

LA IMPORTANCIA DE LA VALORACIÓN INTEGRAL NUTRICIONAL EN RESIDENCIAS DE ANCIANOS

Autores ALONSO FERNANDEZ, V *; GIBELLO GONZÁLEZ, O **; JIMÉNEZ CABRERA, L **

*ENFERMERA ATENCIÓN PRIMARIA OSAKIDETZA GIPUZKOA

** ENFERMERA RESIDENCIA DE ANCIANOS YURREAMENDI DE TOLOSA GIPUZKOA

INTRODUCCIÓN:

En las residencias de ancianos es necesario realizar una valoración integral del estado nutricional de los residentes para poder detectar los diferentes tipos de desnutrición, estados carenciales e incluso estados de abuso.

En nuestra residencia realizamos una valoración nutricional integral al ingreso, al mes del ingreso, en la revisión anual y siempre que se detecte alguna alteración de salud importante.

OBJETIVOS:

Detección precoz de estados de malnutrición
Puesta en marcha de medidas para poder prevenir la aparición de complicaciones graves en el anciano (UPP, alteraciones del sistema inmunitario, fragilidad, inmovilismo, disminución de la calidad y esperanza de vida...)

Uso de un lenguaje estandarizado (NANDA, NOC, NIC)

VALORACIÓN INTEGRAL DEL ESTADO NUTRICIONAL

La valoración integral del estado nutricional consta de una serie de pasos:

• **Screening nutricional**

En este apartado se realiza un cribaje para detectar al grupo de ancianos de riesgo. A este grupo es al que seguiremos haciendo un control. Para ello, de las diferentes escalas existentes, nosotros utilizamos la primera parte de la escala MNA

• **Historia dietética**

Se trata de recoger la mayor información posible acerca de los hábitos dietéticos de los residentes, para ello utilizamos la escala MNA. Para la obtención de los datos complementamos la escala realizando la entrevista al residente o familiar el día del ingreso; y al residente o la encargada de planta en el resto de los casos.

• **Valores antropométricos**

Son datos objetivos necesarios para cualquier valoración nutricional. Es importante tener un peso de referencia, por lo que les pesamos el día del ingreso.

Los valores antropométricos que recogemos son: peso, talla, IMC, circunferencia del brazo y circunferencia de la pierna.

• **Valoración bioquímica**

Mediante datos obtenidos de analítica de sangre: albumina, prealbumina, transferrina, colesterol, etc...

• **Diagnóstico**

Si el resultado del MNA es Riesgo de malnutrición o Mal estado nutricional o si hay algún valor alterado en la analítica, hacemos un diagnóstico diferencial entre los tipos de desnutrición (calórica, proteica o mixta), estados carenciales o estados de abuso, eligiendo el diagnóstico NANDA correspondiente, con los NOC y NIC relacionados.

• **Cálculo de aporte calórico**

Mediante fórmulas, calculamos los requerimientos energéticos en base a las necesidades de cada residente.

• **Elaboración de un informe nutricional**

Elaboramos una dieta adecuada a sus necesidades atendiendo al tipo de malnutrición.

Para elaborar este informe nutricional, tenemos en cuenta una serie de aspectos: asegurar una ingesta variada, preguntar preferencias alimenticias, mejorar presentación de alimentos, analizar incompatibilidades o interacciones con fármacos, fraccionar ingesta en 5 o 6 tomas, etc...

Grado de desnutrición por parámetros bioquímicos e inmunológicos en personas mayores de 65 años

	Albumina (mg/dl)	Transferrina (mg/dl)	Linfocitos (células/mm ³)
Normal	3,6 - 4,5	250 - 350	>2000
Desnutrición Leve	2,8 - 3,5	150 - 250	1200 - 2000
Desnutrición Moderada	2,1 - 2,7	100 - 150	800 - 1200
Desnutrición Severa	< 2,1	< 100	< 800

$$IMC = \frac{\text{peso}(kg)}{\text{altura}^2(m)}$$



CONCLUSIÓN:

Mediante la valoración nutricional integral en los ancianos, formulamos los diagnósticos NANDA relacionados con la malnutrición para poder prevenir las complicaciones que frecuentemente aparecen en los residentes.

BIBLIOGRAFÍA:

Biblioteca Cochrane Plus, "Assessing the older person: is the MNA a more appropriate nutritional assessment tool than the SGA?", 2003, vol 7, pp 13-7
SciELO, "Evaluación nutricional comparada del adulto mayor en consultas de medicina familiar", 2010, vol 25, n 4
Lilacs, "Estado nutricional de adultos mayores institucionalizados venezolanos", septiembre 2005, 46(3):219-228