



AULA VIRTUAL

Nutrición y demencia avanzada

3. CONVIVE





Autor

Francisco Pita Gutiérrez

Médico Especialista en Endocrinología y Nutrición

Unidad de Nutrición Clínica y Dietética

Servicio de Endocrinología y Nutrición

Complexo Hospitalario Universitario A Coruña





Convive con un paciente con demencia avanzada

- Cada experiencia de cuidar es única. Las características no sólo de la persona afectada, sino también del cuidador, hacen que cada relación de ayuda sea completamente diferente.
- Asumir el rol de cuidador puede resultar una experiencia satisfactoria y enriquecedora.
- En este apartado explicaremos con más detalle cómo detectar problemas nutricionales en pacientes con demencia avanzada y elaborar un plan nutricional adecuado.





Índice

1. Signos de alarma.
2. Recomendaciones nutricionales.
3. Cuidados de la nutrición enteral por sonda nasogástrica y gastrostomía.
4. Cómo comunicarse con una persona con demencia.
5. Enlaces web de interés.
6. Glosario.





1. SIGNOS DE ALARMA





Signos de alarma: demencia

- Hay una serie de signos de alarma que, si una persona o un familiar las detecta, debe comentarlo con su médico

Cambios de memoria que dificultan la vida cotidiana	Nuevos problemas con el uso de palabras en el habla o lo escrito
Dificultad para planificar o resolver problemas	Disminución o falta del buen juicio
Dificultad para desempeñar tareas habituales en la casa, en el trabajo o en su tiempo libre	Colocación de objetos fuera de lugar y la falta de habilidad para recordar dónde estaban
Desorientación de tiempo o lugar	Cambios en el humor o la personalidad
Dificultad para comprender imágenes visuales y cómo objetos se relacionan uno al otro en el ambiente	Pérdida de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales

Fuente: Alzheimer Association (vía CEAFA)





Signos de alarma: demencia

- También existen **tests validados** para los fallos cognitivos y de memoria, para emplear como **cribado** y orientar **a completar la valoración por un médico** en función de los resultados.
- Ejemplos de estos test son IQCODE y AD8, que se recomiendan realizar a **personas con fallos de memoria a partir de los 65 años**; deben ser realizados por otra persona (familiar, conviviente...).
- Se pueden realizar estos tests en <https://problemasmemoria.com>





Signos de alarma: disfagia

□ Los signos a tener en cuenta son:

- Dificultad en la masticación y preparación del bolo alimenticio.
- Carraspeo.
- Atragantamientos o regurgitación del alimento.
- Tos durante las comidas.
- Babeo.
- Residuos en la boca y/o garganta.
- Cambios de voz después de la deglución.
- Duración excesiva de la comida, rechazo de la comida.
- Temperatura mayor de 38°C.
- Deshidratación y/o pérdida de peso.



[Más información en Aula Virtual SEEN: Disfagia](#)

Tomada de Aula Virtual SEEN: Disfagia. E Cancer y cols.





2. RECOMENDACIONES NUTRICIONALES





Recomendaciones nutricionales (I)

- Si se produce algún **problema relacionado con la alimentación**, como la **negativa a la ingesta**, inicialmente se debe descartar la presencia de alguna **enfermedad intercurrente**. Se recomienda **comentarlo con su médico**.
- También se deben **corregir situaciones** que puedan estar contribuyendo a este problema, como un **entorno inadecuado**, **problemas bucodentales**, **dieta restrictiva** o **disfagia**.
- Los **suplementos nutricionales orales** no tienen indicación de financiación en la demencia y **no tienen utilidad en estadios avanzados**, pero en algunos casos y situaciones concretas pueden ser útiles para aumentar la ingesta en los estadios iniciales de la demencia.

(Ver apartado **APRENDE** de este módulo)





Recomendaciones nutricionales (II)

- La progresión de la demencia a esta **fase final o terminal** se acompaña de estos problemas con la alimentación.
- Al igual que se establecen cuidados para otros aspectos (úlceras, estreñimiento, incontinencia...) los **cuidados recomendados** en este punto se orientan a la **alimentación oral asistida o alimentación de confort**.

(Ver apartado **APRENDE** de este módulo)





Recomendaciones nutricionales (III)

Principales problemas con la alimentación en personas con demencia avanzada y su intervención

Problema	Intervención
Entorno inadecuado durante las comidas	<ul style="list-style-type: none">• Comer en un ambiente agradable, tranquilo y sin prisa.• No emplear la vía oral mientras el paciente se encuentra adormilado o agitado.• La asistencia en la ingesta debe proporcionarse de forma individualizada, de una manera segura y preservando la dignidad de la persona.
Problemas de salud bucodental	<ul style="list-style-type: none">• Mantener una adecuada higiene oral.• Ajuste adecuado de prótesis dentales.• Tratamiento pertinente de problemas dentales.
Dieta restrictiva o monótona	<ul style="list-style-type: none">• Evitar restricciones dietéticas.• Ofrecer menús variados, cuidando la presentación de los platos e individualizando según necesidades y gustos del paciente.• Enriquecer la dieta con alimentos de alto contenido proteíco y energético.



[Más información en Aula Virtual SEEN :
Desnutrición relacionada con la enfermedad](#)





Recomendaciones nutricionales (IV)

Principales problemas con la alimentación en personas con demencia avanzada y su intervención

Problema Intervención

- Adaptar la textura de la dieta.
- Emplear espesantes y/o aguas gelificadas.
- Evitar alimentos con dobles texturas o de riesgo (alimentos pegajosos, fibrosos, etc.).
- Utilizar utensilios adaptados.

Disfagia

- No utilizar jeringas ni pajitas.
- Colocar al paciente en una postura adecuada: sentado o a 45º hasta media hora después de la ingesta, con la espalda apoyada sobre el respaldo y con la cabeza con ligera flexión anterior.
- Seguir las recomendaciones de logopeda si procede.
- Estimulación sensorial en casos de apraxia deglutoria.



**Más información en Aula Virtual SEEN :
Disfagia (CONVIVE)**





3. CUIDADOS DE LA NUTRICIÓN ENTERAL POR SONDA NASOGÁSTRICA Y GASTROSTOMÍA





Cuidados de la nutrición enteral por sonda nasogástrica y gastrostomía

- Si la persona con demencia avanzada va a recibir un tratamiento con nutrición por sonda, es necesario saber que se expone a una serie de riesgo y complicaciones durante el tratamiento.
- La nutrición enteral por sonda nasogástrica y gastrostomía precisa una serie de cuidados básicos para evitar complicaciones y riesgos, y garantizar el éxito del tratamiento.
- Una persona cuidadora o conviviente debe conocer y poder realizar los cuidados básicos. El equipo médico y de enfermería de referencia le facilitarán las instrucciones.



Más información en Aula Virtual SEEN :
Nutrición enteral domiciliaria





4. CÓMO COMUNICARSE CON UNA PERSONA CON DEMENCIA





Comunicación con una persona con demencia

1. Colócate delante, mírale a los ojos; evita distracciones y ruidos
2. Preséntate; puede que no te reconozca
3. Emplea un lenguaje sencillo y visual; sonríe, gesticula
4. Realiza preguntas sencillas; evita preguntas que impliquen recordar
5. Ten paciencia y mantén la calma; repite la pregunta si es necesario
6. No hables de la persona delante de ella como si no estuviera
7. No intentes razonar ni discutir; desvíate de la conversación
8. No le des lecciones ni le avergüences



Más información:

[Preguntas frecuentes sobre el Alzheimer \(knowalzheimer.com\)](http://knowalzheimer.com)

[CRE Alzheimer. Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y otras Demencias de Salamanca](http://crealzheimer.es)

[Infografía del Centro Virtual de envejecimiento](http://www.cvcv.es)





5. ENLACES WEB DE INTERÉS





Enlaces web de interés

- [Aula virtual SEEN: Nutrición enteral domiciliaria](#)
- [Aula virtual SEEN: Desnutrición relacionada con la enfermedad](#)
- [Aula virtual SEEN: Disfagia](#)
- [Documento SEEN de posicionamiento sobre el empleo de la nutrición enteral en la demencia avanzada](#)
- [Infografía-Decálogo nutrición en demencia avanzada](#)
- [El manual para el entrenamiento y apoyo de cuidadores de personas con demencia - Publicaciones – CEAFA](#)
- [Información para cuidadores de Alzheimer \(knowalzheimer.com\)](#)
- [CRE Alzheimer. Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y otras Demencias de Salamanca](#)
- [Manual para cuidadores de pacientes con demencia \(IMSERSO\)](#)
- [Infografía: 10 avisos para detectar Alzheimer](#)
- [Cribado para detectar Alzheimer](#) realizado por un evaluador a una persona mayor de 65 años con problemas de memoria
- [Consejos y cuidados - CEAFA](#)





6. GLOSARIO





Glosario

- **Cribado:** estrategia aplicada sobre una población para detectar una enfermedad en individuos sin signos o síntomas obvios de esa enfermedad.
- **Deglución:** función del organismo que consiste en tragarse saliva o alimentos por vía oral.
- **Demencia avanzada:** fase más evolucionada de la demencia, en la que se ha perdido capacidad de hablar, deambular y reconocer a familiares, además de dependencia e incontinencia urinaria y fecal.
- **Disfagia:** dificultad para realizar la deglución.
- **Sonda nasogástrica:** dispositivo cilíndrico empleado para llegar al estómago a través de la nariz, y poder aspirar contenido gástrico o infundir medicamentos o líquidos en el estómago. Se emplea en la técnica de nutrición enteral para infundir la fórmula de nutrición en el estómago del paciente.





Atención

- ❑ Lo indicado en este apartado en relación a pruebas, técnicas, protocolos, etc. es orientativo.
- ❑ Las técnicas disponibles en su centro o los protocolos indicados pueden variar parcialmente.
- ❑ Aconsejamos consultar las dudas con su equipo de referencia y seguir las indicaciones explicadas en su centro.





¡Muchas gracias!

