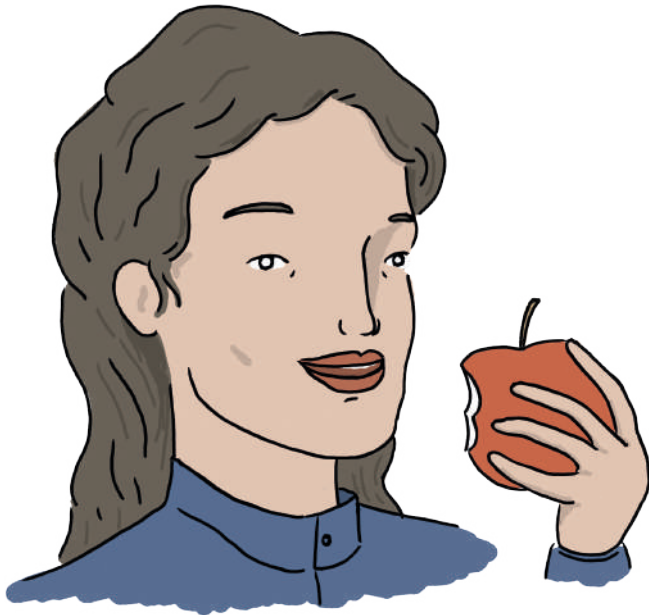


LA IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN EN EM

La EM, como una enfermedad inflamatoria crónica, está influenciada por los hábitos dietéticos pro e antiinflamatorios a través del metabolismo y la microbiota intestinal.

La educación nutricional personalizada, como terapia no farmacológica, puede ayudar a una persona con EM a ingerir sus requerimientos nutricionales y recuperar una sensación de control en sus vidas.



Avda. de Asturias, 35
28029 Madrid

91 399 32 45

femm@femmadrid.org

Horario:

De lunes a viernes
De 08:30 a 22:00 h



FUNDACIÓN
ESCLEROSIS MÚLTIPLE
MADRID

SERVICIO DE NUTRICIÓN



OBJETIVOS DEL SERVICIO DE NUTRICIÓN

- Mejora de la calidad de vida de los pacientes de EM.
- Prevención y tratamiento de numerosas patologías crónicas no transmisibles, como diabetes, dislipemias (colesterol y triglicéridos), alteraciones del tiroides, obesidad, cardiopatía isquémica... etc.
- Combatir la sarcopenia (pérdida de masa muscular) y la desnutrición.
- Mejora de la fatiga crónica y debilidad muscular.
- Desarrollo e implementación de un plan alimentario personalizado.
- Asesoramiento específico en personas mayores de 65 años, en disfagia, en deportistas, etc.

www.femmadrid.org

ESTRUCTURA DE LA TERAPIA NUTRICIONAL

Valoración del estado nutricional:

- Historia médica.
- Antropometría y exploración física.
- Estudio de la composición corporal.
- Historia dietética.
- Nivel de actividad física.

Juicio nutricional:

Terapia nutricional personalizada en cada caso.

Intervención nutricional:

- Planificación nutricional semanal o quincenal consensuada.
- Tipo de dieta según individuos.
- Recomendaciones dietéticas adicionales.
- Según el caso, prescripción de alimentación básica adaptada y/o suplementos nutricionales vía oral.

Monitorización y evaluación nutricional:

- Evaluación y desarrollo del tratamiento dietético-nutricional.
- Educación nutricional personalizada y entrevista motivacional.
- Modelos de recetas.
- Lista de la compra.
- Revaloraciones periódicas.

