:

- Bulto visible en la zona afectada que puede aumentar de tamaño.
- Dolor o molestia en la zona afectada, especialmente al toser, agacharse o levantar algo.
- Sensación de pesadez o debilidad.
- En casos graves, puede presentarse obstrucción intestinal.

Tratamiento:

- **Hernias pequeñas o asintomáticas:** Pueden ser monitorizadas sin intervención quirúrgica.
- La cirugía es necesaria si la hernia causa dolor o tiene riesgo de complicaciones, como el estrangulamiento.

Alimentación adecuada en distintas etapas de la vida:

- ser rica en alimentos suaves
- bajos en grasa
- pocas comidas irritantes
- comer despacio
- no acostarse inmediatamente después de comer.

GASTRITIS

una inflamación o irritación del revestimiento del estómago, conocido como mucosa gástrica, se inflama debido a diversos factores, lo que provoca síntomas molestos como dolor o ardor en la parte superior del abdomen.

Causas de la gastritis:

- infección por *Helicobacter pylori*.
- Uso prolongado de antiinflamatorios no esteroides (AINEs)
- Estrés
- Reflujo biliar
- Enfermedades autoinmunes.

Síntomas de la gastritis:

- Dolor o ardor en la "boca del estómago".
- Náuseas o vómitos.
- Sensación de llenura después de comer poco.
- Pérdida de apetito.
- Eructos o gases frecuentes.

Alimentos que se deben evitar:

- Frituras, embutidos, quesos grasos, chocolates, dulces industriales.
- Bebidas carbonatadas, café, té negro y alcohol.
- Comidas rápidas o procesadas que contengan muchos aditivos.

consideración nutricionales

- dieta suave
- baja en grasas
- evitar alimentos irritantes, y priorizar aquellos que son fáciles de digerir
- Mantener una dieta balanceada y adecuada
- acompañada de buenos hábitos de vida

ULCERAS

son llagas abiertas que se forman en el revestimiento interno del estómago, el intestino delgado o el esófago. Se conocen como úlceras pépticas.

- **Úlceras gástricas:** que se desarrollan en el revestimiento del estómago.
- **Úlceras duodenales:** que se forman en la primera parte del intestino delgado (duodeno).

Causas principales de las úlceras:

- Infección por *Helicobacter pylori*
- Uso prolongado de antiinflamatorios no esteroides (AINEs)
- Estrés excesivo
- Consumo de alcohol
- Tabaquismo

Síntomas de las úlceras:

- Dolor abdominal
- Náuseas o vómitos.
- Pérdida de peso inexplicable.
- Pérdida de apetito.
- Eructos o sensación de hinchazón.
- Acidez.

Alimentos recomendados:

- Alimentos ricos en fibra
- Proteínas magras
- Lácteos bajos en grasa
- Aceites saludables
- Alimentos con probióticos
- Bebidas suaves: Agua, té de hierbas no irritantes

Alimentos a evitar:

- Alimentos picantes
- Bebidas alcohólicas
- Café y bebidas con cafeína
- Alimentos ácidos
- Alimentos grasos o fritos
- Chocolate

CANCER

enfermedad caracterizada por el crecimiento descontrolado de células anormales en el cuerpo. Estas células pueden invadir tejidos cercanos y propagarse a otras partes del cuerpo a través de la sangre o el sistema linfático,

Tipos comunes de cáncer:

- Cáncer de pulmón
- Cáncer de mama
- Cáncer de colon
- Cáncer de piel
- Cáncer de próstata

Factores de riesgo:

- **Genéticos:** Mutaciones hereditarias.
- **Estilo de vida:** Fumar,
- **Exposición ambiental:** Sustancias tóxicas, radiación.
- **Infecciones:** Algunos virus, como el VPH,

Prevención:

- Adoptar una dieta saludable rica en frutas, verduras y granos integrales.
- Evitar el tabaco y limitar el consumo de alcohol.
- Mantener un peso saludable y realizar actividad física regular.
- Proteger la piel del sol y evitar el uso de camas de bronceado.
- Realizar chequeos médicos regulares y exámenes de detección temprana.

síndrome del intestino corto

una condición que ocurre cuando una gran parte del intestino delgado ha sido extirpada quirúrgicamente o está ausente, lo que afecta la capacidad del cuerpo para absorber nutrientes, líquidos y electrolitos de manera adecuada.

Principios de la nutrición en el síndrome del intestino corto:

- **Nutrición parenteral (NP):** En las primeras fases, consiste en la administración de nutrientes, electrolitos y líquidos por vía intravenosa.
- **Nutrición enteral (NE):** se debe introducir alimentación enteral.
- **Adaptación intestinal:** Durante esta fase, la dieta debe ajustarse para promover la absorción de nutrientes.

Directrices dietéticas para pacientes con SIC:

- Alimentos ricos en proteínas
- Control de carbohidratos y grasas
- Grasas
- Hidratos de carbono
- Hidratación
- Suplementación de vitaminas y minerales
- Pequeñas y frecuentes comidas
- Fibra

Objetivos del manejo nutricional en el SIC:

- Mantener un estado nutricional adecuado
- Optimizar la función intestinal
- Promover la adaptación intestinal

PANCREATITIS

aspecto fundamental en el tratamiento y la recuperación, que puede ser aguda o crónica, se caracteriza por la inflamación del páncreas

Objetivos nutricionales en la pancreatitis:

- Reducir la estimulación del páncreas dolor y la inflamación.
- Prevenir la malnutrición
- Control del dolor y síntomas

Alimentos recomendados:

- Proteínas magras
- Carbohidratos complejos
- Frutas y verduras cocidas
- Productos lácteos bajos en grasa
- Líquidos claros

Alimentos a evitar:

- Alimentos grasos
- Comidas picantes
- Bebidas alcohólicas
- Fibra alta

BIBLIOGRAFÍA

Universidad Del Sureste. Antología NUTRICION EN ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES. 4º cuatrimestre. Licenciatura en nutrición. Edición 2024. Comitán de Domínguez, Chiapas.