Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año VI, vol. 1 2026 | Recepción: 06/03/2026 | Aceptación: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 Desarrollo de una tarjeta de seguimiento nutricional para adultos mayores con enfermedades crónicas en atención primaria de salud

Jéssica da Costa Jardim – Nutricionista, Unidad Básica de Salud Felisbela Ricardo de Carvalho,
Ribeirao Vermelho, Minas Gerais

Resumen:

El envejecimiento de la población ha conllevado cambios significativos en su perfil epidemiológico, con un incremento considerable en la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. En este contexto, la Atención Primaria de Salud desempeña un papel fundamental en la organización de la atención y el seguimiento longitudinal de los usuarios, especialmente de la población anciana. Herramientas sencillas de monitorización clínica y nutricional pueden contribuir a mejorar este seguimiento, favoreciendo el registro sistemático de la información y la participación activa del usuario en el proceso asistencial. Este estudio tiene como objetivo describir el desarrollo de una tarjeta de monitorización nutricional para personas mayores con enfermedades crónicas atendidas en Atención Primaria de Salud. Se trata de un informe de experiencia sobre el desarrollo de un instrumento asistencial centrado en la monitorización de indicadores nutricionales y clínicos relevantes. La tarjeta se estructuró con espacios para registrar datos antropométricos, parámetros clínicos y el seguimiento de las consultas, lo que permite una mayor organización de la información y fortalece el vínculo entre los profesionales sanitarios y los usuarios. El uso de este instrumento tiene el potencial de contribuir a la monitorización continua del estado de salud, fomentar el autocuidado y facilitar la planificación de las acciones asistenciales en atención primaria.

Palabras clave: Atención primaria de salud; Nutrición; Personas mayores; Enfermedades crónicas; Promoción de la salud.

Resumen

El envejecimiento de la población ha conllevado cambios significativos en su perfil epidemiológico, con un aumento considerable en la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. En este contexto, la Atención Primaria de Salud desempeña un papel fundamental en la organización de la atención y el seguimiento longitudinal de los usuarios, especialmente de la población anciana. Herramientas sencillas de monitorización clínica y nutricional pueden contribuir a mejorar este seguimiento, favoreciendo el registro sistemático de la información y la participación activa del usuario en el proceso asistencial. Este estudio tiene como objetivo describir el desarrollo de una tarjeta de monitorización nutricional para personas mayores con enfermedades crónicas atendidas en Atención Primaria de Salud. Se trata de un informe de experiencia sobre el desarrollo de un instrumento asistencial centrado en la monitorización de indicadores nutricionales y clínicos relevantes. La tarjeta se estructuró con espacios para registrar datos antropométricos, parámetros clínicos y el seguimiento de las consultas, lo que permite una mayor organización de la información y fortalece el vínculo entre los profesionales sanitarios y los usuarios. El uso de este instrumento tiene el potencial de contribuir a la monitorización continua del estado de salud, fomentar el autocuidado y ayudar en la planificación de las acciones asistenciales en Atención Primaria.

cuidado.

Palabras clave: Atención primaria de salud; nutrición; personas mayores; enfermedades crónicas; promoción de la salud.

1. INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población observado en las últimas décadas ha dado lugar a importantes transformaciones en el perfil epidemiológico de la población. Entre estos cambios, destaca el aumento.

de la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT), como la hipertensión y

La diabetes mellitus, que representa una causa importante de morbilidad y mortalidad entre la población anciana.

Asociadas a estas condiciones, también se observan altas tasas de sobrepeso y obesidad.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año VI, v.1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 La obesidad, a su vez, está relacionada con varias complicaciones de salud, incluida la apnea del sueño, Alteraciones en los lípidos sanguíneos, desarrollo o empeoramiento de la hipertensión arterial, diabetes. Diabetes mellitus tipo 2, enfermedad vascular coronaria, accidente cerebrovascular, insuficiencia cardíaca y embolia pulmonar (Asociación Brasileña para el Estudio de la Obesidad y el Síndrome Metabólico – ABESO, 2021).

En este contexto, el Sistema Único de Salud (SUS) actúa directamente en el cuidado de estos individuos. La atención primaria de salud (APS) es el principal nivel de atención responsable de Seguimiento longitudinal de la población, centrado en la prevención de enfermedades y la promoción de la salud. y el manejo de afecciones crónicas (BRASIL, 2023).

En este escenario, el control nutricional juega un papel fundamental, ya que Una nutrición adecuada es uno de los pilares fundamentales para controlar estas enfermedades, además de contribuir para su prevención. La evidencia sugiere que consumir alimentos mínimamente procesados y Las dietas basadas en plantas pueden reducir significativamente el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles. además de mejorar la calidad de vida de la población (BJHIS, 2023).

Al iniciar el seguimiento nutricional de las personas mayores, resulta necesario realizar una evaluación del estado nutricional, que implica el uso de indicadores específicos, como el Índice. Índice de masa corporal (IMC), circunferencia de la pantorrilla y otros parámetros clínicos capaces de para ayudar a identificar el riesgo nutricional. Sin embargo, en la práctica diaria de los servicios de salud, Con frecuencia se observan dificultades relacionadas con la organización y el registro sistemático de la información. Información del paciente. Los estudios indican que el impacto negativo en los registros de atención al paciente y Las visitas a domicilio pueden estar relacionadas tanto con la dificultad de adaptarse a nuevos sistemas como con la dificultad de adaptarse a ellos. información sobre la reducción de registros indebidos, que resalta la necesidad de investigación y mejora de estos sistemas dentro del ámbito de la atención primaria (CAMPOS et al., 2024).

Dada esta realidad, el desarrollo de estrategias simples y fáciles de usar puede Contribuir a mejorar la atención que se presta a las personas mayores, facilitando la monitorización clínica. y nutricional con el tiempo. El uso de herramientas educativas y de cuidado puede fortalecer la Fomentar el autocuidado y el seguimiento continuo por parte de profesionales sanitarios.

Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo describir el desarrollo de una tarjeta de Apoyo nutricional destinado al seguimiento de pacientes ancianos con enfermedades crónicas. en Atención Primaria de Salud.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

Este es un relato de una experiencia relativa al desarrollo de un instrumento para Seguimiento nutricional dirigido a personas mayores que reciben atención en atención primaria de salud. La propuesta

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS - Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año VI, v.1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 surgió de la identificación, en la práctica clínica, de la necesidad de organizar y sistematizar la Seguimiento nutricional de personas mayores con enfermedades crónicas.

Para el desarrollo del instrumento, se tuvieron en cuenta indicadores de uso común. evaluación del estado nutricional y seguimiento clínico de esta población. Entre los parámetros Los factores seleccionados son el peso, la altura, el índice de masa corporal, la circunferencia de la pantorrilla y la presión arterial. glucosa en sangre arterial y capilar.

La tarjeta se diseñó en un formato portátil, lo que permite al usuario llevarla a sus citas y... Siga su progreso clínico a lo largo del tiempo. La estructura del instrumento fue organizada de tal manera. simple y objetivo, permitiendo tanto el registro de información por parte de profesionales de la salud como la Comprender los datos por parte de los propios usuarios.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La tarjeta de control nutricional se estructuró con el objetivo de facilitar el registro y... Seguimiento de indicadores importantes para la salud de la población anciana. El instrumento se organizó en Secciones diseñadas para registrar datos antropométricos, parámetros clínicos e historial de seguimiento. como se muestra en las figuras 1 y 2.

Figura 1 – Tarjeta de seguimiento de una persona mayor (anverso)



Fuente: Archivo del autor (2026).

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS - Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año VI, vol. 1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 Figura 2 – Tarjeta de seguimiento de una persona mayor (reverso)



Fuente: Archivo del autor (2026).

Entre los indicadores incluidos se encuentran el peso corporal, la estatura y el cálculo del índice de masa corporal (IMC). y la circunferencia de la pantorrilla, medidas ampliamente utilizadas para evaluar el estado nutricional de los adultos mayores. También se incorporaron espacios para registrar la presión arterial y la glucosa en sangre capilar, parámetros esencial en el manejo de enfermedades crónicas como la hipertensión y la diabetes mellitus.

Además, la tarjeta cuenta con campos para registrar citas y hacer un seguimiento del progreso. La práctica clínica del usuario. Organizar esta información en una sola herramienta tiene como objetivo facilitar... visualización del historial de salud del paciente y asistencia en la toma de decisiones clínicas durante el Seguimiento en la atención primaria de salud.

El desarrollo de herramientas de monitoreo en el contexto de la Atención Primaria de Salud ha sido Se ha identificado como una estrategia relevante para fortalecer la organización de la atención y mejorar el seguimiento. de afecciones crónicas, especialmente entre las personas mayores. Herramientas de registro sencillas, como tarjetas o Los cuadernos de seguimiento pueden contribuir a la sistematización de la información clínica y apoyo nutricional, facilitando el seguimiento longitudinal de los usuarios por parte de profesionales sanitarios. Además Además, estos instrumentos pueden facilitar la identificación de cambios en el estado de salud y apoyar la planificación para intervenciones más oportunas. En este sentido, los estudios destacan que las estrategias de El seguimiento estructurado en la atención primaria contribuye a fortalecer las acciones para promover... salud, prevención de complicaciones y mantenimiento de la capacidad funcional en la población anciana (SANTOS et al., 2020).

En lo que respecta al control nutricional, el uso de indicadores antropométricos de fácil acceso.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año VI, v.1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 Esta aplicación resulta especialmente relevante en el contexto de la atención primaria, considerando la necesidad de Herramientas accesibles y de rápida implementación para uso diario en los servicios de salud. Entre estos indicadores, el Índice de Masa Corporal (IMC) y la circunferencia de la pantorrilla se han utilizado ampliamente en la evaluación. del estado nutricional de las personas mayores. La circunferencia de la pantorrilla, en particular, muestra una asociación. con reservas musculares y puede contribuir a la identificación temprana de la pérdida de masa muscular, Una condición frecuentemente asociada con una capacidad funcional reducida. Los estudios indican que el análisis La combinación del IMC y la circunferencia de la pantorrilla puede ayudar a identificar a las personas con porcentajes de grasa corporal más elevados. riesgo de estado nutricional comprometido y discapacidad funcional, lo que refuerza la relevancia de incorporación de estos indicadores en los instrumentos de monitoreo utilizados en los servicios del Sistema Único de Salud (SOUZA et al., 2021).

Además de la evaluación antropométrica, también es importante el registro sistemático de parámetros clínicos, como la presión arterial. y los niveles glucémicos constituyen un elemento importante para el seguimiento de las enfermedades no crónicas. Enfermedades transmisibles en el contexto de la atención primaria. La literatura científica demuestra que las estrategias para el seguimiento regular de estos parámetros pueden contribuir a la detección precoz de cambios clínicos y a la mejora de la atención. Manejo de afecciones como la diabetes mellitus tipo 2 y la hipertensión. Intervenciones que implican autocontrol de la glucosa en sangre, cambios en el estilo de vida y la adopción de patrones dietéticos específicos, como la dieta La dieta DASH ha demostrado tener un impacto positivo en la reducción de los factores de riesgo cardiovascular y en el control de estas afecciones. condiciones (OLIVEIRA et al., 2023).

En el contexto de la Estrategia de Salud Familiar, la efectividad de las acciones dirigidas a la salud del individuo El cuidado de las personas mayores depende de la acción integrada de un equipo multidisciplinario y de la adopción de estrategias que... favorecer la monitorización continua de los usuarios. En este escenario, el desarrollo de herramientas de registro y seguimiento, como la tarjeta de control nutricional propuesta. En este estudio, puede representar una herramienta potencialmente útil para apoyar el proceso de atención. en atención primaria. Además de facilitar el registro sistemático de información relevante para la Seguimiento clínico y nutricional; estas herramientas pueden contribuir a fortalecer el vínculo. entre profesionales de la salud y usuarios, así como fomentar prácticas de autocuidado y mayor confianza. participación individual en el seguimiento de su propio estado de salud (SILVA et al., 2024).

El uso de herramientas de monitoreo ya se observa en diferentes estrategias de atención dentro del Sistema Único de Salud (SUS) de Brasil, como es el caso del expediente de salud de la persona mayor y otros registros clínicos. utilizado en atención primaria. Sin embargo, muchos de estos instrumentos tienen un enfoque más amplio o generalista, que no siempre considera sistemáticamente los indicadores nutricionales y los parámetros clínicos. factores específicos que pueden ayudar en el monitoreo continuo del estado nutricional. En este sentido, el El desarrollo de herramientas complementarias para el monitoreo nutricional puede contribuir a Ampliar las posibilidades de monitorizar la salud de la población anciana en el ámbito de la atención primaria.

Por lo tanto, la tarjeta de control nutricional desarrollada en este estudio tiene como objetivo... Para subsanar una deficiencia relacionada con la sistematización del registro de indicadores clínicos y nutricionales. relevante para el cuidado de los ancianos. Al recopilar información antropométrica, parámetros

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año VI, v.1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 Al combinar los registros clínicos y los registros periódicos en un solo instrumento, esta herramienta muestra potencial para... para facilitar el seguimiento longitudinal de los usuarios y para apoyar la toma de decisiones por parte de los profesionales. salud y fomentar una mayor participación individual en el control de su propia salud.

Sin embargo, se necesitan estudios futuros que evalúen la aplicabilidad y el impacto del instrumento en la práctica clínica. Son necesarias para verificar su eficacia y su potencial de incorporación a los servicios de salud.

CONSIDERACIONES FINALES

El desarrollo de la tarjeta de control nutricional representa una estrategia sencilla y eficaz. Potencialmente eficaz para apoyar el seguimiento de la salud de los adultos mayores con enfermedades crónicas en la atención primaria. Atención Primaria de Salud. La herramienta permite el registro sistemático de información clínica y nutricional. Contribuir a la organización de la atención y al seguimiento longitudinal de los usuarios.

Además, la herramienta puede fomentar un vínculo más fuerte entre los profesionales de la salud y Los pacientes deben recibir capacitación, fomentar prácticas de autocuidado y ayudar a planificar las acciones de seguimiento. nutricional. Por lo tanto, su uso tiene el potencial de contribuir a mejorar la calidad de la atención. a la salud de la población anciana en el ámbito de la atención primaria.

REFERENCIAS

Asociación Brasileña para el Estudio de la Obesidad y el Síndrome Metabólico (ABESO). Manifiesto sobre la Obesidad: Cuidando en todos los sentidos. São Paulo: ABESO, 2021. Disponible en: https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2021/03/Manifesto.pdf. Consultado el 7 de marzo de 2026.

BARROS, Rafael Damasceno de; SILVA, Livia Angeli; SOUZA, Luis Eugênio Portela Fernandes de. Evaluación del impacto de la implementación del nuevo sistema de información de atención primaria de salud en los registros de atención y visitas domiciliarias en Brasil. Cadernos de Saúde Pública, Río de Janeiro, Disponible 40, 1, https://www.scielosp.org/article/csp/2024.v40n1/e00081323/. Consultado el 7 de marzo de 2026e00081323, 2024. en:

BRASIL. Ministerio de Salud. Política Nacional de Atención Primaria. Brasilia: Ministerio de Salud.

BRASIL. Ministerio de Salud. Secretaría de Atención Primaria de Salud. Atención Primaria de Salud. Brasilia: Ministerio de Salud, 2023. Disponible en: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps . Consultado el 7 de marzo de 2026.

COSTA, Carla Eloise et al. Relación entre variables antropométricas y funcionalidad en mujeres mayores. Salud ConScientiae.

NASCIMENTO, Dailson Silva do; SILVA, Carla Fregona da. Alimentación saludable: un enfoque para la prevención de enfermedades crónicas – una revisión integradora. Revista Brasileña de Implantología y Ciencias de la Salud, vol. 6, n.º 10, págs. 4316–4332, 2024. Disponible en:

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año VI, v.1 2026 | Envío: 06/03/2026 | Aceptado: 08/03/2026 | Publicación: 10/03/2026 https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/4203. Consultado el 7 de marzo de 2026.

OLIVEIRA, LF et al. Estrategias de monitorización clínica e intervenciones en el manejo de enfermedades crónicas en atención primaria. Revista Brasileña de Implantología y Ciencias de la Salud, 2023.

SANTOS, AR et al. Envejecimiento y promoción de la salud: estrategias de atención en atención primaria. Vivências – Revista Electrónica de Extensión de la URI, Erechim, v. 16, n. 31, 2020.

SILVA, JP et al. Estrategia de salud familiar y promoción de la salud para las personas mayores: desafíos y perspectivas en atención primaria. Observatorio Latinoamericano de Estudios de Salud, 2024.

SOUZA, MR et al. Circunferencia de la pantorrilla e índice de masa corporal como indicadores del estado nutricional en ancianos. Cadernos de Saúde Coletiva, Río de Janeiro, 2021.

VERAS, Renato. Envejecimiento poblacional contemporáneo: desafíos e innovaciones. Río de Janeiro: UERJ.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.