

## FICHA 10 RECOMENDACIONES DE INTERVENCIÓN: DESNUTRICIÓN EN PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS

### INDICACION:

#### Identificar y abordar de manera precoz y efectiva las situaciones de desnutrición

La desnutrición es un trastorno por déficits en la ingesta o absorción de nutrientes respecto a los requerimientos nutricionales de la persona.

El déficit nutricional tiene importantes implicaciones para las personas mayores: duplican días de encame y tienen mayor probabilidad de reingresos y hay estudios que muestran la relación entre riesgo nutricional y mortalidad. La relación entre malnutrición y mortalidad sigue una curva en "U": la menor mortalidad se registra para un sobrepeso ligero. Un IMC por debajo de 22Kg/m<sup>2</sup> se ha asociado a una mayor tasa de mortalidad al año y a un peor estado funcional en personas mayores.

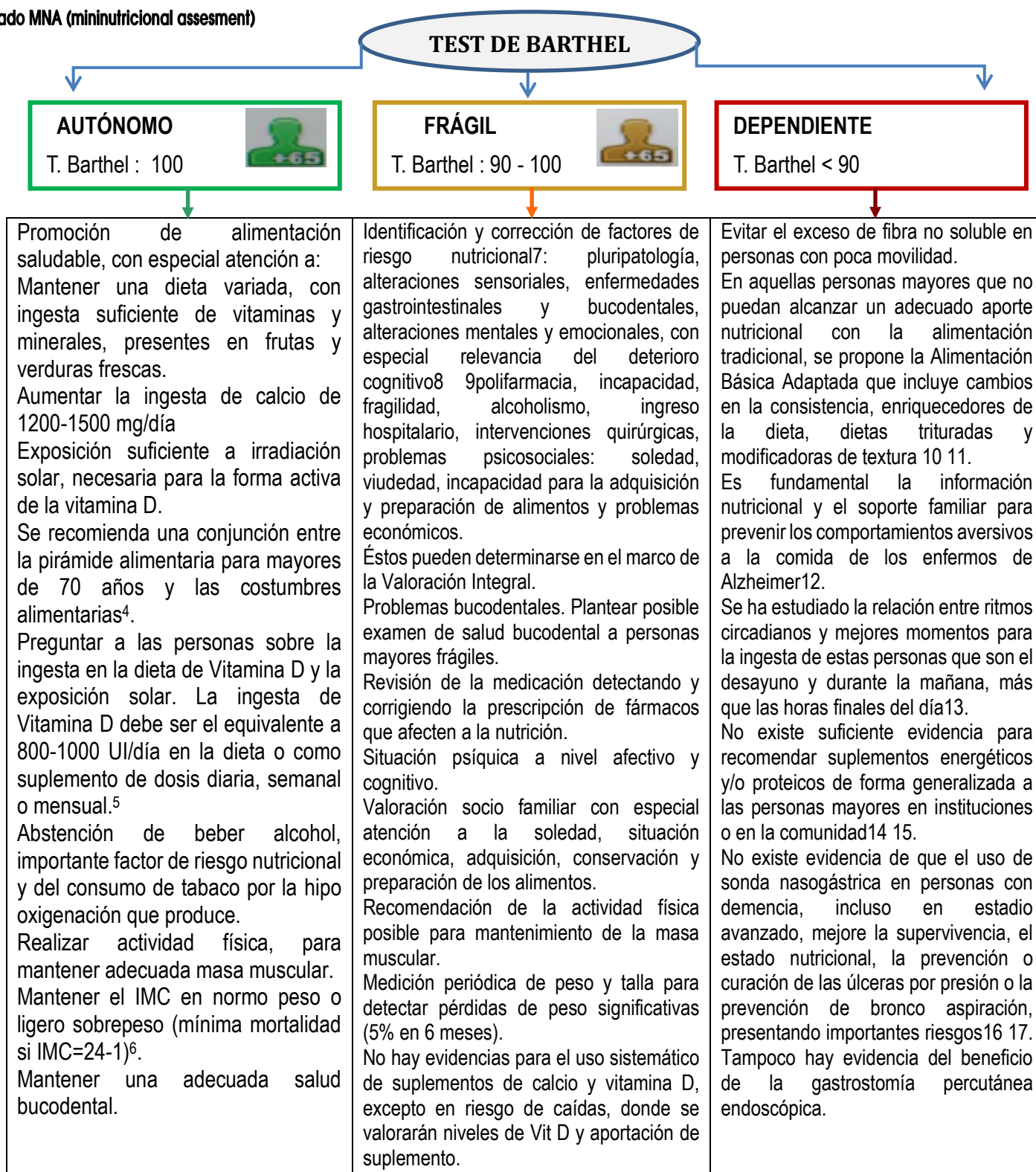
La desnutrición no está necesariamente ligada al propio proceso de envejecimiento, pero sí comporta la mayor presencia de determinadas características y el conocimiento de estos factores de riesgo debería permitir prevenirla y diagnosticarla de manera precoz, antes de que los marcadores biológicos se vean alterados. Entre los factores de riesgo de desnutrición en ancianos destacan <sup>1</sup>: pluripatología, alteraciones sensoriales, enfermedades gastrointestinales, alteraciones mentales y emocionales, con especial relevancia del deterioro cognitivo, polifarmacia, incapacidad, fragilidad, alcoholismo, ingreso hospitalario, intervenciones quirúrgicas. Son relevantes también los problemas psicosociales: soledad, viudedad, incapacidad para la adquisición y preparación de alimentos y problemas económicos.

La prevalencia de este trastorno varía de forma importante según el método utilizado y la población estudiada. Una revisión sistemática<sup>2</sup> sobre desnutrición en población mayor española, siguiendo el Mini Nutritional Assessment, mostró una prevalencia del 16.6%.

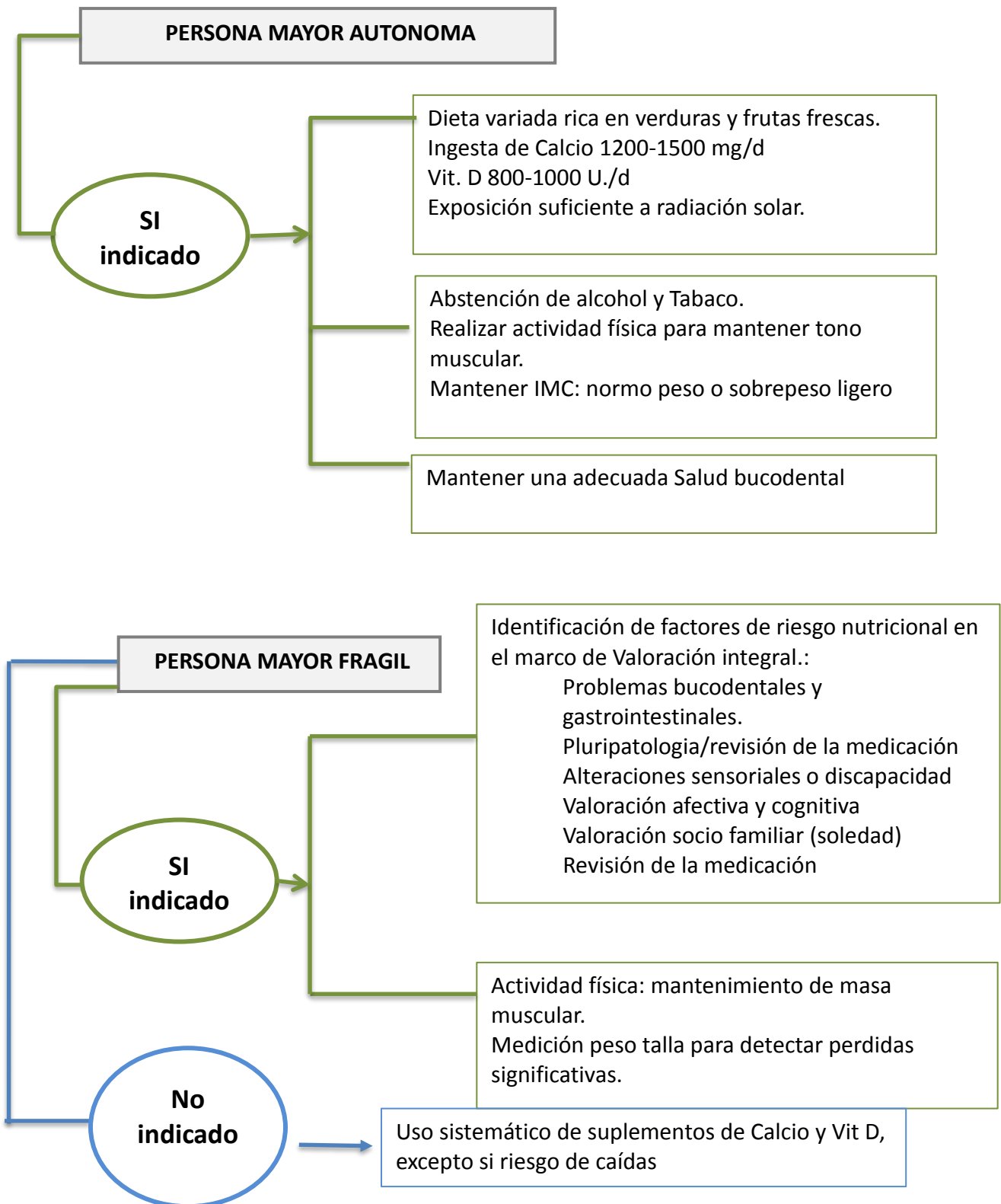
En un estudio poblacional realizado en la comunidad autónoma andaluza se pone de manifiesto que en ambos sexos disminuye con la edad la ingesta energética, en hombres de modo gradual y en mujeres tras una meseta que presenta un punto de inflexión a edades medias<sup>3</sup>.

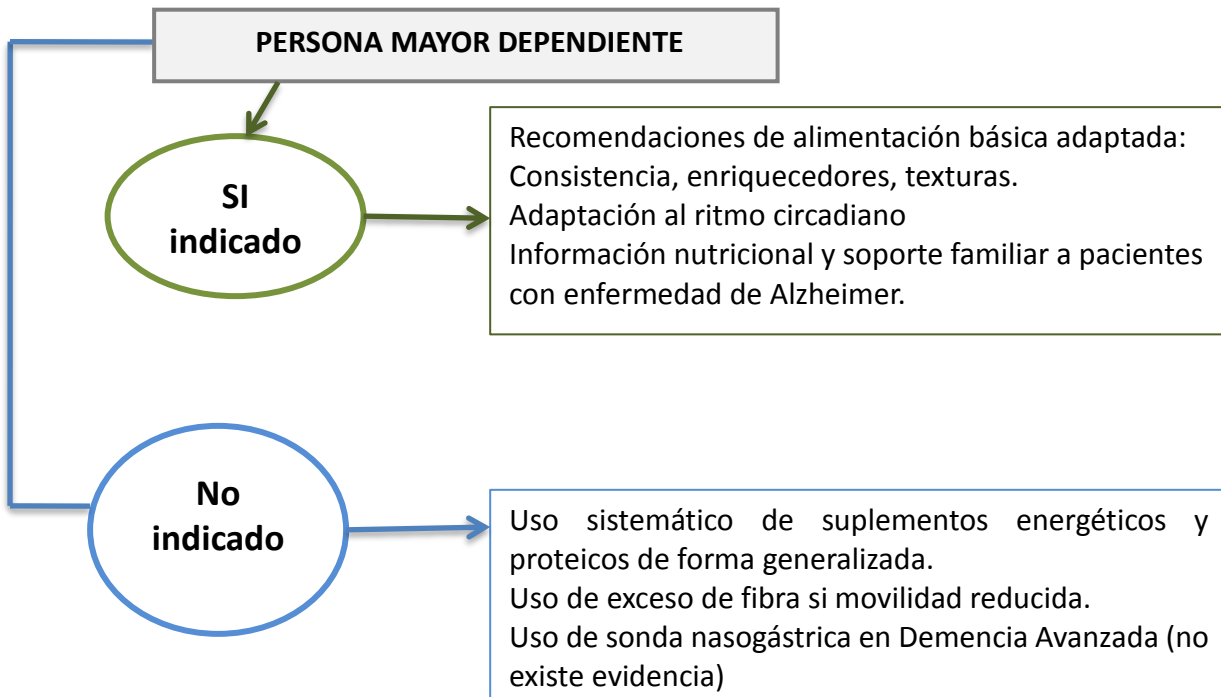
## RECOMENDACIONES PARA LA INTERVENCIÓN

Cribado MNA (mininutricional assesment)



## ALGORITMO DE INTERVENCIÓN





**PARA SABER MÁS:**

- Guía de orientación nutricional para personas mayores:  
[www.madrid.org/cs/Satellite?c=PTSA\\_Multimedia\\_FA&cid...pagename...](http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=PTSA_Multimedia_FA&cid...pagename...)
- Guía de alimentación y nutrición para las personas mayores  
[www.edad-vida.org/destacados\\_edad\\_vida.php?id=68](http://www.edad-vida.org/destacados_edad_vida.php?id=68)
- Nutrición y alimentación en personas de edad avanzada.  
[www.uam.es/personal\\_pdi/elapaz/mmmartin/4\\_colaboraciones/nutricion\\_mayores/alimentacion\\_mayores.htm](http://www.uam.es/personal_pdi/elapaz/mmmartin/4_colaboraciones/nutricion_mayores/alimentacion_mayores.htm)

## BIBLIOGRAFÍA

- 1 Sabartés O. Factores de riesgo de malnutrición. En: Rubio MA. Manual de alimentación y nutrición en el anciano. Barcelona: Ed Masson, 2002: 31-38.
- 2 Milá R, Formiga F, Duran P y Abellana R. Prevalencia de malnutrición en la población anciana española: una revisión sistemática. Med Clin (Barc).2012.  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.medcli.2012.04.008>.
- 3 Valoración del Estado Nutricional de la Comunidad Autónoma de Andalucía. Consejería de Salud, Sevilla, 2000.
- 4 Noel M, Reddy M. Nutrition and aging. Prim Care 2005;32(3):659-69.
- 5 Martín Lesende I, López-Torres JD, Gorroñoitia Iturbe A, de Hoyos MC, Baena Díez JM y herreros Herreros Y. Actividades preventivas en los mayores. Aten Primaria. 2014;46(Supl 4):75-81
- 6 Conferencia de Prevención y Promoción de la salud en la práctica clínica en España. Libro de resúmenes. Madrid. 2007: 26-30.
- 7 Sabartés O. Factores de riesgo de malnutrición. En: Rubio MA. Manual de alimentación y nutrición en el anciano. Barcelona: Ed Masson, 2002: 31-38.
- 8 Irving GF, Olsson BA, Cederholm T. Nutritional and Cognitive Status in Elderly Subjects living in Service Flats, and the effect of nutrition education on personal. Gerontology 1999;45:187-194.
- 9 Botella JJ, Ferrero MI. La alimentación del enfermo de Alzheimer en el ámbito familiar. Nutr Hosp. 2004;19:154-159.
- 10 Domínguez A, López-Pardo M. Intervenciones de enfermería/asesoramiento nutricional para paciente y cuidadores de enfermedad de Alzheimer. Nutr Hosp. 2005;20 (Supl 1):189-90.
- 11 García PP, Romero H, Serrano P, Pereira JL. Alimentación Básica Adaptada a los ancianos y personas con alteraciones de la deglución. Endocrinol Nutr 2002;49(Supl 2):5-8.
- 12 Riviere S, Gillete-Guyonet S, Andreieu S, Nourhashemi F y cols..... Cognitive function and caregiver burden: predictive factors for eating behaviour. Int J Geriatr Psychiatry 2002;17(10):950-955.
- 13 Young KW, Binns MA, Greenwood CE. Meal delivery practices do not meet needs for Alzheimer patients with increased cognitive and behavioural difficulties in a long-term care facility. J Gerontol 2001;56(10)M 656-M661.
- 14 Milne AC, Avenell A, Potter J. Meta-analysis: protein and energy supplementation in older people. Ann Intern Med 2006;144:37-48
- 15 Soto A, Venegas E, Santos M, Sanz L Luna PP. Patients in treatment for malnutrition in primary care of 500 real patients. Nutr Hosp 2002, 17(1):10-4.
- 16 Álvarez-Fernández B, García-Ordóñez MA, Martínez-Manzanares C, Gómez-Huelgas R. Survival of a cohort of elderly patients with advanced dementia: Nasogastric tube feeding as a risk factor for mortality. Int J Geriatr Psychiatry.2005;20:363-70.
- 17 Elizabeth L Sampson, Bridget Candy, Louise Jones. Alimentación enteral para personas mayores con demencia avanzada (Revision Cochrane traducida). En: Biblioteca Cochrane Plus 2009 Número 3. Oxford: Update Software Ltd. Disponible en: <http://www.update-software.com>. (Traducida de The Cochrane Library, 2009 Issue 2 Art no. CD007209. Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.).