

8. Anexos

Anexo 1.

Valoración Global Subjetiva (VGS)

PUNTAJE		1	2	3	4	5	
1	Antecedentes	Pérdida de peso (Últimos 6 meses)	Ninguna	5%	5-10%	10-15%	15%
2		Cambio de la ingesta alimentaria	Ninguna	Dieta sólida insuficiente	Dieta líquida o moderada	Dieta líquida hipocalórica	Ayuno
3		Síntomas gastrointestinales (presentes durante más de 2 semanas)	Ninguno	Náuseas	Vómito o síntomas moderrados	Diarrea	Anorexia grave
4		Incapacidad funcional (relacionado con el estado nutricional)	Ninguna (o mejora)	Dificultad para la deambulación	Dificultad con actividades normales	Actividad leve	Poca actividad en cama/silla de ruedas
5		Comorbilidad	Tiempo en diálisis y sin comorbilidad	Tiempo de diálisis 1-2 a o comorbilidad leve	Tiempo de diálisis 2-4 a o edad 75 años comorbilidad moderada	Tiempo de diálisis o comorbilidad grave	Comorbilidades graves y múltiples
6	Examen físico	Reservas disminuídas de grasa o pérdida de grasa subcutánea	Ninguna	Leve	Moderada	Grave	Gravísima
7		Signos de pérdida muscular	Ninguno	Leve	Moderados	Grave	Gravísimos
8		Signos de edema/ascitis	Ninguno	Leve	Moderados	Grave	Gravísimos



Indicadores antropométricos		Peso seco: _____ kg
		PCT: _____ PCSE: _____ PCSE: _____ IMC _____
Resultado total: _____		
Estado de nutrición adecuado	8-14	
Desnutrición leve/moderada	15-35	
Desnutrición severa	36-49	

Fuente: Adaptado de: Beberashvili et al., 2010.

Anexo 1.

Valoración Global Subjetiva (VGS)

Número de encuesta: _____

INDICACIONES: MARCA CON UNA X LA RESPUESTA CORRECTA

Edad: _____ Género: M F Tiempo en HD: _____

Turno: Mañana Tarde Noche Hora en HD: _____

Método de dializar: Catéter temporal Catéter tunelizado FAVI/Prótesis

Situación laboral: Activo Jubilado Invalidez En paro Otros

Estado civil: Soltero/a Casado/a Separado/a Viudo/a

Nivel de estudios: Analfabeto Primaria Secundaria Preparatoria

Universidad Posgrado

Régimen dietético

1. ¿Sabe usted si hay que seguir alguna dieta si realiza hemodiálisis?

Sí No

2. ¿Sigue usted algún tipo de dieta?

Sí No

3. En caso afirmativo ¿Qué tipo de dieta sigue?

Sin sal Pobre en potasio Baja en fosforo Restricción hídrica Otras

4. ¿Quién prepara la comida?

Usted Cónyugue Sus hijos Cuidador Otros

Sodio

5. ¿Sabe que debería mantener una dieta baja en sal?

Sí No

6. ¿Intenta mantener una dieta sin sal, es decir, consume alimentos sin sal?

Sí No

7. ¿Añade algún tipo de sal como las bajas en sodio o sal de farmacia a las comidas como en las ensaladas, la verdura?

Sí No

8. ¿Come a menudo alimentos precocinados y embutidos?

Sí No

9. ¿Los alimentos precocinados los enjuaga?

Sí No

Potasio

10. ¿Sabe usted que debe seguir una dieta baja en potasio, es decir, evitar alimentos con alto contenido de potasio como los tomates, los plátanos, las lentejas, espinacas, melón, etc.?

Sí No

11. ¿Intenta mantener una dieta pobre en potasio?

Sí No

12. ¿Consume a menudo alimentos en conserva?

Sí No

13. ¿Cómo es preferible que coma la fruta para disminuir su nivel de potasio?

0. Al natural

1. Frutas cocidas o de lata sin almíbar (quitándole el líquido)

2. No lo sabe

14. ¿Sabe que debe hacer para disminuir el nivel de potasio de las verduras?

0. No las deja en remojo

1. Las corta en trozos pequeños y lo deja en remojo un tiempo prolongado.

2. No sabe

15. Sabe cómo se deben cocinar las verduras para disminuir el nivel de potasio?

0. Las come hervidas en un agua o crudas

1. Hervidas dos veces cambiando el agua a la mitad de la cocción

2. No sabe



16. ¿Cuál de las siguientes frutas debe evitar?

- 0. Compota de manzana
- 1. Plátanos e higos
- 2. No sabe

Fósforo

17. ¿Intenta consumir alimentos pobres en fósforo evitando alimentos como legumbres, frutos secos verduras como las alcachofas, el perejil, quesos?

Sí No

18. ¿Abundan las proteínas de la carne y pescado en su dieta?

Sí No

19. ¿Consume a menudo leguminosas como por ejemplo soya en grano, lentejas, habas, garbanzos?

Sí No

20. ¿A menudo complementa su dieta con proteínas como por ejemplo sardinas y mariscos?

Sí No

21. ¿Acompaña las comidas con refrescos?

Sí No

22. ¿Qué alimentos de los siguientes debe evitar

- 0. Zanahoria
- 1. Frutos secos y chocolate
- 2. No sabe

Calcio

23. ¿Controla la ingesta de alimentos que contienen calcio como por ejemplo leche de vaca, quesos, sardinas, acelgas?

Sí No

24. ¿Consume más de dos vasos de leche o yogures al día?

Sí No



25. ¿Sabe usted porqué es importante la dieta?

- 0. Porque una dieta adecuada puede hacerle recuperar la función renal
- 1. Porque determinados alimentos pueden aportar sustancias dañinas para el cuerpo.
- 2. No sabe

Líquidos

26. ¿Cuál es su peso seco? _____ No lo sabe

27. ¿Realiza diuresis residual?

Sí No

28. ¿Controla la cantidad de orina que realiza?

Sí No

29. ¿Conoce la importancia del control de la ingesta de líquido en su dieta?

Sí No

30. ¿Controla los líquidos que ingiere entre las sesiones de diálisis midiéndolo de alguna manera?

Sí No

31. ¿Suele beber líquidos con las comidas como vino, gaseosas, agua, zumo?

Sí No

32. ¿Abundan las ensaladas, sopas, caldos en su dieta?

Sí No

33. ¿Se pesa los días que no acude a diálisis?

Sí No

34. ¿Sabe hasta cuantos Kg se le recomienda ganar entre dos sesiones de diálisis?

Sí No

35. ¿Utiliza técnicas que le hayan explicado para controlar la ingesta de líquidos?

Sí No

36. ¿Cuáles? _____

Fuente: Adaptado de: Bouaouda, 2014.

Población y Salud en Mesoamérica

PSM

¿Desea publicar en PSM?
Ingrese **aquí**

O escribanos: revista@ccp.ucr.ac.cr



Población y Salud en Mesoamérica (PSM) es la revista electrónica que cambió el paradigma en el área de las publicaciones científicas electrónicas de la UCR. Logros tales como haber sido la primera en obtener sello editorial como revista electrónica la posicionan como una de las más visionarias.

Revista PSM es la letra delta mayúscula, el cambio y el futuro

Indexada en los catálogos más prestigiosos.
Para conocer la lista completa de índices, ingrese **aquí**



[Revista Población y Salud en Mesoamérica](#)

Centro Centroamericano de Población
Universidad de Costa Rica

