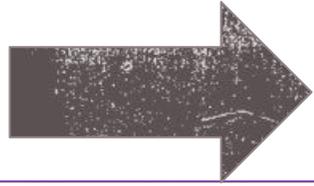




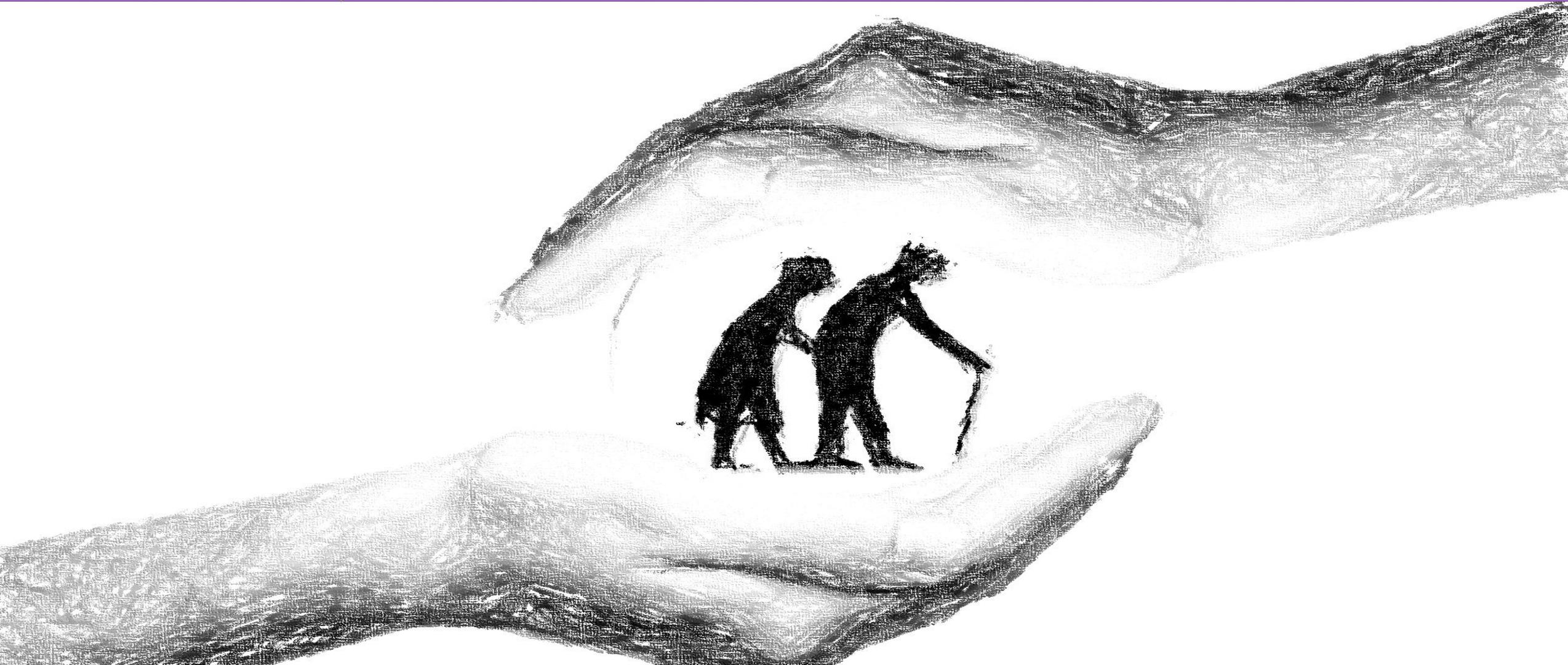
ALIMENTACIÓN E HIGIENE



Trinitario Sánchez García



DESDE LA PERSPECTIVA DEL CUIDADOR



PLAN ESTRATÉGICO

DETECTAR NECESIDADES

- ¿Qué necesidades puede presentar a la hora de alimentarse?

ACOMPañAR/PRESTAR
AYUDA

- ¿ en qué medida nos necesita para llevarlas a cabo

EVALUARLAS
CONTINUAMENTE

- La enfermedad es un proceso cambiante



ALIMENTACIÓN

VALORACIÓN INICIAL

ENFERMEDADES
(NEUROLÓGICAS,
METABÓLICAS...)

PROBLEMAS
RELACIONADOS





EN LA VALORACION INICIAL, QUE
ASPECTOS TENDRÍAS EN CUENTA?



VALORACIÓN INICIAL

NECESIDADES

- ESTADO NUTRICIONAL (MNA)
- NIVEL DE AUTONOMÍA (ESCALA EVA)

FACTORES DE RIESGO

- FISIOLÓGICOS
- ECONÓMICOS Y MEDIOAMBIENTALES
- DETERIORO FUNCIONAL
- ENFERMEDADES Y SUS CONSECUENCIAS





Mini Nutritional Assessment (MNA)

HERRAMIENTA PARA MEDIR ESTADO NUTRICIONAL O RIESGO DE DESNUTRICION

https://www.mna-elderly.com/forms/mna_guide_spanish.pdf

Escala de valoración de la autonomía funcional para el autocuidado (E.V.A)

https://www.researchgate.net/publication/258222593_EVA_Escala_de_valoracion_de_autonomia_funcional_para_el_autocuidado



RIESGO DE DESNUTRICIÓN

FACTORES FISIOLÓGICOS

- Cambios en la composición corporal.
- Disminución de la actividad física.
- Alteración gusto y olfato.
- Disminución del apetito.
- Disminución del reflejo de sed.
- Problemas dentales: falta de piezas, prótesis mal adaptadas.
- Disminución de la secreción y absorción intestinal.



RIESGO DE DESNUTRICIÓN

FACTORES ECONÓMICOS Y MEDIOAMBIENTALES

- Bajos ingresos, pobreza, desastres naturales, guerras
- Ignorancia, incultura.
- Hábitos alimentarios incorrectos: bajo N° de comidas, alimentos inadecuados.
- Aislamiento, soledad. Pérdida del cónyuge
- Mal soporte familiar o social: red de apoyo insuficiente
- Institucionalización





RIESGO DE DESNUTRICIÓN

DETERIORO FUNCIONAL

- Dificultad o incapacidad para la compra, preparación y conservación de alimentos.
- Dificultad para la ingesta, deglución (**disfagia**)
- Inactividad, inmovilidad.





RIESGO DE DESNUTRICIÓN

ENFERMEDADES Y SUS CONSECUENCIAS

- Enfermedades crónicas (ICC, EPOC, Demencia..)
- Enfermedades y situaciones agudas: Traumas, Cirugía, Infecciones, Ulceras
- Consumo de medicamentos
- Deterioro cognitivo





ENFERMEDADES Y PROBLEMAS RELACIONADOS

DETERIORO COGNITIVO

DIABETES



DETERIORO COGNITIVO

DISFAGIA

- La disfagia es una secuela común a una gran variedad de enfermedades entre las que se pueden incluir ACVS, TCE y múltiples enfermedades neurodegenerativas.
- Dificultad o incapacidad para tragar

SIGNOS DE ALARMA

- tos y atragantamiento por la aspiración de alimentos
- dolor al tragar
- babeo por dificultades en el cierre de labios
- cambios en la voz después de la ingesta





¿ CÓMO ABORDAR LA DISFAGIA?

- ✓ No dejar comer sola a una persona con riesgo de atragantamiento.
- ✓ Reducir cantidad de comida y aumentar número de ingestas.
- ✓ No introducir demasiada comida a la vez en la boca.
- ✓ Utilizar espesantes.
- ✓ Procurar una postura adecuada.



DIABETES

Enfermedad crónica e irreversible del metabolismo en la que se produce un exceso de glucosa o azúcar en la sangre y en la orina; es debida a una disminución de la secreción de la hormona insulina o a una deficiencia de su acción.

VALORES NORMALES
EN AYUNAS



80-120 MG/DL





SIGNOS DE HIPOGLUCEMIA

- Temblores o nerviosismo.
- Sudoración.
- Hambre.
- Dolor de cabeza.
- Visión borrosa.
- Somnolencia o cansancio.
- Mareo o aturdimiento.
- Confusión o desorientación.

SIGNOS DE HIPERGLUCEMIA

- Estar muy sediento o tener la boca seca.
- Tener visión borrosa.
- Tener la piel seca.
- Sentirse débil o cansado.
- Necesidad de orinar mucho, o necesitar levantarse más seguido de lo usual en la noche para orinar.





RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ CONTROL DEL PESO.
- ✓ CONTROL DE LAS RACIONES DE COMIDA.
- ✓ EVITAR AYUNOS PROLONGADOS
- ✓ CONTROL FRECUENTES DE GLUCOSA.
- ✓ CONOCER EL USO DEL GLUCÓMETRO



HIGIENE

OBJETIVOS

HÁBITOS DE HIGIENE

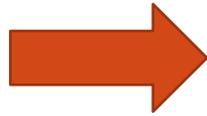
PREVENCIÓN DE ULCERAS POR PRESIÓN

PREVENCIÓN DE INFECCIONES

CUIDADO DE LA PIEL



HÁBITOS DE HIGIENE



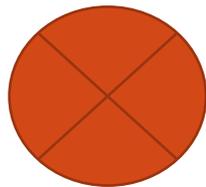
LIMPIEZA
BUCAL



ASEO CORPORAL DIARIO
(INCONTINENCIA URINARIA)



CUIDADO DE LA PIEL Y
UÑAS

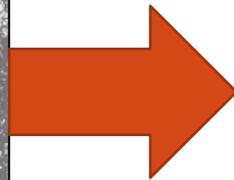


EVITAR INFECCIONES, PREVENIR LA APARICIÓN DE
UPP Y FOMENTO DE LA AUTOESTIMA



PREVENCIÓN DE ÚLCERAS POR PRESION

ZONAS MAS FRECUENTES



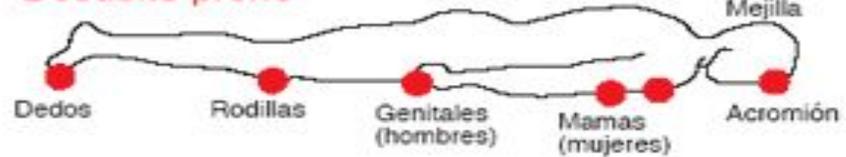
Decúbito dorsal



Decúbito lateral



Decúbito prono



ASEO PACIENTE ENCAMADO



<https://www.youtube.com/watch?v=75D2-A11Yww&t=28s>



REFLEXIÓN FINAL Y DUDAS



tario2292@gmail.com

