

## “ENSAYO”

Nombre del Alumno: Brayan Velasco  
Hernández

Materia: Practicas Clínicas

Nombre del Profesor: Daniela  
Montserrat Méndez.

Unidad: I

Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 8vo

La nutrición clínica es fundamental para poder mantener la salud y el bienestar de las personas en especial aquellos casos en que la nutrición juega un papel crucial en la prevención y el tratamiento de las enfermedades es por esto que el principal objetivo de realizar este ensayo es explorar las generalidades de la nutrición clínica y la importancia en la práctica médica.

Para dar inicio como podríamos definir a la nutrición clínica como una combinación de conocimientos en las ramas de la nutrición, bioquímica y medicina que nos ayudará a brindar una atención integral a cada uno de los pacientes de acuerdo a sus necesidades nutricionales.

Algunos de los principales objetivos de la nutrición clínica son como primordial evaluar el estado nutricional en el que se encuentra nuestro paciente y en base a eso desarrollar los planes de alimentación personalizados para prevenir o tratar dicha enfermedad, también el proporcionar una educación nutricional tanto al paciente como a sus familiares o quienes los acompañan en su día a día y el colaborar con otros profesionales de la salud para llevar un tratamiento o supervisión.

Hoy en día en estos tiempos y el gran avance que nos demuestra la ciencia, es difícil que los médicos actuales observen la historia natural de las enfermedades. El estudio detallado de la historia natural de la enfermedad ha sido uno de los más fructíferos en el campo de la Medicina. Con la observación y descripción adecuada de la historia natural de la enfermedad, se ha logrado comprender su curso y de esta manera detectar la enfermedad de una manera temprana y prevenir sus secuelas.

Para ser más específicos y precisos en la historia natural de una enfermedad está dividida en cuatro partes empezando con el período de incubación Qué es el tiempo entre la exposición del agente causal de la enfermedad y los inicios donde se presentan los síntomas, como segundo es el periodo de latencia dónde es el tiempo entre la exposición y donde la enfermedad se vuelve detectable, como tercera etapa está el período de síntomas Qué es el tiempo durante el cual los síntomas ya están presente en cualquier enfermedad, siguiendo con el periodo de recuperación dónde es el tiempo el cual el paciente está en recuperación de dicha enfermedad y como último periodo es el de la secuelas durante el cual el paciente puede lograr experimentar secuelas de la enfermedad o algunas complicaciones a largo plazo.

Como otro punto importante es la evaluación nutricional dónde es un proceso que nos permite determinar el estado nutricional de un paciente, identificando sus posibles deficiencias y el exceso de nutrientes en su dieta.

Sin embargo otro tema importante e indispensable para nosotros los nutriólogos al momento de realizar una consulta seria la evaluación nutricional donde es un proceso que nos permite determinar el estado nutricional de una persona, también logrando identificar sus posibles deficiencias o excesos de nutrientes en su dieta, este proceso puede ser realizado por un profesional de la salud, como un nutricionista o un médico.

La evaluación nutricional se puede dividir por los siguientes pasos el primero sería analizar la dieta donde se evalúa la cantidad y la calidad de los alimentos que consume nuestro paciente, para así después seguir con la medición de peso y talla que se evalúa el índice de masa corporal, el siguiente es el análisis de laboratorio donde el paciente se realiza pruebas de sangre para evaluar los niveles de nutrientes y otros indicadores de salud y por último se aplica la evaluación clínica para que de la misma manera se evalúen los signos y síntomas de deficiencias nutricionales que puede llegar a presentar el paciente.

Otras de las herramientas utilizadas para la evaluación nutricional incluyen:

El realizar cuestionarios de frecuencia alimentaria es decir el tiempo de alimentación y la cantidad en que lo consumo el paciente, registros alimentarios, el análisis de composición corporal donde se puede realizar por medio de la toma de peso y talla que se le realice al paciente en la consulta y por ultimo pruebas de absorción de nutrientes.

Cada uno de estos puntos ya mencionados es de suma importancia para la prevención de enfermedades relacionadas con la nutrición, el tratar enfermedades crónicas un ejemplo de ellas podría ser la diabetes y la hipertensión, y sobre todo mejorar su estado de salud y buscar su bienestar en general.

Y otro tema importante a mencionar de esta primera unidad es la elaboración de expedientes que se le realiza a cada paciente que es un proceso importante en diversas áreas, como la administración pública, la educación, la salud y la justicia, entre otras. Un expediente lo podríamos llamar como el conjunto de documentos y registros que se relacionan con un caso, persona o asunto específico.

### **Ejemplo de pasos para la elaboración de expedientes:**

El primer paso a mencionar es la recolección de información donde se llagan a recopilar todos los documentos y registros relevantes relacionados con el caso o asunto para después seguir con la clasificación y organización para que los documentos estén clasificados de forma lógica y cronológicamente, también se identifica y registra cada documento para así realizar el último paso que es el analizar y evaluar el caso que presente dicho paciente.

Y como conclusión la nutrición clínica es fundamental porque desempeña un papel clave en la prevención, tratamiento y manejo de diversas enfermedades, mejorando la salud general de los pacientes, es por eso que el principal objetivo de realizar este ensayo es tomar en cuenta cada punto donde nos ayudara a la aplicación de los principios nutricionales para así prevenir, diagnosticar y tratar enfermedades y condiciones de salud que estén relacionadas con la rama de la nutrición mejorando la calidad de vida de nuestros pacientes para así poder mantener un estado nutricional adecuado no solo que influya en la salud física, sino también en el bienestar emocional y mental.