



**L'EDUCACIÓ
 ALIMENTÀRIA ÉS MOLT
 IMPORTANT**

Abel Mariné



**Professor emèrit de nutrició i
 bromatologia
 Facultat de Farmàcia. Campus
 de l'Alimentació. UB**

Els costos de no alimentar-se prou bé



N. VAN DEN BERG

Una mala alimentació afecta negativament la salut i augmenta el risc de patir moltes malalties. Això té uns costos, que recauen sobre l'economia privada de les persones o sobre la despesa sanitària pública, que també acaba repercutint sobre tots nosaltres. Calcular aquests costos no és fàcil, però disposem de dades, sobretot pel que fa al sector hospitalari. Recentment, Jesús Manuel Morán, alumne del màster en nutrició i alimentació a distància de l'Institut de Formació Contínua de la **Universitat de Barcelona**, en col·laboració amb l'Institut Micromat de Madrid, dedicat a la formació a distància i en línia, va presentar el seu treball final del màster, un interessant estudi sobre estratègies de suport nutricional en pacients operats de neoplàsies gastrointestinals, i en les intervencions posteriors a l'exposició es va debatre el problema de la desnutrició hospitalària i les conseqüències que se'n deriven.

TAL COM VA EXPLICAR L'ESMENTAT ALUMNE de postgrau i amb coneixement professional del problema, la desnutrició és un estat en què la deficiència de calories, proteïnes i altres nutrients causa efectes adversos en la composició i funció dels teixits i òrgans dels que la pateixen i en l'evolució clínica de les malalties que puguin tenir. Efectivament, és tan freqüent la desnutrició associada a malalties, problema d'abast mundial, que afecta entre el 20 i el 50 per cent, o més,

Els beneficis d'una bona alimentació no només milloren el benestar i la salut de les persones, sinó també l'economia de tots

dels pacients que ingressen als hospitals, que a Europa vol dir uns 30 milions de persones i un cost associat de 170 milions d'euros. Segons un estudi fet als hospitals de Catalunya, l'estada mitjana dels pacients que hi ingressen desnodrits és de 10,5 dies, enfront dels 7,7 dels que hi arriben ben nodrits. També és més alta en els desnodrits la necessitat d'atenció en un centre de convalsència després de l'alta i la mortalitat. Els pacients més afectats són les persones grans, les analfabetes, les que viuen soles, les que no fan feines que requereixin activitat física i les que ingressen a urgències. Segons un altre estudi estatal, en què també han participat hospitals catalans, el cost de l'estada dels pacients que ja ingressen amb desnutrició és superior en uns 1.400 euros respecte als que estaven ben nodrits a l'ingressar, i els pacients que ingressen ben nodrits i que presenten desnutrició quan els donen l'alta poden arribar a presentar costos addicionals de gairebé 6.000 euros.

LA DESNUTRICIÓ DELS PACIENTS hospitalitzats pot ser conseqüència d'una mala alimentació anterior, de la pròpia malaltia, dels medicaments que se li administren o d'una atenció hospitalària insuficient pel que fa a la seva nutrició, bé per no tenir prou en compte aquest aspecte del seu tractament o bé per manca dels recursos necessaris, personals (nutricionistes, dietistes) i materials. Les anomenades "llagues" o úlceres de decúbit, per exemple, es poden deure a desnutrició.

TOT PLEGAT DEMOSTRA la importància de l'alimentació, tant de les persones sanes com de les malaltes, de l'educació alimentària de la població per contribuir a evitar o pal·liar els efectes de les malalties, de la responsabilitat personal i social pel que fa a la desnutrició, i de l'atenció que els professionals i les institucions sanitàries han de dedicar a l'alimentació dels seus malalts. Els beneficis de fer-ho no només milloren el benestar i la salut de les persones, sinó també l'economia de tots.