

UDS

PRACTICAS EN NUTRICION CLINICA I

Profesora: Daniela Monserrat Méndez Guillén

Alumno: Carlos Armando Torres de León

8vo cuatrimestre en nutrición

LA CONSULTA NUTRICIONAL Y EL DEVENIR DEL TRATAMIENTO

La consulta de nutrición

La consulta de nutrición es el primer paso en el modelo de atención nutricional y consiste en una evaluación exhaustiva del estado nutricional del paciente, que permite al nutriólogo identificar problemas y diseñar un tratamiento adecuado. Esta evaluación implica la recopilación de datos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos, y debe actualizarse de manera continua.

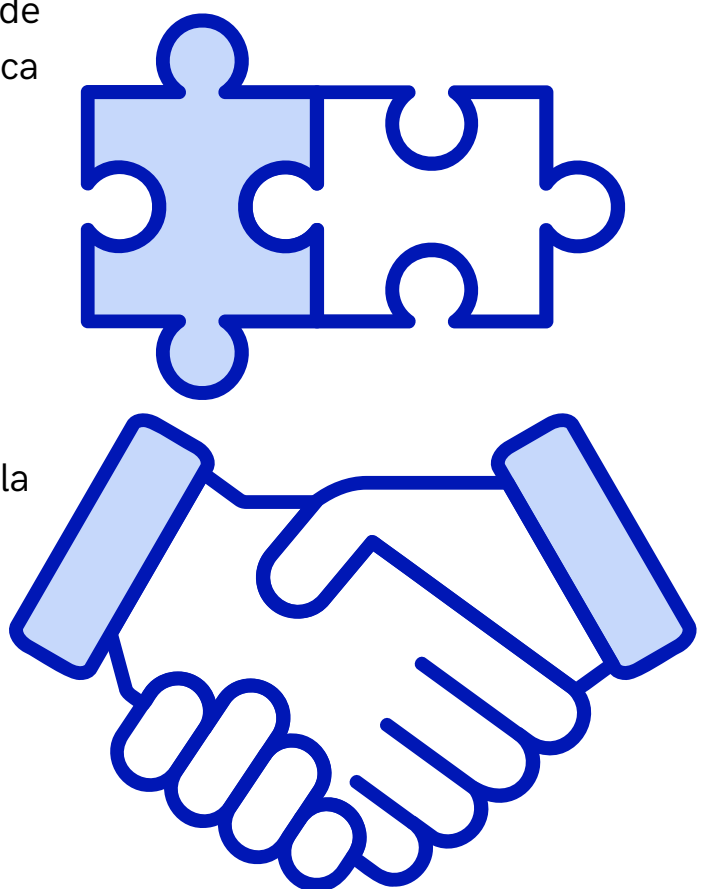
La historia clínico-nutricional es una herramienta clave que incluye antecedentes médicos, sociales, dietéticos y una exploración física. Además, debe adaptarse al tipo de paciente (sano, enfermo, deportista) y a la situación (consulta inicial o de seguimiento). Aunque no existe un modelo único, se deben incluir componentes como antecedentes de salud, enfermedades previas, consumo de fármacos, hábitos alimentarios y datos socioeconómicos. Es fundamental establecer una buena relación con el paciente, basada en confianza, respeto y ética profesional. Además, se consideran factores indirectos que afectan el estado nutricional, como el entorno social y las creencias culturales.



Vicisitudes de la consulta

La relación entre el médico y el paciente, conceptualizada legalmente como un contrato, está basada en la ética y en principios que guían la conducta del profesional de la salud. En el Código de ética del Colegio Mexicano de Nutriólogos se destaca la importancia de valores como la honradez, el respeto y la responsabilidad, además de la confidencialidad. El nutriólogo debe ser honesto consigo mismo y saber cuándo derivar a otro especialista si es necesario.

Una buena relación con el paciente debe establecerse desde la primera consulta, basada en la comunicación, que es bidireccional y puede ser verbal o no verbal. Esta comunicación debe ser empática, cordial y de confianza, fortaleciendo el vínculo entre médico y paciente. Szasz y Hollender describen tres tipos de relación médico-paciente: activa-pasiva, cooperativa guiada y participación mutua. La última, en la que el paciente participa activamente, es la más adecuada para el nutriólogo.



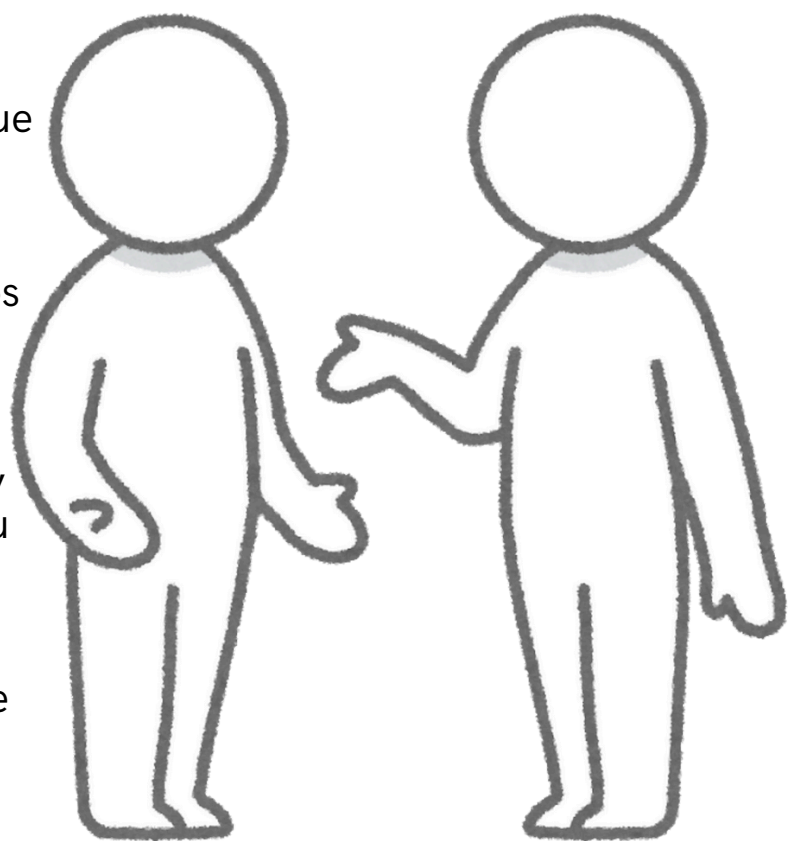
Resistencias u obstáculos que presenta el paciente

En cualquier proceso de cambio, los pacientes presentan resistencias antes de consolidar el cambio, y existe el riesgo de recaídas en cada etapa. Es crucial clasificar al paciente según su etapa para aplicar métodos y estrategias adecuadas y motivarlo a cambiar. Un paciente puede estar en diferentes etapas para distintos comportamientos, por ejemplo, estar en la fase de preparación para una dieta saludable y en la de contemplación para hacer ejercicio.

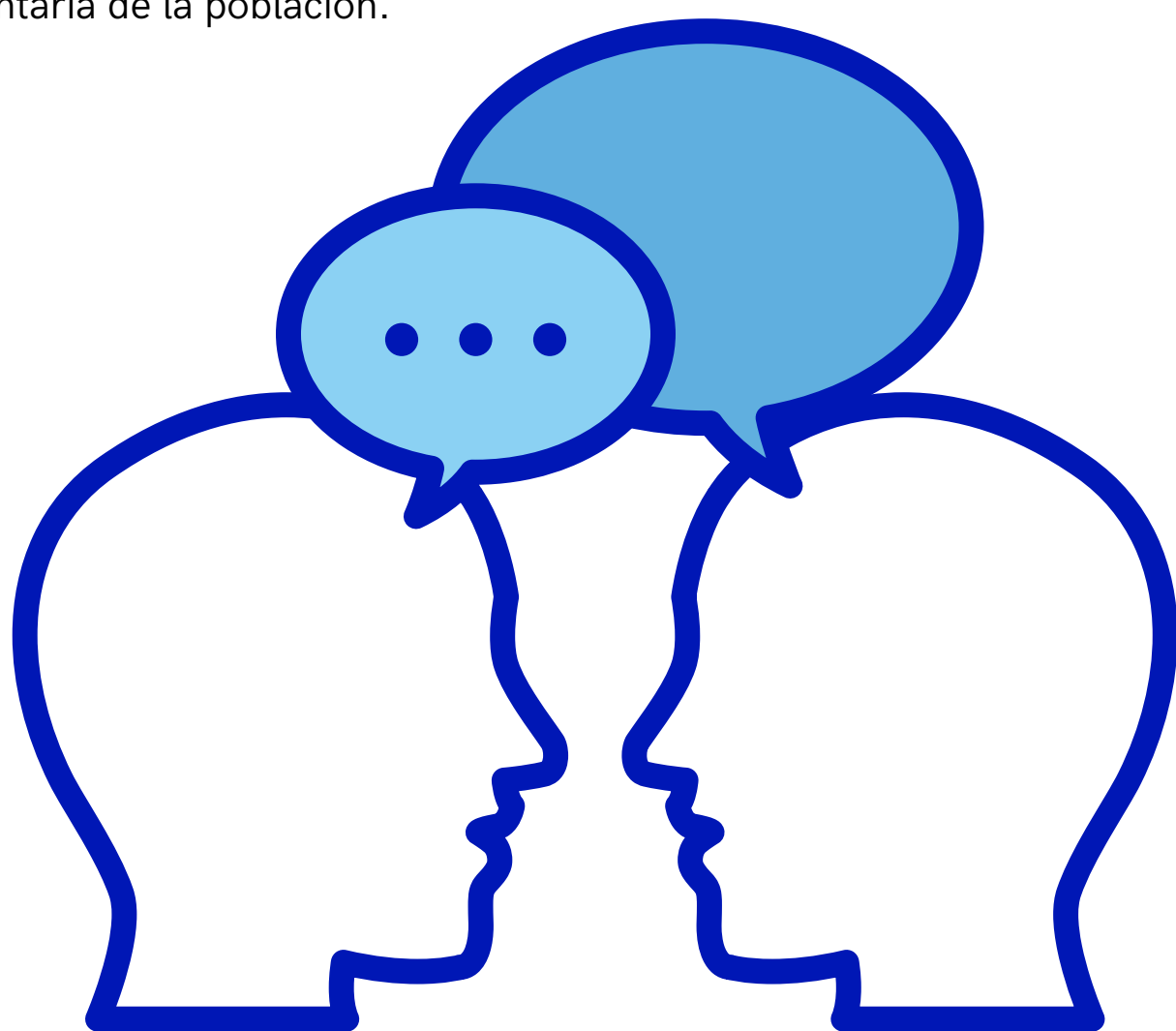


Estrategias de comunicación y educación nutricia

Un hábito es un comportamiento estable que se forma a través de la repetición y que puede aplicarse en diversas situaciones. En el caso de los niños, la formación de hábitos alimentarios se basa en la creación de rutinas, donde los adultos juegan un papel fundamental al definir qué hábitos enseñar, cómo y cuándo practicarlos, y al explicar su importancia. Los hábitos alimentarios se desarrollan a partir de las prácticas familiares, como la higiene bucal, la higiene personal y una dieta equilibrada desde la lactancia.



Para mejorar la precisión en la evaluación dietética, se proponen estrategias como entrenar a los encuestadores, desarrollar tablas nacionales de composición de alimentos y utilizar métodos más eficientes y de menor costo. También se destacan los métodos más utilizados para evaluar la dieta, como el recordatorio de 24 horas, la frecuencia de consumo y la pesada directa de alimentos. Aunque cada método tiene ventajas y limitaciones, todos son necesarios para obtener una visión precisa de la ingesta alimentaria de la población.



(N.d.). Com.Mx. Retrieved March 29, 2025, from <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/fadb78b85ae07e47bccedac28d0c4e76-LC-LNU802%20PRACTICAS%20EN%20NUTRICION%20CLINICA%20I.pdf>