

# SITUACIONES ESPECÍFICAS

## Tratamiento médico nutricional en el ictus

### INFORMACIÓN PARA PACIENTES

**Rebeca Jiménez Sahagún.** Especialista en Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico Universitario de Valladolid. Valladolid.

**Beatriz Torres Torres.** Especialista en Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico Universitario de Valladolid. Valladolid.

**Esther Delgado García.** Especialista en Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínico Universitario de Valladolid. Valladolid.

El ictus es una urgencia médica y su pronóstico depende de que se diagnostique y trate lo antes posible y de manera adecuada. Debido al envejecimiento progresivo de la población y al aumento de la frecuencia de factores de riesgo vascular, como la hipertensión, la diabetes, la dislipidemia (elevación de los niveles de colesterol y/o triglicéridos), entre otros, cada vez son más frecuentes los casos de ictus. Además, el ictus supone, a nivel global, la primera causa neurológica de discapacidad en la población.

El ictus implica un riesgo de desnutrición aumentado, siendo la alteración de la deglución, denominada disfagia, su principal causa. Es por ello que en todas las personas que sufren un ictus hay que hacer una valoración nutricional y de la disfagia precoces. El objetivo de esta valoración es asegurar que el paciente recibe los aportes energéticos e hídricos necesarios. Además, permite seleccionar cuál es la manera más segura y efectiva de aportarlos. Esto es debido a que en muchas ocasiones a causa de la dificultad para tragar que los pacientes pueden padecer en los primeros días tras un ictus, la alimentación por vía oral puede no ser suficientemente segura ni ser una opción válida. En estos casos tanto la nutrición como la hidratación se deberán aportar, si no existe contraindicación, mediante nutrición enteral por una sonda, que se puede colocar a través de la nariz del paciente, llegando hasta el estómago. Aunque muchos pacientes recuperan la deglución en la fase aguda del ictus, esta puede persistir cuando se da de alta al paciente y este está en su domicilio. En algunos estudios se ha visto que hasta el 50% de los pacientes todavía tiene alguna dificultad a los 6 meses de haber tenido el ictus. Por ello, será muy importante seguir las recomendaciones y el tratamiento indicado por el equipo de nutrición responsable del paciente. Se puede encontrar información adicional en [este enlace](#) de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN).

Si la capacidad de tragar (deglución) se recupera o inicialmente la alteración de esta es leve y los pacientes pueden usar la vía oral, se recomendará una dieta con textura modificada y el uso de espesantes, que disminuye el riesgo de complicaciones como la neumonía por aspiración, hasta que esta se recupere por completo. Se puede encontrar información sobre la disfagia, sobre cómo espesar los líquidos y acerca de qué alimentos se deberían evitar junto con ejemplos de dietas, entre otros, en el aula virtual de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y en los siguientes enlaces:

- [https://www.seen.es/ModulGEX/workspace/publico/modulos/web/docs/apartados/1075/140420\\_010218\\_8552959241.pdf](https://www.seen.es/ModulGEX/workspace/publico/modulos/web/docs/apartados/1075/140420_010218_8552959241.pdf)
- <https://www.seen.es/portal/aula-virtual/difagia/conoce-difagia>
- [http://sociedadcentrorehabilitacion.com/wp-content/uploads/2020/05/190313\\_disfagia\\_interactivo.pdf](http://sociedadcentrorehabilitacion.com/wp-content/uploads/2020/05/190313_disfagia_interactivo.pdf)

Es muy importante que el tratamiento rehabilitador de la disfagia vaya en paralelo a la terapia nutricional e incluya aspectos tan importantes como la postura correcta y más segura para poder tragar bien. Este tratamiento ayudará también a mejorar la capacidad de tragar y disminuirá la frecuencia de complicaciones. Existen diferentes recursos destinados a los pacientes y cuidadores con el objetivo de enseñarles mediante vídeos y otros medios algunas medidas para que las puedan implementar en el día a día.

- <https://disfapp.es/>
- <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-ayudas-tecnicas-facilitar-alimentacion-personas-13136835>

Esperamos que todas estas recomendaciones y enlaces web sean de utilidad.