

# BOLETÍN 92

## ASOCIACIÓN DE ENFERMERAS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

© **Contenido:** Comité Científico de ADENYD® (Marilourdes de Torres, Cristina Miguel, Mercedes López-Pardo, Victoria Fernández, Silvia Chamorro, M.ª Carmen Vázquez, M.ª Carmen García, Rafael González, Juana Mateos, Paula Núñez, Elena Arias Gómez); **Diseño y Maquetación:** Paula Núñez.



### 23 CONGRESO ADENYD

**23 CONGRESO FORO - ADENYD SEVILLA**

La seguridad y sostenibilidad, un reto de los cuidados nutricionales

29 de noviembre - 1 de diciembre  
23foroadenyd.com

**ENTRAR**

Congreso validado por la:

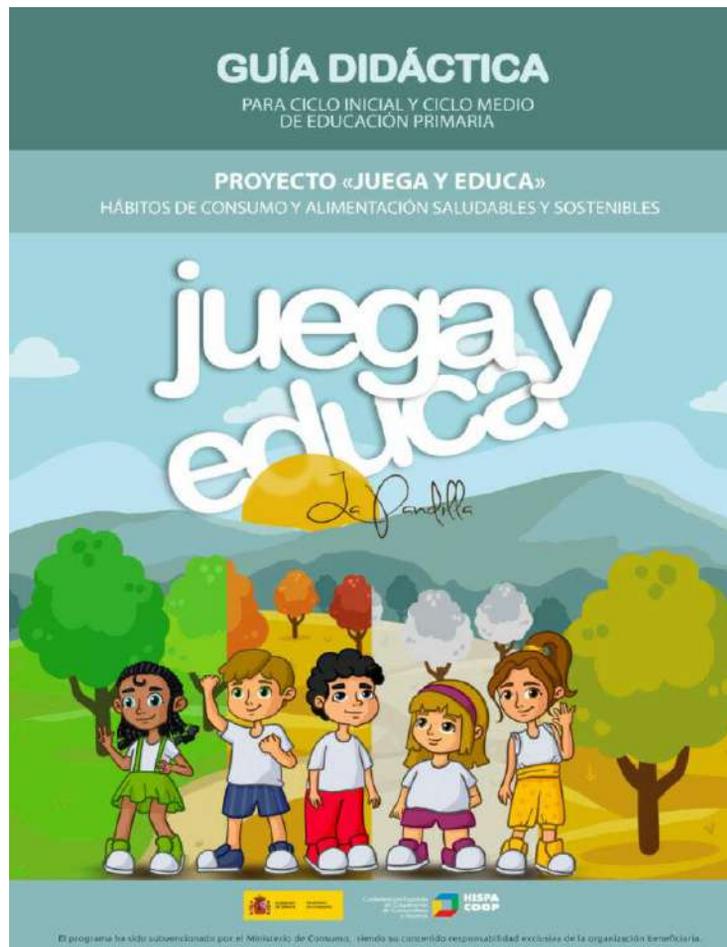
Organiza:

Instituto español de empresas de Tecnología Sanitaria

AdENyD



Toda la información [AQUI](#)



Presentamos el proyecto subvencionado por el Ministerio de Consumo que permite a través del juego el aprendizaje de hábitos de consumo y alimentación saludables dentro del grupo de más pequeños.

Mas informacion [AQUI](#)



**Marilourdes de Torres**  
Coordinadora del  
Comité Científico de  
ADENYD

## EL PÁNICO A LA DISCREPANCIA

El Dr Fuertes Rocañin comparte una importante reflexión en relación a la salud mental tema de actualidad en nuestra sociedad. Describe con gracia este nuevo síndrome que observamos en la sociedad: el pánico a la discrepancia, que no es otra cosa que una censura en pos de lo políticamente correcto que nos afecta en todas nuestras relaciones. Privandonos de poder expresarnos acorde a cómo nos sentimos, siendo nosotros mismos, nuestros principales críticos.

Para ahondar en relación a este tema no te pierdas el artículo completo pinchando [AQUÍ](#)

## EVOLUCIÓN Y BASES HISTÓRICAS DE LA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA II

## DIAGNÓSTICOS Y COMPETENCIAS ENFERMERAS

Uno de los primeros progresos que el hombre realiza en materia de alimentación, es el descubrimiento del fuego, el cual, además de otras obvias ventajas, facilitó el proceso de la digestión. Coincidiendo con dicho descubrimiento, empezaron a extenderse de un extremo a otro del planeta, técnicas como secar y almacenar. Los alimentos conservados en seco, ahumados o salados siguen siendo una parte importante de la alimentación de algunos pueblos primitivos que han conservado la técnica desde hace milenios. El hombre se va agrupando en comunidades, forma tribus, se hace nómada y comienza a emigrar transportando los animales, que ha aprendido a criar y cuidar, utilizando sus productos para la alimentación. Es un paso más el que, con la iniciación del pastoreo, da el hombre en la mejora intuitiva de su alimentación. De la inquietud de los primeros días para obtener, por la caza o la pesca, su alimento, que ingería crudo, pasa a la tranquilidad de tener su comida asegurada, transportada consigo en los rebaños y comerla de una manera más adecuada.

Con el comienzo de la agricultura se marca otro punto importante en el desarrollo de la alimentación. Éste coincide con el establecimiento y desarrollo de las antiguas civilizaciones de China y Egipto. Las primeras civilizaciones de las que deriva el mundo occidental moderno fueron las asentadas en el área oriental del Mediterráneo. En Egipto, Siria, Mesopotamia e incluso más al este, en la India, diversos pueblos desarrollaron culturas altamente organizadas mucho antes de que ocurriese en la mayor parte del mundo. Especialmente en Egipto, sus habitantes, aprovechan las inundaciones del Nilo y adquieren, poco a poco, el concepto de las estaciones, llegando a imitar las condiciones naturales de las plantas, sembrando en invierno y recogiendo en primavera. Nacen así el cultivo y las cosechas de los cereales (trigo, cebada y mijo) y el comienzo de la agricultura tal como la conocemos ahora.

Como resultado de todos estos avances, el hombre va haciendo su alimentación más rica y variada; ésta evoluciona con más o menos modificaciones hasta nuestros días. Es curioso observar el hecho de que, durante muchos siglos, las variaciones que la Humanidad fue introduciendo en sus dietas, no se inspiraron en el interés de mejorar la calidad de su alimentación para influir en su salud o bienestar, han sido otros factores, los que han ido marcando los diferentes tipos de dieta de los pueblos como el clima, las tradiciones y los motivos religiosos.

Sólo en la época de esplendor griega, con Hipócrates, surgen ciertos atisbos de la importancia de algunos alimentos para la buena salud. Entendida como "total régimen de la vida" y no sólo como simple "régimen alimentario"; la "diaita", servía para dos fines fundamentales: el tratamiento de enfermedades y la conservación de la salud.



**Mercedes López-Pardo**  
Miembro del Comité Científico de ADENYD  
Coordinadora del Proyecto DyCEN



## DE LA A A LA Z... Z.....G DE GRANADA (2)

## ALIMENTOS FUNCIONALES

Por otro lado, destacar la capacidad de esta fruta para reforzar el sistema inmunitario así como su eficacia frente a la protección neurológica. Pero a pesar de todas las bondades citadas, todo alimento ha de ser consumido con moderación y equilibrio. Así por ejemplo tienen contraindicado el consumo excesivo de esta fruta pacientes en tratamiento con fármacos hipotensores ya que su efecto se vería potenciado, también puede provocar mareos por su alta cantidad de alcaloides. En cuanto a su forma de ingesta puede ser muy variada, consumir los granos enteros, en zumo, como bebida fermentada o granadina, para complementar ensaladas o macedonias....



M.ª Carmen García  
Miembro del Comité  
Científico de ADENYD

## COMPETENCIAS PROFESIONALES: SABER DIAGNOSTICAR

### EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



Carmen Vázquez  
Miembro del Comité  
Científico de ADENYD

Aunque la instauración y seguimiento de una dieta sin gluten puede ocasionar respuestas de diversa índole en el celíaco y la familia, habitualmente suelen manifestar dificultad para afrontar las pautas terapéuticas requeridas para controlar la enfermedad celíaca. En dicho contexto, es fundamental utilizar recursos basados en la evidencia que garanticen una atención integral y protocolizada. El uso de los diagnósticos de enfermería permite identificar objetivamente la problemática expuesta, considerando sus posibles condicionantes. Un diagnóstico enfermero se define como un “juicio clínico que formulan las enfermeras sobre las respuestas del individuo, familia o comunidad a las afecciones o procesos vitales” (NANDA, 2008). Por su definición, características y factores relacionados, el diagnóstico NANDA más significativo en el abordaje de la celiaquía, es el 00276-Autogestión ineficaz de la salud.

- **Definición.** Gestión insatisfactoria de los síntomas, tratamiento, consecuencias físicas, psíquicas y cambios en el estilo de vida inherentes a vivir con una afección crónica. Analizando la valoración del caso clínico planteado en boletín anterior (julio-agosto), se pueden observar los siguientes datos concordantes con el diagnóstico NANDA 00276.
- **Características definitorias.** La paciente mostraba secuelas de la enfermedad; manifiesta: insatisfacción con la calidad de vida, fracaso al incluir el régimen terapéutico en la vida diaria, falta de atención a los signos y síntomas de enfermedad, y decisiones ineficaces en la vida diaria para alcanzar los objetivos de salud.
- **Factores relacionados.** Destacan como posibles condicionantes: conocimiento inadecuado sobre el régimen de tratamiento, autoeficacia baja, percepción de obstáculos al régimen terapéutico, percepción no realista de la susceptibilidad a las secuelas y de los beneficio del tratamiento.

En definitiva, para dar respuesta a las necesidades de la población afectada por la enfermedad celíaca, es tan importante proporcionar las pautas terapéuticas a seguir como también, atender la problemática que ocasionan a quienes tienen que gestionarlas.

A modo de reflexión, El SABER HACER de enfermería es elegir diagnósticos enfermeros basados en la evidencia que precisen tanto resultados como intervenciones.

## EL RINCÓN DEL CONOCIMIENTO. ATRAER, IMPLICAR, DESARROLLAR Y RETENER EL TALENTO (II)

## CON "C" DE CALIDAD

Continuamos identificando los elementos de calidad que una organización debe tener en cuenta respecto a las personas que trabajan en la misma, según el modelo europeo de calidad EFQM.

En la práctica una organización sobresaliente:

- Se asegura de dirigir de forma proactiva, recompensar, reconocer y cuidar a las personas de su organización.
- Identifica y clasifica sus clientes en base a criterios definidos, por ejemplo: características sociales, diferencias en necesidades y expectativas, comportamientos de usuario o comprador, etc.
- Mantiene relación con sus clientes durante todas las etapas de creación de valor sostenible, incluso en aquellas fases en las que no hay creación de valor en curso.
- Comprende las necesidades de comunicación y contacto directo de los diferentes segmentos de clientes.
- Establece canales de comunicación que facilitan a sus clientes interactuar con la organización y proporcionar feedback sobre su experiencia de cliente, al tiempo que ayudan a que la organización pueda reaccionar de forma ágil y adecuada.

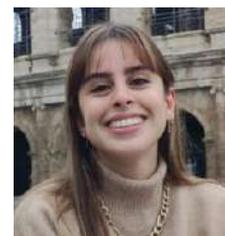


**Juana Mateos**  
Miembro del Comité Científico de ADENYD

## MALNUTRICIÓN EN EL ADULTO MAYOR

Hace unos meses comenzamos esta sección hablando sobre la valoración nutricional como uno de los componentes fundamentales en la valoración geriátrica integral dentro de las consultas de Atención Primaria. Hemos incidido en la importancia de emplear métodos de cribado para, posteriormente, realizar una valoración exhaustiva que incluya tanto una entrevista sobre hábitos alimentarios como la medición de parámetros antropométricos que nos permitan obtener información sobre el estado nutricional de las personas mayores, además de valorar la composición corporal. Pero, una vez detectado un estado nutricional deficitario ¿qué debemos tener en cuenta? ¿cómo afecta en el día a día de la persona? ¿qué medidas tenemos que tomar tanto si existe una malnutrición o la persona está en riesgo de desarrollarla? En los próximos boletines nos centraremos en responder a estas preguntas. Para ir entrando en materia, en un sentido reduccionista, la malnutrición es el desequilibrio existente entre el aporte nutricional y las demandas del organismo. Esta tiene numerosas consecuencias en todos los grupos de edad, pero principalmente en los adultos mayores. Afecta a muchas esferas de la vida, tales como la capacidad funcional, ya que influye en la pérdida de independencia para realizar las actividades básicas de la vida diaria; también influye en la capacidad cognitiva. Hay estudios que demuestran una asociación entre el estado nutricional y la progresión rápida de las demencias, así como una mayor morbimortalidad. Además, contribuye al desarrollo de los llamados síndromes geriátricos, como por ejemplo la sarcopenia, mencionada en anteriores boletines, siendo también importante en el síndrome de fragilidad.

## ENFERMERÍA EN LA COMUNIDAD



**Elena Arias Gomez**  
Miembro del Comité Científico de ADENYD

## II JORNADA EN ACTUALIZACIÓN Y AVANCES DE LA ENFERMERÍA ESCOLAR

La Asociación Científica Española de Enfermería y Salud Escolar (ACEESE) junto a la Universidad Camilo José Cela (UCJC), con la colaboración y soporte del Colegio Oficial de Enfermería de Madrid (CODEM), el Consejo General de Enfermería (CGE) y SchoolNurses, tienen el honor de invitarles a la II Jornada en Actualización y avances de la Enfermería Escolar. El evento tendrá lugar el día 20 de enero de 2024, en el Salón de Actos de CODEM. Después de la concurrida y exitosa jornada realizada el pasado año, damos continuidad con esta segunda jornada, con el fin de ser un punto de encuentro para enfermeras y enfermeros escolares que trabajan día a día para dar una asistencia y educación de calidad en todos los centros educativos de la Comunidad Autónoma de Madrid y de todo el país. La finalidad de este evento es la actualización en el avance de la enfermería y la salud escolar, así como intercambiar experiencias, investigación en la temática y dar reconocimiento al trabajo realizado por aquellas enfermeras y enfermeros que por su trayectoria han aportado y aportan riqueza en esta rama de la enfermería.

Os esperamos en este espacio de encuentro, para crecer juntos.

Dra. Engràcia Soler

Presidenta de ACEESE & ISNA



## LA ENFERMERA EN LA ESCUELA



Silvia Chamorro  
Miembro del Comité Científico de ADENYD  
Responsable de RRSS

## HIGIENE Y SEGURIDAD ALIMENTARIA



Rafael González  
Miembro del Comité Científico de ADENYD

## DESPERDICIOS ALIMENTARIOS

Hoy vamos a hablar de desperdicios alimentarios. Es una barbaridad la cantidad de Kgs de comida que se desperdician cada día en el mundo y cada año en nuestro país. Con este número quiero mostraros datos para que podáis tener una idea...

**!Comenzamos!**

La puesta en marcha de la Estrategia “Más alimento, menos desperdicio” llevada a cabo por Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, requiere de la participación de amplios segmentos de la sociedad y de los agentes de la cadena alimentaria. Es necesario aunar esfuerzos de todos los actores implicados para continuar trabajando en la mejora de la eficiencia de la cadena alimentaria, que contribuya a corto, medio y largo plazo a la disminución del desperdicio alimentario. Todos los agentes en la cadena de suministro de alimentos, están contribuyendo de forma directa o indirecta a la prevención y reducción de las pérdidas y desperdicio de alimentos. La propia Comisión Europea estima que cada año se desaprovechan más de 1.300 millones de toneladas de alimentos, es decir 1/3 de la producción mundial, de los que 89 millones de toneladas de comida en buen estado se despilfarran cada año en la propia Unión Europea. Las pérdidas y el desperdicio de alimentos se producen en todos los eslabones de la cadena alimentaria, en el campo, en las industrias de transformación, en la fase de distribución, en los comedores escolares y restaurantes y en las casas de los propios consumidores.



Victoria Fernández  
Miembro del Comité  
Científico de ADENyD

## Crema de boniato y manzana (4 personas).

**Ingredientes:** 2 boniatos, 1 manzana Golden, 1 puerro, 800ml de agua, 1 cucharada de jengibre rallado, ½ cucharadita de canela, ½ cucharadita de nuez moscada, 1 granada, 150g. de queso fresco, unas hojas de cilantro, 5 cucharadas de AOVE, 5g. de sal y pimienta.

1º Lava y corta el puerro, pela el jengibre con una cuchara y raya, pela el boniato y trocea, pela la manzana y trocea.

2º Vierte el agua en una olla, añade el boniato, la manzana, el jengibre el cilantro, la canela, la nuez moscada, aceite sal y pimienta. Dejar hervir durante 15 minutos.

3º Tritura todos los ingredientes previa reserva de un poco de caldo de la cocción, por si la crema queda algo espesa. Sirve con el queso fresco y la granada.

**Pescados de temporada** almejas, anguilas, besugo, bonito del norte, buey de mar, caballa, camarón, congrio, coquinas, dorada, lenguado, lubina, melva, mero, palometa, pez de espada, pez de limón, pulpo, rodaballo, salmón, sepia y trucha.

**Frutas y verduras de temporada:** alcachofas, acelgas, apio, berenjena, boniato, calabaza, cebolla, coles de Bruselas, coliflor, endivia, escarola, espinacas, lechuga, lombarda, nabo, pimiento verde y rojo, puerro, remolacha, tomate, zanahoria, aguacate, caqui, chirimoya, kiwi, mandarina, manzana, naranja, pera, piña, plátano, pomelo y uvas.

### Frase del mes

**"No nos preguntemos si debemos tratar la desnutrición o no; sino cómo hacerlo"**

**Arvin Wretlind (1919 – 2002) El padre de la Nutrición Parenteral**