

# **Rol del nutricionista ante los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)**

Una visión desde la práctica



# Aspectos alimentario-nutricionales en el tratamiento de TCA

- El Equipo interdisciplinario
- Anamnesis alimentaria
- Antropometría
- Evaluación del estado nutricional
- Planes Alimentarios
- Sentimientos y sensaciones ligadas a la comida
- La entrevista nutricional



# El equipo interdisciplinario

- **Interacción y comunicación:** promover el mismo mensaje al paciente desde las diferentes disciplinas.
- Hay **herramientas** (como la historia clínica única) que deben mantenerse actualizadas.
- Es recomendable que las consultas con el nutricionista sean previamente **pactadas con el equipo.**



# Anamnesis alimentaria

- **Registro alimentario** que contemple alimentos y sentimientos (cuaderno personal)
- **Indagar y re-indagar** acerca de lo que dice que come: intentar llegar a la verdad
- **Objetivo de la anamnesis:** conocer con quién está cuando come, la rutina del día, aspectos “(des) estructurantes” de la alimentación, gustos y miedos ligados a la comida



# Antropometría

- La antropometría es un aspecto que **sólo debe conocer el profesional**: división de tareas
- **Peso** (de espaldas), **Talla** e **IMC** (adecuar las valoraciones a cada paciente)
- **Bioimpedanciometría**: para conocer qué componentes del cuerpo aumentan o descienden en el transcurso del tratamiento



# Evaluación del estado nutricional



- Tiene significancia en la primera consulta y su evolución desde ese momento: tanto en las mejoras como en las recaídas, deben notarse las causas
- **¿Qué se informa al paciente?**: el estado actual: “bien, muy bien, atrasado, crítico”; y la evolución de ese estado: “muy lento, inestable, con muchas idas y venidas, óptimo”... información Cualitativa.

# El riesgo de entregar “El plan alimentario”

- **Aspectos positivos:** no da lugar a dudas, es concreto, se puede cumplir al pié de la letra con mucho compromiso, se pueden estandarizar...

- **Aspectos negativos:** difíciles de seguir (es un reglamento/obligación, acentúa aspectos O-C), no da libertad, no se registran sensaciones que llevan a comer “x” cosas. Genera mucha dependencia.

**Conclusión:** normas claras y sencillas para la paciente y su familia, comunes a todo el equipo: 4 comidas, terminar el plato, 2 colaciones: ese es el trabajo del paciente.

# Sentimientos y sensaciones ligadas a la comida



- Es importante **registrar las sensaciones** que genera la comida al paciente:
- Alimentos que causan **angustia o miedo**
- **Comidas difíciles de llevar a cabo** (ej: desayuno)
- Armonizar la **relación “comida-sentimientos”**: que el comer o no comer no sea una curita para las emociones...



# La entrevista nutricional

## Perfiles de pacientes

### **Pulsional**

ordenar/organizar

### En ambos casos

evitar mencionar calorías y cantidades

### **Restrictivo**

desarmar/ampliar

**Primeras entrevistas:** disminuir los síntomas y lograr alianza con la paciente.

- **Remarcar superaciones y tropiezos** en cada consulta, reconocer al paciente sus logros y recaídas
- **Buscar los huecos en el discurso** de los pacientes (mienten con mucha frecuencia), ayudar a que digan mejor la verdad. Poner los discursos en común con el equipo.

# El rol del nutricionista en el tratamiento es privilegiado

- Sobre todo las **mujeres**, saben que con el asesoramiento de un profesional de la nutrición no van a “engordar”... utilizar ese liderazgo para liberarlas de las ataduras
- También **es un “modelo” a seguir**, por lo que somos muy observadas: comer sano, pesar normal, mostrar hábitos saludables también forma parte del abordaje nutricional...
- Los **integrantes de un equipo de TCA no deberían tener dificultades con la comida**: el adolescente aprende más observando el comportamiento de sus “modelos” que respetando los discursos del profesional.



# Comer...

Es compartir con quienes más queremos  
Es aceptar que nos cuidan y nos cuidamos  
Nos nutrimos del afecto de aquellos que  
prepararon “nuestro plato preferido”  
De quienes guardaron recetas por generaciones  
para mantenernos sanos

Comer es festejar la vida, cada acontecimiento  
importante que nos sucede  
Para todos y cada uno, comer es  
un derecho  
que nos llena de felicidad





**¡¡¡MUCHAS GRACIAS!!!**