



Clase Magistral: Nutrición Clínica

Autor: Dra. Tamara Ortiz Cerda.

Investigadora en Charles Perkins Centre, University of Sydney.

La nutrición clínica es una ciencia dedicada al **estudio de los alimentos, entendiéndose como el conocimiento de los nutrientes (en lo cuantitativo y cualitativo) y el impacto de estos nutrientes en el organismo en situaciones fisiopatológicas**. La nutrición clínica es una herramienta en la prevención y/o tratamiento de diferentes patologías digestivas y/o los síntomas asociados.

1. Valoración del Estado Nutricional Integrado

La valoración del estado de nutricional es el primer paso en la Nutrición Clínica. Un correcto diagnóstico del estado nutricional permite lograr una adecuada y correcta prescripción dietética. La valoración del estado nutricional incluye tres apartados: Valoración global, estudio de los compartimentos (proteico y graso) y determinación del estado de inmunidad.

1.1 Valoración Global o Evaluación Clínica (historia dietética y examen físico) permite determinar la presencia de deficiencias o excesos nutricionales. En la evaluación clínica se incluye edad, sexo, peso y talla. El peso corporal refleja los cambios que acontecen en los compartimentos graso y proteico muscular.

1.2 Valoración de los Compartimentos consiste en determinar el I) *Compartimento proteico*, representado por las proteínas corporales, tanto estructurales como funcionales. En ella debemos determinar las proteínas del compartimento somático (masa muscular) y las proteínas del compartimento proteico visceral, representado por la concentración plasmática de las proteínas circulantes (fundamentalmente por las proteínas de síntesis hepática: albúmina, transferrina, proteína ligadora de retinol y prealbúmina) y el II) *Compartimento graso*, que representa alrededor de un 25% del peso corporal total en una persona eutrófica. Las reservas grasas pueden ser estimadas por el peso corporal y mediante la cuantificación de la grasa subcutánea (Pliegues utilizados: tricipital, subescapular, suprailíaco, abdominal, bicipital). Las más utilizadas son las dos primeras.

1.3 Valoración Del Estado Inmunitario en la práctica clínica se valora mediante el recuento del número total de linfocitos y la fracción C3 del complemento. La alteración de estos parámetros refleja una malnutrición proteico-energética



PROGRAMA DOCENTE ACADÉMICO
GASTROENTEROLOGÍA
Y HEPATOLOGÍA

inespecífica, aunque se correlaciona fundamentalmente con el compartimiento proteico visceral.

2. Requerimientos Nutricionales

Se refiere a las necesidades en condiciones fisiológicas o fisiopatológicas de nutrientes esenciales. La determinación de las necesidades energéticas y de nutrientes muchas veces puede ser aportada a través de una dieta habitual, sin embargo, en muchas ocasiones se requiere suplementos o diferentes vías de administración (Nutrición Enteral o Parenteral).

2.2 Necesidades Calóricas: Para calcular los requerimientos energéticos es necesario tener en cuenta los siguientes factores: Metabolismo basal (MB) y el efecto térmico de la actividad física. Existen situaciones especiales donde las necesidades calóricas varían según el estado de stress metabólico.

2.3 Necesidades Proteicas: Las necesidades proteicas cambian según el estado de stress metabólico y condiciones fisiopatológicas (función renal, hepática, etc.). Existen proteínas de bajo y alto valor biológico. Las proteínas de alto valor biológico son las que contienen todos los aminoácidos esenciales. Es decir, aquellos que nuestro organismo es incapaz de sintetizar y deben ser aportados por la dieta.

2.4 Necesidades de Micronutrientes (Vitaminas, Minerales y Oligoelementos): La adecuada nutrición clínica consiste en cubrir todas las necesidades de micronutrientes, evitando la deficiencia de alguno de ellos o cubriendo las necesidades extras en caso de requerimientos aumentados por alguna situación particular nutricional (Vitamina B12 en gastrectomía, Zinc y potasio en diarrea, etc.).

3. Prescripción Dietética

3.1 La DIETOTERAPIA es la adaptación de los alimentos a las distintas alteraciones metabólicas y/o digestivas producidas por una enfermedad. Puede ser el tratamiento único y primordial o puede ser de manera combinada con otros tratamientos. Cuando realizamos cambios en la alimentación y realizamos una indicación particular estamos hablando de una PRESCRIPCIÓN DIETÉTICA.



PROGRAMA DOCENTE ACADÉMICO
GASTROENTEROLOGÍA
Y HEPATOLOGÍA

El objetivo principal es corregir o mejorar los síntomas.

→**OBJETIVOS:** Ser o ser parte del tratamiento en enfermedades digestivas como enfermedad celiaca, intolerancias alimentarias, disfagia, RGE, aliviar los signos o síntomas producidos por la enfermedad y que son susceptibles de ser revertidos con una alimentación apropiada y mantener o recuperar el estado nutricional (obesidad, desnutrición).

→**PRINCIPIOS:** cubrir requerimientos (energía, macro y micronutrientes esenciales), considerar los hábitos alimentarios, situación económica, creencias y/o religión, y debe ser clara y completa.

→**CONSIDERACIONES:** edad, requerimientos del paciente y estado nutricional, fisiopatología de la enfermedad, características socioculturales y socioeconómicas, hábitos alimentarios y vías de administración.

3.2 Modificaciones de la Dieta Normal:

