

Nutrição para pacientes com doenças neuromusculares



**European
Reference
Network**

for rare or low prevalence
complex diseases

**Network
Neuromuscular
Diseases
(ERN EURO-NMD)**



PORQUE É QUE O CUIDADO NUTRICIONAL É IMPORTANTE

- A nutrição contribui para a saúde geral, a mobilidade e a qualidade de vida.
- Controla os sintomas, atrasa a progressão da doença e previne complicações.



DESAFIOS

- Alteração da composição corporal e das necessidades energéticas.
- Dificuldade para mastigar e engolir; problemas gastrointestinais.
- Fadiga e redução da função física que afetam a preparação das refeições e a ingestão de alimentos.



A importância do cuidado contínuo

A avaliação nutricional regular é essencial para adequar as estratégias à progressão da doença.



1

Triagem e monitorização



- Monitorize sintomas de disfagia e alterações no apetite.
- Verifique o peso mensalmente ou em cada consulta hospitalar, caso a monitorização mensal não seja viável.
- Exames de sangue anuais para dosagem de vitamina D, ferro e outros marcadores nutricionais, quando pertinente.

Para pessoas com excesso de peso ou obesidade.

- Oferecer planos de refeições balanceadas e atividade física personalizada.
- Verificar a presença de comorbilidades, como resistência à insulina.
- Gerir o bem-estar emocional.

2

Avaliação e diagnóstico



- Avaliação da disfagia.
- Análise da ingestão de alimentos e da regularidade das refeições.
- Abordagem dos fatores contribuintes (por exemplo, fadiga, problemas respiratórios e gastrointestinais).

3

Estratégias de gestão

4

Comunicação e suporte

- Colaboração entre paciente e equipa clínica: Diálogo aberto entre pacientes, cuidadores e profissionais de saúde.
- Assistência coordenada: Uma abordagem multidisciplinar baseada em equipa garante cuidados abrangentes e gestão eficaz.

5

Outras preocupações relacionadas com a nutrição

- Comorbilidades metabólicas: Controlo de doenças como diabetes ou relacionadas ao metabolismo muscular com dietas especializadas.
- Problemas gastrointestinais: Trate sintomas como prisão de ventre ou refluxo com mudanças na dieta e acompanhamento médico.

6

Recursos

Consulte as diretrizes clínicas e as ferramentas educacionais.

Leia o código QR para
obter mais informações e
compartilhar!

