

---

Este capítulo se publica bajo Licencia [Creative Commons BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)

## Tema 2.3 SÍNDROME DE MALNUTRICIÓN.

**Malnutrición**

**Disfagia**

**Prevención del Síndrome**

**Intervenciones Enfermeras**

### Definición de malnutrición

Se define como una inadecuada nutrición causada por un exceso y/o déficit en el adecuado aporte de nutrientes, y en el balance energético/calórico.

En el anciano se puede caracterizar por:

Desnutrición proteica - calórica

Desnutrición de micronutrientes

Hipernutrición energética: por exceso

La desnutrición proteico-calórica presenta una alta prevalencia:

5% Ancianos sanos en domicilio

30% de los mayores de 80 años

30-60% instituciones

Hospitales: hasta un 75% pierde peso durante su estancia

Existen distintos factores de riesgo como factores fisiológicos (alteración del gusto y el olfato, alteraciones en la boca, alteración del apetito, etc), socioeconómicos/medioambientales (pobreza, soledad, falta de apoyos o ayudas), la presencia de deterioro funcional (inmovilización, disfagia, etc) y patologías asociadas.

Las consecuencias pueden ser variadas y depender de gravedad en función de la intensidad de la malnutrición: aumento de la morbi-mortalidad, pérdida de masa muscular y ósea, anemia, alteraciones electroquímicas, etc.

## Disfagia

Es cualquier dificultad o incomodidad para hacer avanzar los alimentos y saliva desde la boca al estómago con el consiguiente riesgo de que sean aspirados a los pulmones. La disfagia es una alteración en alguna de las fases de la deglución. Puede afectar en diferentes grados, desde leves molestias, a complicaciones graves. Puede surgir en cualquier punto entre la boca y el estómago, ya que todos participan en el mecanismo de la deglución. Es frecuente en personas mayores frágiles y dependientes y entraña riesgos para la salud como pérdida de apetito y de peso, molestias y dolor, tos persistente e incluso neumonía relacionada con broncoaspiración.

## Prevención del Síndrome

Prevenir la malnutrición en el mayor requiere la realización de una valoración integral y completa. Dicha valoración va dirigida a valorar el estado nutricional de la persona, los valores antropométricos (peso, talla, IMC), valores bioquímicos en sangre, así como también a valorar la necesidad de alimentarse, el estado de la boca, el tipo de dieta que toma, la capacidad para adquirir alimentos adecuados y prepararlos, etc. Una buena valoración permite detectar factores de riesgo que puedan desencadenar malnutrición.

## Intervenciones enfermeras

Lo primero es realizar una adecuada valoración del estado nutricional y del estado general de la persona mayor. Esto propiciará la realización de un buen cribaje sistémico encaminado a:

1. Cálculo de los requerimientos nutricionales:  
    Cuantitativo y cualitativo
2. Instauración del soporte nutricional adecuado
3. Seguimiento y evaluación
4. Recomendaciones prácticas