

UDS

Nombre del alumno: Lucerito de los Ángeles Pérez Hernández.

Nombre del tema: Alimentación normal.

Nombre de la materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la licenciatura: Enfermería General

Parcial: Cuarto parcial

Cuatrimestre: Tercer cuatrimestre.

→ INTRODUCCIÓN

* La enfermedad cardiovascular, es una enfermedad que afecta a los vasos sanguíneos y el riesgo de dicha enfermedad puede ser el consumo de sustancias tóxicas, o una mala alimentación.

* La enfermedad renal según la OMS es la pérdida permanente de los riñones, ya que no pueden eliminar los desechos y el agua adicional de la sangre.

En este trabajo comprenderemos cada una de las enfermedades ya mencionadas, cada una con los signos y síntomas que puede llegar a tener el paciente, como también la fisiopatología y la etiología, ya que esto es muy importante para comprender.

En este trabajo también conoceremos los estudios generales, un ejemplo de la enfermedad cardiovascular es el electrocardiograma que su función es recopilar información para mostrar en su gráfico la detección de irregularidades del ritmo cardíaco.

Por lo tanto también encontraremos soluciones alternativas, es importante saber como actúa enfermería en diferentes situaciones (enfermedades), y como el paciente debe de tener diferentes dietas, ya que la alimentación influye demasiado para tener un buen estado de salud, o bien, para mejorar su salud.

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Definición

Tipo de enfermedad que afecta el corazón a los vasos sanguíneos

El riesgo de ciertas enfermedades cardiovasculares, aumenta por el consumo de productos del tabaco.

Signos y síntomas

- Dolor torácico
- Problemas respiratorios
- Fatiga inexplicable
- Indigestión
- Náuseas

- Dolor de piernas
- Dolor de caderas
- Dolor en el brazo
- Dolor de mandíbula
- Mareos
- Aturdimiento
- Inflamación de las extremidades inferiores

Fisiopatología

Difusión sistólica

A medida que se dilata la cavidad ventricular, aumenta el volumen residual sistólico, y éste hace que se requiera de mayor presión de llenado ventricular.

Bombeo: Contracción y eyección.

Difusión diastólica

La diástole ventricular esta fase del ciclo cardíaco que ocurre la relajación de las fibras miocárdicas

Bombeo: Relajación y llenado.

Fisiopatología (Partes del corazón y función).

Aurículas

Cavidades superiores del corazón, la ~~AD~~ derecha recibe sangre desoxigenada de la vena cava superior e inferior y la envía al VD.

Ventriculos

Cavidades inferiores del corazón, mas musculares que las aurículas. El VD bombea sangre desoxigenada hacia los pulmones a través de la arteria pulmonar.

Válvulas

Son estructuras que aseguran que la sangre fluya en una sola dirección a través del corazón. Las válvulas auriculoventriculares (tricúspide y mitral) se abren para permitir el flujo de sangre de las aurículas a los ventrículos.

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Fisiopatología

Músculo cardíaco (miocardio)

Es la capa muscular del corazón que se contrae para bombear la sangre.
* La contracción coordinada para las células musculares cardíacas, mediada por impulsos eléctricos.

Sistema de conducción

Un sistema especializado de células y tejidos que genera y transmite los impulsos eléctricos que coordinan la contracción del corazón

Haz de His

Mide la actividad eléctrica de una parte del corazón que transporta las señales que controlan el tiempo entre los latidos cardíacos.

El **Haz de His** llega a la punta del corazón y se ramifica para ascender a través de la pared de los ventrículos formando las **Fibras de Purkinje**, llegando de esta manera los impulsos de contracción a los ventrículos.

Etiología

Se refiere a las causas y factores que contribuyen al desarrollo de enfermedades del corazón y los vasos sanguíneos.

Factores de riesgo y causas principales.

- Aterosclerosis: Acomulación de grasa en las paredes arteriales
- Factores de estilo de vida
- Enfermedades como:
 - Hipertensión, diabetes, obesidad y
 - Colesterol alto

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Estudios generales

Electrocardiograma (ECG).

Se realiza colocando electrodos en la piel del pecho, brazo, piernas estos capturan las señales eléctricas generadas por los latidos del corazón

La información recopilada se muestra en un gráfico que los médicos analizan para detectar irregularidades del ritmo cardiaco.

Nota: La señal eléctrica que registra el ECG es muy pequeña, en el rango de $0.5 - 2 \text{ mV}$.

Ecocardiograma

Mediante el uso de ultrasonido, crea imágenes del corazón en movimiento

Permite evaluar el trabajo de las arterias, el tamaño y la fuerza del corazón, midiendo la velocidad y dirección de la sangre bombeada

Angiografía coronaria

Hace posible visualizar arterias coronarias, detectando posibles obstrucciones o estrechamiento.

Prueba de esfuerzo

También se le conoce como ergometría y se utiliza para evaluar el funcionamiento del corazón sometido a actividad física.

Análisis de sangre

Es para medir niveles del colesterol, triglicéridos, glucosa, que pueden indicar riesgo cardiovascular.

Radiografía de tórax

Permite visualizar el tamaño y forma del corazón y los pulmones, buscando signos de insuficiencia cardiaca o problemas pulmonares.

ESTUDIOS

GENERALES

ENFERMEADES CARDIOVASCULARES

Soluciones alternativas

Marcapaso

Si la causa de los latidos lentos no tienen cura podría ser necesario colocar un marcapaso. Es un pequeño dispositivo que se coloca en el pecho para ayudar a controlar los latidos.

Voltaje: 2,8V

Desfibrilador cardioversor implantable

* Este tipo de dispositivo se coloca debajo de la piel, cerca de la clavícula y monitorea la F.C. continuamente

Si el dispositivo identifica latidos cardíacos irregulares, envía descargas eléctricas de baja o alta energía para establecer el ritmo cardíaco.

Abación con catéter

En este procedimiento el médico inserta uno o más catéteres por los vasos sanguíneos, hasta el corazón

Cuidados iniciales

Cuidados de enfermería

- El paciente ha de estar en posición cómoda
- Monitorizar al paciente para detectar los posibles arritmias
- Monitorizar signos vitales
- Favorecer el reposo del paciente
- Cambiar de postura para la prevención de úlceras

Cuidados críticos

- Colocarlo en posición Fowler
- Monitorizar signos vitales
- Realizar un electrocardiograma
- Oxigenar al paciente
- Administrar el tratamiento adecuado
- Evitar el exceso de fluidos intravenosos
- Control de la diuresis
- Observación del nivel de conciencia
- Vigilancia de posibles reacciones adversas
- Educación al paciente
- Prevención de infecciones
- Cuidados de dispositivos

→ DIETA ENF. CARDIOVASCULAR

Cantidades equivalentes a 1 ración	Adulto	Niños hasta 12 años
Carnes magras, aves	100-25 gr	50-85 gr
Pescado y mariscos	125-150 gr	50-85 gr
Huevos	53-63 gr.	53-63 gr
Patatas	150-200 gr	80-150 gr
Legumbres	60-80 gr	30-50 gr
Pan	40-60 gr	20-25 gr
Arroz, pasta	60-80 gr	40-70 gr
Fruta	100-200 gr	80-180 gr
Verdura	150-200 gr	80-180 gr
Queso / yogures	80-125 gr	60-100 gr.
Leche	200-250 ml (1 vaso).	200-250 ml (1 vaso)
Frutos secos	20-30 gr.	20-30 gr.
- Dulces - Carnes rojas - Embutidos	Consumo esporádico.	

ENFERMEDADES

Definición

Afección en la cual los riñones dejan de funcionar y no pueden eliminar los desperdicios y el agua adicional de la sangre

Según la OMS

La pérdida permanente de las funciones de los riñones, este trastorno ocurre como consecuencia de diversas enfermedades crónicas como la diabetes mellitus y la hipertensión arterial.

Signos

E.R.C

- Orina espumosa: proteinuria
- Edema: por ejemplo una leve hinchazón en las manos, pies o los tobillos.
- P.A. alta

E.R.C. Avanzada

Orina espumosa de color anormal

P.A. alta

Resultados anormales de los análisis clínicos: cifras altas o bajas.

Síntomas

- Cansancio mayor de lo normal (fatiga).
- Alteraciones de la emisión de orina

- Náuseas y vómitos
- Pérdida de apetito
- Picazón persistente
- Disnea
- Edema severo
- Producción de menos orina
- Fatiga y falta de esfuerzo
- Dificultad para dormir

RENAL

ENFERMEDAD RENAL

FISIOPATOLOGIA

Es la pérdida de función renal, ya que afecta la capacidad del cuerpo para mantener el equilibrio para mantener el equilibrio, para mantener electrolitos de líquidos y eliminación de desechos.

Filtrado glomerular

Es el paso de líquidos desde el capilar glomerular a la nefrona por procedimientos exclusivamente físicos.

*** Composición del Filtrado**
El filtrado glomerular contiene agua, iones, glucosa, aminoácidos y desechos como urea y creatinina, pero no células sanguíneas ni proteínas.

Etiología

La diabetes y la presión arterial alta son las 2 causas más comunes y son responsables de la mayoría de los casos.

Mecanismos Comunes

- Hipertensión
- Diabetes
- Inflamación
- Estrés

Enfermedad ERC

- Se caracteriza por una disminución gradual y persistente de la función renal.
- Pérdida de nefronas
- Capacidad de concentrar y diluir la orina se ve afectada.

Proceso

*** Entrada de sangre**
La sangre ingresa al glomérulo a través de la arteriola aferente

*** Salida del filtrado**
Fluye hacia el tubo renal, donde continuará su procesamiento.

* Filtración

La presión hidrostática de la sangre empuja el líquido y los solutos a través de la membrana de filtración glomerular

* Salida de la sangre filtrada

Sale del glomérulo a través de la arteriola eferente y regresa al torrente sanguíneo.

Muchas otras enfermedades y afecciones pueden dañar a los riñones por ejemplo: Trastornos autoinmunitarios (como lupus eritematoso sistémico y esclerodermia).

ENFERMEDAD RENAL

Estudios Generales

Análisis de sangre
Ayudan a diagnosticar la enfermedad renal midiendo parámetros.

Análisis de la filtración glomerular estimada.

Es una cifra que se calcula a partir del dato de creatinina sanguínea, la edad y el sexo de la persona.

Análisis de la creatinina sérica

Un análisis de sangre que mide la cantidad de creatinina que presente en la sangre, indica que tan bien funcionan los riñones.

Análisis de orina

Examina una pequeña cantidad de orina en busca de enfermedad renal

Estudios radiológicos

Se buscan alteraciones físicas de los riñones.

Soluciones alternativas

Hemodiálisis

Requiere que visite un centro de diálisis 3 veces por semana. Se utiliza una máquina para filtrar la sangre y eliminar las toxinas de los riñones

Hemodiálisis domiciliar (HHD)

Funciona igual que la hemodialisis en el centro, ya que utiliza un filtro externo para eliminar las toxinas del cuerpo

Diálisis peritoneal

Un tratamiento sin agujas que se realiza en casa y que utiliza el revestimiento del abdomen para filtrar los desechos de la sangre.

Cuidados de enfermería

- Monitorizar constantemente signos vitales y función renal
- Realizar la diálisis según el protocolo establecido
- Evaluar el acceso vascular
- Brindar apoyo emocional
- Prevenir complicaciones relacionadas
- Colaborar con el equipo de nutrición para ajustar la dieta según las necesidades
- Realizar control de diuresis
- Educación al paciente
- Si tiene diabetes controlar el nivel de glucosa
- Mantener peso saludable
- Manejo de la medicación
- Vigilar de cerca la función renal, balance hídrico y la respuesta a los tratamientos

DIETA ENF. RENAL.

Grupo alimenticio	Tamaño de la ración (crudo y neto)	Medidas caseras
Cereales (Pan, pasta, arroz, patata y otros).	Pan: 30-60 gr Arroz/pasta: 50-80 crudo 150-200gr cocido Cereales desayuno 20-40	1-2 trozos / 4 dedos de grosor 1 plato hondo 2-3 cucharadas soperas
Verduras y hortalizas	150-250 gr	1 plato hondo de ensalada variada 1 plato hondo de ensalada cocida 1 tomate
Frutas	150-200 gr	1 pieza mediana 2 mandarinas pequeñas 3 ciruelos 1 rodaja de melón
Lácteos	Leche 200-250 ml yogurt 2x125 ml Queso 80-125 g	1 vaso de leche 2 yogures 1 tarrina individual
Aceite de oliva	10 ml.	1 cucharada mediana
Legumbres	60-80 gr crudo 150-200 gr cocido	1 plato hondo normal 2-3 cazos pequeños con caldo
Pescado	100-150 gr	1 filete mediano 1 pieza de ración mediana 1 rodajo mediano
Huevos	65-100 gr	1 huevo
Carne	100-150 gr	1 filete mediano 1 muslo de pollo 1 pechuga
Frutos secos.	20-30 gr	1 puñado sin cáscara

BIBLIOGRAFÍA

- Medline Plus - Qué es la enfermedad cardiovascular
- Instituto nacional del cáncer - Diccionario del NCI
- Salud general - 10 signos y síntomas del corazón
- SciELO - Archivos de cardiología en México
- OMS - Enfermedades cardiovasculares.
- Diabetes y corazón / Federación Internacional de Diabetes.
- REDSALUD - Examen del corazón y por qué son necesarios
- Arritmia cardíaca - MAYO CLINIC
- National Cancer Institute - Definición de insuficiencia renal
- Gob Mx - Enfermedad renal crónica
- Enfermedad renal crónica - MSD Manuals
- Fisiopatología de la enfermedad renal diabética
- American Kidney Fund - Pruebas de detección de la enf. renal
- Explorar posibles opciones de tratamiento para la insuficiencia renal.
- Procedimientos y protocolos con competencias Específicas para enfermería nefrológica.
- Enfermería para todos / Manejo de pacientes con insuficiencia renal
- Dieta cardiosaludable
- SciELO - Recomendaciones dietéticas para pacientes con enfermedad renal.