ALERTAS PARA EL CUIDADO DE LA NUTRICION

Señales de Alerta y Pasos a Seguir para los Proveedores de Cuidado en Centros de Enfermería

El cuidado apropiado de la nutrición es vital para la salud y el bienestar de los residentes de asilos para ancianos. Esta guía, desarrollada por expertos en la nutrición y el cuidado a largo plazo, puede servirle a los cuidadores para aprender más sobre las señales de alerta de la mala nutrición, y algunos pasos prácticos para mantener y mejorar la salud nutricional de los residentes. Está diseñada para ser utilizada todos los días con cada residente.

Esta guía se dirige a cuatro condiciones comunes relacionadas a la nutrición: la pérdida no intencional de peso, la deshidratación, úlceras de presión, y las complicaciones con la alimentación por vía de tubos. Las señales de alerta están a la izquierda. Los pasos a seguir por parte de los asistentes de enfermería están en el centro. Los pasos de acción para otros proveedores de cuidado, tal como médicos, enfermeras, especialistas dietéticos, y farmacéuticos están a la derecha.

Por favor comparta esta guía con sus colegas, voluntarious y sus familiares residentes. Juntos podremos mantener o mejorar la salud nutricional de los residentes.

PERDIDA DE PESO NO-INTENCIONAL

SEÑALES DE ALERTA

Las siguientes son señales de que un residente puede correr el peligro de sufrir o sufre de pérdida de peso no-intencional:

- Necesita ayuda para comer o beber
- Come menos de la mitad de los alimentos/meriendas que se le sirven
- Le duele la boca
- Los dientes postizos no le calzan
- Le es difícil masticar o tragar
- Está triste, o llora, o se retrae de los demás
- Está confuso, merodea, camina a la deriva, o camina de un lado para otro
- Tiene diabetes, COPD, cáncer, VIH, u otra enfermedad crónica

PASOS A SEGUIR

A continuación hay algunos pasos a seguir para aumentar el consumo de comida, crear un ambiente positivo en el comedor, y lograr que los residentes consigan suficientes calorías:

Asistente de Enfermería

- Reporte observaciones y señales de alerta a la enfermera y especialista dietético
- Estimule al residente a que coma
- Respete sus preferencias alimenticias
- Ofrezca muchos tipos de alimentos y bebidas
- Ayude a los residentes que tienen problemas alimentándose
- Permita suficiente tiempo para que terminen de comer
- Notifique al personal de enfermería si el residente tiene problemas con los utensilios
- Tome nota del consumo de comidas/meriendas
- Provea cuidado bucal antes de las comidas
- Coloque al residente correctamente para que pueda comer

Otros Miembros del Equipo Interdisciplinario de Cuidado

- Vigile el peso
- Suministre alimentos, bebidas, y suplementos orales con más calorías
- Suministre líquidos de altas calorías
- Incorpore un incremento de líquidos en el plan dietético del residente
- Evalúe referencias culturales y étnicas
- Reevalúe las restricciones dietéticas del residente
- Modifique la textura o temperatura de la comida para aumentar el consumo
- Ayude al residente a que desarrolle una instrucción por adelantada con respecto a asuntos relacionados a la alimentación/hidratación
- Considere alimentación por medio de tubo, de ser aconsejable, y de acuerdo a la directiva adelantada
- Considere medicina para mejorar los ánimos o estado mental
- Considere una consulta dental

DESHIDRATACION

SEÑALES DE ALERTA

Las siguientes son señales de que un residente puede correr el peligro de sufrir o sufre de deshidratación:

- Bebe menos de 6 tazas de líquidos al día
- Tiene una o más de los siguientes:
  - Boca reseca
  - Labios partidos
  - Ojos hundidos
  - Orines oscuros
- Necesita ayuda para beber de una taza o de un vaso
- Tiene dificultades para tragar líquidos
- Tiene vómitos, diarrea, o fiebres frecuentes
- Fácilmente se confunde/fatiga

PASOS A SEGUIR

La mayoría de los residentes necesitan por lo menos 6 tazas de líquidos cada día para mantenerse hidratados. A continuación hay algunos pasos a seguir para ayudar a que los residentes beban lo suficiente:

Asistente de Enfermería

- Reporte observaciones y señales de alerta a la enfermera y al especialista dietético.
- Estimule al residente a que beba cada vez que lo vea
- Asegúrese de tomar nota de la ingestión de líquidos
- Ofrezca trozos de hielo a menudo
- Ofrezca sorbos de líquido entre cada mordisco de comida, o de merienda
- Beba líquidos con el residente, si se permite
- Asegúrese de que el residente pueda levantar la jarra y la taza
- Ofrezca la ayuda apropiada según el caso, si el residente no puede beber sin ayuda

Otros Miembros del Equipo Interdisciplinario de Cuidado

- Vigile el consumo de líquidos
- Incorpore un incremento en el consumo de líquidos dentro del plan dietético del residente. Por ejemplo: helados, nieves, bares de jugos, gelatina, sopa, consomé, jugos de vegetales/frutas, limonada, agua saborizada
- Ofrezca una variedad de opciones de líquidos a la hora de la comida y la merienda
- Ayude al residente a desarrollar un programa de instrucciones por adelantado con respecto a asuntos relacionados a la alimentación/hidratación
- Considere la rehidratación oral o intravenosa, si la ingestión intestinal no alcanza a satisfacer las necesidades
- Evalúe medicamentos y revise la recetas que contribuyen a la deshidratación
- Administre los medicamentos con 1 taza (240 cc) de agua u otro líquido