



Malnutrición aguda (incluida la desnutrición y las carencias de micronutrientes)

Última actualización: 2024-07-26

Informaciones claves

Causas

Los distintos tipos de desnutrición se deben a diferentes causas. El acceso inadecuado a los alimentos (muy poca comida) provoca desnutrición, mientras que la insuficiencia de vitaminas y minerales presentes en los alimentos que se ingieren provoca carencias de vitaminas o minerales que pueden enfermar a las personas. Estos tipos de desnutrición suelen darse juntos y empeoran por un acceso inadecuado a la atención sanitaria y al apoyo nutricional.

Los más vulnerables a las consecuencias graves

- Niños menores de cinco años
- Mujeres embarazadas y lactantes
- Adultos mayores
- Personas con enfermedades crónicas

Los más vulnerables a desarrollar malnutrición

- Personas que viven en zonas con inseguridad alimentaria
- Personas que viven en zonas con instalaciones y servicios deficientes de agua, saneamiento e higiene

Síntomas

- Adelgazamiento - demasiado delgado para su estatura (a veces)
 - El cuerpo puede parecer muy delgado, los huesos visibles; los niños parecen casi ancianos (a veces)
 - La piel alrededor de las nalgas puede parecer flácida; parecen "pantalones anchos" (a veces)
 - Evidencia de edema con fóvea (hinchazón) en ambas piernas (a veces)
- Retraso en el crecimiento - demasiado bajo para la edad (a veces)
- Las heridas pueden tardar en cicatrizar (a veces)
- Anemia (piel pálida) (a veces)
- Cambios en la visión (a veces)
- Cambios en el pelo y la piel (a veces)

¿Qué puedes hacer para prevenir y controlar una epidemia?

Prevención y gestión de riesgos

- Proporcionar un acceso adecuado a los servicios sanitarios
 - Especialmente atención a madres e hijos
- Fomentar la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y la lactancia materna complementaria durante los dos primeros años de vida.
- Prevenir otras enfermedades que puedan afectar a la salud mediante
 - Apoyar las campañas de vacunación masiva (contra el sarampión)
 - Prevención de la malaria
 - Prevención y tratamiento del cólera

Exámenes, seguimiento y detección de enfermos

- Detectar niños desnutridos menores de cinco años, mujeres embarazadas y lactantes y otros grupos vulnerables de la comunidad.
 - La detección por parte de voluntarios suele realizarse mediante el examen CMB

Tratamientos y control

- Remisión de casos sospechosos a centros sanitarios para su detección y tratamiento
- Apoyar los programas de tratamiento y hacer un seguimiento de los infractores.
- Proporcionar apoyo psicosocial a los miembros desnutridos de la comunidad y a sus familias.

Seguridad alimentaria

- Garantizar el acceso a una dieta sana y variada
 - Mejorar la resistencia a la sequía y los programas de medios de subsistencia

Higiene y seguridad del agua

- Garantizar el acceso a servicios de agua potable y saneamiento (WASH)

Movilización social y promoción de la salud

- Averiguar los consejos específicos que dan las autoridades sanitarias y otras autoridades pertinentes
- Modelar el seguimiento de estos consejos e informar a los miembros de la comunidad de los consejos actuales sobre prácticas sanitarias
- Ofrecer apoyo y aliento para seguir los consejos.
 - Intentar comprender si no se siguen los consejos sobre prácticas sanitarias y por qué.
 - Con el asesoramiento de su supervisor y de las autoridades sanitarias, trabaje con las comunidades para superar las barreras que impiden seguir los consejos sanitarios y las prácticas recomendadas.
- Promueva siempre:
 - Lavado de manos
 - Cumplimiento de los programas ampliados de vacunación sistemática

Cartografía y evaluación comunitaria

1. Haga un mapa de la comunidad.
2. Marca la siguiente información en el mapa:
 1. ¿Quiénes son y dónde están las personas vulnerables de la comunidad?
 2. ¿Hay instalaciones para lavarse las manos en la comunidad? ¿Dónde están?
 1. ¿Hay agua y jabón siempre disponibles?
 3. ¿Dónde están las instalaciones y los servicios sanitarios locales? (incluya a los cuidadores tradicionales)
 4. ¿Dónde están los vertederos comunitarios?

1. ¿Cómo elimina la comunidad la basura y los residuos sólidos?
3. Anote la siguiente información en el reverso del mapa:
 1. ¿Cuántos niños parecen delgados o desnutridos?
 2. ¿Cuántas personas están enfermas de otras enfermedades?
 3. ¿Cuándo empezó la gente a quedarse sin comida o a estar desnutrida?
 4. ¿Cuántos niños menores de cinco años han muerto en el último mes?
 5. ¿Cuántas personas viven en la comunidad o zona afectada?
 6. ¿Cuántos niños menores de cinco años viven en la zona?
 7. ¿Quiénes son los más afectados por la malnutrición?
 8. ¿Quiénes son los más afectados por la falta de alimentos?
 9. ¿Hay alimentos disponibles en el mercado?
 10. ¿La gente suele tener reservas de alimentos en casa?
 11. ¿Qué tipos de alimentos hay en el mercado?
 12. ¿Ha cambiado recientemente el tipo o la cantidad de alimentos del mercado?
 13. ¿Existe un programa de movilización social o de promoción de la salud?
 14. ¿Cuáles son las fuentes de información más utilizadas/en las que más confía la gente?
 1. ¿Existen rumores o informaciones erróneas sobre la malnutrición en la comunidad?
 15. ¿Cuáles son los hábitos, prácticas y creencias de la comunidad sobre:
 1. Cuidar y alimentar a las personas enfermas
 1. Cuando los bebés y los niños están enfermos, ¿las mujeres siguen amamantándolos?
 2. Producción y preparación de alimentos
 1. ¿Cocinan bien la leche y la carne antes de comerlas?
 3. Malnutrición
 4. Vacunas
 1. ¿Están generalmente vacunados los niños menores de cinco años de la comunidad?
 5. [En zonas donde el malaria es endémica] ¿Duermen generalmente las personas de la comunidad bajo mosquiteros (por la noche y/o durante el día)?
 1. Los mosquiteros, ¿se cuelgan y mantienen adecuadamente?
 2. Si no se utilizan mosquiteros, ¿por qué?