

Enfermera nutricionista

Elaborado por:

Sra. Ma. Eugenia Dondí Mora
Srta. Ma. de los A. Hidalgo U.



La desnutrición calórica - proteica, el bocio, la hipovitaminosis-A y las anemias ferroprivas son enfermedades de la nutrición que el Ministerio de Salud de Costa Rica ha estudiado epidemiológicamente y a las que ha aplicado medidas para su solución. Estas medidas se han traducido en una significativa mejoría en el estado nutricional de los niños costarricenses, sin embargo la lucha continúa con la esperanza de llegar a erradicar en un futuro la desnutrición en nuestro país.

En este campo, Enfermería está en capacidad de contribuir en la adopción de medidas encaminadas a mejorar la disponibilidad y el consumo de alimentos básicos, realizando, a la vez, actividades específicas para prevenir y corregir la mal nutrición especialmente en los grupos de población más vulnerables; así como la organización de la comunidad, para que ésta asuma su responsabilidad en el estudio y solución de sus problemas nutricionales.

El rol de la Enfermera en Nutrición se da en las cuatro áreas funcionales:

1. Cuidado directo

A través de la planificación, ejecución y supervisión de la atención a individuos o grupos en riesgo.

2. Educación

Mediante el fortalecimiento y desarrollo del componente de Nutrición, a través de programas educativos, para formación de personal y actualización de personal en servicio, capacitación de agentes de la comunidad y grupos prioritarios para su autocuidado.

3. Investigación

Colaboración en el fomento y desarrollo de proyecto de investigaciones epidemiológicas, operativas y tecnologías apropiadas, para evaluar el estado nutricional de los individuos y la comunidad.

4. Administración

Participación en la formulación de políticas y planificación intersectorial de programas de alimentación y nutrición que comprendan la identificación de grupos socioeconómicamente vulnerables.

Dentro de estas áreas funcionales, las actividades de Enfermería pueden desarrollarse tomando como base el ciclo de vida de los individuos y los niveles de prevención, según Leavell y Clark, de la siguiente manera:

Prevención Primaria

- 1.— Atender al neonato en el hogar y valorar el ambiente y nivel socio económico del núcleo familiar, en los primeros quince días después del nacimiento.
- 2.— Controlar sistemáticamente el crecimiento y desarrollo del lactante, pre-escolar, escolar y adolescente, incluyendo antropometría básica (peso, talla, circunferencia craneana en los dos primeros años de vida).
- 3.— Aplicar medidas específicas como vacunación y otras, para prevenir riesgos de infección e infectación en los grupos vulnerables.
- 4.— Evaluar periódicamente el peso y la dieta de la embarazada.
- 5.— Valorar la capacidad de amamantamiento, mediante exámenes de mamas.
- 6.— Suministrar de acuerdo a normas establecidas, sulfato ferroso ácido fólico, ácido ascórbico, desde el inicio del embarazo hasta que finalice la lactancia.
- 7.— Educar sobre la importancia de la lactancia materna y su prolongación, por lo menos a los 6 meses.
- 8.— Educar sobre la técnica correcta de la lactancia materna.
- 9.— Educar sobre la importancia del parto hospitalario para el control precoz del recién nacido.
- 10.— Orientar sobre la alimentación artificial en casos de hipogalactia o agalactia.
- 11.— Regular la introducción de los alimentos complementarios en el lactante.
- 12.— Educar al niño y familia sobre la alimentación adecuada a la etapa de crecimiento y desarrollo en que se encuentre.
- 13.— Promover cambios de hábitos alimentarios inadecuados, a hábitos adecuados según su estado fisiológico.
- 14.— Fomentar el consumo de alimentos naturales y la producción local de alimentos.
- 15.— Orientar a los docentes en escuelas y colegios, para que se conviertan en agentes multiplicadores.
- 16.— Educar a familias y comunidad sobre la

importancia de la alimentación complementaria.

17.— Promover clubes de embarazadas, puérperas, adolescentes, ancianos y de grupos con deficiencias nutricionales, orientándolos en materia de nutrición.

18.— Promover la consulta post parto.

19.— Referir a las madres en riesgo, a los programas de alimentación suplementaria.

20.— Orientar a la familia sobre la elaboración de menús, acordes con sus recursos económicos, condiciones físicas y aspectos culturales.

21.— Mantener actualizado al personal en servicio, de acuerdo a los avances en lo que a nutrición se refiere.

22.— Vigilar el cumplimiento de las normas de alojamiento conjunto, así como las normas de alimentación del lactante y pre-escolar.

23.— Atender y supervisar los bancos de leche existentes en el país.

24.— Coordinar actividades con el personal de CEN, CINAI, guarderías infantiles y Centros de Atención de Ancianos.

25.— Participar en la coordinación intra e intersectorial para el desarrollo de programas de alimentación y nutrición y vigilancia epidemiológica.

26.— Participar en el desarrollo de actividades con la comunidad, para erradicar factores condicionantes de los problemas nutricionales.

27.— Evaluar el ambiente familiar y comunitario y las condiciones socioculturales, en relación a la nutrición.

28.— Participar en investigaciones para identificar tecnologías apropiadas para la vigilancia epidemiológica, disponibilidad y consumo de alimentos y las tendencias en materia de nutrición.

Prevención Secundaria

1.— Detectar niños con bajo peso al nacer y niños detectados parcial o totalmente.

2.— Detectar patologías nutricionales como bajo peso, sobre peso, avitaminosis, bocio, anemia, hipercolesterolemia, diabetes mellitus y otras patologías relacionadas.

3.— Referir casos detectados al nivel de atención correspondiente.

4.— Hacer seguimiento a personas con mal nutrición y niños con antecedentes de problemas nutricionales.

5.— Vigilar el cumplimiento de tratamientos específicos.

6.— Seleccionar y referir los beneficiarios del Programa Nacional de Nutrición.

7.— Participar en la vigilancia epidemiológica, mediante la notificación e información oportuna de los casos detectados.

8.— Educar sobre dieta adecuada al problema nutricional y prevención de complicaciones.

9.— Orientar a individuos y familia sobre su

auto-cuidado y utilización de los recursos existentes.

10.— Elaborar, ejecutar, supervisar y evaluar el plan de atención de enfermería, para individuos con deficiencias nutricionales.

11.— Coordinar con diferentes disciplinas intra y extra sectoriales, para la atención integral de individuos y familias con problemas nutricionales.

12.— Participar en investigaciones relacionadas con enfermedades causadas por deficiencias nutricionales específicas.

Prevención terciaria

1.— Vigilancia continua para valorar la evolución clínica de los individuos con deficiencias nutricionales.

2.— Participar en las actividades terapéuticas, mediante tecnología apropiada, para limitar el daño y facilitar la rehabilitación de individuos con mal nutrición.

3.— Coordinar acciones entre enfermería hospitalaria y comunitaria para la atención y seguimiento de los individuos con patologías nutricionales específicas.

4.— Vigilar la utilización y preparación de los alimentos distribuidos a los beneficiarios del Programa Nacional de Nutrición, a fin de lograr la rehabilitación de éstos.

Con lo anterior se ha pretendido establecer parte del perfil ocupacional de la enfermera en materia de nutrición, tomando en cuenta la problemática de nutrición del país, así como las políticas, los programas de nutrición existentes y la intervención de enfermería en ellos.



BIBLIOGRAFIA

Díaz Amador Carlos, Novygrodt Rosa M: *PROGRAMA NACIONAL DE NUTRICION* Ministerio de Salud, 1980, Costa Rica.

Departamento de Nutrición. *Encuesta Nacional de Nutrición: Informe sobre los hallazgos antropométricos, lactancia materna, alimentación suplementaria y uso de servicios* del Ministerio. Ministerio de Salud, 1980, Costa Rica.

Servicio de Nutrición. *Prevención de la desnutrición Infantil*. Hospital Nacional de Niños, 1973, Costa Rica.

Comité Ejecutivo de la OPS/OMS. *Salud para todos en el año 2000*. Plan de acción para la alimentación de los investigaciones regionales. Organización Panamericana de la Salud, 1981, Washington, U.S.A.

