

NUTRICIÓN Y HERIDAS

01
Ajustar aporte diario a nivel nutricional y energético

02
Dieta equilibrada reduce riesgo de lesiones

03
Nutrición papel importante en la cicatrización

04
Si déficit valorar intervención específica

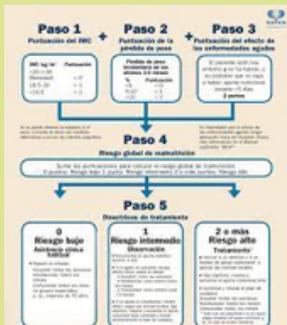
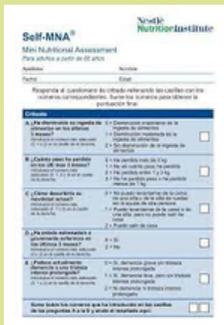
05
La malnutrición afecta a la piel.



Valoración nutricional

Al ingreso en hospitales o sociosanitarios o en la 1ª primera visita en no institucionalizados

Evaluar: peso, talla, IMC y test de cribaje (MNA, MUST, NRS2002).



Seguimiento nutricional si IMC<18.5 y/o si pérdida de peso en los últimos 3 meses o si el cribaje indica riesgo

Requerimientos nutricionales según tipo de lesión

Piel Intacta	LPP II-III	LPP III-IV	LPP IV Heridas severas	Heridas Múltiples
30	35	40	40 o +	35-40
0.8-1.0	1.2-1.5	1.5-2.0	3.0*	2.0-3.0*
*con filtrado glomerular correcto				
30	35	35-40	40	40
En general: Minerales: Zinc, Hierro, Cobre. Arginina Vitaminas: Vit C, Vit. A, Complejo B.				



Si la dieta no cubre necesidades ➡ dietas complementarias o suplementos. Objetivo: aumentar la **DENSIDAD CALÓRICA Y PROTEICA**. Más nutrientes en porciones pequeñas. No aumentar la cantidad de alimentos.



Existen herramientas digitales para facilitar el cribado nutricional y funcional. Incluyen protocolos validados de detección del riesgo, pérdida de masa y función muscular.