

# Terapia Médico Nutricional Enfermedad Inflamatoria del Intestino(EII)

Sonia I. Serrano Serrano RDN, LND, MPH  
Universidad de Puerto Rico  
Recinto de Ciencias Médicas  
Escuela de Profesiones de la Salud  
Programa de Internado en Dietética



# Terapia Médico Nutricional EII

- Objetivos

1. Mencionar los objetivos relacionados en la modificación dietaria para EII.

2. Enumerar alternativas de alimentos recomendados para la EII.

3. Conocer como la tecnológica puede ayudar a educar al paciente con EII



# Terapia Médico Nutricional EII

- Crohn(CD)
  - Es una forma de enfermedad intestinal inflamatoria (EII) que implica una inflamación continua (crónica) del tracto gastrointestinal. La inflamación relacionada con esta enfermedad generalmente afecta los intestinos, pero puede ocurrir en cualquier parte desde la boca hasta el extremo del recto (ano).

Medline Plus



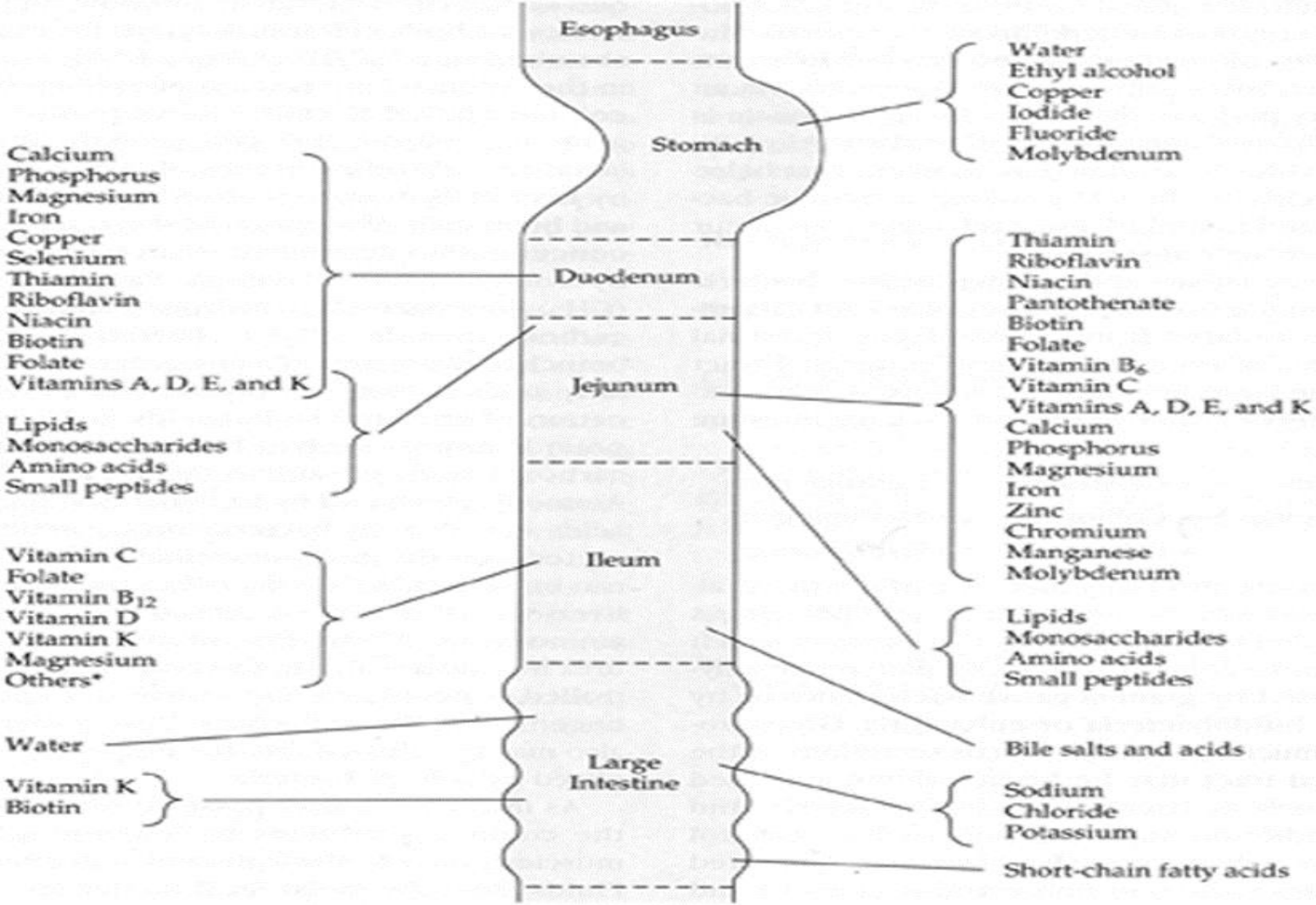
# Terapia Médico Nutricional EII

- Colitis(UC)
  - Es un tipo de enfermedad intestinal inflamatoria que afecta el intestino grueso y el recto.
  - Inflamación del intestino grueso ocasionada por muchos y diferentes procesos patológicos que incluyen, entre otros: infecciones agudas y crónicas, trastornos inflamatorios primarios (colitis ulcerosa, colitis de Crohn, colitis linfocítica y colitis colagenosa), falta de flujo sanguíneo (colitis isquémica) y antecedentes de radiación al intestino grueso.

Medline Plus



# Terapia Médico Nutricional



# Terapia Médico Nutricional EII

**Table 1. Prevalence of nutritional deficiencies in inflammatory bowel disease**

	Crohn's disease (%)	Ulcerative colitis (%)
Weight loss	65–75	18–62
Hypoalbuminaemia	25–80	25–50
Anaemia	60–80	66
Iron	39	81
Vitamin B <sub>12</sub>	48	5
Folic acid	54	36
Calcium	13	NA
Magnesium	14–33	NA
Potassium	6–20	NA
Vitamin A	11	NA
Vitamin C	12	NA
Vitamin D	75	35
Vitamin K	10–25	NA
Zinc	10–50	NA

Adapted from Driscoll and Rosenberg<sup>56</sup>.

NA, not available.

# Objetivos de la Modificación Dietaria

- Mantener ó mejor el estado nutricional del paciente.
- Prevenir estado de malnutrición.
- Normalizar función gastrointestinal.
- Minimizar los síntomas de intolerancia a ciertos alimentos.
- Mantener el balance de electrolitos e hidratación.
- Ayudar en la integración a la sociedad.

Crohns & Colitis Diet Guide (2008)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Factores de Riesgos para la Malnutrición
  - Aumento en pérdidas (electrolitos, minerales, elementos traza, proteínas)
    - Diarreas
    - Fístulas
    - Pérdida de sangre

Crohns & Colitis Diet Guide (2008)





# Terapia Médico Nutricional EII

- Índice Masa Corporal (IMC) del paciente:
  - IMC <15: 35-45 kcal/kg
  - IMC 15-19: 30-35 kcal/kg
  - IMC 20-29: 25-30 kcal/kg
  - IMC >30: 15-25 kcal/kg

(Escott-Stump, 2012)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Evitar
  - bebidas cafeinadas
  - pimienta y alimentos condimentados (*libre irritantes*)
  - reducir el consumo de lactosa (*libre de lactosa*)
  - reducir la grasa cuando malabsorción (*baja en grasa*)
  - terapia con corticosteroides disminuir la sal.

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias
  - Cuando hay fístulas y estrechez utilizar una dieta baja en fibra, alta en kcal. y proteínas 1-1.5 gramos/kg peso saludable
  - Se recomienda el uso de ácidos grasos omega 3 ya que disminuyen la respuesta antiinflamatoria (salmón, macarela, sardina en aceite, aceite de oliva)
  - Se debe limitar la grasa solo si hay esteatorrea(diarreas con apariencia grasosa) (*dieta baja en grasa*)

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- **Diarreas**
  - *Dieta baja en fibra, lactosa y grasa*
    - Baja en fibra: evitar frutas, vegetales, semillas, maíz
    - Baja en grasa: utilizar métodos de cocción que utilicen poca grasa como al vapor, al horno, y hervido
    - Baja en lactosa: limitar los productos lácteos y la leche (pudieras utilizar alimentos libres de lactosa)

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias Crohn
  - Hacer comidas pequeñas y frecuentes(cada dos a tres horas)
  - Masticar bien los alimentos
  - Si identifica intolerancia a algún alimento evite solo el que le causa malestar y no los demás (*diario*)

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias Crohn
  - Terapias con corticoesteroides: aumentar el consumo de alimentos altos en potasio (guineo, china, jugo de china, frutas y vegetales)
  - Terapias para las diarreas: aumentar el consumo de agua  
( 2 cuartillos/8 vasos/8onzas)

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Generales Crohn
  - Suplementar la dieta con multivitaminas y minerales, se debe consultar a su médico antes de comenzar a utilizar algún suplemento(líquidas)
  - Selenio es importante cuando hay una resección > 200cm (pollo, atún, huevo entre otros).
    - tiamina (cereales fortificados y carnes)
    - a.fólico ( cereales fortificados)
    - vitamina B12 (leche, huevo, pescado queso)
    - vitamina E (aceite canola y maíz)

# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Generales Crohn
  - zinc ( jamón, carne molida, pavo, yogurt)
  - vitamina D, calcio (leche, queso, huevo)
  - magnesio ( carnes, leche)
  - hierro (carnes, huevo, hígado)

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)





# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias Colitis
  - En la fase aguda
    - Evite alimentos altos en fibra, nueces, semillas, granos íntegros, legumbres, frutas y vegetales con cáscara
    - Las frutas y vegetales crudos se recomiendan majados, colados, para evitar la parte fibrosa, esto ayuda a evitar que se lastime el intestino

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias Colitis
  - De acuerdo a como el paciente vaya progresando, una dieta alta en proteínas 1-1.5 gm/kg peso saludable con alto consumo de energía
  - Solo se restringen las proteínas si el paciente tiene alguna condición renal
  - Se recomienda comidas pequeñas y frecuentes

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide (2009)



# Terapia Médico Nutricional EII

- Recomendaciones Dietarias Colitis
  - Evite alimentos que le puedan causar diarreas
  - Evite alimentos con temperaturas extremas
  - Evite bebidas carbonatadas
  - Coma despacio y mastique bien

The Clinical Dietitian's Essential Pocket Guide(2009)



# Terapia Médico Nutricional EII



© Torviewtoronto



Pro Enfermedades  
Inflamatorias de Intestino

• Patient Care • Quality

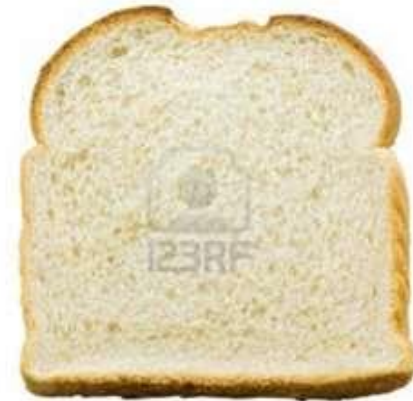
# Terapia Médico Nutricional EII



# Terapia Médico Nutricional EII



# Terapia Médico Nutricional EI



# Terapia Médico Nutricional EII





# Terapia Médico Nutricional EII



# Terapia Médico Nutricional EII

- <http://ndb.nal.usda.gov/> (Nutrient Data)
- **El Centro de Enfermedades Inflamatorias de Intestino de la Universidad de Puerto Rico** [www.md.rcm.upr.edu/ibd/mision.php](http://www.md.rcm.upr.edu/ibd/mision.php)
- **Fundación Esther A. Torres**  
[www.featpr.com](http://www.featpr.com)
- **Grupo Apoyo EII**  
[www.grupodeapoyoeii.org](http://www.grupodeapoyoeii.org)

