



Gerencia de Atención Primaria de Soria
Gerencia de Atención Especializada de Soria

Recomendaciones sobre la alimentación a pacientes con Accidente Cerebro Vascular (ACVA)



Nombre :

Recomendaciones sobre la alimentación a pacientes con ACVA

El **Accidente Cerebro Vascular** o **Ictus**, es una enfermedad que afecta a las arterias del cerebro. Puede ser de origen **isquémico** (falta de riego debido a una obstrucción por una trombosis o por una embolia) o **hemorrágico** (debido a una rotura de la arteria cerebral, bien por aneurisma o por hipertensión arterial).

- Es muy importante que la dieta tenga en cuenta los gustos del paciente.
- La deglución de los líquidos puede ser alterada, por ello es mejor espesarlos. Para espesar los líquidos puede añadir galletas, papillas, gelatinas, pan.
- Es muy importante comprobar la tolerancia del paciente a una textura que se le está administrando, dándole una pequeña cantidad de alimento con distinta viscosidad:
 - Viscosidad baja: líquida.
 - Viscosidad media: néctar. (El líquido espesado cae formando un hilo fino).
 - Viscosidad alta: Pudding.
- **La textura, el sabor amargo, y el frío facilitan la deglución.**
- Para facilitar la alimentación pueden resultar de gran ayuda platos con rebordes y cubiertos provistos con mangos especiales.
- Para comer debe inclinarse hacia delante con la extremidad inferior bien apoyada y siempre alimentar por el lado afectado si hay hemiparesia.
- Comprobar siempre que no queden residuos en la boca (señal de que no traga bien); que los volúmenes sean pequeños, administrarlos con cuchara de postre (el frío estimula la deglución, si es necesario meter la cuchara en hielo antes de cada cucharada).
- Cuando esta enfermedad se asocie a otras, como Diabetes Mellitus (DM), hipertensión arterial (HTA), Colesterol, la dieta se modificará según recomendaciones.
- Los pacientes con poca movilidad, sufren con frecuencia **estreñimiento**, es aconsejable una dieta rica en frutas, verduras y agua; con alto contenido en fibra incluyendo alimentos laxantes y evitando astringentes.
- En caso de **diarrea**, dieta astringente y prevenir la deshidratación administrando gran cantidad de líquido.
- Cuando la dificultad para deglutir es importante, será necesario el uso de sonda nasogástrica (SNG) y su enfermera le adiestrará sobre los cuidados, utilización y mantenimiento.

