



Alimentación para pacientes en cama

Es común que las personas, en especial los adultos mayores, por enfermedades transitorias o permanentes deban permanecer en cama o sin posibilidad de movilizarse por sí solos.

Recomendaciones a la hora de alimentar pacientes en cama

- Inclina a la persona 45° para el momento de la alimentación, esto evita el riesgo de broncoaspiración.
- Su requerimiento de energía es menor con respecto a una persona que puede movilizarse sin impedimento, por lo tanto, evite sobrealimentar al paciente.
- Hidrátelo bien. La recomendación diaria son 6 vasos de agua al día o según indicación médica.
- Mantenga un consumo adecuado de fuentes de proteína tales como carnes, pollo, pescado, huevo y queso.



- Escoja una vía de alimentación segura y adecuada con ayuda de un profesional idóneo en el área: médico, fonoaudiólogo y nutricionista.
- Mantenga en la dieta del paciente aquellos alimentos saludables y aptos para su condición según enfermedad de base que sean de su preferencia.
- Asegure el consumo diario de frutas y verduras, 5 al día, como importante fuente de vitaminas, minerales y fibra, coadyuvante en el manejo de la constipación.



Trastornos neurológicos asociados con malnutrición

- El control en el consumo de energía ayuda a cuidar y mantener un peso saludable, que prevenga la aparición o desequilibrio de sus enfermedades de base.
- El adecuado consumo de agua ayudará a compensar las pérdidas por sialorrea (salivación), constipación y sudoración excesiva.



- Escoger una vía de alimentación segura evitará pérdida de peso y episodios de broncoaspiración.
- Mantener alimentos de su preferencia, permitirá que continúe con sus costumbres alimentarias y mejorará su consumo alimentario en caso de que sea vía oral.

- El consumo diario de frutas y verduras ayudará en el tratamiento de la constipación.
- El consumo adecuado de proteína ayudará junto con la terapia física en la prevención de la pérdida de masa muscular, usual en estas personas.



"Asesórate siempre con un profesional de la salud acerca de cómo debe ser la alimentación de su familiar con el fin de adaptar el aporte de nutrientes a sus necesidades de base"