



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno Otoniel Yajaciel Mendez Hernandez

Nombre del tema Generalidades

Parcial I

Nombre de la Materia Enfermedades Gastrointestinales

Nombre del profesor Daniela Monserrat Mendez Guillen

Nombre de la Licenciatura Nutrición

Cuatrimestre Cuarto

GENERALIDADES EN ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES

En este ensayo hablaremos un poco de las enfermedades gastrointestinales las cuales son aquellas que afectan al sistema digestivo, que comprende desde la boca hasta el recto. estas enfermedades pueden ser causadas por diversos factores . El sistema digestivo es un sistema que tiene de 6 a 9 metros de largo las secciones o partes que lo conforman son la boca, faringe, esófago, estómago, intestino delgado, intestino grueso y ano. Y también unos górganos “ accesorios como los dientes, Las glándulas salivales, el páncreas exocrino, el hígado y la vesícula biliar.

FUNCIÓN DE EL SISTEMA DIGESTIVO

La función del aparato digestivo son la ingestión, absorción , secreción, digestión, absorción y defecación. En la boca es la entrada de los alimentos los cuales son triturados y es donde comienza la masticación el primer paso degradar los alimentos para que se forma el bolo con al ayuda de la secreciones de las glándulas salivales son tres , submaxilares, submandibulares y las parotidas las cuales producen una secreción líquida llamada saliva y enzimas que ayudan a degradar al alimentos para transformar en bolo alimenticio. El esófago esta conectado así la faringe y el estómago , su función es pasar el bolo al estómago con una acción de peristalsis para je pueda pasar el alimento , el esófago secreta como un moco como protección y mide aproximadamente 25 cm . El estómago actúa como un almacenamiento, una digestión química y enzimática y también de proteínas , y una degradación de los del bolo que pasa a quimo para luego pasar al intestino delgado es la porción más larga del sistema , su funciones principales, finalizar el proceso de la hidrólisis de los polímeros de los nutrimentos y favorecer el mecanismo de absorción de la mayor parte de los nutrimentos . Se divide en tres partes , duodeno, yeyuno e íleon , en este estestono se lleva acabó la absorción de nutrientes por las bellosidades del intestino. El intestino grueso tiene capacidad para absorber agua, iones de sodio, iones de cloro y algunas vitaminas, además de que secreta iones de bicarbonato que neutralizan la acidez , en este se empieza la defecación . El páncreas es una glándula de secreción mixta, excreta jugos pancreáticos que libera a través de un conducto hacia el intestino delgado y su secreción exocrina y hormonal es como la insulina y el glucagon que libera hacia la sangre .

Nutrición en las enfermedades de la cavidad bucal

La caries dental es una de las enfermedades infecciosas más comunes , es una enfermedad infecciosa en la que aminoácidos como los ácidos orgánicos producen una desmineralización gradual del esmalte adental seguida de una rápida destrucción de la estructura del diente , microorganismos como streptococcus o lactobacillus en la placa dental o en la cavidad oral pueden o provocan caries dentales .

Nutrición en las enfermedades del esófago y estómago.

Las enfermedades del esófago y estómago son afecciones que pueden estar relacionadas con la nutrición de una persona. Una de las enfermedades más comunes relacionadas con el esófago es la enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE). Esta se produce cuando el ácido del estómago regresa al esófago, causando síntomas como acidez estomacal, dolor en el pecho y dificultad para tragar. Es importante evitar alimentos irritantes como comidas grasas, picantes, cítricas y cafeína, ya que pueden empeorar los síntomas. En su lugar, es recomendable consumir alimentos bajos en grasa, ricos en fibra y proteínas magras para ayudar a aliviar los síntomas de la ERGE. Otra enfermedad que puede afectar tanto al esófago como al estómago es la enfermedad de la úlcera péptica. Las úlceras son lesiones en el revestimiento del estómago o del esófago que pueden ser causadas por diferentes factores, como la infección por la bacteria *Helicobacter pylori* o el uso prolongado de medicamentos antiinflamatorios. Además, algunas enfermedades del estómago, como la gastritis o la gastroparesia, pueden afectar la capacidad del órgano para digerir adecuadamente los alimentos, lo que puede derivar en deficiencias nutricionales.

Nutrición en el Estreñimiento, en la Diarrea y en el Síndrome de Intestino Irritable.

El estreñimiento, la diarrea y el síndrome de intestino irritable son trastornos gastrointestinales comunes que pueden afectar la calidad de vida de las personas. La alimentación juega un papel clave en el manejo y tratamiento de estos problemas, por lo que es importante tener en cuenta ciertos aspectos nutricionales para ayudar a aliviar los síntomas y mejorar la salud. En el caso del estreñimiento, es fundamental aumentar la ingesta de fibra en la dieta. La fibra ayuda a ablandar las heces y facilita su paso a través del intestino, lo que puede aliviar el estreñimiento. Alimentos ricos en fibra incluyen frutas, verduras, legumbres, y frutos secos. Además, es importante mantenerse bien hidratado y realizar actividad física regularmente para estimular el tránsito intestinal. En el caso de la diarrea, es importante mantener una alimentación bien y fácil de digerir para no irritar aún más el intestino. Se recomienda evitar alimentos grasos, picantes o muy condimentados, así como el alcohol y la cafeína, que pueden empeorar los síntomas. En el caso del síndrome de intestino irritable, se recomienda Oligosacáridos, Disacáridos, Monosacáridos y Polioles, que son carbohidratos de cadena corta que pueden causar molestias digestivas en algunas personas. incluyen ciertas frutas, verduras, lácteos y cereales. Es importante identificar los alimentos que desencadenan los síntomas y limitar su consumo, así como llevar una alimentación equilibrada que incluya alimentos ricos en fibra, proteínas y grasas saludables.

ENFERMEDAD CELIACA

La enfermedad celíaca es una patología crónica que afecta al intestino delgado de algunas personas, causada por una respuesta inmunológica anormal al gluten, una proteína presente en el trigo, la cebada y el centeno. La base del tratamiento para la enfermedad

celíaca es eliminar por completo el gluten de la alimentación. Esto implica evitar no solo alimentos que contienen trigo, cebada y centeno, sino también aquellos que puedan estar contaminados. Debido al daño en la mucosa intestinal, las personas con enfermedad celíaca pueden tener dificultades para absorber ciertos nutrientes, como hierro, calcio, ácido fólico, vitamina B12 y vitamina D., es importante que sigan una alimentación balanceada y variada. La fibra dietética y los probióticos son componentes importantes en la dieta de las personas con enfermedad celíaca, ya que favorecen la salud intestinal y ayudan a mejorar la digestión y la absorción de nutrientes. Es recomendable consumir alimentos ricos en fibra, como frutas, verduras, legumbres y cereales sin gluten, así como incorporar fuentes de probióticos, como yogur, kéfir y alimentos fermentados.

NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES INFLAMATORIA INTESTINAL

Las enfermedades inflamatorias intestinales (EII) son un grupo de trastornos crónicos que se caracterizan por la inflamación del tracto gastrointestinal, entre las más comunes se encuentran la enfermedad de Crohn y la colitis úlcera. Se recomienda Consumir una dieta equilibrada y rica en ciertos nutrientes puede ayudar a reducir la inflamación, prevenir la aparición de brotes y mejorar la salud intestinal en general. Ácidos grasos Omega-3 Fibra. Probióticos. Antioxidantes

En conclusión es recomendable mantener una alimentación bien balanceada y equilibrada una buena alimentación para no padecer estas enfermedades tener una buena higiene personal con los alimentos para así tratar de que no nos haga daño es importante estar irritados y hacer ejercicio.

Bibliografía UDS, Antología en enfermedades gastrointestinales pdf, 2024