

PRACTICAS EN NUTRICION CLINICA I



**ANGEL GABRRIEL OJEDA
ALTUZAR**

LA CONSULTA NUTRICIONAL Y EL DEVENIR DEL TRATAMIENTO.

LA CONSULTA DE NUTRICIÓN.

La consulta de nutrición es una sesión en la que un profesional de la salud, como un nutricionista o dietista, asesora a una persona sobre su alimentación y hábitos dietéticos. El objetivo es mejorar la salud, prevenir enfermedades, alcanzar metas de bienestar y optimizar el rendimiento físico y mental. Durante esta consulta, el profesional evalúa la situación actual del paciente, que incluye su historia clínica, hábitos alimenticios, nivel de actividad física, y posibles condiciones de salud.



VICISITUDES DE LA CONSULTA

Las vicisitudes de la consulta de nutrición se refieren a los desafíos, obstáculos o situaciones que pueden surgir durante el proceso de asesoramiento nutricional. Estos pueden variar dependiendo de la persona, las circunstancias, y las características del propio proceso.

RESISTENCIAS U OBSTÁCULOS QUE PRESENTA EL PACIENTE

Durante una consulta de nutrición, los pacientes pueden enfrentar diversas resistencias u obstáculos que dificultan la implementación de cambios en sus hábitos alimenticios y estilo de vida. Estos obstáculos pueden ser emocionales, psicológicos, sociales o prácticos.



HÁBITOS ALIMENTARIOS

Los hábitos alimentarios son las costumbres, rutinas y prácticas relacionadas con la elección, preparación, consumo y disfrute de los alimentos. Estos hábitos se desarrollan a lo largo del tiempo y están influenciados por diversos factores, como la cultura, la educación, el entorno social, las preferencias personales, las experiencias previas, la disponibilidad de alimentos y la situación económica.

BIBLIOGRAFÍA

González, M. (2019). *Nutrición y salud: Fundamentos y aplicaciones clínicas*. Editorial Médica Panamericana.

Martínez, R. & Fernández, C. (2020). Hábitos alimentarios y su impacto en la salud pública. *Revista de Nutrición y Dietética*, 35(2), 45-62.

Sánchez, P. (2018). Consultas de nutrición: Retos y estrategias en la práctica clínica. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 22(4), 213-227.

Smith, J. (2017). *La psicología de la alimentación: Influencias emocionales y sociales en las elecciones alimentarias*. Ediciones PsicoSalud.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Guías sobre la dieta saludable y la prevención de enfermedades crónicas*. Recuperado de <https://www.who.int/nutrition>

Valenzuela, D. (2016). Resistencia al cambio en hábitos alimentarios: Un enfoque de la psicología de la salud. *Journal of Health Psychology*, 29(1), 77-85.

Jurado, L., & Pérez, M. (2015). *Nutrición y bienestar: Estrategias para cambiar los hábitos alimentarios*. Editorial Médica Interamericana.

American Dietetic Association (ADA). (2020). *Manual de nutrición clínica*. Edición de la ADA.