

portada

NUTRICION EN ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES

Nombre de la maestra:

-Daniela Monserrath Méndez Guillen

Nombre de la alumna:

-Jazmin Alejandra Aguilar Hernández

ACTIVIDAD PLATAFORMA

UNIDAD 1

LICENCIATURA EN NUTRICION

4TO. CUATRIMESTRE



Ensayo

GENERALIDADES

son aquellas que afectan al estómago y los intestinos, y pueden tener diversos síntomas.

La deshidratación es un peligro importante de las infecciones gastrointestinales, por lo que la rehidratación es fundamental.

En algunos casos, las enfermedades gastrointestinales pueden estar relacionadas con diferentes tipos de cáncer.

FUNCIONES DEL SISTEMA DIGESTIVO

El sistema digestivo está constituido por un tubo hueco abierto por sus extremos (boca y ano), llamado tubo digestivo o tracto digestivo, y por una serie de estructuras accesorias. El tubo digestivo o tracto digestivo comprende la cavidad oral, la faringe, el esófago, el estómago, el intestino delgado y el intestino grueso. Mide, aproximadamente, unos 5-6 metros de longitud. Las estructuras accesorias son los dientes, la lengua, las glándulas salivales, el páncreas y el hígado.

La función principal del sistema digestivo es convertir el alimento en moléculas pequeñas y hacerlas pasar al interior del organismo. Los alimentos pasan por un proceso de fragmentación mecánica y digestión química.

Las funciones del sistema digestivo son:

- La ingesta de alimentos
- El transporte de los alimentos a lo largo del tubo digestivo a una velocidad adecuada para que se produzcan una digestión y absorción óptimas
- La secreción de líquidos, sales y enzimas digestivas
- La digestión de los alimentos
- La absorción de los productos resultantes de la digestión
- La defecación

Ensayo

NUTRICION EN LAS ENFERMEDADES DE LA CAVIDAD BUCAL

Una **alimentación equilibrada y nutritiva**, que proporcione los alimentos necesarios para garantizar un buen estado de **salud general**, es fundamental también para mantener la **cavidad oral en buenas condiciones**. La relación entre alimentación y salud ya nadie se atreve a cuestionarla.

Una **nutrición adecuada permite**:

- Aportar los nutrientes necesarios para permitir la formación, el crecimiento y la reparación de las estructuras corporales, entre éstas, dientes, encías y mucosas
- Obtener la energía necesaria para el mantener las funciones del organismo
- Reducir el riesgo de determinadas enfermedades
- Subministrar las sustancias requeridas para regular los procesos metabólicos

Como destaca la Organización Mundial de la Salud, una dieta saludable ayuda a protegerse de la malnutrición en todas sus formas, así como de distintas enfermedades no transmisibles y de diferentes afecciones.

La **caries** es una de las patologías orales más frecuentes vinculadas a una ingesta inapropiada de alimentos. De manera recíproca, una **salivación deficiente** o una **mala mordida**, por pérdida de dientes, por prótesis mal ajustadas o por problemas temporomandibulares, pueden llevar a un estado nutricional deficiente.

Para **evitar complicaciones** e impedir que la alimentación afecte a la salud oral y ésta, a su vez, acebe incidiendo sobre la primera, deberán tomarse las siguientes **medidas**:

- Mantener una dieta equilibrada
- No abusar de las comidas y las bebidas azucaradas
- Limitar las comidas entre horas
- Cepillarse los dientes después de cada comida
- Usar un dentífrico fluorado y un colutorio adecuado
- Pasarse la seda dental
- Acudir regularmente al odontólogo

Las frutas y verduras, los productos lácteos, el agua fluorada o el té son algunos de los alimentos que nunca deberían faltar en una alimentación adecuada. Los dulces, los refrescos, los azúcares refinados y los alimentos ácidos, ¡cuánto más lejos, mejor!

NUTRICION EN LAS ENFERMEDADES DEL ESÓFAGO Y ESTOMAGO

La nutrición tiene una relación importante con las enfermedades del esófago y el estómago, ya que **algunos alimentos pueden ayudar a prevenirlas o empeorarlas**

-Una dieta adecuada puede ayudar a prevenir enfermedades digestivas.

-Algunos alimentos pueden desencadenar o empeorar los síntomas de la enfermedad por reflujo gastroesofágico, como los alimentos ácidos, las bebidas alcohólicas, el chocolate, el café, los alimentos ricos en grasa, la menta y los alimentos condimentados

Ensayo

NUTRICION EN EL ESTREÑIMIENTO ,EN LA DIARREA Y EN EL SÍNDROME DEL INTESTINO IRRITABLE

EN ESTOS CASOS NOS DAMOS CUENTA CUÁN IMPORTANTE ES LA ALIMENTACIÓN EN NUESTRA VIDA POR QUÉ ESTAS ENFERMEDADES CON LLEVAN A QUE PODEMOS TENER A LARGO O CORTO PLAZO UNA MALA CALIDAD DE VIDA .

CUANDO NOSOTROS TENEMOS ESTREÑIMIENTO NOS DAMOS CUENTA QUE ES POR UNA FALTA DE FIBRA EN NUESTRO ORGANISMOS ,LÍQUIDO Y INACTIVIDAD FÍSICA QUE HACE QUE NUESTRO ORGANISMO TRABAJE DE FORMA NORMAL Y NO SE VUELVA PEREZOSO.

-SABEMOS BIEN QUE LA DIARREA ES CAUSANTE POR UN VIRUS

-EL SÍNDROME DEL INTESTINO IRRITABLE ES TAMBIEN CONSIDERADO COMO UN TRANSTORNO CON DOLOR ABD .

NUTRICION EN LA ENFERMEDAD CELIACA

es una enfermedad crónica, controlable con la dieta, en la que la fracción proteica del gluten (Gliadina) lesiona la mucosa del intestino delgado, que a su vez altera la absorción de nutrientes.

El tratamiento nutricional mejora los síntomas digestivos, normaliza la función absorbente y el retraso de crecimiento en los niños.

Por otra parte, el sistema de defensa natural del cuerpo, llamado sistema inmunitario, lo mantiene sano al combatir los virus y bacterias, entre otros, que pueden causar enfermedades. Cuando las personas con enfermedad celíaca consumen gluten, el sistema inmunitario reacciona al gluten, atacando el revestimiento del intestino delgado.

La reacción del sistema inmunitario al gluten causa daño a las vellosidades, que son bultos pequeños en forma de dedos. Cuando las vellosidades están dañadas, el cuerpo no puede obtener los nutrientes que necesita.

Ensayo

NUTRICION EN LA ENFERMEDAD INFLAMATORIA INTESTINAL

LA NUTRICION ES IMPORTANTE EN EL TRATAMIENTO (EII) ya que puede influir en la actividad de la enfermedad. Los pacientes con EII pueden presentar déficits nutricionales por diversas causas, como la disminución de la ingesta de alimentos, el aumento de las necesidades nutricionales o la malabsorción de nutrientes.

RECOMENDACIONES:

Durante la fase activa de la enfermedad, se recomienda consumir arroz blanco hervido, tostadas de arroz, fideos o macarrones de arroz, papillas de arroz, pan y pastas sin gluten, patatas y boniatos hervidos o al horno, leche desnatada sin lactosa y leches vegetales.

-Se debe evitar comer alimentos que aumenten la producción de gases, como la coliflor y las coles de Bruselas.

BIBLIOGRAFÍA :
ANTOLOGÍA UDS