



**Nombre del alumno: Lourdes Aylin Velasco Herrera.**

**Nombre del maestro: Daniela Monserrat Méndez Guillen.**

**Materia: Prácticas de nutrición clínica 2.**

**Fecha: 24 de mayo del 2025.**

## **Valoración nutricional en pacientes hospitalizados**

La nutrición clínica ha cobrado una relevancia vital en la atención de pacientes hospitalizados, no solo como una herramienta de soporte, sino como una estrategia terapéutica esencial. En este sentido el estudiante de nutrición aprende a evaluar, intervenir y acompañar al paciente desde una perspectiva científica y humana. El contenido desarrollado en en clases evidencia que la intervención nutricional adecuada es clave en el tratamiento de múltiples patologías. Este ensayo nos da a entender que la valoración y el cuidado nutricional son fundamentales para mejorar el pronóstico del paciente, ya que permiten prevenir complicaciones, optimizar la recuperación y personalizar el tratamiento según la condición clínica de cada individuo.

La evaluación del estado nutricional no es simplemente una rutina diagnóstica, sino el primer paso para trazar un plan alimentario ajustado a las necesidades del paciente. Esta valoración incluye herramientas como encuestas dietéticas, mediciones antropométricas, análisis bioquímicos y observaciones clínicas. Se busca conocer si el paciente recibe los nutrientes necesarios para mantener sus reservas y enfrentar situaciones de estrés fisiológico, como una infección o una cirugía. Cuando la ingesta es menor que los requerimientos, el cuerpo pierde masa muscular y grasa, debilitando el sistema inmunológico y retrasando la recuperación. Por otro lado, un exceso de ingesta también es perjudicial, ya que puede generar acumulaciones excesivas de tejido adiposo, alterando el metabolismo del paciente.

En estos casos es importante conocer las medidas antropométricas como talla, peso, pliegues cutáneos y perímetro muscular que nos permitirán estimar con precisión la cantidad de grasa y masa muscular. Esto es especialmente relevante en pacientes con desnutrición o inmovilizados, donde el deterioro de la masa magra ocurre rápidamente. Métodos como la bioimpedancia eléctrica, los ultrasonidos o incluso la tomografía permiten tener una idea más completa de la composición corporal. Por ejemplo, en pacientes con edema o ascitis, estas herramientas ayudan a diferenciar si el aumento de peso es por retención de líquidos o por ganancia de masa corporal, lo cual es fundamental para el tratamiento nutricional.

Además de las medidas físicas, los análisis de laboratorio también permiten evaluar el estado de nutrientes específicos como el hierro, zinc o la ferritina. Existen pruebas que miden directamente los niveles de estos elementos (análisis estáticos) y otras que examinan su efecto funcional en el cuerpo (como la actividad de ciertas enzimas). Estas herramientas complementan la observación clínica, que incluye la revisión de ojos, piel, encías, uñas, entre otros, donde pueden evidenciarse signos de deficiencias nutricionales. Todo esto permite tomar decisiones más precisas y personalizadas.

También se abordan condiciones clínicas específicas que requieren una atención nutricional particular. El edema, por ejemplo, es una acumulación de líquido en los tejidos blandos que suele aparecer en zonas como tobillos o párpados. Esta condición puede estar causada por alteraciones en la presión vascular, inflamaciones o problemas linfáticos. Su diagnóstico se complementa con estudios de bioimpedancia, exámenes de orina y función renal.

La ascitis, por su parte, consiste en la acumulación de líquido en el abdomen, y puede deberse a enfermedades como cirrosis, cáncer o insuficiencia cardíaca. Su tratamiento incluye restricción de sodio, uso de diuréticos como la espironolactona, y en casos graves, paracentesis con administración de albúmina. En pacientes con ascitis severa, la intervención nutricional debe ser cuidadosa para evitar la desnutrición mientras se controla el balance hídrico y de electrolitos.

En cuanto a los pacientes amputados, estos requieren cuidados integrales que van más allá de lo físico. A nivel nutricional, es vital mantener un adecuado balance proteico para evitar complicaciones en la cicatrización o pérdida de masa muscular. Además, es importante anticiparse al llamado “dolor fantasma” explicando al paciente que estas sensaciones son normales y se deben tanto a la memoria neurológica como a los impulsos nerviosos de los tejidos restantes.

En muchos casos, el paciente hospitalizado no puede alimentarse de manera convencional. Por ello, el apoyo nutricional enteral o parenteral se vuelve necesario. Las dietas por sonda pueden incluir alimentos convencionales licuados o fórmulas especiales diseñadas para cubrir requerimientos en enfermedades específicas, como anorexia, cirugía digestiva o enfermedades neurológicas. La elección de la vía de acceso (nasogástrica, yeyunal, gastrostomía) y el tipo de sonda dependerá del estado clínico del paciente. En casos más graves, se recurre a la nutrición parenteral, donde los nutrientes se administran directamente por vía intravenosa, con un monitoreo constante para prevenir complicaciones.

También podemos destacar la importancia de la intervención nutricional en contextos como el ayuno prolongado, el trauma, la sepsis, el VIH/SIDA y el cáncer.

En estos casos, el cuerpo atraviesa cambios metabólicos severos, pierde peso rápidamente y requiere una estrategia específica para reponer proteínas, vitaminas y minerales esenciales. También se señala el papel de la nutrición en pacientes con insuficiencia renal sometidos a diálisis, donde se deben controlar elementos como potasio, fósforo y agua, además de asegurar una ingesta adecuada de vitaminas y minerales.

En conclusión, es de suma importancia la intervención nutricional, sino que son el eje del tratamiento integral de muchos pacientes hospitalizados. La correcta valoración del estado de los pacientes junto con el uso de herramientas antropométricas, bioquímicas y clínicas, permite diseñar estrategias adaptadas a cada situación. A través de la nutrición, se puede prevenir la desnutrición, acelerar la recuperación, controlar complicaciones y mejorar la calidad de vida del paciente. Este enfoque integral y personalizado convierte a la nutrición clínica en un pilar fundamental del cuidado moderno en salud.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Universidad del sureste, antología de prácticas de nutrición clínica 2, 2025, pdf.