

Nutrición y enfermedades metabólicas

Nutrition and metabolic diseases

Chiriboga-Mendoza Mercedes

Ministerio de Salud Pública. Manta, Ecuador.
Correo: mercedeschiribogam621@gmail.com

RESUMEN

Este artículo de revisión analiza la importancia de la nutrición en relación con las enfermedades metabólicas, enfatizando cuán vital es para mantener las funciones esenciales que mantienen la vida. Como el proceso biológico más fundamental y un requisito para la manifestación de la vida misma, el metabolismo se destaca por su importancia. Destaca la importancia de un enfoque holístico de la nutrición en el cuidado de la salud y la promoción de la salud al examinar la estrecha conexión entre las enfermedades y su base metabólica. Se enfatiza que la mala nutrición es el principal factor que contribuye a la mala salud y la aparición de enfermedades metabólicas, con el consumo excesivo de alimentos poco saludables, las deficiencias de nutrientes y el desequilibrio calórico, todos ellos factores que desempeñan un papel importante.

Palabras claves: Nutrición, enfermedades metabólicas, Salud.

ABSTRACT

This review article discusses the importance of nutrition in relation to metabolic diseases, emphasizing how vital it is in maintaining essential life-sustaining functions. As the most fundamental biological process and a requirement for the manifestation of life itself, metabolism stands out for its importance. It highlights the importance of a holistic approach to nutrition in health care and health promotion by examining the close connection between disease and its metabolic basis. Poor nutrition is emphasized as the major contributing factor to poor health and the onset of metabolic diseases, with excessive consumption of unhealthy foods, nutrient deficiencies, and caloric imbalance all playing a role.

Keywords: Nutrition, metabolic diseases, Health.

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 05 de octubre de 2022.

Fecha de aceptación: 15 de diciembre de 2022.

Fecha de publicación: 20 de enero de 2023.

1. INTRODUCCIÓN

Para asegurar los procesos vitales que sustentan la vida, los alimentos y sus nutrientes son cruciales. En particular, el metabolismo se destaca como el proceso biológico más importante porque es un requisito previo para el surgimiento de la vida. Como resultado, una vida plena y saludable se basa en el metabolismo, la nutrición y la alimentación (López & Suárez, 2010).

La mala nutrición es la causa principal de la mala salud, el gasto en atención médica y la pérdida de productividad en los Estados Unidos y en todo el mundo, lo que actúa a través de las enfermedades metabólicas como precursoras de las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y otras afecciones (Brandt et al., 2023).

Los determinantes sociales de la salud, o las circunstancias del nacimiento, crianza, empleo, desarrollo y envejecimiento de una persona, tienen una influencia significativa en las enfermedades metabólicas. Un factor social significativo que tiene un impacto en los resultados de salud es la inseguridad alimentaria. La salud está directamente influenciada por la inseguridad nutricional, una idea distinta pero relacionada con la inseguridad alimentaria (Verdú, 2009). En ese sentido, es de vital importancia analizar la relación entre la nutrición y las enfermedades metabólicas.

2. NUTRICIÓN EN SIGLO XXI: ESTÁNDARES Y DESAFÍOS

Cada enfermedad tiene una base metabólica, lo que significa que las intervenciones dietéticas y nutricionales adecuadas pueden tener un impacto positivo o negativo en ellas, brindando una valiosa oportunidad para mejorar los resultados de salud y bienestar (Penié et al., 2003).

Es crucial que los profesionales de la salud amplíen sus conocimientos sobre nutrición y metabolismo, ya que hacerlo les permitirá aprovechar mejor el poder transformador de una dieta adecuada e individualizada y brindar un enfoque más completo y eficiente para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

La Sociedad Estadounidense de Nutrición Parenteral y Enteral define los estándares como puntos de referencia que representan un rango de desempeño de atención competente que se debe brindar para garantizar una atención nutricional segura y eficaz en la mayoría de las circunstancias (Ukleja et al., 2018). Con el fin de abordar las responsabilidades profesionales para la evaluación, el diagnóstico, la educación, el desarrollo del plan de atención, la implementación, el seguimiento clínico, la evaluación y los problemas profesionales relacionados con el apoyo nutricional del paciente, estos estándares basados en la práctica están diseñados para que los utilicen los profesionales de la salud que atienden a pacientes con enfermedades metabólicas.

3. ALTERACIONES METABÓLICAS Y NUTRICIÓN

Las alteraciones metabólicas representan la causa de varios problemas de salud, como la obesidad, la diabetes, la dislipemia, el síndrome de ovario poliquístico, la hipertensión y otras complicaciones cardiovasculares, lo que crea una preocupación creciente en todo el mundo y conducen a una menor esperanza de vida (Boluda, 2005; Bernstein, 2015; Villagómez, 2022). Por ende, se necesitan nuevas estrategias para aumentar la eficacia de la prevención y el tratamiento de estas enfermedades.

La nutrición ahora tiene una amplia gama de oportunidades gracias al desarrollo tecnológico acelerado, proporcionando un nuevo enfoque para la prevención y el manejo de enfermedades metabólicas (Zhu et al., 2020). Es posible obtener una comprensión más profunda de las interacciones entre los factores dietéticos y genéticos en cada individuo mediante el uso de herramientas de análisis genético de última generación y datos personalizados.

En ese sentido, la nutrición personalizada tiene como objetivo prevenir y controlar las enfermedades crónicas adaptando las recomendaciones dietéticas teniendo en cuenta la interacción entre la biología, el estilo de vida, el comportamiento y el entorno de un individuo (Napolsky & Popova, 2022).

4. CONCLUSIONES

En conclusión, dado que los alimentos y sus nutrientes son necesarios para asegurar los procesos vitales que sustentan la vida, la nutrición juega un papel fundamental en la prevención y control de enfermedades metabólicas.

Dado que cada enfermedad tiene una causa metabólica, es crucial comprender cómo abordar el estado nutricional de manera integral tanto en la atención de la salud como en la promoción de la salud. El curso de muchas enfermedades metabólicas puede verse significativamente influenciado por una nutrición adecuada, brindando importantes oportunidades para su prevención y control.

REFERENCIAS

- Bernstein, Laurie. (2015). The Nutrition Management Of Inherited Metabolic Diseases: Lessons from Metabolic University. 10.1007/978-3-319-14621-8.
- Boluda, E. R. (2005). Tratamiento dietético de las enfermedades metabólicas. Información terapéutica del sistema nacional de salud, 29(4), 81-95.
- Brandt, Eric & Mozaffarian, Dariush & Leung, Cindy & Berkowitz, Seth & Murthy, Venkatesh. (2023). Diet and Food and Nutrition Insecurity and Cardiometabolic Disease. Circulation research. 132. 1692-1706. 10.1161/CIRCRESAHA.123.322065.
- López, L. B., & Suárez, M. M. (2010). Fundamentos de nutrición normal. In Fundamentos de nutrición normal (pp. 429-429).
- Napolsky, I. & Popova, Polina. (2022). Personalized Nutrition for the Prevention and Treatment of Metabolic Diseases: Opportunities and Perspectives. Russian Journal for Personalized Medicine. 2. 15-34. 10.18705/2782-3806-2022-2-1-15-34.
- Penié, J. B., Porbén, S. S., González, C. M., Borrás, A. E., Marín, R. Z., & Sánchez, M. G. (2003). Alimentación, nutrición y metabolismo en el proceso salud-enfermedad. Acta Médica de Cuba, 11(1).
- Ukleja, Andrew & Gilbert, Karen & Mogensen, Kris & Walker, Renee & Ward, Ceresa & Ybarra, Joe & Holcombe, Beverly & Patients, the. (2018). Standards for Nutrition Support: Adult Hospitalized Patients. Nutrition in Clinical Practice. 33. 10.1002/ncp.10204.
- Verdú, F. J. M. (2009). Nutrición y alimentación humana. Ergon.

Villagómez, M. E. T. (2022). Nutrición clínica. Editorial El Manual Moderno.

Zhu, Shengjie & Surampudi, Prasanth & Roshanravan, Baback & Chondronikola, Maria. (2020). Intermittent fasting as a nutrition approach against obesity and metabolic disease. Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care. Publish Ahead of Print. 10.1097/MCO.0000000000000694.