

Evaluación de un sistema de asesoramiento nutricional culinario a profesionales de la salud

Geles Duch, Ana Faura, Cristina Duch

Introducción:

Es indiscutible el papel de la dieta mediterránea en la prevención y tratamiento de la enfermedad cardiovascular. GAN es un equipo multidisciplinario compuesto por médicos, dietistas y profesores de cocina cuyo principal objetivo es el asesoramiento nutricional al paciente para que aprenda a comer y cocinar sano. Dicha labor educativa se realiza tanto directamente como a través del facultativo.

Objetivo:

Evaluar la utilidad de un curso de asesoramiento nutricional como herramienta para mejorar la cumplimentación dietética de sus pacientes.

Método:

Durante los años 2002 y 2003 se impartieron 20 cursos dirigidos a médicos de Atención Primaria de toda España. Estos trataban sobre cómo asesorar nutricionalmente al paciente afecto de enfermedad cardiovascular. Los cursos tenían una duración de tres horas y constaban de:

1. Introducción teórica sobre el papel de la dieta en la prevención y tratamiento de los principales factores de riesgo de enfermedad cardiovascular (hipertensión, dislipemia, diabetes y obesidad)
2. Realización por parte de la profesora de cocina de tres platos de cocina atractivos y fáciles de realizar adjuntando en cada receta un comentario sobre los nutrientes utilizados, la forma más adecuada de prepararlos y las combinaciones de alimentos más cardiosaludables.
3. Repetición de los tres platos por parte de los médicos asistentes.
4. Evaluación del curso mediante encuestas valorativas.

Conclusión:

El curso impartido ha sido valorado muy satisfactoriamente por los médicos como herramienta para la lucha contra la trasgresión dietética tan común en los pacientes afectados de patologías crónicas de riesgo cardiovascular.