



**Mi Universidad**

## **Nutrición clínica.**

*Nombre de la alumna: Jimena Maldonado Marín.*

*Ensayo.*

*Cuatrimestre: 8°*

*Prácticas de nutrición clínica.*

*Fecha: 25 de enero del 2025*

*Profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen.*

## NUTRICIÓN CLÍNICA.

La nutrición clínica es una disciplina fundamental en el cuidado de la salud, ya que se enfoca en la relación entre los alimentos y el bienestar de las personas, especialmente en situaciones de enfermedad. A través de herramientas como la evaluación nutricional y la elaboración de expedientes, busca mejorar la calidad de vida de los pacientes. En este ensayo, se explorarán conceptos clave como la definición de nutrición clínica, la historia natural de la enfermedad, la evaluación nutricional y la importancia de los expedientes en el contexto clínico.

La nutrición clínica se define como la rama de la nutrición que se centra en la prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades relacionadas con la alimentación. Esta disciplina utiliza conocimientos científicos para crear planes alimenticios personalizados que ayudan a mejorar el estado de salud de los pacientes. Su objetivo principal es proporcionar una dieta adecuada que se adapte a las necesidades específicas de cada persona, ya sea para tratar una enfermedad crónica, una condición aguda o para prevenir complicaciones futuras.

La nutrición se encarga de dar consejos para prevenir la aparición de enfermedades vinculadas a una alimentación inadecuada y si estas ya están presentes da consejos de cómo llevar un tratamiento contra las patologías.

En la nutrición encontramos términos como: dietoterapia (tratamiento para px con alguna patología) y dietología (dirigida a una población sana que sólo busca cuidar su alimentación y salud)

Dentro de la explicación de las distintas enfermedades encontramos a la historia natural de la enfermedad describe el desarrollo de una enfermedad desde su inicio hasta su resolución, ya sea por recuperación, cronicidad o fallecimiento. Este proceso tiene varias etapas:

1. Período prepatogénico: Antes de que aparezca la enfermedad, los factores de riesgo como una mala alimentación o un estilo de vida poco saludable pueden predisponer a la persona a enfermarse.
2. Período patogénico: Aquí comienzan a manifestarse los primeros signos y síntomas. Sin un tratamiento adecuado, la enfermedad puede progresar a una etapa más grave.
3. Período postpatogénico: Puede ser la recuperación, la cronicidad o incluso la muerte. La nutrición juega un papel importante en todas las etapas, ya que puede prevenir enfermedades y mejorar los resultados en el tratamiento.

Y dentro de este podemos encontrar a la triada ecológica, la cual nos explica que hay un agente (virus), huésped (ser humano) y medio ambiente (factores por los que se desarrolla). También nos habla de una prevención primaria, secundaria y terciaria las cuales se desarrollan desde el período prepatogénico hasta el postpatogénico.

Por otro lado la evaluación nutricional es un proceso clave en la nutrición clínica. Consiste en analizar el estado de salud de una persona para identificar problemas relacionados con la alimentación. Para ello, se utilizan herramientas como:

Historial clínico: Revisión de antecedentes médicos y dietéticos.

Antropometría: Medición del peso, talla y composición corporal.

Bioquímica: Análisis de sangre para evaluar niveles de nutrientes.

Evaluación dietética: Revisión de los hábitos alimenticios y consumo diario de alimentos.

Este proceso permite al nutriólogo diseñar planes de alimentación que se ajusten a las necesidades del paciente, promoviendo su recuperación o mejora.

La elaboración de expedientes es un componente esencial del trabajo en nutrición clínica. Un expediente contiene toda la información relevante del paciente, incluyendo sus antecedentes médicos, análisis nutricionales, planes alimenticios y evolución en el tratamiento. Este documento no solo organiza los datos del paciente, sino que también sirve como guía para evaluar los avances y realizar ajustes en el plan de nutrición. Además, es una herramienta legal y ética que garantiza la calidad del servicio brindado.

Un expediente clínico debe contener la historia clínico-nutriológica de un paciente que incluye antecedentes médicos, socioculturales y dietéticos, además de exploración física, mediciones antropométricas y pruebas de laboratorio del paciente. Esta información resulta de gran utilidad, pues al detectarse algún trastorno del estado de nutrición será posible corregir los problemas mediante un tratamiento oportuno o prevenir enfermedades futuras.

## **CONCLUSION.**

La nutrición clínica es un pilar fundamental en el cuidado de la salud, ya que ayuda a prevenir y tratar enfermedades a través de la alimentación. La comprensión de la historia natural de la enfermedad, junto con la evaluación nutricional y la elaboración de expedientes, permite a los profesionales de la salud ofrecer un tratamiento más personalizado y efectivo, también podemos darnos cuenta que tenemos grandes herramientas para poder comprender las distintas patologías, el como prevenirlas, tratarlas y que hacer en caso de que se necesite rehabilitación, por otro lado estas herramientas nos sirven para poder recabar la suficiente información y poder investigar y dar una solución certera.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

Universidad del sureste (UDS), antología para prácticas de nutrición clínica (2025).