

Nutrición en libros



Cuidado nutricional durante el embarazo: guía visual para la consejería en nutrición

Laura Beatriz López, Luciana Barretto, María José Mackinnon, Mabel Susana Poy, Raúl Aníbal Terraza, Adriana Wiedemann

El embarazo es un momento clave para promover hábitos de vida saludables ya que la mujer gestante se encuentra muy motivada a cuidar su salud por reconocer el impacto que la misma tiene en la salud del bebé. “Cuidado nutricional durante el embarazo: Guía visual para la consejería en nutrición” es una publicación que forma parte del Programa de Intervención Nutricional (PROINUT) durante el embarazo, que fue diseñado y evaluado desde la Escuela de Nutrición de la Universidad de Buenos Aires. El PROINUT está orientado a sistematizar una serie de actividades de intervención que ayudarán al profesional encargado del cuidado nutricional durante el control prenatal, a decidir las medidas de acción en cada momento de atención.

“Cuidado nutricional durante el embarazo: Guía visual para la consejería en nutrición” está destinado para el uso del profesional e incluye un manual de procedimientos y un rotafolio didáctico. En el Manual de Procedimientos se brindan pautas para la implementación del programa y se incluyen los fundamentos que justifican la selección de las acciones sugeridas. El Rotafolio Didáctico comprende treinta y seis imágenes infográficas a color encuadradas en la forma de láminas anilladas. Los contenidos de la publicación se agruparon en seis ejes temáticos: prevención de la anemia, control de la ganancia de peso, pautas de alimentación saludable, prevención de la osteoporosis, prevención de la constipación y molestias digestivas y prevención de las enfermedades transmitidas por alimentos. En el reverso de cada lámina que se destina a la educación se encuentran los objetivos educativos y un texto guía para la transmisión de los mismos por el profesional.

Para entregar a las gestantes se anexan un set de catorce recetas de fácil elaboración que aportan los nutrientes críticos habitualmente

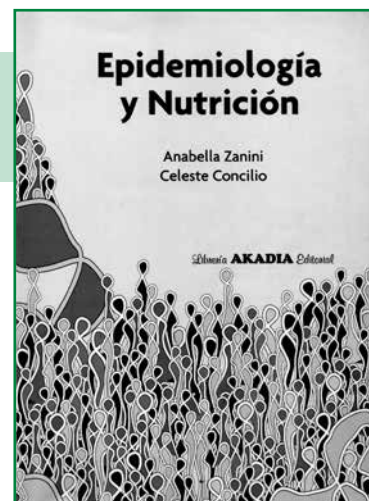
deficientes en la alimentación de las embarazadas. Cada receta en su reverso incluye mensajes educativos sobre los nutrientes que aporta y otros contenidos de educación nutricional incluidos en el programa, que tienen la finalidad de fortalecer lo comunicado por el profesional facilitando el recuerdo. La entrega de las mismas se sugiere al finalizar cada consulta como material complementario a la consejería trabajada en ese encuentro.

“Cuidado nutricional durante el embarazo: Guía visual para la consejería en nutrición” es un material de distribución gratuita y su entrega se realiza en el marco de un espacio de capacitación, reflexión e intercambio de experiencias en torno a la importancia de la atención nutricional durante el embarazo.

Para más información contactarse a: proinut@gmail.com

Epidemiología y nutrición

Lic. Anabella Zanini – Lic. Celeste Concilio



El libro *Epidemiología y Nutrición* surge a partir de nuestra experiencia docente a la hora de no contar con material bibliográfico específico para nuestra profesión. El objetivo fue, simplemente, promover la comprensión y aplicación práctica de la epidemiología en las carreras de grado de la Licenciatura en Nutrición.

Esta necesidad se crea debido a que la epidemiología es una ciencia que estudia los eventos de salud y enfermedad en la población, y es abordada muchas veces desde una visión netamente médica y estadista. De esta manera, los estudiantes de las Carreras de Nutrición, encuentra a la asignatura, lejana y escasamente amena. Por otro lado, dificulta el abordaje pedagógico de los docentes teniendo que ejemplificar constantemente con experiencias del ámbito de la alimentación y nutrición. Por tanto, la propuesta que se plantea en este libro, expresa la articulación de las nociones básicas de la epidemiología con la ciencia de la nutrición, haciendo un fuerte anclaje en situaciones prácticas para reforzar e integrar los contenidos teóricos. Es un instrumento que propone fomentar el intercambio áulico entre los alumnos y docentes para facilitar el proceso de aprendizaje. Este material se ha convertido en bibliografía de referencia de las carreras de nutrición de grado de universidades públicas y privadas del ámbito nacional y en posgrados de nutrición y de ciencias afines a la salud de casas de estudios internacionales.

Se abordan temas específicos como la Epidemiología Nutricional, Los Sistemas de Vigilancia Alimentarios y Nutricionales y la Lectura Crítica de investigaciones en nutrición. El libro consta de diez capítulos teóricos con ejercitación y su modo de resolución, siempre con

la mirada en la alimentación y nutrición.

“*Epidemiología y Nutrición*” ha alcanzado su 2da. Edición en donde se ofrece la actualización de contenidos epidemiológicos, una revisión didáctica del abordaje de los mismos, además de una ampliación temática y de la ejercitación propuesta. Si bien este material ha sido pensado para estudiantes de grado de la Carrera de Nutrición, puede ser también utilizado y consultado por otras disciplinas o por Licenciados en Nutrición en ejercicio profesional, ya que pretende ser una herramienta de fácil interpretación para el estudio de la epidemiología básica en salud.

Para más información nos pueden contactar (anabellazanini@yahoo.com.ar; celestconcilio@gmail.com) o bien en la Editorial Akadia.

Nutrición en libros

Cetoanálogos,

una alternativa para enlentecer la progresión del daño renal y retrasar el ingreso a diálisis

María Andrea Aimar

Lic. en Nutrición especializada en el manejo de pacientes con ERC. Nutricionista de FMC Fundación Favaloro, FMC Olivos y del Centro de enfermedades Nefro-urológicas CENU Trenque Lauquen. Nutricionista coordinadora de los pacientes bajo tratamiento con Cetoanálogos (Nutrihome)

E-mail: aimarmariaandrea@gmail.com

Las dietas bajas en proteínas (LPD) son recomendadas en el paciente con Enfermedad Renal Crónica (ERC) con el objeto de disminuir la acumulación de toxinas urémicas, enlentecer la progresión del daño renal y retrasar el ingreso a diálisis, colaborando, a su vez, en el control de complicaciones de origen metabólico y cardiovascular. El uso exitoso de estas dietas depende fundamentalmente de asegurar la cobertura de las necesidades de todos los nutrientes esenciales; entre los cuales consideramos de suma importancia las proteínas de alto valor biológico y las calorías.

Los cetoanálogos son cadenas de carbono que no contienen grupo amino. Son cetoácidos a los cuales se les extrajo el grupo amino mediante un proceso conocido como "transaminación", generando como resultado un aminoácido esencial sin producción de urea, toxinas urémicas ni otro compuesto aminado. Al mismo tiempo son captadores de grupos amino y pueden ser reconstruidos para el aminoácido correspondiente en el cuerpo. Las principales ventajas de los cetoanálogos son: **no contienen nitrógeno y no generan productos nitrogenados** que deban ser excretados por vía renal. Este ahorro de nitrógeno se asocia con una inhibición directa de la formación de urea y en consecuencia, con una disminución del trabajo renal.

Sabemos que la ingesta no controlada de nutrientes puede ocasionar consecuencias perjudiciales como: hiperpotasemia, hiperfosfatemia, resistencia a la insulina, hiperfiltración glomerular, síntomas urémicos y desgaste proteico energético (PEW), entre otras. No hay dudas que el PEW es un potente predictor de resultados adversos en la ERC, el cual, a menudo puede aliviarse con una ingesta proteica y calórica adecuada.

La dieta baja en proteínas (LPD, 0.6 gr de proteínas), suplementada con aminoácidos esenciales y análogos de aminoácidos esenciales permite reducir, aún más, las proteínas de la dieta, brindando una mayor variedad y palatabilidad en la selección de alimentos influyendo positivamente en el logro de los objetivos, con los siguientes beneficios adicionales:

- Reducir la sintomatología urémica, retardando el ingreso a diálisis.
- Retardar la progresión de la enfermedad renal.
- Mejor control de la presión arterial.
- Reducir la proteinuria/mantenimiento de la FRR.
- Aportar AAE libres de nitrógeno.
- Reutilizar los catabolitos nitrogenados.
- Mejorar la sensibilidad a la insulina.
- Mejorar el perfil lipídico, oxidativo y el estado inflamatorio.
- Mejorar el metabolismo del calcio y el fósforo.
- Corregir la acidosis.
- Prevenir la desnutrición.

Las diferentes intervenciones nutricionales, implementadas en el paciente con enfermedad renal, destinadas a preservar un adecuado estado nutricional, previniendo la deficiencia de aminoácidos esenciales, y permitiendo alcanzar la cobertura de los requerimientos calóricos, puede ser un reto, tanto para el paciente como para el equipo de salud. Debemos brindar como profesionales, todas las herramientas disponibles y el acompañamiento necesario para afrontar el desafío. De nuestro accionar, también depende la calidad de vida del paciente ■

- Aparicio M, Bellizzi V, Chauveau P y et al. Do Ketoanalogues Still Have a Role in Delaying Diálisis Initiation in CKD Predialysis Patients? *Seminars in Diálisis*; 2013. 26: 714-719.
- Aparicio M, Bellizzi V, Chauveau P y et al. Protein-Restricted Diets Plus Keto/Amino Acids - A Valid Therapeutic Approach for Chronic Kidney Disease Patients. *Supplement to Journal of Renal Nutrition* 2012. Vol 22, No 2, supplement 1.
- Kovesdy CP, Kopple JD, Kalantar-Zadeh K. Management of protein-energy wasting in non-dialysis-dependent chronic kidney disease: reconciling low protein intake with nutritional therapy1-4. *Am J Clin Nutr* 2013. doi: 10.3945/ajcn.112.036418.
- Fouque D, Aparicio M. Eleven reasons to control the protein intake of patients with chronic kidney disease. *Nature Clin Pract Nephrol*; 2007. 3:383-392.



MÓDULO PARA EL TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

PARA RETARDAR EL
INGRESO A DIÁLISIS

**MÁS TIEMPO
PARA SU PACIENTE**