BOLETÍN nº30

www.adenyd.es

octubre 2017

© **Contenido**: Comité Científico de ADENYD © (Marilourdes de Torres, Cristina Sarasa, Victoria Fernández, Cristina Miguel, Carmen Moreno y Neri Fernández); **Redes Sociales:** Zaira Villa; **Diseño y Maquetación**: Neri Fernández

ADENYD
Asociación de Enfermeras de Nutrición y Dietética

ENTREVISTA CON...

ANA DOMINGUEZ MAESO

Siempre ha sido un acontecimiento en los sucesivos congresos, cuando aterrizaban las de Jaén o lo que es lo mismo, "Ana y sus chicas", esas mismas que tanto la van a echar de menos cuando deje la supervisión de la Unidad de Nutrición, en el Hospital Universitario de Jaén.

Es la secretaria de la JD, desde las elecciones de 2006, con una trayectoria anterior como socia, bastante prolongada. Por eso nos ha parecido de justicia, que la teníamos que despedir por la puerta grande, tal como se merece. Y qué mejor para eso que dedicarle nuestra entrevista del Boletín, ahora que deja la Secretaría por mandato estatutario que remarca que los miembros de la JD deben estar en activo laboral.

Marilourdes de Torres- Eres de las socias más antiguas, socia con trienios como decimos entre nosotras y me gustaría que nos hicieses una valoración de cómo has vivido tú la evolución de ADENYD desde tu experiencia de tantos años.

Ana Domínguez- La evolución de ADENYD, ha sido como la propia vida "con el acelerador pisado a fondo", no podía ser de otra manera, para adaptarnos a las nuevas tecnologías, cambios curriculares ... a fin de estar siempre atentos a las necesidades de los socios.

ML- El congreso de Alcalá, será el último al que acudas como miembro de la JD porque se acerca tu jubilación laboral ¿qué pensamientos te asaltan antes estas dos coincidencias?

A- Más que pensamientos son sentimientos, además muy contradictorios, pues se junta por una parte la necesidad física del descanso tras 42 años de servicio y ese gusanillo de seguir con la actividad que tantas satisfacciones me ha proporcionado a lo largo de todo este tiempo.

ML- ¿Qué te aporta la figura de la secretaria a la JD, más allá de lo que marcan los Estatutos?

A- La secretaria debe ser el nexo de unión, entre los socios y la JD, no se debe limitar a la comunicación formal con los socios, sino conseguir la cercanía necesaria, para que exista complicidad y llegar a conocer las necesidades de cada uno de ellos.

ML- Tu vida personal la tienes muy plena porque cuentas con una familia magnífica que te mima, pero me gustaría que nos adelantes tus planes más allá del marido, los hijos y los nietos..... porque quiero pensar que no nos vas a dejar.....

A- Efectivamente, mi familia da plenitud a mi vida, pero soy ENFERMERA y además ENFERMERA DE NUTRICION (con mayúsculas), eso no se borra con una jubilación, por tanto, seguiré estando ahí, junto a ADENYD y participando en todo aquello en lo que pueda aportar un poco de los conocimientos adquiridos en mi trayectoria.

ML- Dile, querida Ana, a las colegas de la nueva generación que afortunadamente nos van acompañando, cuáles son los valores más importantes para servir y querer a ADENYD.

A- Para mi lo mas importante es sentir en el corazón la nutrición, luchar por ella, desde el punto de vista de la enfermera para que puedan prevalecer los conocimientos que siempre hemos desarrollado de forma brillante y que deben tener continuidad en la nueva generación.

ML- Dinos por último lo mejor y lo menos bueno que te ha dado ADENYD.

A- Lo mejor , el estar informada en todo momento con las ultimas noticias ministeriales y sociales relacionadas con la nutrición. Lo menos bueno, el agobio en momentos puntuales que supone el tener siempre a punto, para los socios las acciones necesarias en cada situación.

Gracias Ana, por tu cariño, por tu dedicación y por tu saber estar…ahora mucho más elegante con ese bastón *fashion* que luces con soltura y que levantas cuando nos cuentas algo con entusiasmo, como siempre tú saber hacer.

Gracias secre, gracias Ana.

PARA LEER LA ENTREVISTA COMPLETA Haz clic aquí

REFLEXIONES...

Por su importancia y actualidad, rescatamos esta presentación por parte de nuestra socia enfermera, la **Dra. María Sesé Sánchez**

VALORACIÓN NUTRICIONAL POR PATRONES FUNCIONALES DE SALUD

Dra. María Sesé Sánchez.
Responsable de U. Dietética y Nutrición. H. Mutua de Accidentes de Zaragoza (MAZ).
Lda. Antropología. Prof. Asociada. Facultad de Ciencias de la Salud. Doctora por la UNIZAR.

La nutrición es un proceso complejo que comprende el conocimiento de los mecanismos mediante los cuales los seres vivos utilizan e incorporan los nutrientes, para desarrollar y mantener sus tejidos y obtienen la energía necesaria para realizar sus funciones. Una buena nutrición ayuda a prevenir enfermedades y a desarrollar el potencial físico y mental. De ahí que sea preciso estar atento a la hora de **detectar posibles problemas de salud**, que en el caso de la nutrición, supone una necesidad soporte de otras necesidades, por lo que una alteración en ella supone un desequilibrio en las demás. El término valoración significa evaluación. En enfermería, el término se utiliza para describir la evaluación inicial y continuada del estado de salud de una persona, familia o comunidad. La valoración sistemática y premeditada es un proceso intencionado basado en un plan para recoger y organizar la información con la que se obtiene una importante cantidad de datos, relevantes, del paciente (físicos, psíquicos, sociales, del entorno) de una manera ordenada, lo que facilita, a su vez, el análisis de los mismos. El sistema de valoración diseñado por **Marjory Gordon** en los años 70 cumple todos los requisitos necesarios para la realización de una valoración enfermera eficaz, por lo que constituye una herramienta útil para la valoración con cualquier modelo disciplinar enfermero. Define **11 patrones funcionales de salud** patrones de actuación relevantes para la salud de las personas, las familias y las comunidades, desarrollados a partir de la interacción entre el paciente y su ambiente. Cada patrón es una expresión de integración biopsicosocial, por lo que no se puede comprender ningún patrón sin la comprensión de los demás. Las áreas de los patrones de salud proporcionan un formato de valoración estándar para una base de datos básica con independencia de la edad, el nivel de cuidados o el trastorno médico del paciente. Tienen un enfoque funcional, de desarrollo y cultural que permite su aplicación a todos los ámbitos, especialidades y grupos de edad. Todos los seres humanos tienen en común algunos patrones funcionales que contribuyen a su salud, calidad de vida y logro de su potencial humano. La descripción y evaluación de los patrones de salud **permiten a la enfermera identificar patrones funcionales** (necesidades del paciente) y patrones disfuncionales (diagnósticos enfermeros). Los patrones nutricionales de los pacientes y los hábitos dietéticos subyacentes siempre han sido competencia de las enfermeras debido al reconocimiento por su parte para que todas las funciones vitales y el bienestar dependan de un adecuada ingesta y del suministro de nutrientes a los tejidos. El eje de la valoración en el patrón funcional-metabólico es el consumo de alimentos y líquidos relativo a las necesidades metabólicas. El objetivo de la valoración es recoger datos acerca del patrón típico de consumo de comida y líquidos. Además, se valoran indicadores amplios de las necesidades metabólicas, como los estados de crecimiento. Las referencias subjetivas se obtienen observando el consumo de alimentos y líquidos, los problemas percibidos por el paciente y por otros, las acciones llevadas a cabo para resolver dichos problemas, y los efectos percibidos de tales acciones. El examen proporciona datos de los efectos observables de la ingesta de nutrientes y la cicatrización relativos a las necesidades metabólicas. Por todo ello, la realización de una primera y **adecuada valoración de enfermería**, supone un elemento de gran importancia para detectar situaciones potenciales de riesgo nutricional (por defecto/ por exceso). Esta valoración debe detectar los elementos más importantes para evaluar el estado nutricional y su posible evolución y poder establecer las primeras acciones de un **"Plan de Cuidados de Enfermería"** adecuado a la situación detectada.

RINCONES BREVES... de conocimiento

COACHING NUTRICIONAL

Marilourdes de Torres
Coordinadora del Comité Científico de ADENYD

EPISTEMOLOGÍA DEL CUIDADO

La **calidad de los cuidados** se reconoce no sólo por la gestión de la enfermera, sino también por los resultados alcanzados con sus **intervenciones**.

1)Intervenciones que al aplicar las técnicas de coaching en el tratamiento nutricional, hace que se distinga claramente entre Adiestramiento y Asesoramiento, Prescripción y Seguimiento y **Adherencia al tratamiento** y Cumplimiento del tratamiento.

2)Intervenciones que al aplicar las técnicas de coaching en el tratamiento nutricional, hace que también se distinga claramente entre un consultor experto en nutrición, que lleva sólo a cumplir el tratamiento y **la enfermera de nutrición, que lleva a buscar la adherencia al tratamiento**.

Todo lo anterior es lo que nos hace asegurar que **la enfermera de nutrición aplicando en sus intervenciones las técnicas de coaching**, es la mejor compañera de viaje para que se **alcance la adherencia al tratamiento**; es la mejor compañera para conseguir que los resultados esperados, coincidan con los resultados obtenidos.

Continuará.....

ENFERMERIA, BIOÉTICA Y DERECHO

TITULAR DEL DERECHO A LA INFORMACIÓN ASISTENCIAL

El titular del derecho a la información es el **paciente**. Además, aquellas personas vinculadas a él, por razones familiares o de hecho, en la medida que el paciente lo permita de manera expresa o tácita también podrán acceder a dicha información.

ALGUNAS CONSIDERACIONES AL RESPECTO:

1. El paciente será informado, incluso en caso de incapacidad.
2. El derecho a la información sanitaria de los pacientes puede limitarse por la existencia acreditada de un estado de necesidad terapéutica.

Próximo: *Capacidad del paciente y estado de necesidad. Valoración y consideraciones.*

Cristina Sarasa
Miembro del Comité Científico de ADENYD

INVESTIGACIÓN EN ENFERMERIA

Cristina Miguel
Miembro del Comité Científico de ADENYD

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Se trata de una búsqueda bibliográfica para justificar la **elección del tema** de nuestra investigación. Para la localización de artículos debemos tener en cuenta:

- Uso de lenguaje estandarizado, denominado **TESAURO**. El más conocido el de PubMed, MeSH.
- Uso de **booleanos** para relacionar los términos y delimitar la búsqueda. Existen 3: AND (Y), NOT (NO), OR (O) y uso de **truncamiento**, que permite realizar la búsqueda a través de la raíz de una palabra, se expresa con el símbolo *.
- **Operadores de posición:** NEAR y JUNTO para localizar artículos en los que los términos de búsqueda estén próximos o unidos.
- Acotar la búsqueda mediante **filtros** como fecha de publicación e idioma.

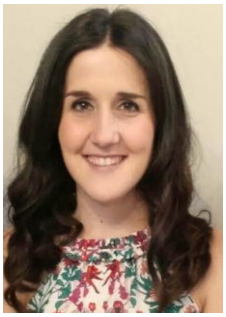
METABOLOPATÍAS

ADHERENCIA AL TRATAMIENTO NUTRICIONAL EN LOS (EIM)

Existen factores que dificultan la adherencia al tratamiento nutricional, estos son:

- Las personas diagnosticadas en **edad más avanzada** encuentran mayor dificultad para adaptarse a la dieta, así como los adolescentes, en los que es más complicado el control de la alimentación.
- **Económicos.** Existen alimentos manufacturados que se ajustan a las necesidades de estos pacientes siendo base del tratamiento dietético, sin embargo, no suelen estar financiados por el Sistema Nacional de Salud (salvo las fórmulas especiales).
- **Insuficiente información y difícil acceso.** Muchos pacientes y sus familiares desconocen la existencia de alimentos manufacturados que se ajustan a sus necesidades. Estos productos no se encuentran en todos los supermercados, muchos de ellos son dispersados por puntos de venta online a los que no toda la población accede con facilidad.

Además de factores culturales, enfermedades sin peligro de descompensaciones agudas y diagnóstico sin debut clínico



Carmen Moreno
Miembro del Comité Científico de ADENYD

ALIMENTACIÓN EN EL CICLO VITAL

Neri Fernández
Miembro del Comité Científico de ADENYD

EVALUACIÓN DE UNA TOMA DE LACTANCIA MATERNA

1. La **postura** del Recién Nacido (RN) debe ser mirando al pecho con la cabeza y el cuerpo alineados.
2. La boca bien abierta, los labios evertidos, la nariz, mejilla y mentón tocando al pezón sin signos que indican un **buen agarre**.
3. La **succión** será adecuada y **nutritiva** si el ritmo de succión/deglución se produce con pausas adicionales, si la deglución es audible, si la boca está mojada y si existe satisfacción post-toma.
4. La **madre** para evaluar la eficacia de la toma debe sentir tras la misma más sed, disminución de la tensión mamaria al terminar y el pezón elongado pero no erosionado.

CUIDADOS EN LA DISFAGIA. Debemos conocerlos para poder hacer un poco más fácil el día a día de las personas que la padecen y de sus cuidadores. Con estos enlaces recogidos en la Red, os queremos dar algunas recomendaciones de interés:

www.disfagia.org www.dañocerebral.es

En las redes se pueden encontrar propuestas, para modificar la textura con pequeñas adaptaciones de menús tradicionales:

www.adenyd.es/wp-content/uploads/2017/06/Recetas-Disfagia-Andaluz.pdf

Vídeos:
https://www.youtube.com/watch?v=DjyrCeh6-3U
https://www.youtube.com/watch?v=eETV0FhBVI4
https://www.youtube.com/watch?v=0wSXerrfOn0
https://www.youtube.com/watch?v=oFsOzinoidU

TENDENCIAS NUTRICIONALES EN LAS REDES SOCIALES

Zaira Villa
Miembro del Comité Científico de ADENYD

COCINA SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Victoria Fernández
Miembro del Comité Científico de ADENYD

ALBÓNDIGAS POLLO – CERDO (6 PERSONAS)

Ingredientes: 200gr. De pechuga de pollo, 200gr. De magro de cerdo limpio de grasa, 100gr de jamón serrano, 2 huevos, 2 dientes de ajo, perejil, azafrán en hebra, pan rallado 3 cucharadas soperas y harina para emborrar.

Mezclar la carne con el jamón, los dientes de ajo picados, el azafrán en hebra, el perejil, los huevos, el pan rallado y sal con moderación (opcional vino blanco al gusto). Una vez realizada la mezcla hacer bolitas no muy grandes y pasarlas por harina. En la bandeja del horno, poner papel vegetal y colocar las albóndigas una vez pasadas por harina. Previamente calentar el horno a 200º, una vez precalentado el horno introducir la bandeja con las albóndigas y programar 5 minutos. Una vez sacadas del horno, se pueden hacer en salsa de tomate o de cebolla.

Aptas para dietas de adelgazamiento, fácil masticación, en diabetes, ...

"Quien quiera enseñarnos la verdad que no nos la diga. Que nos sitúe de tal modo que la podamos descubrir nosotros mismos" D. José Ortega y Gasset

XVIII CONGRESO-FORO ADENYD

Alcalá de Henares. 2-4 de Noviembre de 2017

«Alimentación y Nutrición en los tres Ámbitos Sanitarios»

www.18foroadenyd.com

HAZTE SOCIO