

UDS

Mi universidad

Docente

Karla Jaqueline Flores Aguilar

Alumno

Jeniffer Lizbeth Cruz Gómez

Tema: ALIMENTACIÓN NORMAL

Materia Nutrición Clínica

Carrera Licenciatura en Enfermería

Cuarta Unidad

Comitón de Dominguez. Chis. a 26/07/25

INTRODUCCIÓN

En este trabajo se hablara sobre las enfermedades venales y cardiovasculares las cuales son 2 principales problemas que afectan nuestra salud y la de demas personas. En este trabajo se exploraran los signos y sintomas, etiología y fisiopatología, por ello es muy importante conocer un poco más sobre las enfermedades, ya que al tener un previo conocimiento se pueden prevenir estas enfermedades y podemos evitarnos daños y evitar la muerte. Espero que este trabajo este bien completo.

Definición { Son un conjunto de trastornos que afectan el corazón y los vasos sanguíneos.

{ Incluye condiciones como la cardiopatía isquémica entre otras

Signos y Síntomas.

Dolor en el pecho

{ Puede ser un signo de angina o de infarto

Dificultad para respirar

{ Especialmente para realizar act. física

Fatiga inusual

{ Sensación de cansancio sin razón aparente

Hinchazón en piernas y abdomen

{ Puede indicar retención de líquidos

Fisiopatología

Aterosclerosis

{ Acumulación de placas en las arterias que reduce el flujo sanguíneo

ENFERMEDADES

Fisiopatología

Inflamación

Que contribuye a la progresión de enfermedades arteriales

Disfunción endotelial

Alteraciones en la función del endotelio vascular, aumentando la resistencia.

CARDIOVASCULARES

Fisiopatología CORAZÓN

Aurículas

Derecha: Recibe sangre desoxigenada a través de la vena cava superior e inferior
Izquierda: Recibe sangre oxigenada

Ventriculo derecho

Bombee sangre desoxigenada hacia los pulmones a través de la arteria pulmonar

Ventriculo izquierdo

Bombee sangre oxigenada al cuerpo por la aorta

Valvulas

Tricuspide, Pulmonar, Mitral y Aortica

Septum

Pared que separa el corazón en dos mitades derecha e izquierda.

Fisiopatología

Circulación menor: Lleva sangre desoxigenada del corazón a los pulmones para oxigenarse y regresar sangre oxigenada al corazón.
Circulación mayor Lleva sangre oxigenada del corazón a todo el cuerpo

Etiología

Los factores que contribuyen a las ECU

- Hipertensión arterial, Diabetes, Tabaquismo, Obesidad, Sedentarismo.

Factores no modificables Edad, Género, Historia familiar de enfermedades

Fisiopatología

Haz de Híz

Conjunto de fibras musculares que transmiten los impulsos eléctricos desde el nodo Auriculoventricular (AV) hacia los ventrículos.

Ubicación

Se encuentra en el tabique interventricular, justo después del nodo auriculoventricular

ENTRADA

Estudios en general

Electrocardiograma

{ Registra la actividad eléctrica del corazón para detectar arritmias o infartos.

Ecocardiograma

{ Ultrasonido que muestra la estructura y función del corazón.

Angiografía coronaria

{ Radiografía con contraste para visualizar las arterias coronarias y detectar obstrucciones

Perfil lipídico

{ Análisis de sangre que mide colesterol y triglicéridos, factores de riesgo cardiovascular

Soluciones alternativas

Dieta saludable

{ Limitar el consumo de sal y grasas saturadas

Actividad física

{ Actividades como caminar, nadar o practicar yoga.

Control del estrés

{ Técnicas de meditación como respiración profunda o tai chi

Evitar tóxicos

{ No fumar y limitar el consumo de alcohol

CARDIOVASCULARES

CUIDADOS DE ENFERMERIA

1. Monitoreo de signos vitales Controlar la presión arterial, FC y SOp2.
2. Evaluación del dolor
3. Educación del paciente
4. Control de líquidos
5. Promoción de actividad física
6. Cuidado de la piel
7. Administración de medicamentos
8. Control del peso
9. Dieta adecuado
10. Soporte emocional.

Alimentos Recomendados	Porciones Díarias / semanales	Alimentos a Reducir
Frutas: Manzanas, Plátanos, Blueberry	2 - 4 porciones al día	Grasas saturadas
Verduras: Espinacas Brocoli, Zanahorias	3 - 5 porciones al día	Azúcares añadidos (dulces y refrescos)
Cereales integrales Avena, quinoa Arroz integral	6 - 8 porciones al día	Alimentos procesados y enlatados
Frutos secos y semillas	30 g al día	Aceites saturados y trans.

Definición

Enfermedad que se caracteriza por la pérdida de la función renal, donde los riñones no pueden filtrar desechos y exceso de agua.

Signos y Síntomas

- Fatiga y debilidad
- Edema en piernas, tobillos y pies.
- Aumento de Presión arterial
- Náuseas y vómitos
- Dolor en la zona lumbar
- Anemia.

Fisiopatología

Filtración glomerular Proceso mediante cual los riñones filtran sangre para formar orina.

Función

- La sangre entra al glomerulo por la arteriola eferente, de ahí la
- La presión hidrostática empuja el plasma a través de la membrana de filtración glomerular que actúa como un tamiz

ENFERMEDAD RENAL

Funcion

Se filtran agua, electrolitos, glucosa, aminoácidos y productos de desecho como la urea y creatinina.

Etiología

- Diabetes mellitus, Hipertensión arterial
- Enfermedades autoinmunitarias (como lúpulo)
- Infecciones renales recurrentes.
- Obstrucción del tracto urinario
- Cálculos renales

Estudios en general.

Análisis de sangre

Creatinina

Mide el nivel de creatinina en sangre. Mujeres

0.6 - 1.1 mg/dl y

Hombres 0.7 - 1.3 mg/dl

Análisis de orina

Detecta la presencia de proteínas, sangre o sustancias anormales.

Ecografía renal

Imágenes que permiten evaluar forma y tamaño u obstrucciones en los riñones

E
N
F
E
R
M
E
D
A
D
R
E
N
A
L

Estudios

Biopsia renal

Se extrae una muestra de tejido renal para analizar enfermedades específicas o daño

Tomografía Computarizada

Proporciona imágenes detalladas de los riñones para identificar tumores o lesiones

Soluciones alternativas

- Dieta baja en sodio y proteínas
- Ejercicio moderado
- Control del estrés
- Suplementos naturales bajo supervisión médica
- Hidratación adecuada.

Cuidados de enfermería

1. Monitorear signos vitales regularmente
2. Evaluar el equilibrio hídrico del paciente
3. Educar al paciente sobre la dieta adecuada
4. Actividad física adaptada a su condición
5. Administrar medicamentos según indicaciones
6. Fomentar el seguimiento de medicamentos
7. Controlar el nivel de glucosa.
8. Prevenir infecciones mediante higiene adecuada
9. Realizar evaluaciones periódicas de laboratorio
10. Proporcionar apoyo emocional.

Categoría	Alimentos permitidos	Porciones sugeridas al día	Alimentos Prohibidos
Frutas	Manzana Pera Sandía	2-3 porciones al día	Platano Kiwi
Verduras	Pepino Zanahoria Berenjena	2-3	Espinaco Brocoli
Proteínas	Pollo Pescado (sin sal) Huevos	1-2	Carnes rojas
Cereales	Arroz Avena	6-8	Pan blanco
Lácteos	Lácteos y sus derivados bajo en grasa	1-2	Lácteos enteros
Grasas	Aceite de oliva y aguacate	Usar con moderación	Mantequilla y grasas
Bebidas	Agua y té sin cafeína	Hidratación adecuada	Bebidas y grasas.

BIBLIOGRAFIA

- Medical News Today
- Mayo Clinic.
- Glob. m*
- Libro de Anatomia y fisiologia
- Nutricional, medic
- Centro salud vital
- Insuficiencia renal cronica - Meditip
- Samiuc.