



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Mapa conceptual.

TRABAJO

Nutrición en el adulto mayor

MATERIA

Espinosa Méndes Luis Antonio.

ALUMNO

Luna Gutiérrez Patricia del Rosario

DOCENTE

6to Cuatrimestre de nutrición.

CURSO

Tapachula, Chiapas; Martes 30 de Julio del 2024

# E. N. EN EL ADULTO MAYOR H.

## ENERGIA

los requerimientos energeticos varian de acuerdo al genero, actividad fisica, y generalmente disminuye con la edad, para obtener el GEB podemos usar:  
21.4kcl/kg dia (IMC <21)  
18.4 kcal/kg dia (IMC >21)

se recomienda realizar una evaluaci3n nutricional a todos los adultos mayores al ingreso de la hospitalizaci3n y de manera semanal.

## DENUTRICI3N

El objetivo sera lograr un consumo de energia de 30kcal/kg dia y una ingest3n de 1.2 a 1.5 gr de proteina kg/dia. Esto puede variar entre cada individuo y de acuerdo a la enfermedad base.

## INSUFICIENCIA C

se recomienda una ingesta del 15-20% de proteinas, del 20-30% de lipidos y 50-60% carbohidratos en porcentaje de las calorias totales, de igual manera se recomienda al rededor de 1.5 lts de agua/dia

## FARMACOS

- Revisar mecanismos de acci3n del medicamento
- considerar frecuencia de administraci3n de medicamentos
- asumir que cualquier farmaco interactua con alimentos
- considerar efecto en el estado nutricional y la via de administraci3n

## RECOMENDACIONES

- fraccionar los tiempos de comida
- alimentos de facil masticaci3n
- beber l3quidos con intervalos c/2 hrs
- evitar ayuno prolongado
- alimentaci3n enteral con alimentos de elevada densidad cal3rica.