

# SEMANA DE LA DESNUTRICIÓN

La **Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia** (SEMG) se suma a la celebración de la Semana de la Desnutrición 2020 (23 al 27 de noviembre). Su objetivo es visibilizar y concienciar a pacientes, profesionales sanitarios y Administración pública sobre la importancia de la Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE).

## TIPOS DE DESNUTRICIÓN



- Emaciación
- Retraso del crecimiento
- Insuficiencia ponderal
- Carencias de vitaminas y minerales

## SIGNOS DE ALERTA



El signo más obvio de una carencia de calorías es la pérdida de grasa corporal



Otros síntomas son cansancio, frío permanente, diarrea, inapetencia, irritabilidad y apatía.



El sistema inmunitario se debilita.



Las personas afectadas se sienten débiles y son incapaces de realizar sus actividades habituales. Los periodos menstruales pueden volverse irregulares o detenerse.



## TRATAMIENTO



El tratamiento de la desnutrición consiste en un aumento gradual del número de calorías consumidas. La mejor manera de lograrlo es consumiendo un buen número de comidas al día, pequeñas pero nutritivas.

También se suministran suplementos multivitamínicos para asegurarse de que reciban todos los nutrientes que necesitan.