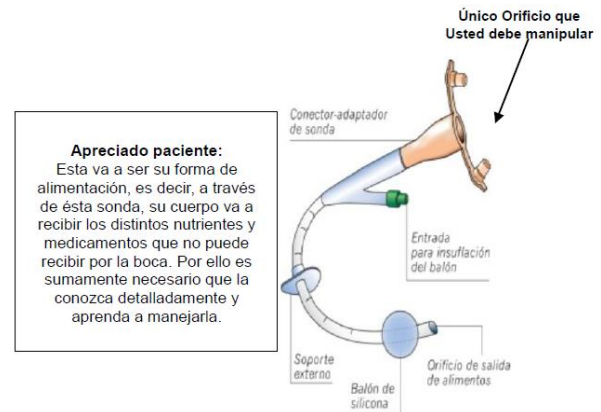


# Sonda Gastrostomía

## Cuidados y alimentación en casa

### ¿Qué es una gastrostomía?

Es una cirugía que consiste en la apertura de un orificio en el estómago para la inserción de una sonda que servirá para alimentar y dar medicamentos al paciente. La Gastrostomía se realiza a pacientes que no pueden “tragar” por si solos, que se “ahogan” cuando comen, que necesitan soporte nutricional frecuente o que su nivel de conciencia representa un riesgo durante su alimentación.



### Recomendaciones para el cuidado del orificio de la gastrostomía (herida)

- Lavarse las manos enérgicamente con agua antes y después de manipular la sonda y la herida.
- Limpiar diariamente la herida con una gasa, con una torunda de algodón o copitos impregnados con agua fría hervida, asegurarse de secar bien.
- No dejar gasa bajo el soporte externo, así la herida cicatriza más rápido.
- No girar ni tirar de la sonda, podría salirse.

### Recomendaciones para el paso de alimentos o medicamentos por la sonda de gastrostomía.

- El paciente **NO DEBE ESTAR ACOSTADO**, debe estar en posición cómoda, sentado o semi sentado y tranquilo durante la alimentación y una hora posterior a esta.
- La preparación de los alimentos debe ser bajo estrictas condiciones higiénicas.
- Establecer horarios fijos, ofrecer las cantidades establecidas por la nutricionista, y a una temperatura **TIBIA**.
- Debe consumir 5 o 6 comidas al día: desayuno, media mañana, almuerzo, media tarde, comida y merienda con un intervalo de 3 a 4 horas entre cada comida. La

consistencia de las preparaciones debe ser líquida, sin grumos, **todo licuado y bien colado** para evitar que se tape la sonda.

- Las mezclas deben suministrarse lo más pronto posible ó refrigeradas. No se deben utilizar después de 4 horas de su preparación.
- El volumen aproximado de cada preparación es de dos 250ml (Un vaso mediano de jugo.)

### Opciones para la administración de los alimentos

1. **BOLSA NUTRIFLÓ:** Por la cual se envasa y administra la nutrición por gravedad. Puede asegurarse en surtimédicos (detrás de la clínica SOMA) es necesario cambiarlas cuando este rota o el plástico este poroso. La nutrición debe pasarse en 20 minutos aproximadamente.

**JERINGA DE 60 ML:** Por la cual se administra la nutrición licuada en 10 minutos aproximadamente, manualmente con una leve presión.

### Opciones de ingredientes para preparar la alimentación:

**DESAYUNO:** (7:00 am), puede licuar:



- **BEBIDA EN LECHE** (chocolate, cocoa, avena ,chocoline)
- **CEREAL:** (2 tajadas de pan blanco, galletas o tostadas)
- **PROTEICO:** Porción pequeña de queso, cuajada o huevo cocido.
- ( adicionar 1 cucharada de azúcar si el paciente no es diabético)

**MEDIA MAÑANA Y EN LA MEDIA TARDE,** puede licuar:

- Fruta (una porción mediana).
- Leche (1 vaso mediano).
- Avena o galletas dulces (1 – 2 unidades).
- (adicionar 1 cucharada de azúcar si el paciente no es diabético).



**ALMUERZO Y COMIDA,** se sugiere preparar una sopa, licuando:

- Papa criolla, arracacha (3 unidades) plátano 1 vez a la semana.
- Alverja o frijol verde 1 vez a la semana de acuerdo a tolerancia.
- Carne de res, cerdo, pollo (porción pequeña) pescado.
- Porción de verduras (porción pequeña) a tolerancia.
- Puede adicionarle leche, o 1 cucharadita de aceite de oliva.
- Adicione una pizca de sal si el paciente no es hipertenso.

**MERIENDA**, puede licuar

- Una colada de avena
- Un cereal (1-2 unidades de pan tajado o galletas).
- (adicionar 1 cucharada de azúcar si el paciente no es diabético).

**ALIMENTOS PERMITIDOS PARA DAR POR LA SONDA:**

1. Coladas a base de leche con adición de maizena, harina, avena
2. Caldo con huevo batido.
3. Sopa licuadas con carnes (res, hígado, pollo, pescado).
4. Gelatina líquida.



**PARA TENER EN CUENTA....**

- Cada preparación puede ser reemplazada por la fórmula nutricional indicada por la nutricionista equivalente a 237 ml.
- La frecuencia de las deposiciones puede disminuir debido a la poca cantidad de fibra que implica una dieta licuada. **No se alarme.**
- Si hay estreñimiento (No hace deposición durante 3 días) evite jugo de guayaba, arroz, plátano, té, manzana o banano. Prefiera preparaciones con leche semidescremada.

**PRECAUCIONES GENERALES:**

- ✓ Si hay riesgo que el paciente se retire debe fijarla al abdomen con micropore, a 10 cms de la herida evitando que se doble.
- ✓ No mezclar los alimentos con los medicamentos, deben administrarse en horarios diferentes.
- ✓ Siempre, en cada administración de alimentos o medicamentos debe jugar la sonda con 50 cms de agua y verificar que queda permeable. Así evita que se tape.
- ✓ Si la sonda se tapa intente destaparla introduciendo 30 cms de agua tibia, espere 5 minutos y aspire, hacer esto varias veces hasta que se destape y quede permeable.
- ✓ La higiene bucal de los pacientes con crema dental debe ser mínimo 3 veces por día para evitar la presencia de bacterias en la boca.

**¿CUÁNDO CONSULTAR POR URGENCIAS?**

- ❖ Si la sonda de Gastrostomía se sale del abdomen o la alimentación se filtra por el sitio de la herida.
- ❖ Si hay signos de infección: Fiebre, herida roja y con salida de pus.