



Alumna: Miriam Alejandra García Alfonzo.

Maestro: Daniela Monserrath Méndez Guillén.

Materia: Prácticas en nut clínica II.

Trabajo: Ensayo.

Grado: LN 9°

Grupo: A

Comitán de Domínguez, Chiapas, a 24 de Mayo del 2025

Unidad 1. Valoración nutricional en pacientes hospitalizados

La valoración nutricional en pacientes hospitalizados es una herramienta fundamental en el cuidado clínico. Esta permite identificar el estado nutricional de la persona enferma y, en base a ello, diseña estrategias que ayudan a mejorar su recuperación, reducir riesgos de complicaciones y hacer más corta la estancia hospitalaria. Esta unidad de estudio proporciona los conocimientos básicos y aplicados necesarios para realizar una valoración completa, considerando aspectos antropométricos, bioquímicos, clínicos, funcionales y contextuales.

Desde el momento en que un paciente ingresa al hospital, es necesario aplicar un cribado nutricional que permita detectar posibles riesgos de desnutrición. La desnutrición hospitalaria es más común de lo que se piensa, y muchas veces pasa desapercibida si no se evalúa adecuadamente. Herramientas como el NRS-2002 o el MNA ayudan a realizar este primer paso de manera rápida y confiable. Si se detecta riesgo nutricional, se procede con una valoración nutricional completa.

Esta valoración debe abarcar varios componentes. En primer lugar, se considera la historia clínica y dietética del paciente, donde se analizan sus antecedentes médicos, su apetito, cambios de peso recientes, hábitos alimenticios y restricciones. Posteriormente, se utilizan medidas antropométricas como el peso, la talla, el IMC, mediciones de pliegues (como pliegue tricipital, bicipital, subescapular, entre otros), y la toma de circunferencias (como circunferencia de muñeca, de cadera, cintura, entre otras). Estas mediciones nos permiten identificar si existe desnutrición, sobrepeso u obesidad, y evaluar la composición corporal del paciente.

Además, se incorporan datos bioquímicos que brindan información objetiva del estado del organismo. Indicadores como la albúmina, prealbúmina, transferrina, creatinina o el nitrógeno ureico pueden ayudar a evaluar las reservas proteicas, la función renal o la inflamación. Estos datos son especialmente importantes en pacientes con enfermedades crónicas o en estado crítico.

La valoración clínica también es esencial. A través de la observación física y la entrevista con el paciente, se identifican signos visibles de deficiencias nutricionales como debilidad muscular, pérdida de grasa subcutánea, alteraciones en la piel, uñas, lengua o cabello. En algunos casos, como en pacientes con edema o ascitis, esta valoración se dificulta, ya que la acumulación de líquidos puede ocultar la pérdida de masa muscular o peso.

Particular atención merece la valoración de pacientes con ascitis de gran volumen, como los que padecen cirrosis hepática. En estos casos, la retención de sodio, la hiponatremia dilucional y el riesgo de síndrome hepatorenal hacen que el abordaje nutricional sea más complejo. Se debe restringir el sodio en la dieta, utilizar diuréticos de forma controlada y realizar procedimientos como la paracentesis terapéutica, acompañada de administración de albúmina para evitar descompensaciones circulatorias.

Otro grupo especial son los pacientes con amputaciones, que requieren una valoración nutricional específica antes, durante y después de la cirugía. La pérdida de una extremidad no solo cambia la composición corporal, sino también las necesidades energéticas y proteicas. En estos casos, el enfoque debe centrarse en evitar la pérdida de masa magra, prevenir infecciones y promover una correcta cicatrización.

La colaboración del nutriólogo con el equipo interdisciplinario es indispensable. El nutriólogo clínico no solo realiza el diagnóstico nutricional, sino que participa activamente en la intervención y el monitoreo, adaptando el plan nutricional a la evolución del paciente. Además, debe considerar aspectos sociales, culturales y económicos que puedan influir en la adherencia al tratamiento.

En resumen, la valoración nutricional en el hospital es una labor clave que va más allá de pesar al paciente. Es un proceso técnico, sistemático y humano que requiere conocimientos clínicos, habilidades de observación y criterio profesional.

Bibliografía

Universidad del sureste (2024). Antología de Prácticas en nutrición clínica II (pp 11-35). pdf

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/06426a6be33b38b6735fbfd6f0418572-LC-LNU902%20PRÁCTICAS%20%20DE%20NUTRICIÓN%20CLÍNICA%20II.pdf>