



Te encuentras en Inicio / Divisiones / Sociosanitario /

El Hospital General de Valencia diseña una dieta específica para pacientes con Covid-19

Carlos Sánchez, jefe del servicio de Endocrinología y Nutrición y Beatriz Voltas, residente de dicho servicio.

El Hospital General de Valencia diseña una dieta específica para pacientes con Covid-19

Miércoles, 15 de abril 2020

El Hospital General de Valencia ha establecido una dieta específica para los pacientes ingresados por Covid-19, ya que las personas afectadas se encuentran en una situación de elevado riesgo nutricional debido a los altos requerimientos calóricos-proteicos que presentan por su situación. Es fundamental también una especial atención a su hidratación.

Los pacientes afectados por Covid-19, tanto hospitalizados como ambulatorios, se encuentran en una situación de elevado riesgo nutricional debido a los altos requerimientos calóricos-proteicos que presentan por la situación inflamatoria aguda grave y también por la dificultad para cubrir adecuadamente sus necesidades nutricionales por vía oral, en algunos casos.

Esta dificultad para cubrir sus necesidades nutricionales es consecuencia de un conjunto de circunstancias que se dan en ellos: anorexia (falta de apetito), disnea (dificultad en la respiración), astenia (fatiga) y la posible presencia de diarrea, según explica **Carlos Sánchez**, jefe de Endocrinología y Nutrición del Hospital General de Valencia.

“El objetivo nutricional es aumentar la densidad calórica y proteica de la dieta. Es importante aportar una mayor cantidad de nutrientes en la ingesta diaria. Y, por otro lado, aumentar el número de comidas al día, mínimo seis comidas. Es decir, pequeñas cantidades en frecuentes ingestas, para evitar sensación de saciedad y conseguir mayor aporte calórico y proteico”, señala.

Si hay una gran falta de apetito es conveniente realizar un plato único que contenga alimentos variados, añadiéndole aquellos que contienen proteínas (carnes, pescados, huevos y legumbres), hidratos de carbono (harinas, pan, pasta, patatas, etc.) y grasas (especialmente aceite oliva, etc.).

Además, es recomendable que los pacientes mastiquen bien y coman despacio, tomando el tiempo necesario. En caso de fatiga durante las ingestas optar por alimentos de fácil masticación. Las sopas o caldos aportan agua, pero pocos nutrientes y por tanto hay que incluir preparados con suficiente aporte de proteínas.

La responsable de Dietistas y Hostelería del Hospital General de Valencia, **Fina Irlles**, recomienda también evitar una alimentación monótona, presentar los platos de diferentes maneras, colores, aromas, etc.

Además, insiste en que es fundamental una importante atención a la hidratación de las personas con infección por Covid-19. *“Deben beber abundantes líquidos, tanto agua, infusiones, zumos o caldos, pero separados de las comidas de 30 a 60 minutos, para evitar sensación de saciedad y así prevenir la desnutrición”.*

El Hospital General de Valencia estableció, desde el inicio del ingreso de pacientes con esta patología, una dieta específica para ellos con las características citadas anteriormente y también una adaptada a los pacientes con diarrea ya que ésta se asocia frecuentemente a la infección por Covid-19.

Asimismo, el servicio de Endocrinología y Nutrición ha elaborado, conjuntamente con el servicio de Anestesiología, Reanimación y Terapia del Dolor (SARTD), un documento de consenso ([descargar resumen](#)), adaptado al código de dietas y vademécum del Hospital General de Valencia, para dar soporte a las recomendaciones nutricionales, tanto de los pacientes ingresados en sala como los pacientes en UCI, y que va desde la suplementación oral o enteral hasta, si la situación lo requiere, la Nutrición parenteral.

– [Encuentra esta y otras noticias relacionadas con la crisis del coronavirus en nuestra página ‘Las colectividades frente al Covid-19’](#).

Noticias Relacionadas

- [¿Cómo abordar la disfagia en los pacientes con infección causada por el virus SARS-CoV-2?](#)
- [Hoy más que nunca, valoremos el trabajo de la restauración colectiva en hospitales](#)

- [¡Las colectividades frente al Covid-19! Difusión de mensajes positivos del y para el sector](#)
- [Recomendaciones dirigidas a los centros de mayores para hacer frente al Covid-19](#)
- ['La mayor necesidad en los hospitales es contar con los equipos de protección adecuados'](#)