AULA VIRTUAL

Nutrición y Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII)

1. CONOCE

EII
- **Enfermedad de Crohn**
- **Colitis Ulcerosa**

- Proceso infamatorio crónico que afecta al tracto digestivo.
- Puede implicar también a otros órganos.
- Síntomas gastrointestinales que interfiere con la vida diaria.

Riesgo de desnutrición

Cribado y valoración nutricional

- El estado nutricional es esencial en el tratamiento y un factor determinante para el pronóstico.
- Tratar la desnutrición disminuye riesgo de complicaciones.
- Mejora resultados clínicos.

Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE)

- **Origen multifactorial de riesgo de desnutrición**
- Disminución de la ingesta
- Alteración gastrointestinal (malabsorción, maladigestión)
- Incremento de requerimientos
  Aumento de pérdidas

Tratamiento médico nutricional

- Recomendaciones y consejos nutricionales

- Suplementos orales nutricionales (SON)
- Nutrición Enteral (NE)
- Nutrición Parenteral (NP)

2. APRENDE

La **alimentación** en **la EII es clave** junto con los **hábitos de vida**:

- **Desterrar falsos mitos** y **creencias erróneas** sobre la alimentación
- **Dieta mediterránea** como modelo de alimentación equilibrado y saludable
- Fases de **remisión y estabilidad**, la dieta no debe ser restrictiva, no hay datos que avalen evitar la lactosa, el gluten o la fibra si no hay intolerancias.
- **Individualizar la dieta según las necesidades** personales, valorar asesoramiento por profesional del ámbito de la nutrición

Recomendaciones dietéticas de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición

RECOMENDACIONES

Alimentación en brotes

- Dieta fraccionada, baja en residuos y en lactosa, de fácil digestión.
- Carnes magras y pescados blancos. Lácteos y derivados. Farináceos como el arroz blanco, patata cocida, pan tostado (no integral).
- Verduras y hortalizas en crema/puré, frutas al horno o microondas, sin piel. Aceite de oliva.

Crisis suboclusivas

- Modificar la consistencia de la dieta a líquida o triturada.
- Asegurar un aporte suficiente de calorías y proteínas haciendo uso de medidas de enriquecimiento nutricional.
- Dieta sin residuos, excluyendo la fibra insoluble (la soluble limitarla en función de los síntomas e intensidad de la enfermedad).

En casos de **diarrea** :dieta astringente, comidas frecuentes, poco abundantes, evitar la deshidratación

3. CONVIVE

Atención individualizada en EII

Los aspectos emocionales y psicológicos son fundamentales en la convivencia con una enfermedad e impactan a nivel físico y social. Además de los aspectos singulares de la EII en:

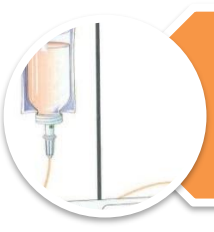
Etapa pediátrica
- EII es la forma más frecuente de enfermedad crónica digestiva.
- Tiene características propias diferentes a la del adulto.
- Supone un momento critico de cambios físicos y fisiológicos.
- Es vital la transición

Edad avanzada
- Mayor riesgo de infecciones y complicaciones
- Pluripatologia y polifarmacia.
- Lograr un envejecimiento saludable (módulo del Aula Virtual SEEN)

Información complementaria

Puedes encontrarlas en otros módulos del AULA VIRTUAL SEEN

Desnutrición Relacionada con la Enfermedad



Nutrición Enteral y Parenteral domiciliaria

Recuperarse mejor de una intervencion quirurgica

4. CUIDATE

ADHERENCIA TERAPÉUTICA

Es clave en el tratamiento nutricional, tanto en la dieta como en la posibilidad de prescripción de terapia médica nutricional con los suplementos orales nutricionales (SON).

OBESIDAD

Favorece mayor actividad de la enfermedad, ingresos más prolongados, interferencias en la respuesta a tratamientos y peores resultados en salud y calidad de vida.

SARCOPENIA

Implica disminución de la fuerza y masa muscular. Es prevalente en EII siendo fundamental identificar esta posible asociación entre desnutrición y sarcopenia. Marcador que predice fracaso del tratamiento.

EJERCICIO FÍSICO

Beneficioso para reducir la inflamación, mejorar la calidad de vida, el estado anímico, prevenir la pérdida de masa muscular y ósea, igualmente para controlar sobrepeso y obesidad.

METABOLISMO ÓSEO

Es frecuente el riesgo de osteoporosis que incrementa el riesgo de fracturas.
Lo fundamental es su prevención limitando los factores de riesgo conocidos.

Información ampliada en el módulo del Aula Virtual
Avalado por el grupo G-Educainflamatoria de GETECCU

Formación Pacientes Autocontrol Telemedicina
Educainflamatoria

Si quieres saber más sobre NUTRICIÓN y EII, tienes toda la información completa y muchos temas más en www.seen.es

NUTRYENDO

SEEN Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición

Redes sociales

@NutriSeen
@sociedadSEEN
@TuendocrinoSEEN