



# Mi Universidad

## Ensayo

*Nombre del Alumno: Alexa Gabriela Morales Coutiño*

*Nombre del tema: “Valoración nutricional en pacientes hospitalizados”*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: “Prácticas de Nutrición Clínica II”*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillén*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: 9°*



La valoración nutricional en los pacientes, es el paso que nos permitirá conocer desde el estilo de vida de los pacientes, la condición de salud que tengan y la información en base a los cuidados que deberían de tener en casos de enfermedad. Esta también nos permite analizar de forma eficaz el estado externo e interno del cuerpo del paciente y encontrar la relación de lo que podemos ver y escuchar y lo que pueden llegar a reflejar las pruebas sanguíneas. Con ella podemos evitar y tener una iniciativa preventiva ante diferentes situaciones.



## Valoración nutricional de pacientes postrados

La valoración nutricional es fundamental para poder conocer las condiciones en las que se encuentra el paciente y valorar los factores que intervienen en dicha condición. Las herramientas indispensables para la recopilación efectiva de datos son: las encuestas dietéticas; las que ayudan a conocer la frecuencia alimentaria, alimentos preferidos, alimentos que disgustan, formas de cocción, modos de empleo de los alimentos, actividad física, tiempos de AF, lugares de consumo alimentario, etc. Antropometría; se basa en tomar medidas, circunferencias y diámetros, con la intención de poder comparar y analizar con respecto a las tablas de valores. Indicadores bioquímicos; son las pruebas sanguíneas que se le piden al paciente para poder evaluar con respecto a los valores reflejados el estado de su organismo y por último se indican las intervenciones terapéuticas para reconocer las condiciones en situaciones específicas como pueden ser los procesos de nutrición enteral y parenteral, procesos pre – operatorios y post – operatorios.

El objetivo es que el paciente no caiga en desnutrición para evitar que otros procesos metabólicos y procesos de enfermedad se alteren. En ocasiones la exploración física no es suficiente para detectar posibles signos, por eso se recomienda realizar exámenes de gabinete como la química sanguínea de 6 elementos y la biometría hemática, para poder detectar o confirmar alteraciones.

Es importante que se les interroge a los pacientes lo siguiente; cuestionar si el px tiene estreñimiento, ya que es importante saberlo porque se indica relación con deshidratación, si tolera alimentos sólidos y la tolerancia alimenticia, ya que se pueden prevenir diferentes alergias. Se les recomienda el consumo de proteínas de alto valor biológico como lo son el pollo y pescado. Igual checar el nivel de edema para controlar el nivel de sodio, junto con esto se cuestiona si recibe movilidad, para identificar el estrés que se tenga y las yagas de presión o úlceras, para poder tener cuidado preventivo si aún no hay presencia de otras enfermedades.



Para la antropometría se debe de utilizar las fórmulas de estimación de peso y talla, ya que por las condiciones en las que el paciente se encuentra no se puede tener la toma exacta de peso y talla, para no trabajar con medidas incorrectas, se pueden tomar las estimaciones que son las que más corresponden en cuanto a las medidas de las partes del cuerpo.

## **Determinación de la estructura y composición corporal**

Se pueden implementar diferentes fórmulas con respecto a las medidas corporales tomadas de los pacientes, para estimar las medidas de trabajo del paciente, como lo pueden ser talla y peso en pacientes postrados.

Para pacientes en condiciones normales sin amputaciones o postrados, se pueden tomar las medidas necesarias que facilitan la evaluación de la composición corporal, como talla y peso, complexión ósea, grasa corporal y masa muscular, los fundamentales que se pueden sacar con la plicometría y empleo de fórmulas o también por la impedancia bioeléctrica, que facilita el trabajo y lo hace más rápido.

## **Valoración nutricional en pacientes con edema**

Un edema es la hinchazón causada por exceso de líquido en los tejidos del cuerpo, los signos de un px con edema son inflamación del tejido, piel estirada – brillante, piel con hendidura y en algunos casos el px puede presentar pesadez en las piernas.

En la valoración se hace una evaluación clínica, antecedentes familiares, medición de volumen del edema, medición del perímetro, evaluación del edema con fóvea (basada en la profundidad y duración, que se puede clasificar con el análisis del signo de Godett). En algunos casos se puede requerir de pruebas complementarias como; análisis de sangre y/o ecografía.

Para el manejo nutricional; se indican reposar con una buena elevación de extremidades, tener una dieta controlada o baja en sodio (para evitar la acumulación de líquidos a nivel intersticial), tener un ajuste en los niveles de actividad física, tener preferencias por alimentos con composición de 85 % agua, para ser posible la eliminación de agua del organismo y utilizar tratamiento diurético; para poder realizar la depuración de



líquidos de manera constante y como un método más estético se establece el uso de medias de compresión, las cuales ayudan a movilizar los edemas y aumentan el flujo a nivel de las venas.



Proporcionar información correspondiente y verídica ante los cuestionarios que se realizan, para poder identificar y establecer los valores más cercanos a la condición actual del paciente, una detección temprana de deficiencias nutricionales, desbalances en las pruebas sanguíneas, etc., pueden ser claves para prevenir otros tipos de enfermedades por deficiencias nutricionales. Para situaciones de pacientes postrados, es importante saber que opciones se tienen en cuanto a la realización de las tomas antropométricas, para poder otorgar diagnósticos lo más parecidos a los reales con las estimaciones.



## Bibliografía

“UDS, Antología de “Prácticas de nutrición clínica II”,  
Pág. 13 - 35.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/06426a6be33b38b6735fbfd6f0418572-LC-LNU902%20PR%C3%81CTICAS%20%20DE%20NUTRICI%C3%93N%20CL%C3%8DNICA%20II.pdf>