



PRÁCTICAS DE NUTRICIÓN CLÍNICA II

Profesora: Daniela Monserrat Méndez Guillén

Alumno: Carlos Armando Torres de León

9no cuatrimestre en nutrición

Ensayo de la Unidad I

Introducción

La nutrición es un aspecto fundamental en la salud humana, especialmente cuando se trata de pacientes hospitalizados o postrados debido a enfermedades graves, intervenciones quirúrgicas o condiciones que limitan su movilidad. En estos casos, la valoración nutricional es muy importante, pues es indispensable asegurar que el paciente reciba los nutrientes necesarios para su recuperación. La malnutrición, ya sea por deficiencias o excesos nutricionales, puede agravar el estado de salud y aumentar las complicaciones. Por esta razón, una adecuada evaluación del estado nutricional permite diseñar estrategias de intervención que optimicen la salud y el bienestar del paciente.

Valoración nutricional en pacientes hospitalizados

El estado nutricional de un individuo se define por el balance entre los nutrientes que recibe y los que su cuerpo necesita para funcionar adecuadamente. En condiciones normales, el cuerpo logra equilibrar estos elementos, pero en pacientes postrados, los factores como la inmovilidad y la falta de estimulación física alteran este proceso. La desnutrición, una condición común entre los pacientes hospitalizados, se caracteriza por la falta de nutrientes esenciales, lo que puede llevar a una disminución de la fuerza muscular, debilidad generalizada y mayor vulnerabilidad a infecciones.

El equilibrio nutricional es aún más complejo en pacientes postrados debido a varios factores adicionales, como el aumento de las necesidades metabólicas debido a la enfermedad, la dificultad para ingerir alimentos y la pérdida de masa muscular por falta de movimiento. Por esta razón, la valoración nutricional es esencial no solo para prevenir deficiencias graves, sino también para evitar el exceso de calorías que puede perjudicar al paciente a largo plazo.

Métodos de Valoración Nutricional

Existen diversos métodos para evaluar el estado nutricional de los pacientes, los cuales se agrupan en cuatro categorías: la determinación de la ingestión de nutrientes, la medición de la estructura y composición corporal, la evaluación bioquímica y la valoración clínica. Cada uno de estos métodos proporciona información valiosa para la elaboración de un plan nutricional adecuado.

Determinación de la Ingestión de Nutrientes

Este método tiene como objetivo cuantificar los nutrientes que el paciente consume durante un período de tiempo. Las encuestas dietéticas son una herramienta comúnmente utilizada, en las cuales se evalúan los alimentos consumidos por el paciente a lo largo de varios días. Las encuestas pueden ser de tipo diario dietético, recordatorio de 24 horas o cuestionarios de frecuencia alimentaria. Aunque son rápidas y fáciles de administrar, tienen limitaciones, como la dificultad para medir con precisión las cantidades exactas de alimentos.

Medición de la Estructura y Composición Corporal

Las mediciones antropométricas, como el peso y la talla, son herramientas fundamentales para evaluar la composición corporal y determinar si el paciente tiene un peso adecuado para

su estatura. El cálculo del Índice de Masa Corporal (IMC) es uno de los índices más utilizados para clasificar el estado nutricional de una persona. Además, se pueden medir los pliegues de grasa corporal.

Evaluación Bioquímica

Las pruebas bioquímicas ofrecen una evaluación más objetiva del estado nutricional, ya que miden los niveles de nutrientes esenciales en el cuerpo. A través de análisis de sangre, orina o tejidos, se puede detectar la presencia de deficiencias de nutrientes. Estos análisis permiten identificar alteraciones metabólicas y realizar intervenciones rápidas para corregir las deficiencias nutricionales.

Valoración

Clínica

La evaluación clínica consiste en la observación directa de signos visibles de malnutrición. Estos incluyen la pérdida de peso involuntaria, la piel seca o dañada, la caída del cabello y la presencia de edemas. Además, las pruebas funcionales, como la capacidad respiratoria o la fuerza muscular, pueden ser útiles para valorar el impacto de la malnutrición en el funcionamiento general del paciente.

Impacto de la Valoración Nutricional en Pacientes con Enfermedades Específicas

En pacientes con enfermedades graves, como la cirrosis hepática o aquellos que han pasado por amputaciones, la valoración nutricional adquiere una mayor importancia. Por ejemplo, los pacientes con cirrosis hepática avanzada suelen presentar problemas de retención de líquidos, lo que puede dificultar la evaluación precisa de su estado nutricional. En estos casos, se requiere un enfoque que no solo valore la ingesta de nutrientes, sino también el balance de líquidos y la función renal. Los diuréticos, la administración de albúmina y la paracentesis terapéutica son tratamientos comunes para la ascitis en estos pacientes, pero deben ir acompañados de un adecuado soporte nutricional para prevenir la desnutrición.

En el caso de pacientes que han sufrido amputaciones, la intervención nutricional también es crucial. La pérdida de una extremidad aumenta las necesidades energéticas debido al proceso de curación y la adaptación del cuerpo a la nueva condición. Los pacientes pueden experimentar una disminución en su ingesta debido al dolor o la depresión, lo que hace que un adecuado balance proteico y una nutrición controlada sean esenciales para su recuperación. Además, el control de la ingesta calórica y proteica previene la pérdida muscular excesiva, un factor clave para la rehabilitación postquirúrgica.

Conclusión

La valoración nutricional en pacientes postrados es un proceso esencial para garantizar una intervención adecuada que favorezca la recuperación y prevenga complicaciones graves. Mediante el uso de diversas herramientas, como encuestas dietéticas, mediciones antropométricas, análisis bioquímicos y la observación clínica, los profesionales de la salud pueden obtener una imagen completa del estado nutricional del paciente y diseñar estrategias específicas para satisfacer sus necesidades nutricionales.

(N.d.). Com.Mx. Retrieved May 24, 2025, from

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/06426a6be33b38b6735fbfd6fo418572-LC-LNU902%20PR%C3%81CTICAS%20%20DE%20NUTRICI%C3%93N%20CL%C3%8DNICA%20II.pdf>