

# ZALECENIA ESPEN

## Barazzoni, Rocco, et al. „ESPEN expert statements and practical guidance for nutritional management of individuals with SARS-CoV-2 infection.” (2020).

1. **ESPEN podkreśla rolę wczesnego wykrywania zaburzeń stanu odżywienia i podjęcia interwencji żywieniowej**, najlepiej w ciągu 24-48h od przyjęcia do szpitala. Obowiązkowy jest screening niedożywienia przy użyciu skal NRS 2002 lub MUST.
2. Leczenie żywieniowe powinno być prowadzone przez odpowiednio wykwalifikowanego specjalistę – dietetyka lub lekarza. **Nowością jest zalecenie dotyczące jak najszybszego prowadzenia poradnictwa w formie teleporad lub telekonferencji oczywiście tam gdzie taka forma pomocy jest wystarczająca.**
3. W populacji chorych onkologicznych ESPEN zaleca podaż 25-30 kcal/kg masy ciała aktualnej u chorych niedożywionych i z prawidłową masą ciała oraz 25-30 kcal/kg masy ciała należnej u chorych otyłych. Podaż białka powinna wynosić od 1,2 -2,0 g/kg masy ciała, średnio 1,5g/kg masy ciała.
4. **System odpornościowy nie funkcjonuje bez odpowiedniej podaży energii i białka. Wszędzie tam gdzie prawidłowo zaplanowana przez dietetyka dieta nie wystarcza do pokrycia zapotrzebowania na białko i energię należy dołączyć do diety ONS.** Najprawdopodobniej uzupełnienie niezbędnej podaży białka i energii w diecie do utrzymania bieżącego metabolizmu i spadku powikłań infekcyjnych uzyskujemy przy dodatkowej podaży 600-800 kcal energii i 40-60g białka na dobę.
5. Jeśli dieta doustna wsparta wysokobiałkowym ONS nie wystarcza do pokrycia potrzeb bądź jest nietolerowana, lub przeciwwskazana należy wdrożyć żywienie dojelitowe lub pozajelitowe zgodnie z obowiązującymi wskazaniami. Żywienie drogą przewodu pokarmowego ma zawsze pierwszeństwo nad żywieniem pozajelitowym.
6. Rola witamin, minerałów i pierwiastków śladowych: ESPEN nie zaleca przekraczania podaży mikrośladników powyżej norm zalecanych zgodnie z RDA i/lub AI. Przewlekłe niedobory witamin A i D zwiększają ryzyko zachorowania na odrę czy wirusy atakujące układ oddechowy, zaś niedobory witamin A, E, B6, B12, C, cynku, selenu, żelaza i nienasyconych kwasów tłuszczowych z rodziny omega-3 zwiększają ryzyko ciężkiego przebiegu powikłań i śmierci dla większości znanych chorób zakaźnych.