

MEDIDAS NUTRICIONALES EN EL CUIDADO DE LOS PACIENTES CON ÚLCERAS POR PRESIÓN.

Rafael Muñoz Cruz
Cristina Moreno Amezcua

Introducción

El coste que las úlceras por presión (UPP) producen al Sistema Sanitario es muy elevado, tanto desde el punto de vista de los recursos como asistencial.

Las úlceras por presión constituyen frecuentemente una alteración de la necesidad de nutrición.

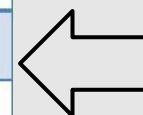
Una ingesta calórica reducida, la deshidratación y una disminución de la albúmina sérica aumentan el riesgo de aparición de UPP y el tiempo de cicatrizado de las mismas.

Método

Después de realizar una revisión bibliográfica sobre el tema, se han descrito las siguientes medidas nutricionales para la prevención y el cuidado de este tipo de heridas.

Resultado

Integridad de la piel	Proteínas	Líquidos	Calorías
Piel Intacta Cuidados preventivos	0,8-1,0 g/kg	30 ml/kg/día	30 Kcal/kg/día
Úlceras por presión categorías I y II. Laceraciones Abrasiones. Úlceras isquémicas (solo 1 ó 2 heridas)	1,2-1,5 g/kg	35 ml/kg/día	35 Kcal/kg/día Considerar multi-vitaminas y minerales
Úlceras por presión de categorías III y IV	1,5-2,0 g/Kg	35-40 ml/kg/día	40 Kcal/Kg/día Considerar multi-vitaminas y minerales
Heridas severas. Úlceras por presión categoría IV/quemaduras	Hasta 3,0 g/Kg	40 ml/kg/día	40 ó + Kcal/Kg/día Considerar multi-vitaminas y minerales
Heridas múltiples/que no cicatrizan Hipoalbuminemia (27 g/l o menos). Prealbúmina (0,10 g/l o menos) Úlceras venosas y úlceras por presión de categoría II múltiples	2,0-3,0 g/Kg	40 ml/kg/día	35-40 Kcal/Kg/día Considerar multi-vitaminas y minerales



Se ha establecido una guía de cuidados alimentarios para pacientes con riesgo de UPP, o con UPP ya establecida.

Si fuera necesario, y en función de las condiciones del paciente, se pueden administrar suplementos proteicos:
•Fortimel®: suplemento nutricional hiperproteico, 200 ml. 1-3 brick/día.

•La desnutrición es un importante factor de riesgo en la formación de las UPP, por lo que la dieta debe ser equilibrada e individualizada a las características de la persona.

•Al ingreso del paciente, se debe realizar una valoración nutricional para identificar y corregir los diferentes déficits nutricionales que presente el paciente.

•Para evitar la aparición y favorecer la cicatrización de las UPP, conviene tomar un aporte adecuado de:

- Minerales: -Hierro: Carnes, pescados y legumbres.
-Cobre: Vegetales verdes y cereales.
-Zinc: Carne y cereales.
- Vitaminas: -A: Verduras de hoja verde, lácteos, tomates y zanahorias.
-B: Carne, huevos, cereales, legumbres y tomates.
-C: Frutas y verduras.
- Aminoácidos: -Arginina: Lácteos, huevo, pescado y cacahuetes.

Conclusiones

1.- El cumplimiento de todas estas medidas nutricionales dirigidas a los pacientes predisponentes de úlceras por presión o que ya la padecen dicha herida, va a suponer una disminución de la incidencia del problema.

2.- Teniendo en cuenta que en el medio hospitalario hay una incidencia media de UPP de un 8,81% (puede variar entre un 0 y un 40% dependiendo del tipo de hospital), resulta fundamental una buena asistencia nutricional a este tipo de pacientes, lo que va a suponer una disminución en el gasto sanitario tanto asistencial como de recursos (humanos, materiales... etc.).