

La enfermedad inflamatoria intestinal y la desnutrición

(Inflammatory bowel disease and malnutrition)



¿Qué es la desnutrición?

Los niños que tienen alguna enfermedad inflamatoria intestinal (IBD), como es el caso de la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa, tienen más probabilidades de sufrir desnutrición. Si su niño tiene IBD, es importante que siga una dieta balanceada y nutritiva que lo ayude a controlar esta enfermedad.

La desnutrición aparece cuando el cuerpo no tiene suficiente nutrición para realizar sus actividades de la vida diaria. La IBD puede hacer que al cuerpo de su niño le sea difícil digerir la comida y absorber los nutrientes. Esto puede llevar a niveles bajos de vitaminas y a la desnutrición.

¿Cuáles son los signos de la desnutrición?

Algunos de los signos incluyen:

- Pérdida de peso
- Fatiga (cansancio extremo) o falta de energía
- Retraso del crecimiento o estatura baja
- Pérdida de grasa y masa muscular
- Debilidad muscular
- Menor fuerza en los huesos
- Mala cicatrización de las heridas

¿Cómo ocasiona desnutrición la IBD?

- La inflamación del intestino delgado dificulta la descomposición de los alimentos y la absorción de los nutrientes.
- La inflamación del intestino grueso dificulta la absorción de agua y electrolitos.
- Otros síntomas comunes de la IBD pueden causar deshidratación, deficiencia de hierro y anemia. Estos síntomas incluyen:
 - Diarrea
 - Dolor abdominal (de barriga)
 - Náuseas
 - Sangrado por el recto
 - Disminución del apetito
 - Pérdida crónica (a largo plazo) de sangre

¿Cómo puedo ayudar a mi niño a evitar la desnutrición?

Para ayudar a su niño a evitar la desnutrición:

- Dele una dieta balanceada a base de frutas, verduras, granos y proteínas.
- Pregunte sobre los análisis de sangre que detectan niveles bajos de vitaminas y minerales.
- Hable con su médico sobre las vitaminas que necesita su niño.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

La enfermedad inflamatoria intestinal y la desnutrición, continuación

Hable con el gastroenterólogo (doctor del GI) sobre las dietas especiales que pueden ayudar a tratar la IBD y la desnutrición. Un dietista certificado (nutricionista) puede enseñarle más acerca de estas dietas. Las dietas incluyen:

- Solo nutrición enteral (fórmula por vía oral o a través de una sonda de alimentación).
- Una parte de nutrición enteral (fórmula por vía oral o a través de una sonda de alimentación) y algunos alimentos habituales.
- Dieta de carbohidratos específicos (SCD)
- Dieta de exclusión para la enfermedad de Crohn (CDED)

Esta hoja educativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.