



# UDS

**Nombre:** Lourdes Aylin Velasco Herrera.

**Maestra:** Andrea Marisol Solís Meza.

**Materia:** nutrición y actividades pediátricas.

**Fecha:** 26 de noviembre del 2024



## **Introducción**

La salud en los niños y adolescentes es uno de los pilares más importantes para el bienestar de la sociedad, ya que ellos representan el futuro de las generaciones venideras. Sin embargo, las enfermedades que afectan a este grupo son diversas y pueden tener consecuencias a corto y largo plazo en su desarrollo físico, emocional y social.

Las enfermedades no solo tienen un impacto en los niños y adolescentes, sino que también inciden en las familias, los sistemas de salud y las comunidades en general. Por ejemplo, las enfermedades infecciosas son una de las principales causas de morbilidad en niños pequeños.

Entre las más comunes se encuentran la gripe y el resfriado común, que, aunque depende la gravedad pueden generar complicaciones graves en niños menores de cinco años o aquellos con sistemas inmunológicos comprometidos.

La alimentación es uno de los factores más influyentes en la salud de los niños y adolescentes. La malnutrición, tanto la desnutrición como la obesidad, puede dar lugar a una serie de problemas de salud, como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y las deficiencias de nutrientes esenciales.

Aunque también un estilo de vida sedentario, mala la alimentación y la falta de actividad física pueden contribuir a enfermedades graves en niños y adolescentes. Además, es muy importante fomentar una alimentación equilibrada, promover la actividad física regular y garantizar el acceso a atención médica preventiva, como las vacunas, son medidas esenciales para reducir la incidencia de enfermedades.

El soporte nutricional del paciente pediátrico crítico es de suma importancia en el manejo de su enfermedad, influenciando directamente en la morbimortalidad, en el niño crítico diversas condiciones lo hacen particularmente vulnerable a la desnutrición y alta mortalidad debido a la falla en el soporte nutricional.

Por lo que llevar una dieta equilibrada y variada de acuerdo a sus necesidades es de suma importancia ya que así podríamos prevenir la malnutrición y aportar un poco de lo que su organismo necesita.

Sobre los requerimientos energéticos en el paciente pediátrico sabemos que varían respecto a la población pediátrica normal y son diferentes en función de la situación clínica y la fase de respuesta al estrés en la que se encuentre el paciente.

Es importante abordar que la nutrición es un factor clave en la recuperación y bienestar de los pacientes pediátricos, especialmente aquellos que han sido sometidos a una intervención quirúrgica. Durante el proceso postoperatorio, los niños tienen una serie de necesidades nutricionales especiales que deben ser atendidas para optimizar su recuperación, fortalecer su sistema inmunológico y minimizar complicaciones.

Sabemos que una cirugía genera un estrés fisiológico considerable en el cuerpo, que puede afectar tanto a la función de los órganos como a los sistemas metabólicos. Tras una intervención quirúrgica, el cuerpo de un niño experimenta un aumento en el metabolismo, conocido como catabolismo, que implica un mayor consumo de nutrientes, particularmente proteínas y calorías.

Esta respuesta se debe a varios factores, entre ellos el dolor, la inflamación, la fiebre, las infecciones y el propio proceso de curación. Es importante que se conozca el estado de salud general del niño, el tipo de cirugía realizada y el nivel de complicación de la misma influyen en la tolerancia alimentaria y la absorción de nutrientes.

Por ejemplo, las cirugías abdominales pueden afectar la función digestiva, dificultando la absorción adecuada de nutrientes como las grasas, mientras que las cirugías mayores o prolongadas pueden inducir un estado de desnutrición debido a la disminución del apetito, el dolor y la alteración de la flora intestinal.

Pero también hay que otras enfermedades que requieren cuidado nutricional como por ejemplo las cardiopatías congénitas y el EPOC donde es de suma importancia el consumo de diversos nutrientes para que no se compliquen en más medida.

Los niños y adolescentes con cardiopatías congénitas enfrentan una serie de desafíos en su desarrollo y crecimiento, debido a que la disfunción cardíaca puede limitar el flujo sanguíneo adecuado hacia los órganos y tejidos, afectando el transporte de oxígeno y nutrientes esenciales.

Una de las complicaciones más comunes en niños con cardiopatías congénitas es el retraso en el crecimiento. Esto puede estar relacionado con una serie de factores, como un gasto energético elevado debido a la insuficiencia cardíaca, la mala absorción de nutrientes debido a la disminución del flujo sanguíneo en el tracto gastrointestinal, y el aumento del catabolismo proteico asociado con la enfermedad.

Como resultado, estos pacientes requieren un manejo nutricional intensivo que garantice una ingesta calórica y proteica adecuada, para promover el crecimiento y evitar la malnutrición. Por lo tanto, es de suma importancia que estos niños reciban una dieta rica en calorías, proteínas y grasas saludables. Además, en muchos casos, pueden requerir suplementos nutricionales, ya sea en forma de fórmulas especializadas o a través de la alimentación enteral, cuando la ingesta oral no es suficiente.

Por ejemplo, el EPOC, es una enfermedad pulmonar progresiva que causa dificultad para respirar debido a la obstrucción crónica de las vías respiratorias. Se caracteriza principalmente por dos componentes: la bronquitis crónica y el enfisema pulmonar.

Este tipo de pacientes enfrentan una serie de desafíos nutricionales que pueden afectar su estado general de salud, el control de los síntomas y su calidad de vida. Estos desafíos incluyen la pérdida de peso, el aumento del catabolismo muscular, la desnutrición y la alteración del apetito.

La composición de una dieta normal es de 50 a 55% de hidratos de carbono, 20 a 25% de lípidos y 15% de proteínas, por lo que se recomienda modificar en pacientes con EPOC para así poder satisfacer sus necesidades, proporcionando 25 a 30% de hidratos de carbono, 55 a 60% de lípidos y 20% de proteínas; la proporción apropiada de los tres tipos de nutrientes dependerá del estado clínico y de los objetivos.

Hablando un poco sobre los trastornos metabólicos genéticos, esta es una enfermedad causada por un defecto en un solo gen que afecta una enzima clave en una ruta metabólica. Las rutas metabólicas son secuencias de reacciones químicas en el cuerpo que convierten los alimentos en energía o sintetizan compuestos esenciales como proteínas, lípidos o ácidos nucleicos.

Cuando la enzima involucrada en estas reacciones es defectuosa o está ausente debido a una mutación genética, el metabolismo se ve interrumpido. Los tratamientos de estos tipos de trastornos dependen en gran medida del tipo y la gravedad de la enfermedad.

El tratamiento nutricional en los trastornos metabólicos congénitos tiene varios objetivos clave:

- Prevenir la acumulación de productos metabólicos tóxicos.
- Proveer nutrientes esenciales.
- Evitar desnutrición.
- Optimizar el crecimiento y desarrollo.

Dentro de las enfermedades en infantes y adolescentes también en algunos casos se pueden presentar los TCA que son una serie de trastornos que se dan más a menudo estas etapas de la vida.

Son trastornos mentales caracterizados por un comportamiento patológico frente a la ingesta alimentaria y una obsesión por el control de peso. Son de origen multifactorial, originados por la interacción de diferentes causas de origen biológico, psicológico, familiar y sociocultural.

Dentro de estos trastornos encontramos la dismorfia corporal, la vigorexia, la ortorexia, la bulimia nerviosa, la anorexia y el trastorno por atracón, es bien sabido que si estos no llegan a tratarse debidamente pueden llegar a causar hasta la muerte; pero para que eso no suceda el personal de salud encaminados con un psicólogo podrían evitar llegar a mayores circunstancias.

El tratamiento nutricional en este tipo de casos es fundamental para restaurar la salud física y emocional de los pacientes. Si bien estos trastornos son enfermedades complejas que requieren un enfoque multidisciplinario, la intervención nutricional tiene un papel esencial en la corrección de las deficiencias nutricionales, la restauración del peso corporal y la promoción de una relación más saludable con la comida. Con un tratamiento adecuado, apoyo emocional y educación, muchas personas con TCA pueden lograr la recuperación y llevar una vida más saludable.

## **Conclusión**

Es importante destacar que muchas enfermedades pueden prevenirse o controlarse eficazmente mediante medidas preventivas, como la vacunación, la promoción de hábitos saludables, la detección temprana de problemas y el apoyo psicológico.

A nivel social y familiar, la educación sobre los trastornos comunes en la infancia y la adolescencia juega un papel muy importante en la mejora de los resultados. La conciencia sobre la importancia de una alimentación adecuada, el ejercicio, el manejo del estrés y la búsqueda de atención médica a tiempo son factores cruciales para enfrentar las enfermedades en esta etapa.

definitivamente, las enfermedades en la infancia y la adolescencia requieren un enfoque multidisciplinario, que abarque la medicina, la nutrición, la psicología y el apoyo familiar, con el fin de ofrecer un tratamiento holístico que permita a los niños y adolescentes superar estos desafíos y alcanzar su pleno potencial.

## **Bibliografía**

- Universidad del sureste, antología de nutrición y actividades pediátricas, 2024, pdf.
- Universidad del sureste, antología de psicología y retos nutricionales, 2023, pdf.