



Alumna: Miriam Alejandra García Alfonzo.

Maestro: Daniela Monserrat Méndez Guillén.

Materia: Prácticas en nutrición clínicas 1.

Trabajo: Ensayo.

Grado: LN 8°

Grupo: A

Comitán de Domínguez, Chiapas, a 24 de enero del 2025

## **Unidad I. Generalidades**

### **Definición de nutrición clínica**

La nutrición clínica es una disciplina que tiene como propósito en mejorar la relación entre la alimentación y la salud, especialmente en casos de enfermedad. Su propósito principal es prevenir, tratar y manejar las complicaciones nutricionales asociadas a diferentes condiciones de salud. La nutrición no solo se enfoca en la alimentación como fuente de energía, sino también es útil para mejorar la calidad de vida de las personas. Para lograrlo, se requiere un enfoque que abarque aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales, así como la colaboración de un equipo interdisciplinario compuesto por médicos, nutriólogos, enfermeros y otros.

El estado nutricional de una persona influye directamente en la evolución de las enfermedades. Por ejemplo, la desnutrición y el sobrepeso o la obesidad son factores que complican la recuperación en casos de hospitalización, aumentando los costos y el tiempo que estará el paciente. Por otro lado, las enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares, están profundamente relacionadas con hábitos alimenticios poco saludables. La nutrición clínica busca intervenir en estos casos para prevenir complicaciones y mejorar la calidad de vida.

El trabajo del nutriólogo clínico es muy importante, ya que este es responsable de evaluar el estado nutricional del paciente, diseñar planes de alimentación específicos para la patología y trabajar con otros especialistas para lograr un resultado positivo.

### **Historia natural de la Enfermedad**

Un concepto clave dentro de la nutrición clínica es la “historia natural de la enfermedad”, que describe el proceso de desarrollo de una enfermedad desde su inicio hasta su resolución, con o sin intervención médica. Este proceso se divide en tres etapas principales:

1. Período prepatogénico: En esta fase, el individuo está aparentemente sano, pero hay una interacción entre factores de riesgo que podrían desencadenar la enfermedad. Estos factores incluyen el agente causal, el huésped y el medio ambiente, los cuales conforman la “triada ecológica”.
2. Período patogénico: Es cuando la enfermedad se manifiesta. Este período puede subdividirse en una fase subclínica, donde no hay síntomas visibles, y una fase clínica, donde los síntomas son evidentes. El manejo adecuado en esta etapa puede prevenir complicaciones graves o incluso la muerte.
3. Período post-patogénico: es el período donde se desenlaza la enfermedad que puede llegar a 3 escenarios: el primero es la recuperación que es posterior de la enfermedad pero que no causa ninguna secuela y alcanza un estado igual previo a la enfermedad; también consta de del estado crónico donde aquella enfermedad perdurará todo el tiempo, aunque esta será controlable pero no curable; y el tercero es la incapacidad o secuela que se trata en el agotamiento del tx y rehabilitación del paciente.

Este proceso ayuda a comprender la enfermedad y facilita el tratamiento, donde se ven los factores de riesgo, las causas y las consecuencias.

#### Niveles de prevención

Primario, que puede desarrollarse en el período prepatogénico en el cual hay actividades como la promoción a la salud (aspectos para mejorar la condición de salud y bienestar), prevención de la enfermedad (para disminuir la exposición a factores de riesgo; y la protección específica que consiste en medidas o acciones enfocadas a prevenir el desarrollo de una enfermedad.

#### **Evaluación nutricional**

La evaluación nutricional es un apoyo muy importante en la nutrición clínica, ya que ayuda a identificar problemas y realizar intervenciones con cada paciente. Este proceso se lleva a cabo mediante el método ABCD:

- Antropometría: Consiste en medir las dimensiones y composición corporal para detectar desequilibrios crónicos en energía y proteínas. Por ejemplo,

el índice de masa corporal (IMC) y la circunferencia de cintura son indicadores clave para evaluar el riesgo de enfermedades como la obesidad y el síndrome metabólico.

- **Bioquímica:** Incluye pruebas de laboratorio que evalúan los niveles de nutrientes, como vitaminas y minerales, así como marcadores de enfermedades relacionadas con la nutrición. Este método permite detectar deficiencias o excesos antes de que se presenten síntomas visibles.
- **Clínico:** Se enfoca en la revisión de antecedentes médicos, signos físicos y síntomas relacionados con el estado nutricional. También considera aspectos como la capacidad para digerir y absorber nutrientes.
- **Dietético:** Analiza los patrones de alimentación, incluyendo la calidad y cantidad de alimentos consumidos, así como las condiciones económicas, culturales y sociales que influyen en la dieta.

## **Elaboración de expedientes**

Un expediente clínico-nutriólogo es una herramienta de suma importancia para registrar y dar seguimiento al estado de salud del paciente. Este documento debe incluir información sobre antecedentes médicos, socioculturales y dietéticos, así como resultados de exploraciones físicas, mediciones antropométricas y pruebas de laboratorio. Una buena elaboración ayuda a detectar problemas de manera rápida y así establecer tratamientos efectivos.

Además, el expediente debe adaptarse a las características específicas del paciente, como su edad, su sexo, su condición de salud y lugar de consulta. La Norma Oficial Mexicana (NOM-174-SSA1-1998) establece que una evaluación nutricional debe incluir indicadores clínicos, dietéticos y antropométricos, así como preguntas sobre el estilo de vida como los hábitos. Esto asegura un buen plan alimenticio y calidad en la atención nutricional.

### **Importancia de la Nutrición Clínica**

En la actualidad, el mundo enfrenta retos nutricionales: por un lado, el aumento de enfermedades con el exceso de peso, como la obesidad; y por otro, la presencia de

problemas como la desnutrición y las deficiencias de micronutrientes. Ambas partes tienen un impacto en la calidad de vida de las personas y los sistemas de salud.

La nutrición clínica es clave para enfrentar estos problemas de manera completa y apoyada por estudios confiables. Esto no solo busca tratar enfermedades, sino también prevenirlas mediante la promoción de hábitos alimenticios saludables y la educación nutricional.

En conclusión, la nutrición clínica es de suma importancia en el manejo de la salud. Al comprender la historia natural de las enfermedades, implementar evaluaciones nutricionales efectivas y elaborar historiales clínicos de manera detallada, los nutriólogos pueden desempeñar un papel clave en la prevención y tratamiento de problemas de salud relacionados con la alimentación. Este enfoque multidisciplinario y personalizado es fundamental para enfrentar los desafíos de salud pública actuales y futuros.

## BIBLIOGRAFÍA

Universidad del sureste (2024). Antología de Prácticas clínicas 1 (pp 9-36). pdf

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/fadb78b85ae07e47bc cedac28d0c4e76-LC-LNU802%20PRACTICAS%20EN%20NUTRICION%20CLINICA%20I.pdf>