



Ensayo

Luis Rodrigo Cancino Castellanos

*Profesor: MENDEZ GUILLEN DANIELA
MONSERRATH*

Nutrición. 1 unidad

Introducción:

En la actualidad, la nutrición clínica constituye un pilar fundamental en el tratamiento de diversas enfermedades, así como en la promoción de la salud. Comprender los conceptos básicos de esta disciplina, como su definición, la historia natural de la enfermedad, la evaluación nutricional y la elaboración de expedientes, permite establecer estrategias efectivas para el manejo integral del paciente. Este ensayo aborda estos aspectos, argumentando su importancia en la práctica clínica.

Nutrición clínica es la rama de la nutrición enfocada en la prevención, diagnóstico y tratamiento de trastornos relacionados con la alimentación y el metabolismo. Según la Asociación Americana de Nutrición Clínica, esta disciplina busca no solo mejorar el estado de salud del paciente, sino también optimizar su calidad de vida mediante intervenciones nutricionales personalizadas. Es crucial reconocer que, en el ámbito clínico, la alimentación no se limita a ser un aspecto preventivo, sino que adquiere un rol terapéutico. Esto se evidencia en enfermedades como la diabetes mellitus o el síndrome metabólico, donde una dieta adecuada puede ser tan eficaz como los medicamentos.

Un punto de vista surge respecto a la percepción social y profesional sobre la nutrición clínica. En muchos entornos, esta se subestima o se considera secundaria frente a otros tratamientos médicos. Sin embargo, investigaciones recientes han demostrado que una intervención nutricional adecuada puede ser tan efectiva como los medicamentos en ciertas condiciones. Por ejemplo, en pacientes con insuficiencia cardíaca, la restricción de sodio y el control del peso pueden prevenir complicaciones severas. Esta evidencia respalda la idea de que la nutrición clínica no solo complementa, sino que amplifica los resultados del tratamiento médico.

La historia natural de la enfermedad describe el paso de una enfermedad desde su inicio hasta su final, ya sea con recuperación, cronicidad o muerte. Este concepto es esencial para entender en qué momentos específicos se pueden aplicar intervenciones nutricionales efectivas. Por ejemplo, en enfermedades crónicas como la obesidad o la diabetes mellitus tipo 2, las primeras etapas suelen ser silenciosas, lo que dificulta la detección temprana. Sin embargo, una

intervención a tiempo basada en cambios en la dieta y el estilo de vida puede modificar el curso de estas patologías y reducir significativamente las complicaciones asociadas.

La importancia de este enfoque se refleja también en enfermedades cardiovasculares. La aterosclerosis, por ejemplo, es un proceso lento que puede iniciar desde edades tempranas debido a una dieta rica en grasas saturadas y trans. Si bien los efectos clínicos pueden no ser evidentes hasta la adultez, la implementación de una dieta balanceada desde etapas tempranas puede prevenir la aparición de eventos graves como infartos o accidentes cerebrovasculares.

Una manera de prevenir esto es la evaluación nutricional el cual es un proceso crítico para determinar el estado de salud de un paciente en relación con su alimentación. Este procedimiento incluye varias etapas: la evaluación antropométrica (peso, talla, composición corporal), la revisión bioquímica (niveles de glucosa, lípidos, entre otros), el análisis dietético (hábitos alimenticios) y la valoración clínica. Estas herramientas permiten a los profesionales identificar deficiencias o excesos nutricionales, así como riesgos asociados a determinadas condiciones de salud.

La clave sobre la importancia de la evaluación nutricional es que no solo detecta problemas nutricionales, sino que también ayuda a establecer estrategias de intervención personalizadas. Por ejemplo, en pacientes hospitalizados, la desnutrición puede pasar desapercibida sin una evaluación adecuada, lo que impacta negativamente en la recuperación y prolonga las estancias hospitalarias. Según un estudio de Clinical Nutrition, más del 30% de los pacientes hospitalizados presentan algún grado de desnutrición, lo que resalta la necesidad de implementar evaluaciones sistemáticas.

Asimismo, la evaluación nutricional permite monitorear la efectividad de las intervenciones implementadas.

Para esto utilizaremos para guiarnos expedientes clínicos los cuales son documentos o más bien expedientes que incluye información detallada sobre el estado nutricional del paciente, sus antecedentes clínicos, los diagnósticos establecidos, las estrategias de intervención y los seguimientos realizados. Este documento no solo sirve como un registro formal, sino que también es una herramienta para la continuidad de los cuidados y la evaluación del progreso del paciente.

La falta de registros precisos puede generar errores en el tratamiento, afectando tanto al paciente como al equipo de salud.

Conclusión

La nutrición clínica es una disciplina multifacética que desempeña un papel fundamental en el manejo integral del paciente. Conceptos como la historia natural de la enfermedad, la evaluación nutricional y la elaboración de expedientes son pilares esenciales para garantizar una atención de calidad. Ignorar la importancia de estos elementos puede limitar el alcance de las intervenciones y comprometer la salud de los pacientes. Por el contrario, su correcta aplicación no solo mejora los resultados clínicos, sino que también optimiza la relación costo-efectividad en el cuidado de la salud.

Bibliografía

(N.d.-a). Sefh.Es. Retrieved January 25, 2025, from https://gruposdetrabajo.sefh.es/gefp/images/stories/documentos/4-ATENCION-FARMACEUTICA/Nutricion/Manual_basico_N_clinica_y_Dietetica_Valencia_2012.pdf

(N.d.-b). Com.Mx. Retrieved January 25, 2025, from <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/fadb78b85ae07e47bccedac28d0c4e76-LC-LNU802%20PRACTICAS%20EN%20NUTRICION%20CLINICA%20I.pdf>