

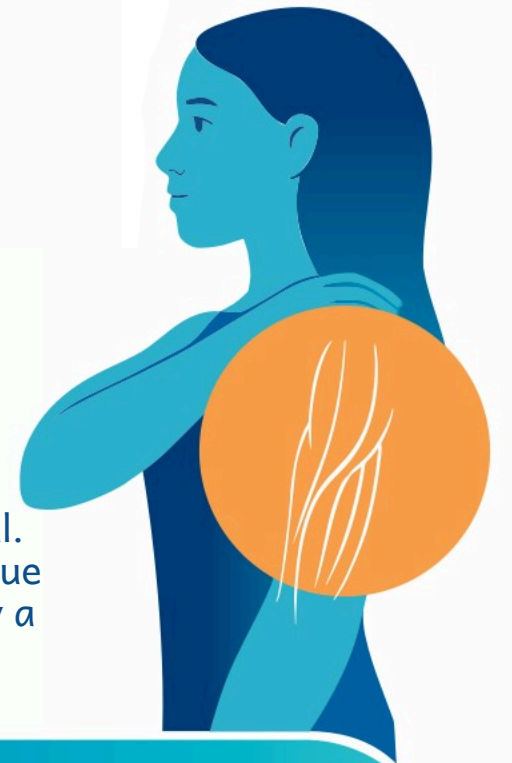
# Nutrición para pacientes con enfermedades neuromusculares



European Reference Network

for rare or low prevalence complex diseases

Network  
Neuromuscular Diseases  
(ERN EURO-NMD)



## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL CUIDADO NUTRICIONAL?

- La nutrición favorece la salud en general, la movilidad y la calidad de vida.
- Controla los síntomas, retrasa la progresión de la enfermedad y previene complicaciones.



## DESAFÍOS

- Alteración de la composición corporal y de los requerimientos energéticos.
- Dificultad para masticar, tragar y disminución de la función gastrointestinal.
- Fatiga y reducción de la función física que afectan a la preparación de las comidas y a la ingesta de alimentos.



## La importancia de la atención continuada

Una evaluación nutricional sistemática es esencial para adaptar las estrategias a la progresión de la enfermedad



1

### Detección y seguimiento



- Vigilar los signos de disfagia y cambios en el apetito.
- Controlar el peso mensualmente o en cada revisión hospitalaria si el control mensual no es posible.
- Análisis de sangre anuales de vitamina D, hierro y otros marcadores nutricionales, cuando sea pertinente.

2

### Valoración y diagnóstico



- Valoración de la disfagia.
- Revisar la ingesta de alimentos y la consistencia de las comidas.
- Abordar los factores contribuyentes (por ejemplo, fatiga, problemas respiratorios y gastrointestinales).

Para el sobrepeso o la obesidad

- Proporcionar planes de alimentación equilibrados y de actividad física personalizada.
- Identificar comorbilidades como la resistencia a la insulina.
- Promover el bienestar emocional.

3

### Estrategias de gestión

En caso de desnutrición o falta de apetito:

- Cambiar la textura de los alimentos, aumentar la densidad de nutrientes, asegurar la hidratación.
- Comidas pequeñas y frecuentes y suplementos ricos en calorías y proteínas.
- Considerar el uso de nutrición enteral cuando sea apropiado.
- Valorar la necesidad de suplementos.

4

### Comunicación y apoyo

- Colaboración entre paciente y equipo médico: Diálogo abierto entre pacientes, cuidadores y profesionales de la salud.
- Atención coordinada: Un enfoque de equipo multidisciplinario garantiza una atención integral y una gestión eficaz.

5

### Otras preocupaciones relacionadas con la nutrición

- Comorbilidades metabólicas: Gestionar enfermedades como la diabetes o relacionadas con el metabolismo muscular con dietas especializadas.
- Problemas gastrointestinales: Abordar síntomas como el estreñimiento o el reflujo con cambios en la dieta y apoyo médico.

6

### Recursos

Consultar guías clínicas y herramientas educativas

¡Escanea el código QR para más información y compartir!

