



AULA VIRTUAL

Nutrición en paciente con ictus

4. CUÍDATE

SEEN



Sociedad Española de
Endocrinología y Nutrición



❑ **Coordinadores:**

- Dra. María Riestra Fernández. Médico adjunto de Serv. Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario de Cabueñes
- Dr. José Pablo Suárez Llanos. Médico adjunto de la Unidad de Nutrición Clínica y dietética. Serv. Endocrinología y Nutrición. H.U. Nuestra Señora de Candelaria. S/C de Tenerife

❑ **Equipo colaborador:**

- Dra. Cristina Lorenzo González. Médico adjunto de la Unidad de Nutrición Clínica y dietética. Serv. Endocrinología y Nutrición H.U. Nuestra Señora de Candelaria. S/C de Tenerife



Cuídate

“Con información adecuada y el apoyo del equipo médico, es posible garantizar el bienestar del paciente”



Índice

- 1. MANEJO BÁSICO EN EL HOGAR**
- 2. COMPLICACIONES COMUNES Y SU PREVENCIÓN**
- 3. CUESTIONARIOS DE CALIDAD DE VIDA**
- 4. GLOSARIO**
- 5. ENLACES WEB DE INTERÉS**



1. MANEJO BÁSICO EN EL HOGAR



Manejo básico: consejos para alimentación por boca (I)



☐ Texturas adecuadas:

- Usar alimentos triturados, en puré o con consistencia homogénea.
- Espesar líquidos si lo indica el profesional.

☐ Posición correcta:

- Sentar al paciente en una posición vertical (90 grados) durante y después de comer.

☐ Pausas al comer:

- Ofrecer porciones pequeñas y permitir tiempo suficiente para tragar.

☐ Evitar distracciones:

- Comer en un ambiente tranquilo para prevenir atragantamientos.

Signos de Alarma

- ✓ Tos o atragantamiento frecuente al comer o beber.
- ✓ Cambios en la voz (ronquera o voz húmeda) tras tragar.
- ✓ Babeo o dificultad para manejar saliva.
- ✓ Infecciones respiratorias recurrentes.
- ✓ Pérdida de peso inexplicable o desnutrición.

¿Qué hacer ante un signo de alarma?

Detener la alimentación de inmediato.

Consultar con el médico o logopeda del paciente.

Siempre siga las recomendaciones de su equipo médico.

El logopeda puede ayudar a mejorar la capacidad para tragar.

Consulte periódicamente para ajustar la dieta y las texturas necesarias.



Manejo básico: consejos para alimentación por boca (II)

USO DE ESPESANTES

- Son productos que se añaden a líquidos para modificar su textura y facilitar su consumo, evitando atragantamientos. Dependiendo de la cantidad que se use, se pueden conseguir diferentes **texturas**

Néctar: Como un zumo espeso.

Miel: Más denso, similar a la miel.

Pudín: Muy espeso, como un yogur.

Cómo usarlos:

- Añadir la cantidad recomendada según la textura deseada.
- Mezclar bien y esperar unos minutos.
- Usar en líquidos como agua, sopas o jugos.

Siempre seguir las indicaciones del profesional.
Asegurar una posición erguida durante la alimentación



Manejo básico: consejos para la nutrición enteral domiciliaria (I)

- ❑ La nutrición enteral domiciliaria puede parecer complicada al principio, pero con práctica y siguiendo unas pautas sencillas, será una rutina fácil y segura

❑ PREPARACIÓN PREVIA

Higiene



Antes de manipular cualquier material, **lávate las manos** con agua y jabón. Asegúrate de que el espacio esté limpio y despejado.

Recopila material necesario

- **Fórmula** nutricional (según la recomendación médica).
- **Jeringa** de 50-60 ml (para administrar agua, nutrición o limpiar la sonda).
- **Bomba** de infusión o sistema de **gravedad**, si se usa.
- Puede ser útil un **pañito/toalla** limpios así como guantes.



Manejo básico: consejos para la nutrición enteral domiciliaria (II)

❑ Administración paso a paso

- **Posición del paciente:** Asegúrate de que el paciente esté **sentado o semi-incorporado** (mínimo 30°) durante la alimentación y al menos 30 minutos después. Esto previene el riesgo de aspiración.
- **Conexión a la sonda:**
 - Limpia el conector de la sonda con una toallita desinfectante o una gasa limpia.
 - **Si usas una jeringa:** conecta la jeringa a la sonda, introduce la fórmula lentamente y deja que fluya de forma suave.
 - **Si usas una bomba o sistema de gravedad:** ajusta la velocidad según las indicaciones del profesional sanitario.



Manejo básico: consejos para la nutrición enteral domiciliaria (III)

- **Hidratación:** Administra agua antes y después de la nutrición para mantener la sonda limpia y prevenir obstrucciones (consulta la cantidad recomendada).
- **Después de la administración**
 - Limpia la sonda con agua tras cada toma para evitar restos de fórmula que puedan obstruirla.
 - Guarda todo el material en un lugar limpio y seco para la próxima toma.



Manejo básico en el hogar

- ❑ En el siguiente enlace podrás ver un video sobre la administración de nutrición enteral mediante un sistema de gravedad

https://www.youtube.com/watch?v=V1TtiDH6Wmc&ab_channel=GrupoEnfermer%C3%A9Da%2CNutrici%C3%B3nyDiet%C3%A9ticadeMurcia



2. COMPLICACIONES COMUNES Y SU PREVENCIÓN



Complicaciones comunes y su prevención (I)

- Aunque el manejo de la nutrición enteral suele ser seguro, es importante conocer las posibles complicaciones y cómo evitarlas.

□ Obstrucción de la sonda

- **Causas comunes:** Acumulación de fórmula o medicamentos no bien diluidos.
- **ES IMPORTANTE PREVENIRLO**
 - Limpia siempre la sonda con agua antes y después de cada toma.
 - Usa agua tibia (no caliente) si notas resistencia al limpiar.
 - Asegúrate de que los medicamentos estén bien triturados y diluidos (consulta con tu equipo médico si es necesario).



Complicaciones comunes y su prevención (II)

❑ Infecciones alrededor del orificio de la sonda (estoma)

- **Causas comunes:** Mala higiene o cuidado inadecuado del lugar donde está colocada la sonda.



- **Cómo prevenir:**
 - Limpia el área alrededor de la sonda (si es gastrostomía) con agua y jabón suave diariamente.
 - Lava tus manos antes de manipular la sonda o los equipos.
 - Cambia los tubos y accesorios según las recomendaciones del profesional sanitario.



Complicaciones comunes y su prevención (III)

❑ Náuseas o vómitos

- Suele producirse por alimentación demasiado rápida o en posición incorrecta del paciente.
 - **Cómo prevenir:**
 - Alimenta al paciente mientras está en posición semiincorporada.
 - Revisa la velocidad de administración si usas bomba de infusión.

❑ Diarrea

- Puede ocurrir si la Fórmula nutricional se administra demasiado rápido o en una cantidad excesiva, o intolerancia a la fórmula.
 - **Cómo prevenir:**
 - Administra la fórmula lentamente.
 - Consulta al médico si el paciente presenta diarrea persistente para evaluar un posible cambio de fórmula.



3. CUESTIONARIOS DE CALIDAD DE VIDA



Cuestionarios de calidad de vida

- ❑ La disfagia puede afectar a la calidad de vida del paciente con Ictus
- ❑ Si realiza un cuestionario de calidad de vida, comuníquelo a su equipo de atención el resultado. Así podrán intentar ayudarlo a realizar modificaciones que mejoren su vida
- ❑ Los principales relacionados con esta patología son
 - SWAL-QOL (Swallowing Quality of Life Questionnaire).
 - Escala de calidad de vida para el ictus (ECVI-38)



SWAL-QOL (Swallowing Quality of Life Questionnaire).

Sobrecarga

Me es muy difícil soportar mi problema de deglución
Mi problema de deglución supone una preocupación importante en mi vida

Duración de la ingesta

Tardo más en comer que los demás
Tardo mucho tiempo en terminar una comida

Apetito

La mayoría de los días no me importa si como o no
Ya no disfruto comiendo
Ya casi nunca tengo hambre

Frecuencia de síntomas

Tos
Atragantarse con alimentos sólidos
Atragantarse con alimentos líquidos
Saliva o flemas espesas
Me ahogo cuando como
Exceso de saliva o flemas
Tener que aclarar la garganta (carraspeo)
Babeo
Problemas al masticar
Restos de comida en la garganta
Restos de comida en la boca
Sólidos y líquidos que salen por la boca
Sólidos y líquidos que salen por la nariz
Expulsar comida o líquido al toser

Selección de alimentos

Me supone un problema pensar en qué puedo comer
Es difícil encontrar alimentos que me gusten y pueda comer

Comunicación

A los demás les cuesta entenderme al hablar
Me resulta difícil hablar con claridad

Miedos

Temo atragantarme al comer
Me preocupa tener neumonía
Me asusta atragantarme al beber
Nunca sé cuándo voy a atragantarme

Salud mental

Mi problema de deglución me deprime
Mi problema de deglución me irrita
Me molesta tener que tomar tantas precauciones al comer o beber
Mi problema de deglución me frustra
Estoy desanimado debido a mi problema de deglución

Social

No salgo a comer fuera debido a mi problema de deglución
Mi problema de deglución dificulta mi vida social
Mis actividades habituales han cambiado debido a mi problema de deglución
No disfruto de las reuniones sociales debido a mi problema de deglución
Mi papel con mi familia/amigos ha cambiado debido a mi problema de deglución

Fatiga

Me siento débil
Me siento cansado
Me siento agotado

Sueño

Tengo problemas para conciliar el sueño
Tengo problemas para mantener el sueño



Anexo 1. Escala de calidad de vida para el ictus ECVI-38

Estado físico ¿cuánta dificultad tiene para?	I.a Mover las extremidades I.b Utilizar las manos I.c Caminar I.d Mantener el equilibrio I.e Dolor o molestias físicas	Extrema 5 5 5 5	Mucha 4 4 4 4	Bastante 3 3 3 3	Poca 2 2 2 2	Ninguna 1 1 1 1	Total
Comunicación ¿cuánta dificultad tiene para?	II.a Hablar II.b Comunicarse con otras personas II.c Leer II.d Escribir	5 5 5 5	4 4 4 4	3 3 3 3	2 2 2 2	1 1 1 1	
Cognición ¿cuánta dificultad tiene para?	III.a Su concentración III.b Su memoria III.c Su capacidad mental	5 5 5	4 4 4	3 3 3	2 2 2	1 1 1	
Emociones ¿cómo se siente habitualmente con relación a?	IV.a Estado de ánimo IV.b Vitalidad IV.c Autoestima IV. d Capacidad de mantener la calma IV.e Control sobre sus emociones	Muy mal 5 5 5 5	Mal 4 4 4 4	Regular 3 3 3 3	Bien 2 2 2 2	Muy bien 1 1 1 1	
Sentimientos ¿con qué frecuencia tiene usted?	V.a Ganas de vivir V.b Confianza en el futuro V.c Sensación de ser útil V.d Sensación de tranquilidad V.e Confianza en sí mismo	Nunca 5 5 5 5 5	Muy poco tiempo 4 4 4 4 4	Parte del tiempo 3 3 3 3 3	Casi siempre 2 2 2 2 2	Siempre 1 1 1 1 1	
		5	4	3	-	1	



ACVD ¿cuánta dificultad tiene para?	vi.a Su cuidado personal	Extrema	Mucha	Bastante	Poca	Ninguna
	vi.b Bañarse	5	4	3	2	1
	vi.c Realizar sus actividades domésticas acostumbradas	5	4	3	2	1
	vi.d Moverse libremente dentro de la casa	5	4	3	2	1
ACVD ¿cuánta dificultad tiene para?	vii.a Moverse a lugares distantes de la casa	Extrema	Mucha	Bastante	Poca	Ninguna
	vii.b Realizar sus actividades de entretenimiento o recreación	5	4	3	2	1
	vii.c Participar en actividades fuera del marco familiar	5	4	3	2	1
	vii.d Participar en actividades de la comunidad					

Anexo 1 (Continuación)

Funciones sociofamiliares ¿cuánta dificultad tiene para?	viii.a Tener independencia económica	Extrema	Mucha	Bastante	Poca	Ninguna
	viii.b Aportar económicamente a la familia como antes	5	4	3	2	1
	viii.c Cumplir sus funciones en el hogar	5	4	3	2	1
	viii.d Elaborar ideas y dar soluciones a problemas cotidianos	5	4	3	2	1
	viii.e Participar en las decisiones familiares	5	4	3	2	1
	viii.f Cumplir su papel como esposo/a	5	4	3	2	1
	viii.g Mantener su actividad sexual					
	viii.h Mantener su actividad laboral					

Fuente: obtenido de Fernández et al.⁶

Máxima puntuación: 100 puntos.

Resultado percepción calidad de vida: menos del 25%: sin afectación; entre el 25-50%: afectación leve; entre el 50-75%: afectación moderada; igual o más del 75%: afectación grave.



4. Glosario



Glosario

- ❑ **Logopeda:** Es un profesional que ayuda a las personas con problemas para hablar, tragar o comunicarse debido a enfermedades, lesiones o condiciones médicas.
- ❑ **Gastrostomía:** Es un pequeño orificio que se hace en el estómago para introducir alimentos líquidos directamente, cuando alguien no puede comer de manera normal.
- ❑ **Nutrición enteral domiciliaria:** Es la alimentación especial administrada a través de una sonda que va al estómago o intestino, pero se realiza en casa con la supervisión de profesionales.
- ❑ **Fórmula nutricional:** Es un alimento líquido diseñado para proporcionar todos los nutrientes necesarios (como proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales) a personas que no pueden comer alimentos normales.
- ❑ **Disfagia:** Es la dificultad para tragar alimentos o líquidos, que puede aumentar el riesgo de atragantamiento o problemas como infecciones pulmonares.



5. ENLACES WEB DE INTERÉS



Enlaces web de interés

❑ Fundación Ictus

- <https://www.fundacioictus.com/es/>

❑ Federación española Daño Cerebral Adquirido

- https://fedace.org/entidades_socias_fedace.html

❑ Guía de Nutrición para personas con disfagia

https://www.danocerebralsantiagodecompostela.org/userfiles/files/guia_nutricion_per_soas_disfagia.pdf

❑ Fundación freno al Ictus

- <https://www.frenoalictus.org/>

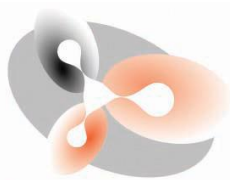
❑ Federación Daño Cerebral

- https://fedace.org/entidades_socias_fedace.html



¡Muchas gracias!

SEEN



Sociedad Española de
Endocrinología y Nutrición