



ensayo

Nombre del Alumno: Luis Rodrigo Cancino Castellanos

Nombre del tema: VALORACIÓN NUTRICIONAL EN PACIENTES HOSPITALIZADOS.

Parcial: I

Nombre de la Materia: PRACTICAS EN NUTRICION CLINICA II

Nombre del profesor: Mendez Guillen Daniela

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 9

En el ámbito de la salud, muchas veces se presta más atención a las enfermedades y a los tratamientos médicos que a la nutrición del paciente. Sin embargo, cuando una persona enfrenta una situación clínica delicada como estar postrada, tener edema, ascitis o haber sufrido una amputación, su alimentación y estado nutricional se vuelven igual de importantes que cualquier otro tratamiento. La nutrición no solo influye en cómo se siente el paciente, sino también en cómo responde a los tratamientos, cómo cicatriza, cómo lucha contra infecciones y cómo se recupera en general. Por eso, es necesario aplicar una evaluación nutricional completa, usando distintas herramientas que permitan conocer el estado real del cuerpo y sus necesidades. En este ensayo se analizarán los diferentes métodos de valoración nutricional y cómo deben aplicarse en situaciones clínicas especiales.

Valoración nutricional de pacientes postrados

Los pacientes postrados, es decir, aquellos que no pueden moverse de la cama o silla, tienen un riesgo alto de sufrir desnutrición. Su movilidad limitada afecta el metabolismo, la masa muscular disminuye, y muchas veces no se alimentan bien por dificultades para comer solos o por pérdida del apetito. En estos casos, es esencial realizar una valoración nutricional que permita saber si el paciente está recibiendo los nutrientes necesarios. Se deben evaluar aspectos como el consumo diario de alimentos, el peso, la talla (si se puede medir), así como exámenes de sangre que indiquen si hay déficit de proteínas o vitaminas. Además, hay que revisar signos físicos como pérdida de masa muscular, fatiga o aparición de úlceras por presión.

Determinación de la estructura y composición corporal

No basta con saber el peso de una persona; también es importante entender qué tipo de tejido compone ese peso. Es decir, cuánta grasa tiene, cuánta masa muscular y cuánta agua. Esta información ayuda a saber si el paciente está perdiendo músculo (algo grave) o solo grasa (algo menos preocupante en ciertos casos). Para esto se pueden usar varias herramientas:

Medidas antropométricas

Las medidas corporales nos dan una idea del estado nutricional de manera sencilla. Entre las más comunes están:

- **Talla y peso:** Aunque parecen datos simples, son esenciales. El peso debe medirse con cuidado, especialmente en pacientes que no pueden ponerse de pie, usando básculas especiales o fórmulas estimadas. La talla también puede calcularse con otras medidas si no se puede obtener directamente.
- **Grasa corporal:** Se puede calcular con pinzas de pliegues cutáneos o con equipos como la bioimpedancia eléctrica. Saber el porcentaje de grasa ayuda a identificar obesidad o desnutrición.

- **Masa muscular:** La pérdida de músculo es uno de los signos más preocupantes en pacientes enfermos. Se puede medir indirectamente con el perímetro del brazo o con métodos más avanzados
- **Otros métodos:** Hay tecnologías la tomografía o la resonancia magnética que permiten conocer la composición corporal con mayor exactitud, aunque no siempre están disponibles en todos los centros médicos.

Determinaciones bioquímicas

Los análisis de sangre y orina también son claves en la valoración nutricional. Se revisan niveles de proteínas (como la albúmina y prealbúmina), vitaminas, minerales como hierro o zinc, y parámetros que indican el estado del hígado, riñones y sistema inmune. Estos datos permiten detectar desnutrición incluso cuando no se ven síntomas claros en el cuerpo. Por ejemplo, un paciente puede tener un peso normal pero estar con deficiencia de hierro y sentirse débil, lo cual se detecta con estos estudios.

Valuación clínica del estado nutricional

Este tipo de valoración se basa en la observación y el examen físico. Se revisan signos como piel seca, uñas quebradizas, caída del cabello, presencia de edemas o llagas. También se entrevista al paciente sobre su apetito, hábitos alimenticios y cambios recientes en su peso. Es un método sencillo pero muy útil, especialmente cuando no hay acceso inmediato a estudios más avanzados.

Otros sistemas de evaluación

El estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario, por lo cual se pueden utilizar determinados parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida. Entre estos parámetros cabe destacar el recuento total de linfocitos, recuento de linfocitos T, reacciones cutáneas de hipersensibilidad retardada, pruebas de transformación linfoblástica, determinación de inmunoglobulinas, capacidad bactericida intracelular de los polimorfonucleados, etc. Este tipo de pruebas es muy útil para detectar enfermedades en las que el paciente tiene una apariencia saludable, pero realmente presenta una malnutrición subclínica, como en el caso de la bulimia nerviosa. En estos pacientes, aunque los parámetros antropométricos suelen estar dentro de la normalidad, se ha demostrado que presentan una inmunidad celular disminuida.

Parámetros inmunológicos

Una buena nutrición ayuda al sistema inmunológico a funcionar correctamente. Por eso, se deben evaluar células del sistema inmune y proteínas específicas que indican cómo está funcionando. Pacientes con mala nutrición tienden a tener más infecciones, cicatrizan más lento y se enferman con más frecuencia.

Grado de mineralización ósea

El estado de los huesos también está relacionado con la nutrición. La falta de calcio, vitamina D y otros nutrientes puede debilitar los huesos. Esto es especialmente importante en personas mayores o con enfermedades que las mantienen inmóviles. Evaluar la densidad mineral ósea puede prevenir fracturas y otros problemas más graves.

Pruebas funcionales

Estas pruebas miden qué tan bien está funcionando el cuerpo, especialmente los músculos. Un ejemplo común es la fuerza del apretón de mano, que está muy relacionada con el estado nutricional general. También se puede evaluar cuánto tiempo tarda una persona en levantarse de una silla o caminar una distancia corta.

Valoración nutricional en pacientes con edema

El edema es la acumulación de líquido en el cuerpo, y puede ocultar una pérdida de peso real. Por eso, en estos casos se debe tener especial cuidado con la interpretación del peso corporal. Es fundamental evaluar el consumo de proteínas, la función renal y la presencia de enfermedades hepáticas o cardíacas.

Ascitis y su tratamiento

La ascitis es la acumulación de líquido en el abdomen, común en personas con enfermedades del hígado. Esto también puede alterar el peso y dificultar la nutrición, ya que el líquido puede comprimir el estómago y causar falta de apetito.

Tratamiento de la ascitis

El tratamiento incluye restringir el consumo de sal, usar diuréticos y en casos más graves hacer paracentesis (sacar el líquido). También se deben asegurar proteínas adecuadas en la dieta para prevenir pérdida muscular.

Aspectos actuales del tratamiento

Hoy en día se buscan enfoques más integrales, incluyendo tratamiento nutricional, suplementos orales, y educación del paciente sobre su dieta.

Tratamiento diurético y ascitis de gran volumen

El uso de diuréticos ayuda a eliminar el líquido, pero puede causar pérdida de minerales. En ascitis severa, el retiro de grandes cantidades de líquido debe hacerse con cuidado, y muchas veces se requiere administrar albúmina para evitar complicaciones.

Valoración nutricional en pacientes con amputaciones

Los pacientes amputados tienen necesidades nutricionales específicas. La pérdida de una extremidad afecta el metabolismo, y se debe recalcular el peso ideal y los requerimientos energéticos. También es importante considerar:

Transoperatorio

En esta fase es fundamental asegurar un buen estado nutricional para mejorar la cicatrización y evitar infecciones. Una dieta rica en proteínas, vitaminas y minerales es clave.

Postoperatorio

Después de la cirugía, se deben ajustar las calorías según la nueva situación del paciente. Se trabaja con el equipo de rehabilitación para evitar pérdida muscular y adaptar la dieta a la nueva movilidad del paciente.

La valoración nutricional debe ser una parte esencial del cuidado de pacientes con condiciones clínicas especiales. No basta con medir el peso o dar una dieta general. Es necesario usar distintas herramientas como medidas corporales, análisis de sangre, observación clínica y pruebas funcionales para conocer bien el estado del paciente y adaptar el tratamiento. Cada cuerpo es diferente, y aún más cuando está enfermo o debilitado. Una nutrición adecuada no solo mejora la calidad de vida, sino que también acelera la recuperación, reduce complicaciones y puede salvar vidas. Por eso, valorar bien la nutrición no es un lujo, sino una necesidad en cualquier entorno de salud.

Bibliografía:

Paradiñeiro, S. A., & Lm, V. C. (n.d.). Patología de la mineralización ósea (I): conceptos preliminares. Mgyf.org. Retrieved May 24, 2025, from https://mgyf.org/wp-content/uploads/2017/revistas_antes/revista_122/692-699.pdf

(N.d.-a). Com.Mx. Retrieved May 24, 2025, from <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/06426a6be33b38b6735bfd6f0418572-LC-LNU902%20PR%C3%8ICTICAS%20%20DE%20NUTRICI%C3%93N%20CL%C3%8DNICA%20II.pdf>

(N.d.-b). Unadmexico.Mx. Retrieved May 24, 2025, from https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/05/NEEN2/unidad_03/descargables/NEEN2_U3_Contenido.pdf

(N.d.-c). Kelloggs.Es. Retrieved May 24, 2025, from https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_07.pdf