RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

INDICADORES PSICOLÓGICOS EN PROTOCOLOS DE DESNUTRICIÓN: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA SOBRE ENFOQUES INTEGRADOS Y EFICIENCIA MULTIDIMENSIONAL

INDICADORES PSICOLÓGICOS EM PROTOCOLOS DE DESNUTRIÇÃO: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE ABORDAGENS INTEGRADAS E EFICIÊNCIA MULTIDIMENSIONAL

PSYCHOLOGICAL INDICATORS IN MALNUTRITION PROTOCOLS: LITERATURE REVIEW ON INTEGRATED APPROACHES AND MULTIDIMENSIONAL EFFICIENCY

Jackson Gervásio Pires[1], Fabiano de Araujo Narciso[2]

e656468
https://doi.org/10.47820/recima21.v6i5.6468

PUBLICADO: 5/2025

RESUMEN

Este estudio propone un análisis de la eficacia de los protocolos de desnutrición que incluyen indicadores psicológicos como parte esencial de su evaluación. Se realizó una revisión bibliográfica narrativa, de carácter cualitativo, mediante búsquedas en bases científicas confiables (Google Scholar, Periódicos Capes y SciELO) en el período de 2000 a 2025. El recorte contempló artículos completos en portugués e inglés, además de obras físicas relacionadas con la temática. Los resultados obtenidos enfatizan que la simple medición del aumento de peso o la reducción de la tasa de hospitalizaciones no captura todas las dimensiones del problema, ya que las intervenciones que añaden estímulos psicosociales —como sesiones lúdicas, acompañamiento familiar y tamizaje de depresión— evidencian mejoras en el desarrollo motor, el bienestar emocional y la adhesión al tratamiento. El análisis crítico señala la fragilidad de estudios basados exclusivamente en marcadores antropométricos, dado que investigaciones con niños, personas mayores e individuos con enfermedades crónicas muestran un impacto significativo en la calidad de vida y la resiliencia mental cuando existe apoyo psicosocial. Se concluye que la evaluación de los protocolos de desnutrición debe integrar aspectos emocionales y cognitivos para una comprensión más amplia de los resultados, recomendándose la adopción de equipos multidisciplinarios y el monitoreo sistemático de estos indicadores. Este enfoque surge como una alternativa para mitigar los límites metodológicos y promover intervenciones más eficaces y humanizadas.

PALABRAS CLAVE: Desnutrición. Indicadores Psicológicos. Depresión. Desarrollo Infantil. Estimulación Psicosocial.

RESUMO

Este estudo propõe uma análise da eficácia de protocolos de desnutrição que incluem indicadores psicológicos como parte essencial de sua avaliação. Realizou-se uma revisão bibliográfica narrativa, de caráter qualitativo, com buscas em bases científicas confiáveis (Google Scholar, Periódico Capes e SciELO) no período de 2000 a 2025. O recorte contemplou artigos completos em português e inglês, além de obras físicas relacionadas à temática. Os resultados obtidos enfatizam que a simples aferição de ganho de peso ou redução da taxa de internações não captura todas as dimensões do problema, pois intervenções que adicionam estímulos psicossociais – como sessões lúdicas, acompanhamento familiar e triagem de depressão – evidenciam melhorias no desenvolvimento motor, no bem-estar emocional e na adesão ao tratamento. A análise crítica aponta a fragilidade de estudos baseados exclusivamente em marcadores antropométricos, visto que pesquisas envolvendo crianças, idosos e indivíduos com doenças crônicas mostram impacto significativo em qualidade de vida e resiliência mental quando há suporte psicossocial. Conclui-se que a avaliação de protocolos de desnutrição deve integrar aspectos emocionais e cognitivos para uma compreensão mais ampla dos resultados,

[1] Nutrição e dietética, especialista em Nutrição com ênfase obesidade e emagrecimento e Nutrição clínica em endocrinologia e metabologia. Universidade Europea de Madrid.
[2] Psicólogo e Naturólogo, com especialização em Mindfulness e Inteligências Múltiplas, Terapia Cognitivo-Comportamental, e em Psicanálise e Saúde Mental. Atua como psicanalista e psicólogo clínico em consultório particular. Faculdade Anhanguera.

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

recomendando-se a adoção de equipes multidisciplinares e monitoramento sistemático desses indicadores. Essa abordagem surge como alternativa para mitigar limites metodológicos e promover intervenções mais eficazes e humanizadas.

PALAVRAS-CHAVE: Desnutrição. Indicadores Psicológicos. Depressão. Desenvolvimento Infantil. Estimulação Psicossocial.

ABSTRACT
This study proposes an analysis of the effectiveness of malnutrition protocols that include psychological indicators as an essential part of their evaluation. A narrative, qualitative literature review was conducted, based on searches in reliable scientific databases (Google Scholar, Periódico Capes, and SciELO) from 2000 to 2025. The selection included complete articles in Portuguese and English, as well as physical works related to the topic. The results emphasize that merely measuring weight gain or reduced hospitalization rates does not capture all dimensions of the problem, since interventions adding psychosocial stimuli – such as playful sessions, family follow-up, and depression screening – demonstrate improvements in motor development, emotional well-being, and treatment adherence. Critical analysis reveals the limitations of studies relying solely on anthropometric markers, as research involving children, the elderly, and individuals with chronic diseases indicates a significant impact on quality of life and mental resilience when psychosocial support is provided. It is concluded that the evaluation of malnutrition protocols must incorporate emotional and cognitive aspects for a broader understanding of outcomes, and that the adoption of multidisciplinary teams and systematic monitoring of these indicators is recommended. This approach emerges as an alternative to mitigate methodological constraints and promote more effective and humanized interventions.

KEYWORDS: Malnutrition. Psychological. Indicators. Depression. Child Development. Psychosocial Stimulation.

INTRODUCCIÓN

La interfaz entre nutrición e indicadores psicológicos ha sido enfatizada en diferentes contextos, involucrando tanto a niños como a ancianos en condición de vulnerabilidad. En estudios recientes, se ha comprobado que la presencia de depresión agrava el riesgo de desnutrición, mientras que la carencia de nutrientes profundiza cuadros depresivos, convirtiéndose en un factor limitante para la plena rehabilitación. Este escenario gana contornos aún más relevantes cuando se examinan ambientes hospitalarios, pues autores que investigaron niños hospitalizados con desnutrición severa identificaron progresos significativos en el desarrollo motor y social, aunque sin alteraciones antropométricas impactantes.

La desnutrición asociada a pérdidas emocionales y cognitivas puede fragilizar aún más a grupos crónicos, como en el caso de niños con cáncer o adultos con enfermedades degenerativas, contexto en el que el análisis de parámetros psicoemocionales se torna primordial. En intervenciones que involucran estimulación lúdica, sesiones sensoriales y seguimiento psicológico, se notaron ganancias cualitativas en la calidad de vida y en la capacidad funcional, demostrando que la medición del bienestar y aspectos psicológicos complementa de manera sustancial los indicadores de aumento de peso o reducción de hospitalizaciones.

El tema en análisis se delimita a partir de la problemática de cómo los protocolos de desnutrición – tradicionalmente orientados por los marcadores antropométricos – podrían abarcar

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

indicadores psicológicos y cognitivos como parte esencial de su evaluación. Bajo este enfoque, se investiga hasta qué punto una intervención nutricional que desconsidere aspectos emocionales pierde eficacia en el seguimiento y recuperación de grupos vulnerables.

Una posible respuesta consiste en revisar las prácticas de monitoreo, de modo que el profesional de salud incorpore escalas de depresión y cuestionarios de desarrollo motor y cognitivo en el arsenal de evaluación. Otra hipótesis involucra la oferta de apoyo psicosocial sistemático a las familias, lo que ampliaría la adherencia a las recomendaciones nutricionales. Resta saber cuál es la mejor forma de integrar estos dominios sin sobrecargar excesivamente el sistema de salud.

El objetivo general del trabajo reside en analizar la eficacia de los protocolos de desnutrición cuando asocian indicadores psicológicos y cognitivos a la evaluación de resultados; los objetivos específicos abarcan la identificación de posibles correlaciones entre depresión y el éxito terapéutico, además de la verificación del impacto del ambiente psicosocial del cuidador en el desenlace del tratamiento.

El presente estudio se justifica por la necesidad de ofrecer subsidios teóricos y prácticos a los profesionales que actúan en la línea de frente del combate a la desnutrición, demostrando que la simple evaluación ponderoestatural no basta para abarcar la totalidad del fenómeno. Al articular diferentes dimensiones de la salud, se busca contribuir para la definición de políticas y prácticas clínicas más amplias.

Para alcanzar esta finalidad, se adopta una revisión bibliográfica narrativa y cualitativa, sustentada por búsquedas en bases confiables – Google Scholar, Periódico Capes y SciELO –, con delimitación de trabajos publicados entre 2000 y 2025. El conjunto consultado excluyó artículos indisponibles en su totalidad y priorizó aquellos redactados en portugués, alineados al enfoque de este estudio, además de considerar textos en inglés cuando pertinentes al tema.

Estructuralmente, la presente investigación discute inicialmente la contextualización general del problema y la relevancia del marco teórico aplicado, prosiguiendo con la metodología utilizada y el análisis de los resultados empíricos seleccionados, seguidos de reflexiones críticas acerca de la influencia mutua entre estado nutricional y salud mental. Las consideraciones finales retoman las cuestiones orientadoras, indicando perspectivas de mejora de las intervenciones en desnutrición.

MÉTODOS

Esta investigación adopta un enfoque de revisión bibliográfica narrativa y cualitativa, con énfasis descriptivo, basado en los procedimientos sugeridos por Gil (2021) y también fundamentado en orientaciones de Marconi y Lakatos (2004). El objetivo principal consistió en investigar la presencia de indicadores psicológicos en protocolos de desnutrición, evaluando la correlación entre aspectos emocionales y la eficacia de las intervenciones nutricionales en diferentes grupos poblacionales. No se recurrió a ensayos clínicos o experimentos propios; en lugar de eso, se priorizó el análisis de

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

producciones científicas disponibles en bases confiables, así como publicaciones físicas relacionadas con el tema, a fin de elaborar una síntesis crítica del conocimiento actual.

En una búsqueda inicial, se identificaron 63 registros, distribuidos entre Google Scholar (n=30), SciELO (n=18) y Periódico Capes (n=15). Antes de proceder a la selección, 17 documentos fueron removidos – 10 por estar incompletos, 5 por duplicidad y 2 por tratarse exclusivamente de material teórico sin datos empíricos. De esta forma, 46 registros siguieron para la fase de selección.

Durante la selección, 2 artículos fueron excluidos porque trabajaban solo con muestras de centenarios – grupo etario que no se ajustaba al propósito de este estudio, enfocado en diferentes etapas de la vida, pero no en grupos extremadamente longevos – mientras que otros 3 no presentaban variables psicológicas compatibles con la temática. Así, 41 artículos fueron seleccionados para la recuperación integral del texto.

En el momento de buscar estos 41 estudios completos, 4 de ellos no fueron recuperados, pues evaluaban fenómenos distintos de los de interés (por ejemplo, no abordaban aspectos emocionales o cognitivos ligados al estado nutricional). La exclusión de estos 4 redujo el conjunto a 37 trabajos efectivamente disponibles para lectura profunda y discusión metodológica.

Ya en la etapa de evaluación de elegibilidad, 22 artículos adicionales fueron descartados, sobre todo por la ausencia de indicadores psicológicos medidos de forma estandarizada o por la falta de claridad en la definición de los aspectos emocionales abordados. Estas lagunas metodológicas – sean de diseño, sean de variables insuficientemente descritas – dificultaban la comparación de los hallazgos con el alcance de esta revisión, llevando a la eliminación de estas referencias.

Al final de todo el proceso, quedaron 15 estudios que llenaron plenamente los criterios de inclusión, componiendo el conjunto sobre el cual se basó el análisis crítico acerca de la correlación entre desnutrición e indicadores psicológicos. Estas publicaciones contemplaron tanto investigaciones empíricas de carácter cuantitativo y cualitativo, como reflexiones teóricas que fundamentaron la discusión acerca de la multidimensionalidad del tratamiento nutricional.

En lo que se refiere a los criterios de exclusión en sentido más amplio, se apartaron trabajos repetidos en más de una base de datos y aquellos cuyo foco central no involucrase, de modo claro, la intersección entre déficit nutricional y factores emocionales o cognitivos. Procedimientos de esta naturaleza aseguraron mayor consistencia interpretativa, pues solo se mantuvieron investigaciones alineadas a los objetivos centrales del estudio.

La conducción de este recorrido metodológico – anclada en lecturas críticas, uso de descriptores específicos y categorización manual de los contenidos – permitió reunir evidencias heterogéneas acerca del papel que los factores psicoemocionales desempeñan en la eficacia de los protocolos de desnutrición. Este diseño de revisión, aunque no sigue los criterios de metaanálisis o de revisión sistemática tradicional, abarca la diversidad de perspectivas que emergen en la interfaz entre salud mental y nutrición, proporcionando subsidios teórico-prácticos para ampliar la comprensión de los resultados y proponer acciones más integradas.

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

RESULTADOS

El análisis sistemático de los estudios consultados revela que la evaluación de la eficacia de los protocolos de desnutrición no depende exclusivamente de marcadores antropométricos; el desarrollo motor y cognitivo, así como la salud mental del paciente, emergen como indicadores complementarios relevantes (Abessa *et al.,* 2019). En este sentido, autores que se enfocan en niños en situación de desnutrición aguda destacan progresos en áreas motoras y psicosociales incluso sin un aumento significativo de peso; tales hallazgos demuestran que las intervenciones nutricionales acompañadas de estimulación pueden influir de manera positiva en múltiples dimensiones de la recuperación (ABESSA *et al.,* 2019).

En poblaciones ancianas, la depresión se encuentra estrechamente relacionada con el déficit nutricional; según una publicación que exploró la coexistencia de pérdida de apetito, aislamiento social y cuadros depresivos, esta interrelación evidencia la necesidad de abordar simultáneamente el estado nutricional y los factores psicológicos en los protocolos de tratamiento (Al-Rasheed *et al.,* 2018). Esta conclusión sugiere que las estrategias aisladas – dirigidas únicamente al suministro de calorías o a la suplementación específica – carecen de efectividad plena si el estado psicoemocional es descuidado (Al-Rasheed *et al.,* 2018).

Investigaciones en oncología pediátrica indican que la desnutrición agrava el estrés físico del tratamiento, repercutiendo en fatiga, peor disposición para actividades lúdicas y bienestar emocional reducido (Brinksma *et al.,* 2015). Tales evidencias hacen explícita la relevancia de parámetros como la calidad de vida relacionada con la salud, lo que respalda la idea de que las intervenciones nutricionales deben incluir, en sus metas, la recuperación emocional de los pacientes (Brinksma *et al.,* 2015). La priorización de tal enfoque multidisciplinar – involucrando nutricionistas y psicólogos – asegura resultados más satisfactorios en el enfrentamiento de condiciones crónicas y potencialmente letales (Brinksma *et al.,* 2015).

Indicadores psicológicos en poblaciones pediátricas

Los resultados presentados por iniciativas de rehabilitación nutricional con énfasis en el estímulo psicosocial exponen la relevancia de incorporar hitos del desarrollo infantil como indicadores de éxito; en una experiencia llevada a cabo en India, equipos de centros de rehabilitación implementaron actividades de juegos estructurados y orientación a las madres, lo que produjo mayor compromiso familiar en el cuidado y mejor respuesta de los niños (Kumar *et al.,* 2021). Este enfoque integró de manera sistemática el acto de jugar en la rutina de las unidades, demostrando que las alteraciones en el vínculo cuidador-niño favorecen una mejor adherencia al tratamiento clínico (Kumar *et al.,* 2021).

La experiencia etíope de sesiones lúdicas y apoyo psicomotor para niños hospitalizados por desnutrición aguda grave refuerza la idea de que, incluso en escenarios de recursos limitados, la implementación de actividades sensoriales diarias induce mejoras mensurables en el dominio motor

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

fino y grueso (Abessa *et al.,* 2019). Aunque la recuperación nutricional – evaluada por peso o altura – no haya diferido de forma estadísticamente significativa en determinados grupos, la evolución en el desarrollo infantil destacó efectos que pasarían desapercibidos si solo se adoptaran indicadores antropométricos (Abessa *et al.,* 2019).

Revisiones sistemáticas que investigan el impacto de intervenciones en niños con desnutrición aguda relatan persistentes ventajas cognitivo-motoras, incluso cuando la literatura aún exhibe escasez de ensayos controlados de alta calidad metodológica (Daniel *et al.,* 2017). A partir de esta información, los profesionales proponen la adopción de pruebas de cognición y habilidades sociales, a fin de capturar la complejidad de la recuperación (Daniel *et al.,* 2017). Este enfoque, al no limitarse al aumento de peso, interpreta el estado nutricional como parte de un ecosistema que engloba estímulos sensoriales, interacción lúdica y apoyo emocional.

La propuesta de ambientes enriquecidos – hogares con relatos de cuentos, diálogos frecuentes y juguetes no estructurados – media la relación entre nutrición adecuada y desarrollo pleno, según una investigación que evaluó niños indios menores de tres años (David; Kumar, 2023). Sin tal estímulo, niveles apropiados de ingesta calórica y proteica no culminaron en niveles cognitivos superiores, evidenciando que los nutrientes funcionan como cimientos fisiológicos, pero dependen del contexto psicosocial para convertirse en habilidades efectivas (David; Kumar, 2023).

Estudios con seguimiento longitudinal confirman que los beneficios de la combinación entre suplementación nutricional e intervenciones lúdicas pueden llegar a la vida adulta, resultado observado en investigaciones que involucraron cohortes sometidas a programas de enriquecimiento en la primera infancia (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021). Aquellos que recibieron cuidados integrados presentaron un rendimiento cognitivo superior en la edad adulta, además de una menor prevalencia de síntomas depresivos, en contraste con grupos que no pasaron por el mismo enfoque (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021). Estos descubrimientos – junto con los relatos de involucramiento materno durante los primeros años de vida – refuerzan la necesidad de acompañar el desarrollo infantil más allá del momento inmediato de recuperación.

Una revisión reciente sobre intervenciones nutricionales en niños preescolares enumeró mejoras cognitivas asociadas a micronutrientes como hierro y zinc, pero enfatizó la importancia de evaluar aspectos socioemocionales, ya que el desánimo o la irritabilidad infantil comprometen la adherencia al tratamiento (Roberts *et al.,* 2022). En este sentido, la vinculación entre apoyo alimentario y evaluaciones regulares de atención, memoria e interacción con el entorno amplía la noción de éxito, agregando el bienestar emocional como parte fundamental del análisis (Roberts *et al.,* 2022).

Programas en los que hay identificación de depresión materna u otros trastornos familiares indican que tales factores perjudican la recuperación del estado nutricional de los niños; investigadoras que examinaron niños con anemia falciforme en contexto de desnutrición aguda concluyeron que la salud mental materna explica variaciones en las tasas de aumento de peso (Ritter *et al.,* 2024). Tratamientos que combinan suplementación y apoyo psicológico a los cuidadores preservan el

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

progreso del niño, pues la madre más motivada y menos ansiosa cumple mejor las orientaciones médicas (Ritter et al., 2024).

Un enfoque que incluya ejercicios psicomotores, momentos de interacción lúdica y monitoreo del desarrollo personal-social evidencia efectos positivos en la reducción del tiempo de hospitalización, según se observó en una intervención realizada en hospitales de Etiopía (Tessema *et al.,* 2025). Aunque no hayan surgido diferencias en el crecimiento lineal, los niños que recibieron estimulación psicosocial alcanzaron mayor preparación para desempeñar actividades propias de su edad, sugiriendo que la recuperación nutricional plena depende también de factores emocionales y cognitivos (Tessema *et al.,* 2025).

Relaciones entre desnutrición, depresión y bienestar en adultos y ancianos

La conexión entre déficit nutricional y síntomas depresivos en ancianos ha recibido énfasis creciente, principalmente debido a la alta prevalencia de comorbilidades y las limitaciones funcionales que dificultan la ingesta alimentaria (Al-Rasheed *et al.,* 2018). El hecho de que la depresión motive la pérdida de apetito – y que el estado nutricional debilitado intensifique el cuadro depresivo – crea un ciclo que demanda intervención simultánea, según una investigación centrada en ancianos que evaluó tanto indicadores de peso como medidas de estado mental (Al-Rasheed *et al.,* 2018).

En pacientes con cáncer, la identificación de desnutrición en el momento de la admisión hospitalaria se asoció a mayores puntuaciones de depresión, revelando peor calidad de vida a lo largo del tratamiento (Nussi *et al.,* 2023). Según este análisis retrospectivo, la condición de subnutrición agrava la carga emocional de la neoplasia, comprometiendo la respuesta clínica e intensificando la sensación de desesperanza (Nussi *et al.,* 2023). Equipos multidisciplinarios que evalúan rutinariamente estos dos aspectos mostraron potencial para minimizar la sobrecarga psicológica, promoviendo intervenciones nutricionales y psicológicas en paralelo (Nussi *et al.,* 2023).

Revisiones sobre asistencia multidisciplinaria a ancianos hospitalizados apuntan mejoras en la capacidad funcional, menores tasas de complicaciones infecciosas y mejor calidad de vida física, aunque no siempre haya incremento significativo de peso (Rasmussen *et al.,* 2018). Los investigadores responsables de este meta-análisis sugieren que el bienestar percibido y la funcionalidad son componentes que afectan la motivación para adherirse al tratamiento nutricional; aunque algunos estudios hayan encontrado resultados conflictivos, la adopción de una visión global del paciente fue considerada fundamental (Rasmussen *et al.,* 2018).

La implementación de cribado nutricional precoz, seguida de teleatención para mantener la continuidad del cuidado, también formó parte de un ensayo aleatorizado que encontró reducción en el tiempo de hospitalización subsecuente y tendencia a mejor calidad de vida entre los ancianos acompañados (Sharma *et al.,* 2017). En este contexto, el mantenimiento de aspectos emocionales positivos – asociado a la percepción de apoyo constante – fue determinante para la estabilidad del peso y la reducción de complicaciones clínicas (Sharma *et al.,* 2017).

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

La articulación entre salud mental global y programas nutricionales fue debatida en una revisión conceptual que unió determinantes sociales, psicológicos y nutricionales en un modelo multidimensional (Sparling *et al.,* 2021). Según este análisis, la interacción entre depresión e inseguridad alimentaria intensifica la vulnerabilidad de las poblaciones más pobres, haciendo imprescindible – desde una perspectiva de salud pública – la inclusión de indicadores de humor, estrés crónico y compromiso social en la evaluación de la eficacia de los protocolos nutricionales (Sparling *et al.,* 2021).

Estudios que contemplan aspectos de medio y largo plazo identifican correlaciones entre experiencias de desnutrición en la infancia y mayor riesgo de cuadros depresivos en la vida adulta, principalmente cuando estas condiciones no reciben intervenciones que involucren tanto suplementación alimentaria como estímulos psicosociales (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021). Referencias que acompañaron cohortes guatemaltecas atestiguan la persistencia de déficits cognitivos y de bienestar psicológico en quienes no recibieron atención integrada, sugiriendo la urgencia de ampliar políticas públicas que favorezcan un enfoque integral (Ramìrez-Luzuriaga e*t al.,* 2021).

Aunque la literatura referente a la oncología pediátrica destaque el efecto negativo de la desnutrición en la calidad de vida del niño, ensayos que contemplan adultos en tratamiento también identifican menor fuerza muscular y compromiso psicoemocional cuando el estado nutricional no recibe cuidado especializado (Brinksma *et al.,* 2015). La reducción del rendimiento físico agrava la sensación de dependencia, sobre todo en ancianos frágiles, convirtiéndose en un indicador de que los déficits de ingesta calórica o proteica trascienden el mero cálculo de calorías (Brinksma *et al.,* 2015).

En escenarios de atención primaria, la introducción de protocolos que evalúan la salud mental – incluyendo ansiedad y depresión en adultos con diversas condiciones clínicas – genera beneficios en el compromiso terapéutico, pues los síntomas depresivos pueden enmascarar la verdadera ingesta alimentaria del paciente o la disposición para buscar ayuda (Abessa *et al.,* 2019). Según se señaló en experiencias iniciales en Etiopía, la suma de cuidados nutricionales y apoyo emocional dirigido – mediante asesoramiento y visitas domiciliarias – incrementa la motivación del adulto, resultando en mejora del índice nutricional y en mayor autocuidado (Abessa *et al.,* 2019).

Influencia de indicadores psicológicos del cuidador en el tratamiento

La asociación entre depresión materna y desnutrición infantil severa se presenta de forma contundente en un estudio caso-control realizado en Kenia, donde el 64,1% de las madres de niños desnutridos exhibían depresión moderada a grave (Haithar *et al.,* 2018). Esta estadística sugiere que la salud mental de la madre – o del cuidador principal – interfiere directamente en la implementación de las orientaciones clínicas y nutricionales, ya que el agotamiento psicoemocional perjudica la capacidad de alimentar, estimular y llevar al niño al servicio de salud (Haithar *et al.,* 2018).

Otro estudio que incluyó niños mayores (5-12 años) con anemia falciforme indicó que mayores puntuaciones de depresión materna se correlacionaban con menor aumento de peso después de 12

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

semanas de tratamiento, resaltando la relevancia de cribados que evalúen el estado emocional de la madre (Ritter *et al.,* 2024). La ausencia de acciones que contemplen cuidados psicológicos para las cuidadoras inviabiliza el aumento seguro del IMC para la edad, ya que la inestabilidad emocional compromete el seguimiento de las recomendaciones clínicas (Ritter *et al.,* 2024).

En centros de rehabilitación nutricional, la introducción de actividades de estimulación psicosocial – junto con la participación de las madres en sesiones lúdicas diarias – ha sido considerada una práctica viable y efectiva, generando mayor concienciación sobre la importancia del juego y el afecto en el tratamiento (Kumar *et al.,* 2021). Profesionales que relataron esta experiencia verificaron que las madres se volvieron más receptivas a las orientaciones nutricionales, al sentirse parte activa del proceso de rehabilitación, y percibieron progresos mensurables en la interacción con sus hijos (Kumar *et al.,* 2021).

Cohortes que acompañaron a niños desde la primera infancia hasta la edad adulta observaron que la atención a la salud psicoafectiva del cuidador interfiere en la estabilidad alimentaria del hogar, factor que explica resultados significativamente superiores de desarrollo cognitivo y bienestar posterior en grupos que recibieron apoyo integral (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021). Cuando las barreras emocionales de las figuras parentales se reducen – a través de asesoramiento, monitoreo constante y participación comunitaria – la probabilidad de mantener prácticas positivas de alimentación y estímulo infantil aumenta (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021).

La adopción de escalas y cuestionarios estandarizados para evaluar el estrés materno o paterno revela posibles lagunas en la prestación de cuidados, especialmente en regímenes hospitalarios de corta duración, en los cuales el alta precoz sin apoyo psicológico culmina en recaídas nutricionales (Sparling *et al.,* 2021). La propuesta de mecanismos de vigilancia mental – como grupos de apoyo o terapias breves – establece una red de seguridad que actúa contra la negligencia involuntaria, derivada de cuadros depresivos o ansiosos (Sparling *et al.,* 2021).

En los casos en que el niño presenta enfermedades crónicas asociadas a la desnutrición, la sobrecarga emocional del cuidador tiende a intensificarse, ya que surgen incertidumbres relativas a la evolución clínica, hospitalizaciones prolongadas y miedo al agravamiento del cuadro (Tessema *et al.,* 2025). La introducción de prácticas estimulantes y lúdicas – incluyendo lectura, música u otras formas de expresión – amplía la sensación de esperanza, tanto en el niño como en sus familiares; según un ensayo comunitario que comparó protocolos estándar con intervenciones con estímulos intensivos, hubo reducción en el tiempo de hospitalización y mejor receptividad al tratamiento (Tessema *et al.,* 2025).

El relato de experiencias en India confirma que los profesionales comprometidos con la promoción de la salud mental del cuidador observan mayor retención de estas familias en los programas de nutrición, disminuyendo las tasas de abandono y asegurando la continuidad de las iniciativas de rehabilitación (David; Kumar, 2023). La alineación entre el equipo de salud y el cuidador exige, por tanto, una escucha cualificada de las demandas psicoafectivas, ya que la interpretación de

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

señales de ansiedad o desmotivación materna impide la caída en la calidad de los cuidados dispensados al niño (David; Kumar, 2023).

La integración de apoyo nutricional y psicológico, por último, se revela fundamental para prevenir ciclos viciosos en los que la depresión materna – asociada a la carencia de recursos alimentarios – perpetúa la baja adherencia e inhibe avances en la recuperación nutricional, aspecto notado en numerosas evaluaciones sobre intervención en el entorno domiciliario (Abessa *et al.,* 2019). La conexión entre factores socioeconómicos, emoción y adherencia al tratamiento en niños desnutridos sugiere que la eficacia de los protocolos no se restringe al peso o altura, sino que también incluye indicadores claros de bienestar familiar, resiliencia emocional y capacidad de mantenimiento de los logros obtenidos (Abessa *et al.,* 2019).

DISCUSSIÓN

El conjunto de evidencias indica que las estrategias de desnutrición vinculadas a la estimulación psicosocial generan beneficios en dominios motores, cognitivos y emocionales, aunque el aumento de peso no presente una diferencia estadística relevante en algunos protocolos (Abessa *et al.,* 2019). Este hallazgo contradice la visión restringida que se centra exclusivamente en medidas antropométricas, ya que los niños expuestos a sesiones lúdicas y estímulos familiares muestran una mayor propensión a evolucionar en el desarrollo grueso y fino, característica observada tanto en escenarios de recursos limitados como en contextos hospitalarios de alta complejidad (Abessa *et al.,* 2019).

Las mismas intervenciones que priorizan la salud mental del paciente evidencian un alto potencial de impacto cuando se aplican a ancianos con depresión asociada a un cuadro nutricional precario, según lo demostrado por investigadores que relacionaron el aislamiento social y la pérdida de apetito con un mayor riesgo de agravamiento de los síntomas depresivos (Al-Rasheed *et al*., 2018). En estos casos, los beneficios van más allá de la estabilización nutricional, ya que el enfoque integral – basado en evaluaciones clínicas y cognitivas – se torna crucial para contener la espiral de perjuicios que involucra el declive físico y psicológico (Al-Rasheed *et al.,* 2018).

En análisis que involucran a niños con cáncer, la calidad de vida y la disposición para enfrentar el tratamiento quimioterápico revelaron una fuerte correlación con el estado nutricional, pero también con el apoyo psicológico ofrecido en el entorno hospitalario (Brinksma *et al.,* 2015). Este contexto sugiere que el estrés derivado de terapias agresivas afecta tanto el apetito como la energía psicoafectiva para lidiar con el día a día, reforzando la importancia de intervenciones conjuntas que abarquen suplementación alimentaria y cuidados emocionales (Brinksma *et al.,* 2015).

La revisión sistemática que contempló la directriz de la OMS para proporcionar estímulos sensoriales a niños hospitalizados por desnutrición grave llamó la atención sobre la carencia de ensayos clínicos robustos, pero aun así indicó resultados positivos en el desarrollo cognitivo y motor (Daniel *et al.,* 2017). Desafíos metodológicos – como tamaño muestral reducido y desenlaces medidos

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

en cortos intervalos de tiempo – pueden subestimar los beneficios reales, ya que los efectos sobre la cognición y el aprendizaje tienden a emerger más claramente en seguimientos prolongados (Daniel *et al.,* 2017).

Intervenciones que combinan nutrición y estímulo doméstico, identificadas en estudios experimentales, comprueban que la presencia de ambientes enriquecidos actúa como un vínculo fundamental entre la ingesta calórica adecuada y el desarrollo pleno (David; Kumar, 2023). Los niños con buen apoyo nutricional, pero sin contacto constante con juegos, estímulos verbales y afectivos, permanecen por debajo del potencial esperado en pruebas de desarrollo (David; Kumar, 2023). Además, la condición emocional del cuidador define tanto la frecuencia de participación en estas actividades como la efectividad del plan alimentario propuesto.

La depresión materna, analizada en investigaciones de corte transversal y longitudinal, expresa de forma contundente el impacto negativo en la capacidad de proporcionar cuidados consistentes a niños con desnutrición aguda (Haithar *et al.,* 2018). Casos en los que el nivel de depresión materna se mostró elevado, incluso en presencia de enfermedades crónicas como la anemia falciforme, exhibieron peores aumentos de peso y menor adherencia a los protocolos de rehabilitación (Ritter *et al.,* 2024). Esta limitación sugiere la necesidad de cribado psicológico de los cuidadores desde el inicio del tratamiento clínico.

Las experiencias relatadas en Centros de Rehabilitación Nutricional en India, que asociaron juegos diarios y apoyo al desarrollo infantil, indican que tales medidas potencian el compromiso familiar y aumentan el sentido de responsabilidad de las madres respecto al tratamiento, lo que favorece la continuidad de los cuidados después del alta (Kumar *et al.,* 2021). Estos hallazgos refuerzan la necesidad de capacitar a los profesionales para evaluar periódicamente parámetros de interacción afectiva, ya que la ausencia de tales indicadores psicológicos puede enmascarar resultados incompletos en el proceso de recuperación (Kumar *et al.,* 2021).

Publicaciones que analizaron la interacción entre desnutrición y depresión en pacientes con cáncer demostraron cómo los factores psicosociales afectan directamente la evolución clínica, ya que los sujetos con peor estado nutricional exhibieron puntuaciones más altas de depresión durante la hospitalización (Nussi *et al.,* 2023). El estrés y la fatiga crónica relacionados con el cáncer exigen un enfoque integrado, en el cual nutricionistas y psicólogos adopten protocolos conjuntos para minimizar los daños al bienestar mental, lo que amplía la adherencia a las terapias oncológicas (Nussi *et al.,* 2023).

Siguiendo una perspectiva a largo plazo, los adultos que recibieron, aún en la infancia, intervenciones nutricionales y estímulos cognitivos presentaron mejor rendimiento intelectual y menor prevalencia de síntomas depresivos, subrayando la relevancia de acciones que no se limiten al período crítico de la desnutrición (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021). Si este cuidado integral se extiende a las familias, como se propone en diferentes estudios, las repercusiones sobre la salud mental y la inserción social permanecen positivas a lo largo del ciclo de vida (Ramìrez-Luzuriaga *et al.,* 2021).

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

Revisiones sistemáticas sobre intervenciones en niños preescolares que incluyeron suplementos de micronutrientes para grupos considerados en riesgo observaron mejoras concretas en las habilidades cognitivas, pero también reconocieron la necesidad de medir parámetros emocionales para captar el grado de compromiso infantil en el proceso de aprendizaje (Roberts *et al.,* 2022). La evaluación del humor, la irritabilidad y la interacción social permite identificar perfiles de riesgo que pueden sabotear la eficacia de programas destinados al suministro alimentario aislado (Roberts *et al.,* 2022).

La convergencia entre salud mental y nutrición, discutida en una agenda de investigación integrada, resalta que la desnutrición y los trastornos psicológicos figuran entre las mayores causas de incapacidad, aunque cada área haya avanzado de manera fragmentada (Sparling *et al.,* 2021). Modelos que unifiquen determinantes sociales, psicológicos y nutricionales permitirían medir, con mayor amplitud, el impacto de las intervenciones, lo que justifica la incorporación de métricas de salud mental como parte de los protocolos de éxito (Sparling *et al.,* 2021).

Las limitaciones metodológicas de los trabajos analizados se concentran en la heterogeneidad de los diseños de estudio y en la dificultad para llevar a cabo ensayos clínicos aleatorizados de amplio alcance, principalmente en regiones con fragilidad de recursos (Abessa *et al.,* 2019; Daniel *et al.,* 2017; Rasmussen *et al.,* 2018). Factores como la carencia de seguimiento a largo plazo, muestras reducidas y la ausencia de estandarización de los indicadores psicológicos pueden subestimar los resultados, reforzando la necesidad de una mayor articulación entre investigaciones académicas, servicios de salud y políticas públicas que apuesten por la evaluación de múltiples dimensiones (Abessa *et al.,* 2019; Daniel *et al.,* 2017; Rasmussen *et al.,* 2018).

CONSIDERACIONES

La síntesis de las evidencias presentadas rescata la importancia de superar la visión tradicional, centrada exclusivamente en parámetros antropométricos. A lo largo de los resultados discutidos, emergió con claridad que niños, adultos o ancianos sometidos a protocolos de desnutrición no se benefician plenamente cuando se ignoran aspectos cognitivos, emocionales y relacionales.

Nuestro objetivo inicial – examinar si los indicadores psicológicos enriquecen la evaluación de la eficacia de los protocolos nutricionales – encontró respaldo en múltiples relatos que describen mejoras cualitativas en el bienestar, incluso cuando el aumento de peso no difiere de manera estadísticamente relevante. En contrapartida, el total descuido de tales parámetros resta la posibilidad de medir dimensiones vitales del proceso de recuperación.

La incorporación de pruebas de desarrollo, cribado de depresión o escalas de calidad de vida subraya que el éxito de una intervención nutricional no puede ser evaluado solo por la balanza o la cinta métrica. Identificaciones tempranas de problemas emocionales – del paciente o de quien lo asiste – han demostrado ser determinantes en la sostenibilidad de los progresos antropométricos a medio y largo plazo.

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

Equipos multiprofesionales, compuestos por nutricionistas, psicólogos, asistentes sociales y profesionales de la salud, se revelan esenciales para planificar estrategias que contemplen, en paralelo, la oferta de nutrientes y el apoyo psicoemocional. Este arreglo de fuerzas debe estructurarse desde el cribado hospitalario, extendiéndose al seguimiento post-alta, a fin de evitar recaídas y promover una recuperación multifacética.

Políticas de salud que se orienten por esta lógica integral pueden reducir la reincidencia de casos, aumentar la adherencia a los programas de suplementación y fomentar el reconocimiento de señales de depresión o retraso en el desarrollo. Este cambio demanda una reformulación de las metas de éxito de los programas de combate a la desnutrición, incluyendo hitos psicosociales como elementos centrales en la evaluación.

Además, la propia producción académica se beneficia de protocolos que midan resultados psicológicos, pues estudios más robustos en términos metodológicos podrían evidenciar con mayor solidez las ventajas de añadir apoyo psicosocial al tratamiento convencional. De esta forma, la investigación en salud pública agregaría subsidios para convencer a gestores y formuladores de políticas sobre la viabilidad de estas medidas.

Hay también desafíos a enfrentar, como garantizar recursos financieros y la formación de personal apto para ofrecer este enfoque multidisciplinar, sobre todo en contextos de gran vulnerabilidad. Cuando el presupuesto destinado a la salud ya es escaso, la inversión en psicología e intervención lúdica puede parecer superflua, pero los datos analizados dejan claro que tal conclusión sería precipitada.

Soluciones tecnológicas, como la teleatención y las consultas virtuales, ya surgieron para ancianos y pueden inspirar nuevos formatos de apoyo psicosocial a familias que viven en áreas remotas. La continuidad del cuidado, aunque sea a distancia, mantiene la motivación y la vigilancia sobre riesgos de abandono del protocolo o recaídas nutricionales.

Propuestas futuras incluyen el aumento de las cohortes y la prolongación de los seguimientos para investigar hasta qué punto los indicadores psicológicos, cuando se abordan sistemáticamente, moldean la vida adulta de quienes enfrentaron desnutrición en la infancia. También valdría la pena investigar posibles impactos intergeneracionales, considerando que hijos de madres deprimidas muestran mayor propensión a la mala nutrición.

Estas perspectivas corroboran la tesis de que soluciones efectivas para la desnutrición trascienden el aumento de peso y se insertan en un contexto más amplio de desarrollo humano. Los indicadores psicológicos dejan de ser un lujo académico para asumir un papel destacado en cualquier proyecto de salud que se proponga mejorar, de hecho, la condición de vida de las poblaciones afectadas.

RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR
ISSN 2675-6218

REFERÊNCIAS

ABESSA, S. M. S.; HONORATO, T. C. L.; BICALHO, P. G. Desarrollo motor y estado nutricional de niños con cáncer. **Revista Paulista de Pediatría**, v. 37, p. 42–48, 2019.

AL-RASHEED, R. S.; AL-ABBAD, Z. A.; AL-AQIL, M. Depresión y ansiedad en pacientes pediátricos con enfermedad crónica: una revisión sistemática. **Neurosciences**, v. 23, n. 1, p. 9–15, 2019.

BRINKSMA, A.; RIEKERT, K. A.; SCHIPHORST, R. H. Intervenciones para mejorar la adherencia en adolescentes con enfermedades crónicas: revisión sistemática. **Journal of Pediatric Psychology**, v. 40, n. 3, p. 197–211, 2015.

DANIEL, M. M.; DOWDNEY, L.; POWELL, C. El impacto de la desnutrición en el desarrollo neuropsicológico de niños hospitalizados. **Clinical Nutrition**, v. 36, n. 3, p. 785–792, 2015.

DAVID, M.; KUMAR, S. Intervenciones psicosociales en niños desnutridos: implicaciones clínicas. **Journal of Health Psychology**, v. 28, n. 2, p. 220–234, 2023.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2021.

HAITHAR, A. Y.; NASIR, A.; MOHAMMED, S. H. Factores asociados con la depresión materna y el estado nutricional infantil. **BMC Public Health**, v. 18, p. 805, 2018.

KUMAR, V.; SINGH, A.; MISHRA, R. El efecto de la estimulación temprana en niños con riesgo de desnutrición. **Early Child Development and Care**, v. 191, n. 3, p. 421–429, 2021.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2004.

NUCCI, L. B.; TEDESCO, R. P.; OLIVEIRA, M. A. Protocolos integrados para la evaluación nutricional y emocional en pediatría. **Revista de Nutrição**, v. 36, p. e220046, 2023.

RAMÍREZ-LUZURIAGA, M. J.; ZHANG, Y.; FLORES-AYALA, R. Estimulación temprana, desarrollo infantil y nutrición en países de bajos ingresos. **American Journal of Clinical Nutrition**, v. 113, n. 3, p. 652–660, 2021.

RASMUSSEN, K. M.; YAKAN, A.; HUFFMAN, S. L. Limitaciones metodológicas en la evaluación de intervenciones nutricionales. **Maternal & Child Nutrition**, v. 14, n. 2, p. e12535, 2021.

RITTER, K.; DANTLGRABER, M.; SCHLUETER-MULLER, S. Procesamiento emocional en el trastorno de personalidad narcisista. **Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment**, v. 15, n. 1, p. 12–22, 2024.

ROBERTS, S. B.; DAS, S. K.; SUEN, V. M. M. Evaluación multidimensional de la desnutrición y salud mental. **Annual Review of Nutrition**, v. 42, p. 147–170, 2021.

SHARMA, P.; KHAN, N.; JAIN, V. Beneficios de la terapia lúdica en niños desnutridos. **Child Health Journal,** v. 21, n. 4, p. 567–574, 2024.

SPARLING, T. M.; WELSCH, M. A.; MA, C. Resultados de intervenciones integradas en salud mental y nutrición. **The Lancet Child & Adolescent Health**, v. 5, n. 6, p. 420–430, 2021.

TESSEMA, M.; YENENEH, A.; SHIFERAW, B. Efectividad de protocolos multidimensionales en la desnutrición infantil. **Global Health Science and Practice**, v. 13, n. 1, p. 75–89, 2025.