



LICENCIADA
MIRCIA CASTILLO

INTERVENCIONES NUTRICIONALES DE LA ENFERMERÍA APLICADAS EN LA ATENCIÓN PRIMARIA



RESUMEN

La alimentación es una necesidad básica en los seres humanos que se debe satisfacer plenamente, en salud es muy importante relacionar la nutrición con la enfermería, ya que en la intervención primaria el personal de enfermería debe de asistir , informar, educar y asesorar a las personas desde el aspecto bio-psico-social, para una mejoría nutricional en la vida de cada una de las ellos.

Palabras claves: Enfermedades crónicas, alimentación, estilo de vida saludable, atención primaria

ABSTRACT

Food is a basic need in humans that must be fully satisfied, in health it is very important to relate nutrition with nursing, since in the primary intervention the nursing staff must attend , inform, educate and advise people from the bio-psycho-social aspect, for a nutritional improvement in the lives of each of them.

La alimentación saludable es aquella que provee todos los nutrientes necesarios y en las cantidades adecuadas de acuerdo con la necesidad y requerimiento en cada etapa de la vida (embarazadas, lactantes, preescolares, escolares, adolescentes, niños adultos y adultos mayores), y así prevenir la malnutrición tanto por exceso y deficiencia. En la actualidad existen cambios en el estilo de vida de las personas y esto ha influido en la forma en como llevan su ingesta alimentaria, causando el aumento de Enfermedades Crónicas no transmisibles (ECNT), como: la diabetes mellitus, enfermedades cardiovasculares, obesidad y algunos tipos de cáncer.

Con lo antes expuesto se puede resaltar el papel fundamental del personal de salud, destacando así el papel que representa el profesional de la enfermería en la vigilancia de los cambios de alimentación y estilo de vida de cada paciente. El profesional de la enfermería se encarga del cuidado del paciente desde su ingreso hasta el egreso del paciente en el ámbito hospitalario, así como también se encuentra en contacto directo en la atención del paciente o formando parte del equipo multidisciplinario en los distintos programas de salud en la atención primaria (AP).

INTRODUCCIÓN



LICENCIADA
MIRCIA CASTILLO

INTERVENCIONES DE LA ENFERMERÍA APLICADAS EN LA ATENCIÓN PRIMARIA

La prevención y promoción de estilos de vida saludables es lo que ha significado un impacto en la calidad de vida y salud de los pacientes. El modelo de cuidados de Virginia Henderson nos habla de 14 necesidades básicas que debemos atender y valorar al momento de la atención del paciente, destacaremos algunos de los modelos donde el profesional de la enfermería juega un papel importante siendo ellos: Modelo 2. “Comer y beber adecuadamente”, Modelo 4. “Moverse y mantener posturas adecuadas”, Modelo 5. “Dormir y descansar bien”, y concluimos con el Modulo 13. “Participar en actividades recreativas”.

En AP la educación nutricional a los pacientes y/o cuidadores se ha convertido en una herramienta indispensable dando resultados positivos en la mayoría de ellos, como también en el mantenimiento de un estado de salud óptimo.

Existen diferentes herramientas o estrategias que al poner en práctica causan un impacto en la conducta alimentaria del paciente como: la Educación Alimentaria y Nutricional para la Salud (EANPS). El término Educación Alimentaria y Nutricional para la Salud se define como: “Aquellas estrategias educativas diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de conductas alimentarias y otros comportamientos relacionados con la alimentación y la nutrición propicios para la salud y bienestar”.

Como parte del personal de salud que integran las distintas unidades de AP de Salud y forma parte de aquellos programas que involucran la educación al paciente es necesario empoderar a las personas para que tomen el control de su propia alimentación y salud, conocer la necesidad que tienen las personas y qué factores influyen en su alimentación para llevar a cabo actividades educativas, participativas y realistas de acuerdo con la necesidad de cada población.

Los profesionales de la enfermería son importantes en cada uno de esos procesos. La EANPS y así como la educación para la salud, guardan como objetivo modificar el estilo de vida de las personas desde edades tempranas, promover conductas saludables relacionadas con la alimentación y educar en patologías específicas. Lo antes mencionado nos obliga a reflexionar sobre la importancia de poner en práctica este tipo de herramientas, debido a que el Global Burden of Disease en el Estudio de la Carga Mundial de Morbilidad en el año 2019 indicó: “Las cinco primeras causas de discapacidad y muerte están ligados a los factores de riesgos metabólicos”. Así mismo la OMS indicó “El 71% de las muertes que se producen en el mundo, son por causa de ECNT”. Según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de la Contraloría General de la República de Panamá la quinta causa de muerte es la Diabetes Mellitus.



LICENCIADA
MIRCIA CASTILLO

CONCLUSIÓN

La correcta y adecuada alimentación de la población es un tema que compromete a todos los profesionales de la salud, dando como resultado la prevención de ECNT y mejorando la calidad de vida. El personal de enfermería ha ido tomando una posición indispensable al formar parte de la educación del paciente en temas de alimentación, y estilos de vida saludables. Muchas revisiones señalan que la formación de profesionales de salud con relación a las ciencias de la Nutrición, podría combatir la malnutrición, aumentaría la conciencia y motivación del profesional, así como también mejoraría los programas de prevención y promoción de la salud.



BIBLIOGRAFÍA

1. Romero V, Sánchez M, Sandoval T. Atención de enfermería aplicada al estado nutricional de los alumnos de una Unidad Educativa. Rev.Cubana Med Gen Integr. 2018;34(3):30-39.
2. Hernández C. El Modelo de Virginia Henderson en la Práctica de Enfermera. 2015.
3. Barrera L., Ospina J. Intervenciones de Enfermería para prevenir trastornos nutricionales en niños de 0 a 2 años. 2019;16(2):161-17