

Nombre del profesor: L.N Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Nombre del alumno: Dili Haidee Reyes Argueta.

Curso : Nutricion en enfermedades gastro intestinales .

Carrera: Nutrición

Grado : 4to. cuatrimestre

BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA DE NUTRICION EN EN EFREMEDADES GASTROINTESTINALES. 2023.PDF



INTOLERANCIAS

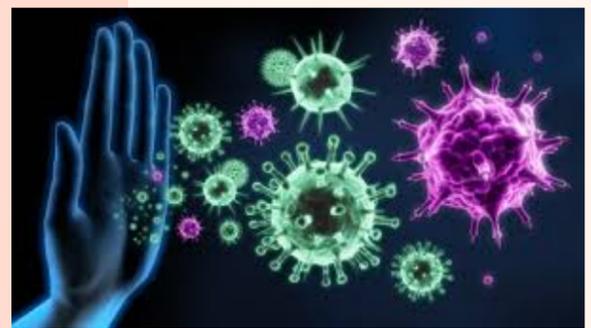


La disfagia

Es la dificultad para tragar, que puede causar malnutrición. Afecta a personas con enfermedades neurológicas y síntomas como tos, atragantamientos y problemas para beber. El proceso de deglución se divide en tres fases, y los trastornos en estas fases dificultan la ingesta segura de alimentos.

Nutrición en los pacientes inmunodeprimidos

Los pacientes inmunodeprimidos tienen un sistema inmunitario debilitado, lo que los hace más vulnerables a infecciones. El sistema inmune está formado por órganos y células que protegen el cuerpo de antígenos, como el timo, bazo y ganglios linfáticos. Existen tres tipos de inmunidad: innata (nativa), adquirida (desarrollada tras la exposición a antígenos) y pasiva (transmitida a través de anticuerpos, como en los bebés). Los linfocitos B y T son claves en la defensa, produciendo anticuerpos y atacando los antígenos.



Nutrición vegetariana.

Las dietas vegetarianas son cada vez más comunes y pueden ser saludables si se planifican adecuadamente. Ofrecen beneficios como menor riesgo de obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes y ciertos tipos de cáncer. Sin embargo, es crucial asegurar un adecuado aporte de nutrientes como proteínas, hierro, calcio, vitamina B12 y omega-3, especialmente en niños. Las dietas mal equilibradas pueden causar deficiencias nutricionales. Una planificación adecuada es clave para evitar problemas de crecimiento y desarrollo, y garantizar una nutrición óptima.



Alimentos funcionales.

son aquellos que, además de nutrir, aportan beneficios para la salud, como la reducción de riesgos de enfermedades. Contienen componentes activos (e.g., flavonoides, probióticos) que mejoran funciones corporales. Surgieron en Japón en los años 80, enfocados en la salud de personas mayores. Ejemplos incluyen probióticos (bacterias beneficiosas para el intestino) y prebióticos (sustratos para bacterias beneficiosas). También existen alimentos nutracéuticos y suplementos alimentarios que complementan la dieta. Los alimentos-medicamento cubren necesidades nutricionales en personas con dificultades alimentarias.



Alergias alimentarias



Las alergias alimentarias, que afectan al 4% de la población, son reacciones del sistema inmunológico mediadas por IgE, causando síntomas como urticaria y anafilaxia. Las intolerancias alimentarias no involucran el sistema inmunológico y son causadas por dificultades en procesar ciertos alimentos. Factores genéticos y ambientales, como la atopia y la disbiosis intestinal, influyen en el desarrollo de estas reacciones. Los tratamientos incluyen el uso de adrenalina en casos graves, como la anafilaxia.



intolerancias alimentarias

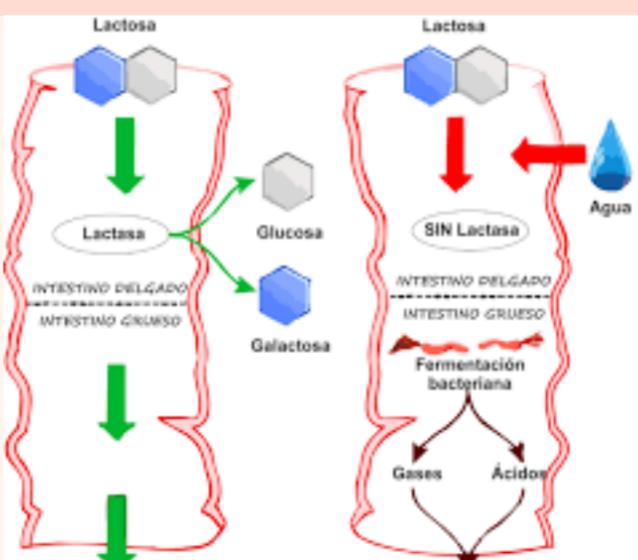


son reacciones adversas a los alimentos que no implican mecanismos inmunológicos, a diferencia de las alergias alimentarias, que son mediadas por IgE. Estas intolerancias son más comunes que las alergias y pueden manifestarse con síntomas gastrointestinales, cutáneos y respiratorios similares a los de las alergias, pero sin involucrar la respuesta inmunitaria.



Intolerancia a la lactosa

Se debe a la deficiencia genética de la lactasa intestinal, lo que impide la correcta digestión de la lactosa, provocando síntomas como distensión abdominal, flatulencia y diarrea.



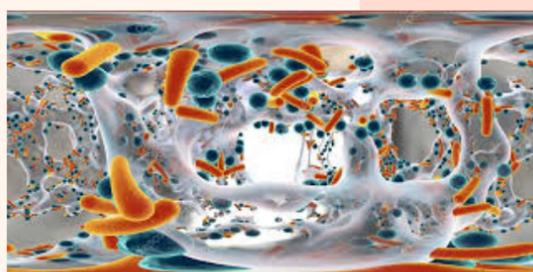


Intolerancia a los hidratos de carbono

Problemas con la digestión de disacáridos y monosacáridos, como fructosa, sorbitol y maltitol, que pueden causar diarrea, retortijones y flatulencia. Esto es más frecuente en personas con síndrome del intestino irritable.

Reacciones a aditivos y fármacos

Algunos aditivos, como histamina, tiramina y sulfitos, pueden provocar síntomas adversos similares a las alergias alimentarias. La histamina, por ejemplo, se encuentra en alimentos fermentados y en productos como el vino tinto.



Toxinas y contaminantes microbianos

La contaminación por bacterias o toxinas de alimentos puede causar síntomas de intoxicación alimentaria, como vómitos, diarrea y fiebre.



Mala absorción

es la dificultad del intestino para absorber nutrientes, afectando fases como la digestión, absorción y transporte. Los síntomas incluyen diarrea, esteatorrea y anemia. El diagnóstico se realiza mediante pruebas como el tránsito intestinal baritado y el test de Schilling. El intestino delgado, con vellosidades especializadas, es crucial para la absorción de nutrientes. La malabsorción de macronutrientes y micronutrientes puede generar desnutrición, afectando el crecimiento y la función del sistema inmunológico. El tratamiento se enfoca en tratar la causa y mejorar la nutrición.

