

Nutrición: Terreno Fértil, Cosecha Versátil

Por: Lcda. Mildred Hernández, LND, CMCP

La nutrición es la ciencia que estudia la relación entre los alimentos y la salud. Investiga las respuestas metabólicas y fisiológicas del cuerpo a los nutrimentos ingeridos. La historia del estudio de ésta ciencia se remonta a experimentos documentados en la Biblia, pero su existencia e importancia existe a la par de la evolución de la humanidad.

Es con ésta evolución, cambios climatológicos, adelantos biológicos, moleculares, genéticos y bioquímicos que el campo de la nutrición se ha ido modificando. Esta transformación en la ciencia de la nutrición puede observarse en los expertos en la materia: los nutricionistas/dietistas.

Con el cambiar de los tiempos las tendencias del profesional en el campo de la nutrición se han ampliado. Se trabaja en áreas como la combinación específica de nutrimentos para lograr una dieta balanceada, en los requerimientos de ingesta de líquidos, el uso de antioxidantes, fitoquímicos entre otros.

Los escenarios donde se desenvuelven los expertos en nutrición también han variado. Tradicionalmente la labor de los dietistas-nutricionistas, se circunscribía a hospitales, área clínica o de dietoterapia y administrativa en el departamento de dietas; hoy día los vemos en hospitales con especialidades y formando parte de comités de calidad, seguridad, control de infecciones y muchos otros.

Existen especialidades y certificaciones que van desde nutrición general, nutrición en deporte, en necesidades o condiciones específicas como la diabetes, condiciones renales, pediátricas, alimentación enteral y parenteral, condiciones relacionadas a la conducta, procesamiento de alimentos. Otros trabajan como representantes médicos, profesores universitarios, en programas gubernamentales, investigación, elaboración de recetas o productos nuevos, métodos de cocción, análisis de alimentos para determinar su contenido nutricional, alternativas de empaque, preservación, mercadeo de alimentos, uso de alimentos de conveniencia en viajes de exploración y hasta viajes espaciales.

Algunos nutricionistas-dietistas son empresarios, asesores y/o consultores para agencias acreditadoras, tienen oficinas de consultoría de práctica privada, de lactancia, gimnasios, “personal trainers”, “chef’s”.

Los Nutricionistas-Dietistas participan en foros tales como: radio, televisión y prensa escrita llevando mensajes de orientación y prevención.

A la par con este terreno fértil en el **Hospital Auxilio Mutuo** la cosecha ha sido versátil. En el Hospital en Departamento de Nutrición cuenta con un excelente equipo compuesto por: 16 Licenciadas en Nutrición y Dietética, 2 Profesionales Graduados de Enfermería, 5 Asistentes de Nutrición y 1 Asistente Administrativa.

Nuestro personal cuenta con *Certificaciones* en:

- Lactancia
- Renal y Trasplante
- Educación en Diabetes
- Serv Safe (Seguridad alimentaria)
- Control de Peso en Niños y Adultos
- Alimentación Enteral y Parenteral
- Consultoría en Nutrición
- Aeróbicos

EQUIPO tenemos especializado y a la vanguardia para pesar, medir y realizar pruebas de grasa y determinar requerimientos de líquido “Tanita”, además de sistema de computadoras y “PDA” Portable Data Assistant”.

Los programas y/o servicios del Departamento de Nutrición son los siguientes:

Pacientes Hospitalizados

- **Cuidado Nutricional** El 100% de nuestro personal tiene las credenciales requeridas por las agencias acreditadoras de Salud, la Junta Examinadora de Nutrición y Dietética de Puerto Rico y por el Colegio de Nutricionista de Puerto Rico. Se evalúan todos los pacientes referidos a base de su riesgo nutricional, determinando los requisitos nutricionales considerando diagnóstico, peso, estatura, edad, sexo, preferencias, etc. El paciente es orientado y se mantiene constante en comunicación con todo el equipo de salud.
- **Terapia Nutricional (TPN):** Nuestro equipo de Terapia Nutricional está compuesto por cuatro médicos consultores (especializados en Nutrición), una dietista y un profesional de enfermería. Esta terapia consiste en alimentación intravenosa (también conocida como parenteral). Este equipo de especialistas evalúa cada caso referido para identificar la mejor alternativa de alimentación para el paciente. La alimentación enteral es otra alternativa y consiste en brindar alimentación a través de un pequeño tubo directo al sistema gastrointestinal para aquellas personas que no puedan recibir alimentación por boca.

Pacientes Ambulatorios

- **Clínicas de Nutrición:** Con nuestro personal especializado en condiciones pediátricas, cardiovasculares, renales, gastrointestinales, diabetes, diabetes gestacional, alimentación enteral y parenteral, entre otros, atendemos todo tipo de pacientes mediante cita previa y con referido médico.
- **Programas de Control de Peso para Niños y Adultos:** Conscientes de que el sobrepeso ha alcanzado niveles epidémicos a nivel mundial, este programa tiene como propósito proveer las herramientas necesarias para controlar y mantener un peso saludable, y evitar complicaciones relacionadas a la obesidad.

Los participantes de este programa reciben los siguientes beneficios tales como: análisis de figura, evaluación médica, prueba de grasa, evaluación nutricional, plan de alimentación individualizado, orientación sobre alternativas para comer en restaurantes y “fast foods”, seguimiento semanal, plan de mantenimiento y venta de comidas criollas bajas en calorías, grasas y sodio listas para calentar (siempre que estén disponibles).

El Programa Control de Peso para Adultos incluye: Chikung dos veces por semana
El programa de Auxilio Control de Peso Pediátrico en **adición** incluye: Evaluación con Pediatra (si lo desea), Evaluación Psicológica y Clases de Aeróbicos dos veces por semana.

- **Programa de Educación en Diabetes:** Auxilio Mutuo cuenta con el único programa en Puerto Rico certificado por la Asociación Americana de Diabetes para proveer Educación en Diabetes. Esta certificación garantiza una alta calidad en el diseño del Programa Educativo, credenciales de los proveedores de la educación, información actualizada, facilidades, literatura, etc.

Los servicios están enfocados en la prevención, manejo y autocuidado. Se instruye al paciente y a su acompañante durante diez horas. Estas horas se distribuyen por grupos y se ofrecen durante varios días.

Los temas a cubrir son: Aspectos Generales de la Diabetes, Apoyo Social, Nutrición, Medicamentos, Monitoreo de los Niveles de Glucosa en Sangre, Cuidado de la Piel, Cuidado de los Pies, Cuidado de la Dentadura, Sexualidad, Ejercicios, Manejo de Estrés, Recursos de la Comunidad, entre otros.

* Pacientes con Medicare A y B primario le cubre el 80% de este servicio.

Dietas y Cafetería

Estos servicios están subcontratados a una compañía “The Wellness Group”, que a su vez cuenta con dietistas licenciadas, personal adiestrado y capacitado en el manejo de alimentos como “ Serv Safe” (Seguridad Alimentaria).

Tenemos un moderno sistema de menú selectivo para pacientes en dietas regulares, y somos el único hospital con menú selectivo para pacientes con disfunción de riñón. El menú selectivo ofrece alternativas de desayuno, almuerzo y comida para que el paciente pueda seleccionar que prefiere comer.

Facilidades

Estamos ubicados en el primer piso, entre Clínicas Externas y la Marquesina/Jardín de la Entrada Principal.

Horario Lunes a Jueves: 8:30 am – 7:00 pm
 Viernes y Sábado: 8:30 am – 5:00 pm

Les esperamos, estamos para servirle.
Para información adicional pueden comunicarse a nuestras oficinas al
758-2000 x-1166 ó 3195