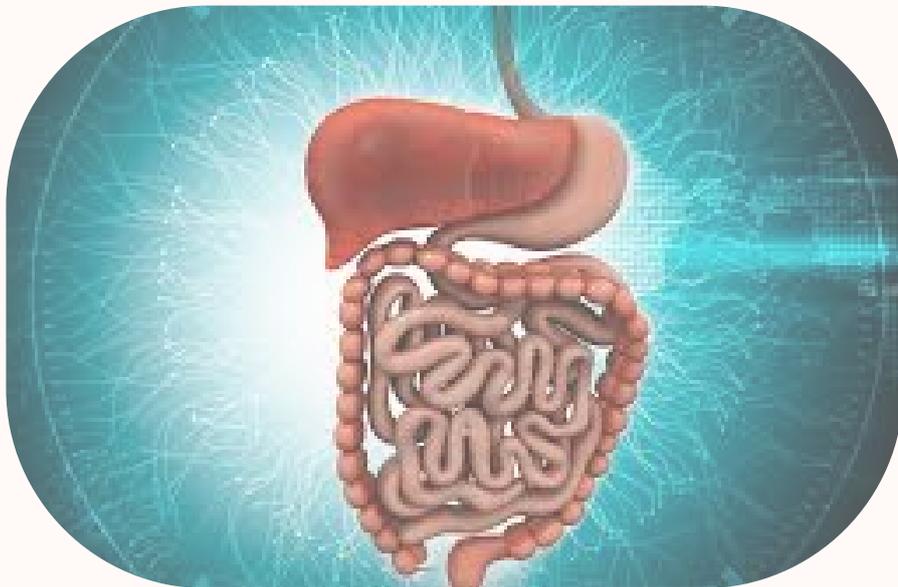




NOMBRE DEL PROFESOR : L.N DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN
NOMBRE DEL ALUMNO: DILI HAIDEE REYES ARGUETA
CURSO: NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES
CARRERA: NUTRICIÓN
GRADO: CUARTO CUATRIMESTRE.



GENERALIDADES

El aparato digestivo es un sistema complejo que abarca desde la boca hasta el ano, compuesto por una serie de órganos y estructuras que permiten la ingestión, digestión, absorción de nutrientes y eliminación de desechos. Este proceso involucra múltiples funciones, como la producción de jugos digestivos, el peristaltismo y la interacción de diferentes órganos, incluidos la boca, el esófago, el estómago y los intestinos. La salud del aparato digestivo es crucial no solo para el bienestar general, sino también para la salud dental y la prevención de trastornos nutricionales.

El aparato digestivo es un sistema de 6 a 9 metros que va de la boca al ano, compuesto por varias partes que son la boca, faringe, esófago, estómago, intestino delgado, intestino grueso y ano, además de órganos accesorios como dientes y glándulas salivales.

Sus funciones son la Ingestión que se refiere a la entrada de alimentos así mismo la Secreción que este es la producción de jugos digestivos (7 L/día). Su mezclado y propulsión son movimiento de alimentos (peristaltismo), la digestión que es la descomposición de alimentos así mismo la absorción que da paso de nutrientes a las células y por último la defecación que es la eliminación de desechos.

La boca, que inicia el proceso digestivo, contiene dientes que cortan, desgarran y muelen los alimentos podemos decir que la masticación es esencial para la digestión, ya que descompone alimentos y aumenta la superficie expuesta a las enzimas. Los dientes, temporales y permanentes, tienen capas como esmalte, dentina y pulpa sus funciones de la masticación es reducir alimentos a fragmentos pequeños y así suavizar para facilitar la deglución también se lubrica con saliva.

Las glándulas salivales o sea la saliva activa la ptialina que ayuda en la digestión.

Las glándulas salivales se dividen en tres pares unas son parótidas estas producen saliva serosa y las submaxilares producen saliva mixta así mismo las sublinguales son las que producen saliva mucosa.

La saliva, compuesta en un 99.5% de agua y 0.5% de solutos, lubrica los alimentos, solubiliza los secos y ayuda en la higiene bucal podemos mencionar que contiene amilasa, que inicia la digestión de almidones, y bicarbonatos que regulan el pH.

El sentido del gusto se activa mediante la interacción de la vista, el tacto, el olfato y el gusto. Las papilas gustativas en la lengua detectan sabores (dulce, salado, ácido, amargo, umami y adiposo) y envían señales al cerebro para interpretar estas sensaciones.

La faringe conecta la boca con el esófago y la laringe. La epiglotis cierra la laringe durante la deglución para evitar que los alimentos entren en las vías respiratorias.

La deglución se divide en tres fases una que es voluntaria ya que esta el bolo alimenticio se empuja hacia la faringe y la que es involuntaria en ella el bolo pasa de la faringe al esófago, con la epiglotis cerrando la laringe y tenemos la peristáltica en ella son contracciones que llevan el bolo al estómago.



El esófago es de aproximadamente 25 cm que conecta la faringe con el estómago y su función es transportar alimentos rápidamente mediante movimientos peristálticos. Secreta moco para protección y tiene dos esfínteres el esfínter esofágico superior que facilita la entrada de alimentos al esófago y el esfínter esofágico inferior (cardias) en el se relaja para permitir el paso del bolo al estómago y se cierra para evitar el reflujo.

El estómago es una sección del sistema gastrointestinal que conecta el esófago con el intestino delgado, dividido en fondo, cuerpo y antro gástrico, y termina en el esfínter pilórico. Contiene glándulas oxínticas, que secretan ácido clorhídrico y pepsinógeno, y glándulas pilóricas, que secretan moco y gastrina sus funciones son el almacenamiento que actúa como reservorio para el bolo alimenticio y como digestión ya que descompone químicamente las proteínas la licuefacción es la mezcla los alimentos con jugos gástricos y su liberación que controla el paso del contenido al intestino delgado. Así mismo el páncreas es una glándula de secreción mixta que produce jugos pancreáticos que se liberan en el duodeno (secreción exocrina) y hormonas como la insulina y el glucagón que se vierten en la sangre (secreción endocrina). También podemos mencionar que el hígado es la glándula más pesada del cuerpo, con un peso promedio de 1.4 kg, ubicada en el hipocondrio derecho y parte del epigastrio. La vesícula biliar, un saco en forma de pera de 7 a 10 cm de longitud, se encuentra en la cara posterior del hígado. Podemos decir que intestino delgado mide entre 3 y 6 m y se encarga de finalizar la digestión y absorber nutrientes que se divide en tres partes que son el duodeno es la primera sección (25 cm), recibe secreciones pancreáticas y biliares, el yeyuno es la segunda sección, representa el 40% de su longitud (aproximadamente 1 m) y el íleon es la última sección (aproximadamente 2 m), conecta con el intestino grueso.

En la dieta y la nutrición son fundamentales para el desarrollo dental y la salud de las encías. La alimentación influye en el pH y la actividad microbiana en la boca, lo que puede afectar la salud dental. A su vez, una buena nutrición apoya el crecimiento y mantenimiento de los dientes y tejidos orales. Existe una relación recíproca entre la nutrición y la salud bucal, donde el estado de la cavidad bucal también afecta la capacidad de mantener una dieta adecuada, las caries dental es una enfermedad infecciosa muy común, siendo significativamente más frecuente que otras condiciones como la fiebre del heno y el asma ya que esto puede influir en nuestra dieta, la valoración nutricional en pacientes con trastornos digestivos es fundamental. La pérdida de peso involuntaria es un indicador crítico de malnutrición: un descenso del 2% en una semana, 5% en un mes o 10% en seis meses señala un problema grave. Se deben evaluar también el peso ideal, el índice de masa corporal, antecedentes de síntomas gastrointestinales, ingesta diaria y uso de suplementos o medicamentos. Los pacientes con pérdida de peso significativa requieren soporte nutricional temprano.





las intervenciones dietéticas en trastornos intestinales buscan aliviar síntomas y corregir deficiencias nutricionales, siendo especialmente cruciales en la enfermedad celíaca. La valoración nutricional incluye analizar la ingesta de nutrientes, antecedentes médicos, medicamentos y la experiencia del paciente con alimentos. También se evalúa la duración y gravedad del trastorno para ajustar la dieta según las necesidades específicas del paciente.

La enfermedad celíaca (EC) es un trastorno autoinmune caracterizado por una interacción entre factores genéticos, la exposición al gluten, un activador ambiental y una respuesta inmune. El gluten, presente en el trigo, centeno y cebada, contiene péptidos que pueden causar inflamación en el intestino delgado en personas con EC, afectando las vellosidades intestinales. La sensibilidad al gluten se refiere a síntomas sin daños intestinales, mientras que la intolerancia al gluten puede incluir síntomas asociados a la EC.

La enfermedad inflamatoria intestinal (EII) abarca la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa, Suelen aparecer entre los 15 y 30 años y son más frecuentes en países desarrollados. Comparten síntomas como diarrea, fiebre y malnutrición, siendo la desnutrición más preocupante en la enfermedad de Crohn. Esta enfermedad afecta todas las capas intestinales, mientras que la colitis ulcerosa solo la mucosa. El aumento del riesgo de cáncer se relaciona con la inflamación crónica y la interacción de factores genéticos y ambientales, incluyendo la microbiota intestinal.

Para mantener una buena salud digestiva, se recomienda seguir una dieta equilibrada rica en fibra, que incluya frutas, verduras y granos integrales. La fibra favorece el tránsito intestinal y previene problemas como el estreñimiento. Además, es fundamental mantenerse bien hidratado, consumiendo al menos dos litros de agua al día. Se sugiere limitar el consumo de azúcares añadidos y grasas saturadas, que pueden contribuir a trastornos metabólicos y digestivos. Para quienes padecen condiciones específicas como la enfermedad celíaca o enfermedades inflamatorias intestinales, es vital adaptar la dieta para evitar alimentos que puedan desencadenar síntomas, asegurando una correcta absorción de nutrientes

.La salud del aparato digestivo está intrínsecamente relacionada con la calidad de la dieta y la nutrición. Adoptar hábitos alimenticios saludables no solo previene trastornos digestivos, sino que también favorece el bienestar general, la salud bucal y la prevención de enfermedades a largo plazo. La educación nutricional y el seguimiento de intervenciones dietéticas son esenciales para gestionar y prevenir problemas digestivos, mejorando así la calidad de vida.

BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA DE NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES. UNIVERSIDAD DEL SURESTE.2023.PDF

