

Alimentación enteral

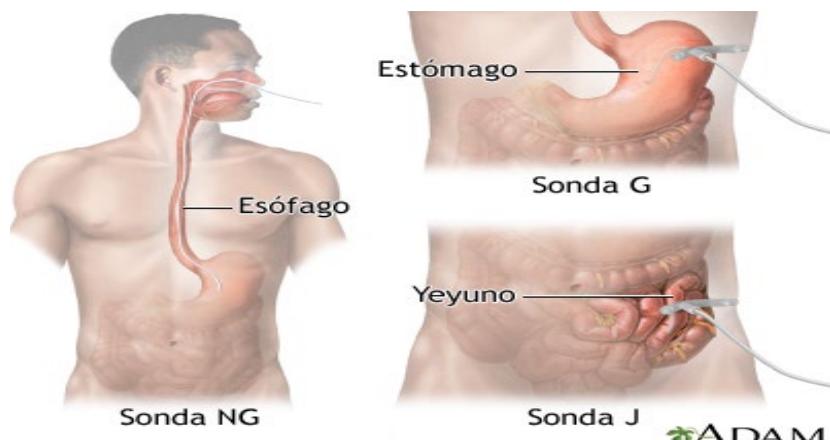
Descripción

Si pierde demasiado peso o no puede comer, es posible que necesite suplementos nutricionales. Estos suplementos aportan agua, fibra, grasas, proteínas, vitaminas y otros nutrientes que el cuerpo necesita. Si no puede tomar estos suplementos por vía oral, es posible que necesite nutrición enteral. **La nutrición enteral es un tipo de alimentación en la que se usa el tubo digestivo de la persona. No pasa por la boca y no hay necesidad de tragar. También se la conoce como alimentación por sonda.** Estos tubos le permiten obtener líquidos y nutrientes sin comer ni beber.

Algunos de los tipos de sondas habituales son las siguientes:

- **Sonda nasogástrica.** Este tubo es largo, blando y delgado. Se introduce por la nariz, a través del esófago y hasta el estómago. La sonda nasogástrica se puede usar si necesita apoyo nutricional durante poco tiempo, a menudo menos de 6 semanas.
- **Sonda de gastrostomía.** Un cirujano o un gastroenterólogo colocan este tubo corto. Se introduce directo en el estómago a través de un orificio pequeño hecho en la piel del abdomen. El extremo de la sonda sale de la piel. También se conoce como sonda de gastrostomía endoscópica percutánea (PEG, por su sigla en inglés). Puede ser necesaria si necesita apoyo durante mucho tiempo.
- **Sonda de yeyunostomía (sonda yeyunal).** Este tubo es como una sonda de gastrostomía. Pero se coloca en la parte superior del intestino delgado (yeyuno), no en el estómago. Puede ser más conveniente si tiene reflujo o si el estómago se vacía lentamente.

Todas estas sondas pueden taparse cuando no se usan. El tipo de sonda que le coloquen depende del tiempo que necesite alimentarse por sonda, de su estado general de salud y de las preferencias que tenga.



Necesidades de aprendizaje

Tendrá que aprender a cuidar la sonda de alimentación y a administrarse el alimento. También debe aprender acerca de algunos de los problemas que puedan surgir con la alimentación por sonda, a controlarlos y debe saber qué informar al proveedor de atención médica. Es conveniente que un familiar o un amigo lo acompañen cuando el equipo de atención médica le enseñe a usar la sonda de alimentación. Pueden aprender con usted y ayudarlo cuando vuelva a casa. También puede ser útil que otra persona sepa cómo manejar la sonda y la administración de alimento.

El enfermero a domicilio le enseñará a almacenar y preparar los alimentos nutricionales, a iniciar y detener las infusiones y qué hacer si surgen problemas. Lo ideal es practicar cuando el enfermero está con usted. También le darán instrucciones por escrito y números de teléfono para llamar en caso de que tenga problemas o preguntas. Si tiene problemas o le preocupa la sonda de alimentación o cualquier parte del plan de alimentación enteral, pregunte.

Cómo prevenir problemas

Para mantener el cuerpo en el mejor estado de salud y lo más fuerte posible, es importante obtener los nutrientes necesarios. Cuando se tiene cuidado al administrar la alimentación por sonda de forma segura y correcta, pueden evitarse muchos problemas.

Estos son algunos problemas comunes que tienen las personas y qué se puede hacer para evitarlos:

Aspiración

Sucede cuando el alimento líquido que se introdujo en el estómago retrocede y se respira (inhala) hacia los pulmones.

Puede hacer lo siguiente para prevenir la aspiración:

- Permanezca sentado durante la alimentación y por al menos 30 minutos después de esta.
- Si la alimentación se hace durante todo el día (continua), mantenga la cabeza elevada sobre 2 o 3 almohadas mientras duerme.
- Revise si aún tiene comida en el estómago (comida residual) antes de administrar la alimentación (el enfermero le enseñará cómo se hace).
- Verifique que la sonda está bien colocada antes de cada alimentación (el enfermero le enseñará cómo se hace).
- No administre la alimentación si se siente lleno o hinchado.

Diarrea

Para prevenir la diarrea, pruebe lo siguiente:

- No use una solución de alimentación que haya estado abierta y a temperatura ambiente durante más de 6 horas.
- No use una solución de alimentación que haya quedado abierta en el refrigerador por más de 24 horas.
- Lávese las manos antes de manipular la sonda o la solución de alimentación.
- Mantenga limpias la bolsa y las sondas o las jeringas.

La infección producida por los suministros puede causar diarrea y otros problemas. Asegúrese de guardar, limpiar y usar con cuidado el equipo de alimentación por sonda. Lávese las manos antes de usar la sonda.

Estreñimiento

Puede hacer lo siguiente para prevenir el estreñimiento:

- Consulte la posibilidad de agregar fibra a la solución de alimentación.
- Hable con el proveedor de atención médica acerca de usar un ablandador de heces o laxantes.
- Aumente la actividad física según se lo permitan.

Irritación de la piel

Puede hacer lo siguiente para prevenir la irritación de la piel:

- Mantenga limpia y seca la piel alrededor de la sonda de alimentación.
- Observe si hay alguna pérdida alrededor de la sonda. Si pierde, informe de inmediato al proveedor de atención médica.
- Sujete la sonda de forma segura con cinta adhesiva para evitar laceraciones.
- Cambie el vendaje todos los días y si se moja.
- Use un protector de piel según sea necesario.
- Comuníquese con el proveedor de atención médica si la fosa nasal con la sonda o la piel alrededor de la sonda parecen infectadas (enrojecida, dolorida o con supuración de líquido).

Pérdida de líquidos corporales (deshidratación)

Puede hacer lo siguiente para prevenir la deshidratación:

- Consulte al enfermero sobre la posibilidad de aumentar la cantidad de agua administrada a través de la sonda entre las sesiones de alimentación.
- Observe si disminuye la cantidad de orina, si orina con menos frecuencia o si la orina es de color oscuro.
- Observe si hay signos de sed o fiebre.
-

Obstrucción de la sonda

Haga lo siguiente para evitar la obstrucción de la sonda:

- Asegúrese de que no haya dobleces en la sonda.
- Enjuague la sonda después de alimentarse.
- Enjuague la sonda antes de introducir medicamentos y después. Use solo medicamentos líquidos que no sean jarabes espesos.

Control

La alimentación por sonda se hará según un cronograma que se adapte mejor a sus necesidades y a la cantidad de calorías necesarias. El nutricionista hablará con usted sobre el cronograma más adecuado en su caso. Estas son las opciones:

- **Intermitente o en bolo.** La cantidad de alimentación por sonda del día se divide en porciones más pequeñas que se administrarán a horas fijas durante el día en períodos cortos. Se puede hacer por gravedad (dejando que el líquido entre en el tubo por sí solo) o con una jeringa (se usa una jeringa para introducir de a poco el líquido en la sonda).
- **Alimentación continua por sonda.** La cantidad de alimentación por sonda del día se administra de a poco durante un período de 24 horas. Se usa una bomba para mantener el ritmo lento y constante.

Es importante verificar que la sonda se encuentre en el lugar indicado antes de administrar el alimento. Le enseñarán a hacer esto. Asegúrese de hacerlo cada vez que use la sonda.

Seguimiento

Si nota que la alimentación no es eficaz, consulta al proveedor de atención médica o al nutricionista. Hablan sobre la posibilidad de cambiar el ritmo o el método de alimentación.

Le harán análisis de sangre con regularidad para verificar que el suplemento que recibe le aporta la cantidad adecuada de nutrientes, vitaminas y minerales. También es posible que le pidan que lleve un registro de su peso.

Si la sonda se desplaza o se cae, coloque un vendaje sobre el orificio y llame de inmediato al proveedor de atención médica. También llame al proveedor de atención médica de inmediato si hay un cambio en el tamaño de la sonda.

Notificar al médico:

Llame al médico de inmediato si tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- **Fiebre que dura más de 24 a 48 horas**
- **Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le haya indicado el proveedor de atención médica**
- **Diarrea durante más de 1 día**
- **Náuseas o vómitos**
- **Estreñimiento**
- **Hinchazón o distensión abdominal**
- **Obstrucción de la sonda**
- **Falta de aire**
- **Tos**
- **Somnolencia anormal, desorientación o confusión**

Asegúrese de saber a qué otros problemas deben prestar atención. Además, asegúrese de saber cómo obtener ayuda en cualquier momento.

