

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)
 - o 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
 - o 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)
 - o Prevención de la malaria
 - o 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.
 - o 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
 - o 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?

