

22 de julho de 2014

<http://justnews.pt/noticias/alimentacao-nas-doencas-neurológicas>



Alimentação nas doenças neurológicas

Joana Pardal

Dietista dos Hipermercados Jumbo. Ordem dos Nutricionistas – N.º 1636D. joanaisabel.pardal@auchan.pt

Joana Pardal

Dietista dos Hipermercados Jumbo. Ordem dos Nutricionistas – N.º 1636D.

joanaisabel.pardal@auchan.pt

As doenças neurológicas crónicas estão muitas vezes associadas a um declínio funcional que pode pôr em causa a capacidade de autocuidado. Por isso, torna-se motivo de preocupação a malnutrição e a garantia da satisfação das necessidades nutricionais. O acesso a alimentos e a satisfação das necessidades básicas do indivíduo podem estar dependentes da família, amigos ou profissionais de saúde.

Preparação da refeição

Confusão, demência, deficiência visual ou dificuldades de deslocação podem dificultar a preparação da refeição e até mesmo impedir o prazer de comer. Poderá encorajar-se o consumo de alimentos de conveniência, como refeições pré-preparadas, como forma de manter um adequado consumo nutricional e independência do indivíduo.

Problemas na alimentação

Pacientes com doenças neurológicas podem ser incapazes de se alimentar sozinhos por fraqueza muscular, mau posicionamento corporal, hemianopsia (perda de visão), apraxia ou confusão. Refeições pequenas e frequentes podem ajudar a diminuir a fadiga ou saciedade precoce. Podem ser recomendados utensílios adaptados para ajudar no processo de alimentação.

A hemiparesia pode aumentar o risco de aspiração e, por isso, é importante que o paciente fique sentado o mais direito possível durante as refeições.

Na hemianopsia é importante que o paciente reconheça a sua falta de visão e a compense através da viragem da cabeça para evitar o consumo parcial das refeições.

A disfagia acompanha geralmente as doenças neurológicas e pode frequentemente levar a malnutrição devido a inadequado aporte nutricional. A perda de peso e anorexia devem ser preocupações chave. A alteração da consistência da refeição pode ser uma estratégia – aplicação de uma dieta mole, pastosa ou líquida (se tolerada). Uma posição adequada para garantir a deglutição deve também ser encorajada.

Os líquidos são facilmente aspirados para os pulmões e podem causar pneumonia por aspiração. Se o indivíduo tem problemas na deglutição de líquidos, o uso de espessantes pode ser importante para garantir a hidratação (por exemplo, através da adição de leite em pó, amido de milho, suplementos modulares ou espessantes específicos). Também o consumo de alimentos ricos em água pode ajudar a garantir o aporte hídrico (gelados, gelo ou fruta).

Suporte nutricional

A alimentação através de sonda pode ser necessária se o risco de aspiração for elevado ou se o paciente não conseguir atingir o aporte nutricional necessário.

O planeamento e a personalização da dieta devem ser garantidos por um dietista ou nutricionista.

Em suma, a intervenção nutricional nas doenças neurológicas deve ser individualizada de acordo com o tipo e extensão da disfunção. Os dietistas ou nutricionistas garantem a adequação nutricional e a palatabilidade da dieta.

Apoio:  **saúde e bem-estar**
jumbo

Jornal Médico

Artigo publicado na edição de julho do [Jornal Médico](#).