

UNA NUTRICIÓN ADECUADA PUEDE ACELERAR LA RECUPERACIÓN DE LOS PACIENTES HOSPITALIZADOS

- **El Hospital Quirónsalud Clideba implanta un nuevo protocolo para individualizar el soporte nutricional desde el ingreso**
- **La evidencia científica ha demostrado que la falta de proteína durante la hospitalización puede retrasar la recuperación del paciente**



La nutrición es uno de los aspectos más determinantes en la recuperación de un paciente hospitalizado y, sin embargo, durante años ha ocupado un papel secundario frente a otras prioridades asistenciales. Para reforzar este ámbito, el Hospital Quirónsalud Clideba de Badajoz ha implantado un nuevo protocolo nutricional con el objetivo de que los pacientes puedan beneficiarse de una atención individualizada en este ámbito desde el primer momento que ingresan en el centro.

La iniciativa, impulsada por la doctora Cecilia Prieto, especialista en Medicina Intensiva, nace a partir de la experiencia acumulada durante los últimos años en pacientes críticos y de larga estancia hospitalaria. "Un paciente bien nutrido es un paciente con más probabilidades de supervivencia, pero también con más posibilidades de recuperarse en mejores condiciones", explica la doctora Prieto. "Nuestro objetivo no debe limitarse a salvar vidas, sino a ofrecer a los pacientes las mejores oportunidades para volver a ser quienes eran antes de ingresar".

El protocolo establece una serie de directrices basadas en la evidencia científica para facilitar que cualquier profesional sanitario pueda ofrecer un soporte nutricional rápido, eficaz y adaptado a las características de cada paciente. Para ello, tiene en cuenta factores como el estado nutricional previo, la enfermedad que motiva el ingreso o las necesidades metabólicas derivadas de cada situación clínica.

La importancia de la proteína

La especialista recuerda que los pacientes hospitalizados suelen encontrarse en un estado de elevada demanda energética. "Cuando una persona está enferma necesita más calorías y más proteínas. Si no le proporcionamos esos nutrientes, el organismo los obtiene destruyendo sus propios tejidos, especialmente la masa muscular", advierte.

En este sentido, el aporte adecuado de proteínas constituye uno de los pilares fundamentales del nuevo protocolo. La pérdida muscular no solo retrasa la recuperación funcional, sino que también puede prolongar la necesidad de soporte respiratorio, aumentar las complicaciones y requerir posteriormente más rehabilitación. "Durante años se pensó que determinados pacientes, como aquellos con afectación renal, debían recibir dietas bajas en proteínas. Sin embargo, los estudios actuales indican en muchos casos justamente lo contrario", explica la doctora Prieto.

"La medicina evoluciona constantemente y la nutrición hospitalaria no es una excepción. Hoy sabemos que cuidar la alimentación de nuestros pacientes forma parte del tratamiento y puede influir de manera decisiva en su evolución", concluye la especialista.