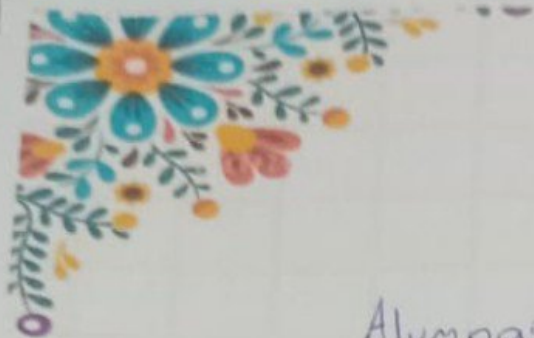




Presentación

Alumna: Cecilia Yaretzy Pérez Argueta

Tema: Alimentación normal

Parcial: IV

Nombre de la materia: Nutrición clínica

Profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Licenciatura: Enfermería

Tercer cuatrimestre



Enfermedades Cardiovasculares

Definición

Son un grupo de enfermedades que involucran al corazón y al sistema circulatorio en general. A menudo se desarrollan gradualmente, con el tiempo, sin causar síntomas notables al principio.

Signos de estas enfermedades

- Dolor torácico agudo
- Disnea
- Fatiga
- Mareos
- Palpitaciones
- Edema periférico
- Dolor en la extremidad superior
- Cianosis
- Palidez
- Diaforesis
- Taquicardia o bradicardia
- Ingurgitación yugular
- Ruidos cardíacos anormales
- Presión arterial anormal
- Fatiga o intolerancia al ejercicio.

Síntomas

- Dolor torácico
- Disnea
- Palpitaciones
- Mareo o vertigo
- Fatiga o debilidad
- Náuseas o malestar gástrico
- Ansiedad o sensación de muerte
- Ortopnea
- Nicturia
- Claudicación intermitente.

Etiología

- Hipertensión arterial
- Dislipidemia
- Tabaquismo
- Diabetes mellitus
- Obesidad y sobre peso
- Sedentarismo
- Estrés crónico

Fisiopatología del corazón

- Vena cava: transporta sangre desoxigenada que ya ha circulado por el cuerpo hacia el corazón.
- Aurícula derecha: recibe del cuerpo y la impulsa hacia el ventrículo derecho.
- Ventrículo derecho: recibe la sangre desoxigenada de la aurícula derecha y bombea hacia los pulmones a través de la arteria pulmonar.
- Arteria aorta: lleva la sangre rica en oxígeno desde el ventrículo izquierdo a todo el cuerpo.
- Arteria pulmonar: transporta la sangre desoxigenada desde el ventrículo derecho a los pulmones.
- Venas pulmonares: llevan la sangre oxigenada desde los pulmones de vuelta al corazón, a la aurícula derecha.
- Aurícula izquierda: recibe la sangre oxigenada de los pulmones y la impulsa hacia el ventrículo izquierdo.
- Válvulas auriculoventriculares: mitral y tricúspide: permiten el flujo de la sangre entre las aurículas y ventrículos, evitando el reflujo.
- Ventrículo izquierdo: recibe la sangre oxigenada de la aurícula izquierda y la bombea con fuerza hacia la aorta para distribuirla por todo el cuerpo.
- Miocardio: es el músculo cardíaco responsable de la contracción y la relajación del corazón para bombear la sangre.

Etiología de la enfermedad

- Factores genéticos y hereditarios
- Hipertensión arterial
- Hiperlipidemia (colesterol y triglicéridos altos).
- Diabetes mellitus
- Tabaquismo
- Obesidad y sobrepeso
- Sedentarismo
- Estrés crónico
- Consumo excesivo de alcohol
- Alimentación inadecuada
- Envejecimiento

Alternativas para las enfermedades

Cambios en el estilo de vida:

- Dieta saludable
- Ejercicio regular
- Control de peso
- Dejar de fumar
- Control del estrés
- Reducir el consumo de alcohol
- Control de la presión arterial, el colesterol y el azúcar en sangre.
- Medicamentos: aspirina, medicamentos que modifican el colesterol, betabloqueadores.

Pruebas de laboratorio:

- Análisis de sangre
- Biometría hemática
- Perfil bioquímico 24
- Proteína C reactiva ultrasensible (PCR).

Pruebas de imagen:

- Electrocardiograma (ECG o EKG)
- Ecocardiograma
- Radiografía de tórax
- Tomografía computarizada (TC)

- Resonancia magnética (RM).
- Angiografía coronaria
- Cateterismo cardíaco

El Haz de Hiss

Es una estructura clave en el sistema de la conducción eléctrica del corazón. Es un conjunto de fibras musculares especiales que transmiten los impulsos eléctricos desde el nodo aurículoventricular hacia los ventrículos.

Estudios generales

¿Cuáles son?

¿Cómo funcionan?

- Electrocardiograma: mide la actividad eléctrica del corazón, detectando arritmias, infartos e insuficiencia cardíaca.
- Ecocardiograma: utiliza ultrasonido para crear imágenes del corazón, evaluando su tamaño, forma y función de las válvulas y cámaras.
- Prueba de estrés: evalúa el funcionamiento del corazón durante el ejercicio.
- Angiografía coronaria: se utiliza rayos X para visualizar los vasos sanguíneos del corazón, identificando bloqueos o estrechamientos.
- Análisis de sangre: evalúa niveles de colesterol, triglicéridos y otros marcadores que pueden indicar riesgo cardiovascular.
- Tomografía computarizada del corazón: utiliza rayos X para crear imágenes detalladas del corazón y vasos sanguíneos, detectando anomalías.
- Resonancia magnética: proporciona imágenes detalladas del corazón y vasos sanguíneos, útil para evaluar la función cardíaca y detectar enfermedades.

Tipos de enfermedades cardiovasculares

- Cardiopatía isquémica
- Insuficiencia cardíaca
- Arritmias cardíacas
- Cardiopatías congénitas
- Miocardiopatías
- Enfermedades cerebrovasculares
- Enfermedades valvulares
- Cardiopatía coronaria
- Arteriopatía periférica
- Arritmias

Enfermedad renal

Signos

Definición

Conocida como enfermedad renal, de los riñones o nefropatía, se refiere a cualquier condición que afecte el funcionamiento normal de los riñones.

Signos tempranos:

- Edema
- Fatiga
- Dolor lumbar
- Alteraciones en la diuresis

Signos avanzados:

- Náuseas y vómitos
- Falta de apetito
- Insomnio
- Disnea
- Alteraciones del estado mental
- Confusión mental

Signos de emergencia:

- Dolor torácico
- Convulsiones
- Pérdida de conciencia

Síntomas

Síntomas iniciales:

- Fatiga
- Debilidad
- Edema
- Proteinuria
- Oliguria

Síntomas avanzados

- Edema generalizado
- Disnea
- Hipertensión arterial
- Proteinuria
- Encefalopatía
- Oliguria o anuria

Etiología

Diabetes: la diabetes no controlada puede dañar los riñones y causar enfermedad renal crónica.

Hipertensión: la presión arterial alta puede dañar los riñones.

Glomerulonefritis: inflamación de los glomerulos.

Nefritis intersticial: inflamación del tejido intersticial de los riñones.

Enfermedades genéticas: como poliquistosis renal.

Obstrucción del flujo urinario: causada por cálculos renales o tumores.

Infecciones del tracto urinario.

Proceso glomerular

El proceso glomerular es el primer paso en la formación de la orina, donde la sangre se filtra en el glomérulo renal. La presión arterial empuja el líquido y solutos pequeños (agua, glucosa, aminoácidos, desechos) desde los capilares hacia la capsula de Bowman, mientras que las células sanguíneas y proteínas grandes permanecen en el torrente sanguíneo debido a la membrana de filtración.

Llegada de la sangre: la sangre necesita ser filtrada llegada al glomérulo a través de la arteriola aferente.

Presión sanguínea: dentro del glomérulo, la arteriola aferente tiene un diámetro mayor que la arteriola eferente, lo que crea una alta presión hidrostática dentro de los capilares glomerulares.

Membrana de filtración: el plasma sanguíneo es forzado a través de una estructura especializada llamada membrana de filtración.

Formación del filtrado: a medida que el plasma atraviesa la membrana de filtración, el filtrado glomerular se forma, este filtrado contiene agua, sales, glucosa, aminoácidos, urea, creatinina y otros solutos pequeños. Las proteínas grandes y las células sanguíneas debido a su tamaño o carga, no pueden pasar y permanecen en la sangre.

Tipos de enfermedades renales

Enfermedades glomerulares:

- Síndrome nefrótico
- Nefropatía
- Glomerulonefritis crónica
- Glomerulonefritis aguda

Enfermedades tubulointersticiales:

- Nefritis intersticial crónica
- Nefritis intersticial aguda

Enfermedad renal crónica

Enfermedades quísticas del riñón:

- Riñón multiquístico
- Quistes simples

Infecciones renales

Enfermedades vasculares renales

Enfermedades tumorales

Estudios generales

- Pruebas de sangre

- Creatinina sérica: mide la función de filtración de los riñones.
- Nitrogeno ureico en sangre: indica la cantidad de productos de desecho en la sangre, que los riñones deben eliminar.
- Índice de filtración glomerular: evalúa la velocidad con la que los riñones filtran la sangre.

- Pruebas de orina

- Análisis de orina: busca la presencia de proteínas.

Alternativas de la enfermedad

Dieta y nutrición: dieta baja en proteínas, sodio y fósforo, reduce la carga en los riñones.

Suplementos: Omega-3 y la vitamina D, reducen la inflamación y mejora la función renal.

Herbolaria: hierbas como la ortiga y la raíz de diente de león, mejoran la función renal.

Terapia de aguja: reduce la carga en los riñones y mejora la función renal.

Ejercicio: mejora la función renal y reduce el riesgo de enfermedad renal.

Reducción de estrés: meditación, yoga reduce la inflamación y mejora la función renal.

- Examen de orina para detectar piedras: ayuda a identificar los tipos de piedras en los riñones.

- Pruebas de imagen

- Tomografía computarizada: puede revelar problemas estructurales en los riñones o en las vías urinarias.
- Ecografía: permite visualizar los riñones y detectar anomalías.
- Gammagrafía renal: evalúa la función del riñón.

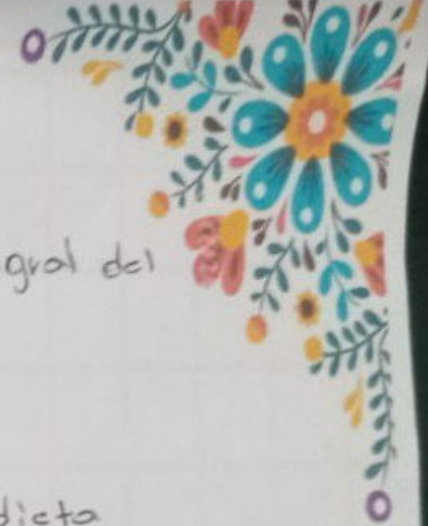
Cuidados de enfermería, enfermedades cardiovasculares

Se centra en la prevención, tratamiento y educación al paciente

- Monitorización de signos vitales, arritmia, ritmo cardíaco, peso diario.
- Administración de medicamentos
 - Fármacos antihipertensivos
 - Antiagregantes
 - Diuréticos
- Educación al paciente
 - Estilo de vida saludable
 - Manejo del estrés y técnicas de relajación.
- Apoyo emocional
- Intervenciones específicas
 - Cuidado de la piel
 - Prevención de estreñimiento

Cuidados de enfermería, enfermedades renales

- Valoración integral del paciente

- Signos vitales
 - Balance hídrico
 - Peso diario
 - Control de la dieta
 - Administración de medicamentos
 - Verificar niveles de creatinina y urea.
 - Educación al paciente
 - Evaluación de la piel y edemas.
- 

Dieta para paciente con enfermedad cardiovascular

Desayuno:

- * Avena cocida con frutas frescas (fresas, plátano) y un poco de miel.
- * 1 taza de leche descremada o leche de almendras
- * 1 rebanada de pan integral tostado con un poco de aceite de oliva.

Merienda:

- * 1 manzana mediana
- * 1 cucharada de crema de mani baja en grasa.

Comida:

- * Pollo a la plancha con verduras al vapor (brocoli, zanahorias).
- * 1 taza de arroz integral cocido
- * 1 taza de ensalada de lechuga, tomate, pepino.

Merienda:

- * 1 yogurt bajo en grasa con frutas frescas (fresas, kiwi)
- * 1 galleta integral baja en sodio

Cena:

- * 1 taza de quinoa cocida
- * 1 taza de espinacos frescos con aceite de oliva.

Dieta para paciente con enfermedad renal

Desayuno:

- * Avena cocida con frutos frescos (manzana, fresa) y un poco de miel.
- * 1 taza de leche descremada.
- * 1 rebanada de pan integral tostado con un poco de mantequilla baja en grasa.

Merienda:

- * 1 manzana mediana
- * 1 cucharada de crema de mani baja en grasa

Comida:

- * Pollo a la plancha con verduras al vapor (lechugas, zanahorias, brocoli).
- * 1 taza de arroz integral cocido

Merienda:

- * 1 yogurt bajo en grasa con frutas frescas (fresas, kiwi sin semillas)
- * Galletas integrales.

Cena:

- * Pescado al horno con verduras asadas (calabacín, pimiento rojo).

Bibliografía

[Https://medlineplus.gov](https://medlineplus.gov)

[Https://mayoclinic](https://mayoclinic)

[Https://PAHO](https://PAHO)

[Https://Argentina.gob.ar](https://Argentina.gob.ar)

[Https://ncbi.nlm.nih.gov](https://ncbi.nlm.nih.gov)

[Https://www.niddk.nih.gov](https://www.niddk.nih.gov)