

Digital



Sección:
Salud

Fecha:
14/09/2010

GAN ofrece pautas para conseguir mejorar la alimentación de los enfermos renales crónicos

A través de herramientas tan sencillas como la cocción, los enfermos renales pueden conseguir una alimentación más atractiva y variada

Fecha de la noticia 9/8/2010 / Fecha de alta en Natural 8/9/2010

[Enviar noticia a un amigo](#) [Versión imprimible](#)

GAN (Grupo de Apoyo Nutricional) participa en un grupo de apoyo a enfermos renales crónicos (ERC) con el fin de facilitar pautas de alimentación y herramientas para explicar a los pacientes qué alimentos comer y cómo cocinarlos en el día a día de la enfermedad. Los pacientes con ERC tienen un factor de riesgo muy elevado de desnutrición debido a diferentes factores: ingesta inadecuada de alimentos, aumento de catabolismo proteico, pérdidas sanguíneas, desórdenes endocrinos de la uremia, dependencia del proceso dialítico, etc. El proceso de desnutrición, además, puede conllevar consecuencias tales como el retardo en la cicatrización de heridas, susceptibilidad a sufrir infecciones e incluso un aumento de la morbilidad y la mortalidad. Como explica Geles Duch, responsable del Área de Nutrición de GAN, "la ERC es una enfermedad en que la nutrición y la alimentación tienen una gran importancia". El tratamiento nutricional en esta enfermedad depende de qué fase de la enfermedad o del tratamiento esté el paciente. Si el paciente está en prediálisis en función de la creatinina plasmática en sangre se aconseja un aporte u otro en proteínas, siendo en casos de creatinina superior a 8 mg/dl un aporte muy restrictivo alcanzando solo un 0.30 g/kg/día. En cambio en todos los casos necesitamos aportar al paciente un elevado aporte energético para el mejor aprovechamiento de las energías (puede llegar a 40Kcal/Kg/día). En esta etapa, por ejemplo, la gestión de minerales como el fósforo, calcio, potasio, sodio es básica. Si el paciente está en diálisis, una de las ventajas es poder abandonar las restricciones proteicas -siendo superior el requerimiento de ellas en la diálisis peritoneal que en la hemodiálisis-. Por otro lado, recuerda la responsable de GAN, "hay que tener en cuenta que los pacientes en hemodiálisis al tener un aumento de glucosa engordarán, sobre todo en la zona del abdomen". Para Geles Duch es muy importante conseguir que el paciente renal tenga una alimentación equilibrada "lo más parecida posible a la de su familia". A la hora de cocinar hay que tener muy en cuenta qué alimentos son mejores, cuáles se deben evitar y también cómo lavarlos para eliminar minerales, cómo condimentarlos o cómo cocerlos, por ejemplo. Por todo ello, es básico dar una adecuada formación al paciente o a su cuidador para que no haya fallos en su alimentación, evitando en la medida de lo posible la anorexia propia de la enfermedad pero también provocada por una alimentación monótona e insípida. La gastronomía nutricional que el grupo Gan desarrolla en cada patología es básica en este caso para conseguir un mejor cumplimiento de la dieta dando a los profesionales sanitarios herramientas para explicarles a los pacientes qué comer y cómo cocinarlo en el día a día de esta enfermedad



Fuente: GAN (Grupo de Apoyo Nutricional)