

24 de dezembro de 2015

<http://justnews.pt/noticias/intervencao-nutricional-na-cicatrizacao-de-feridas-cronicas>

## Intervenção nutricional na cicatrização de feridas crónicas

Célia Lopes Dietista

Regulatory & Medical Affairs Nutricia Advanced Medical Nutrition

Um estado nutricional adequado é essencial à cicatrização de qualquer ferida crónica (úlceras de pressão, úlcera de perna, ferida cirúrgica ou pé diabético), uma vez que, para criar tecido de granulação, é necessário garantir uma adequada ingestão alimentar que forneça energia e nutrientes nas quantidades recomendadas.

A malnutrição manifesta-se através de perda de peso não intencional devido à diminuição da ingestão alimentar, comparativamente às necessidades nutricionais diárias. Ignorar a componente nutricional prolonga e compromete o processo de cicatrização, já que a presença de malnutrição atrasa, por si só, a cicatrização, assim como aumenta o risco de infeção. Mesmo um período curto de défice nutricional influencia negativamente a cicatrização, pelo que é vital assegurar um adequado aporte nutricional diário.

A malnutrição apresenta-se como um fator de risco independente no desenvolvimento de feridas crónicas. Por exemplo, a malnutrição encontra-se estatisticamente correlacionada com o desenvolvimento de úlceras de pressão, sendo o risco de desenvolver úlceras de pressão 2 a 3 vezes superior em indivíduos malnutridos, mesmo após a remoção de outros fatores de risco. Por outro lado, a intervenção nutricional por meio da aplicação de uma terapêutica adequada e individualizada nas pessoas com risco diminui em 25% o risco de desenvolvimento de úlceras de pressão.

Sendo um fator de risco reversível do desenvolvimento de feridas, a identificação precoce da malnutrição leva a intervenções nutricionais adequadas, pelo que é fundamental aplicar o rastreio nutricional atempadamente. No caso das úlceras de pressão, pela aplicação da escala de Braden, caso a classificação da subescala Nutrição seja de 1 ou 2 pontos (muito pobre ou provavelmente inadequada), podemos assumir que o indivíduo se encontra em risco nutricional, pelo que deve-se intervir nutricionalmente com adequação da ingestão alimentar através de alimentos correntes e/ou de suplementos nutricionais orais.

Todos os que correm o risco de desenvolvimento de ferida e/ou risco de malnutrição devem ter um acompanhamento nutricional individualizado, sendo que as guidelines recomendam uma dieta hiperproteica, hipercalórica enriquecida em arginina, vitaminas e oligoelementos com propriedades antioxidantes.

Quando a ingestão nutricional não é suficiente para atingir as necessidades nutricionais, a evidência científica suporta a utilização de suplementos nutricionais orais específicos para a cicatrização em complemento da alimentação habitual, de forma a garantir o aporte correto de nutrientes necessários para a manutenção e reparação dos tecidos (promoção da cicatrização) e para reverter a malnutrição.

A suplementação nutricional específica para a cicatrização, por permitir a cicatrização mais rápida da ferida, leva à diminuição dos custos de saúde associados e a uma melhoria da qualidade de vida.



Artigo publicado no Jornal Médico de dezembro.