

# Nutrición Clínica

La **nutrición clínica** implica el cuidado de pacientes con enfermedades donde una nutrición adecuada es parte de su tratamiento.

En el campo de la medicina preventiva la nutrición clínica proporciona consejos para prevenir la aparición de enfermedades relacionadas con la desnutrición.

## ¿La nutrición influye en nuestra salud?

La adecuación de la salud alimentaria está recibiendo cada vez más atención en nuestra sociedad. La evidencia científica de varios estudios epidemiológicos confirma los **efectos beneficiosos o perjudiciales de la dieta en humanos**.

El aspecto de prevención y las recomendaciones para los hábitos y estilos de vida saludables de todas las personas de todas las edades son esenciales. Es necesario que nuestros niños se acostumbren a los hábitos alimenticios desde una edad temprana y desarrollen hábitos alimenticios saludables para evitar enfermedades en la edad adulta.

En los países industrializados, los factores dietéticos pueden estar asociados con el 30% de los cánceres. Resulta que una dieta rica en fibra puede prevenir el cáncer de colon, mientras que una dieta rica en grasas se asocia con sobrepeso y enfermedades metabólicas. Por otro lado, el sobrepeso se asocia con cáncer de mama (posmenopáusico), endometrio, colon y cáncer de próstata.

## ¿La nutrición clínica se ciñe a los pacientes hospitalizados?

Algunas enfermedades pueden ser desconocidas antes del ingreso, por lo que antes del alta, los pacientes recibirán pautas nutricionales a corto o largo plazo para seguir en el hogar.

Sin embargo, en otros casos por esta razón, los pacientes son consultados con mayor frecuencia sin admisión previa. Este es el caso, por ejemplo en pacientes que desean perder peso o que son diagnosticados con niveles altos de colesterol, que tienen estreñimiento crónico o que tienen osteoporosis.

## ¿Qué pacientes son tributarios de recibir consejo nutricional?

Muchos pacientes pueden recibir recomendaciones de nutrición dietética debido a su enfermedad subyacente o susceptibilidad genética a la enfermedad:

### Enfermedad metabólica

- > Lípidos sanguíneos anormales
- > Presión arterial alta
- > Diabetes

### Sobrepeso y obesidad

- > Cirugía bariátrica (bypass gástrico, vesícula biliar, cánula)
- > Balón intragástrico

### Enfermedades del sistema digestivo

- > Dispepsia
- > Hinchazón
- > Estreñimiento
- > Diarrea
- > Intestino irritable
- > Estomago
- > Úlcera gástrica
- > Colelitiasis
- > Pancreatitis aguda / crónica.
- > Enfermedad inflamatoria intestinal: enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa.
- > Divertículos, diverticulitis.
- > Cirugía digestiva postoperatoria.
- > Insuficiencia renal
- > Patología oncológica, quimioterapia y / o radioterapia.
- > Enfermedades del sistema nervioso. Sondas de gastrostomía