



©Freepik.

## Abordaje de la desnutrición relacionada con la enfermedad en pacientes con Covid-19

07-07-2020

**La Alianza Másnutridos ha hecho público un manifiesto sobre el 'Abordaje de la desnutrición relacionada con la enfermedad en pacientes con Covid-19' firmado por diversas sociedades científicas y médicas. En él se aboga por la intervención y valoración nutricional de los enfermos y se llama la atención y pide concienciación acerca del problema de la DRE (desnutrición relacionada con la enfermedad), que afecta a pacientes en diferentes entornos sanitarios.**

La Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE) se define como una alteración de la composición corporal producida por un déficit de nutrientes (por disminución de la ingesta o aumento de las pérdidas o de los requerimientos) como consecuencia de una enfermedad aguda o crónica, que disminuye las funciones vitales y repercute de forma negativa en la evolución clínica.

Como ya todos sabemos, la Covid-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus SARS-Cov-2 cuyos síntomas más comunes son fiebre y síntomas respiratorios (tos y disnea o dificultad para respirar). En los casos más graves, pueden causar neumonía, síndrome de distrés respiratorio agudo grave, insuficiencia renal, síntomas gastrointestinales e incluso la muerte.

Los pacientes afectados con Covid-19 pueden desarrollar, según la clasificación de las guías Espen, desnutrición relacionada con la enfermedad aguda con inflamación por diferentes causas: aumento de requerimientos energéticos con dificultad para cubrirlos por hipoxemia, existencia de una situación inflamatoria grave y coexistencia de dificultades en la alimentación. En particular, la infección por Covid-19 puede ir acompañada de náuseas, vómitos y diarrea que afectan tanto la ingesta como la absorción de alimentos. Este perfil de paciente presenta pérdida de masa muscular y funcionalidad debido a la situación catabólica de su organismo, agravada por una situación de inmovilización y estancia hospitalaria prolongada (especialmente en pacientes que requieren ingreso en unidades de cuidados intensivos-UCI).

Además, se debe tener en cuenta, que muchos de estos pacientes ya tienen un alto riesgo de sufrir desnutrición por tener enfermedades crónicas o ser pacientes de edad avanzada que asocian una mayor prevalencia de comorbilidades y cambios en la

composición corporal, como la pérdida gradual de la masa muscular esquelética y el deterioro de la función muscular (sarcopenia). Por todo lo anterior, una adecuada valoración y diagnóstico del estado nutricional del paciente, así como la prescripción de un tratamiento nutricional adaptado a sus necesidades, es esencial para reducir complicaciones, mejorar los resultados clínicos, así como conseguir una recuperación temprana y eficaz, lo que disminuirá sin duda el riesgo de reingresos hospitalarios.

Por todo lo expuesto anteriormente, desde la Alianza Másnutridos han publicado el siguiente manifiesto:

- La valoración y la intervención nutricional deben integrarse en el manejo del paciente con *Covid-19*, tanto en la fase aguda de la enfermedad, representada en el ámbito hospitalario, ya sea en la UCI o en las Unidades de Agudos, como en la fase de seguimiento posterior, coordinado desde Atención Primaria o centros sociosanitarios. Por ello, es fundamental que todos los profesionales sanitarios implicados, enfermería, farmacéuticos, médicos y dietistas reciban la mejor formación y dispongan de las herramientas necesarias para el manejo del paciente con DRE tanto en el ámbito hospitalario como en el comunitario.
- Se recomienda la realización del cribado y la valoración nutricional, a todos los pacientes adultos con *Covid-19*, tanto ambulatorios como hospitalizados. Los pacientes hospitalizados serán considerados pacientes de riesgo.

Dado que los tratamientos médicos y quirúrgicos de numerosos pacientes pueden haber sufrido un retraso debido a la pandemia, se recomienda monitorizar de cerca el estado nutricional mediante un cribado adecuado con el fin de mantener o incluso obtener un estado óptimo antes de la cirugía. Manifiesto cuando ésta pueda llevarse a cabo.

- **Optimizar la situación nutricional.** Una vez detectado el riesgo de desnutrición o la existencia de desnutrición establecida, se recomienda en todos aquellos que no alcancen los requerimientos nutricionales a través de una dieta optimizada, seguir las recomendaciones de la Espen (Sociedad Europea de Nutrición Clínica y Metabolismo): suplementación con una fórmula hipercalórica e hiperproteica, asegurando un aporte diario de al menos 400 Kcal y 30 g de proteína. Deberán priorizarse los suplementos nutricionales por vía oral y si no es factible se valorará una nutrición enteral o parenteral (según los casos). En el paciente hospitalizado, el tratamiento nutricional debe ser instaurado precozmente dentro de las primeras 24-48h del ingreso.
- Los profesionales sanitarios deben realizar el **seguimiento nutricional de la ingesta de los pacientes en tratamiento domiciliario**, para minimizar el riesgo de desnutrición y las posibles complicaciones posteriores.
- Se debe garantizar la **continuidad asistencial tras el alta hospitalaria**. Para ello se recomienda que el informe de alta incluya de forma específica el plan de intervención nutricional del paciente, además del diagnóstico de desnutrición.
- Se debe recomendar a los pacientes sintomáticos que se mantengan activos el mayor tiempo posible, con el objetivo de evitar períodos prolongados de sedestación o inmovilidad. **Es fundamental realizar ejercicio físico a diario** con una duración e intensidad adaptadas a la situación de cada paciente, dependiendo de la evolución clínica y siguiendo las indicaciones del médico rehabilitador.

Desde la Alianza Másnutridos y a través de su grupo interterritorial y entidades asociadas se quiere concienciar acerca del problema de la Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE), que afecta a pacientes en diferentes entornos sanitarios (hospitales, residencias y comunidad). Por ello se hace un llamamiento al Ministerio de Sanidad, para que publique el 'Documento marco para el abordaje de la desnutrición relacionada con la enfermedad en el SNS', (documento elaborado en colaboración con la Alianza) y a los responsables de las comunidades autónomas para que integren la Desnutrición Relacionada con la Enfermedad en las estrategias y los planes de salud.

– Puedes ver todas las noticias relacionadas con el coronavirus en la página 'Las colectividades frente al *Covid-19*' y descargar el manifiesto de Alianza Másnutridos en el apartado de 'Guías y documentos' (apartado 'Nutrición').

### Noticias Relacionadas

- La desnutrición relacionada con la enfermedad, un problema prevalente y de altos costes
- La malnutrición hospitalaria puede suponer un sobrecoste de 67 millones de euros anuales
- La importancia de las legumbres en una dieta saludable y equilibrada para personas mayores
- Un 30,4% de los mayores que ingresan en una residencia sufren desnutrición