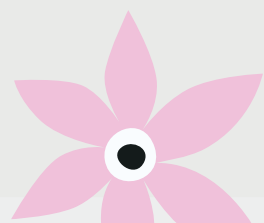
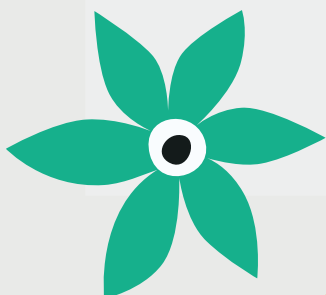


Mayo, 2024

Nuevos abordajes para reflexionar, compartir y hacer en el campo de la Nutrición



COLEGIO DE
NUTRICIONISTAS
PROVINCIA DE BUENOS AIRES



Autoridades

Presidenta

Lic. Salzman, Laura

Vicepresidenta

Lic. Attie, Nadia

Secretaria

Lic. Delgado, Fernanda Victoria

Prosecretaria

Lic. Klappenbach, María Laura

Tesorera

Lic. Schettino, Cintia Paola

Protesorera

Lic. Tapia, Vilma

Vocales Titulares

Lic. Reynoso Peitsch, Denisse Gisela

Lic. Salerno, Mercedes

Lic. Sansalone, María Laura

Vocales Suplentes

Lic. Pelle, Daniela Susana

Lic. Sosa, Rocío Laura

Lic. Rimer, Gabriela Noemí

Compilación y prólogo: Lic. Ludmila Matassa

Índice

Prólogo.....	4
Construyendo soberanía alimentaria en comunidad. Experiencia de abordaje comunitario desde una perspectiva de política pública del Ministerio de Desarrollo de la PBA	5
<i>Por Alvarenga Facundo, Britos Maira Gisele, Choren Vanesa y Ristagno Tamara.ك</i>	
Cultura gordofóbica y violencias simbólicas: hacia un abordaje humanizado desde una perspectiva de diversidad corporal.....	7
<i>Por Cáceres Aluminé, Marturano Sabrina y Matassa Ludmila.</i>	
Espacio de huerta y sustentabilidad del Hospital de Lobos (HZGAL)	10
<i>Por Capponi Ma. Silvia, Spinosa Micaela, Gomariz Pía y Salas Emiliano.</i>	
Los abordajes nutricionales y su relación con el autocuidado de las personas con diabetes que consultan en el CIC La Bibiana del Municipio de Moreno.....	13
<i>Por Giles Silvia, Pierpauli Verónica y Pisano Laura.</i>	
Motivos y Referentes más consultados en las elecciones dietarias de la población mayor de 18 años de la Pcia. de Bs. As.....	16
<i>Por Alsina Estefanía, Bonavita Antonella, Caffaro Carla, Di Iorio Ornella, Guerrero Marcela y Traverso Regina.</i>	
No estamos locos, sabemos lo que comemos. Recetario saludable de vecinas y vecinos para toda la comunidad de San Martín	20
<i>Por Berón Marcelo E. y Pereyra Mariana.</i>	
Plan de rehabilitación nutricional para pacientes en riesgo de déficit nutricional y vulnerabilidad socioeconómica (PRN).....	24
<i>Por Fernandez Mazza María Noelle, Feijoo Giselle Jaquelina, Neyra Claudia Roxana, Rodriguez Claudia Paola, Anderzon Nora Patricia y Cogrossi Nora Alicia.ك</i>	
Práctica reflexiva: nuevo paradigma en la formación en salud. Experiencia con estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de UNLaM.....	27
<i>Por Britos Maira, Matassa Ludmila y Sánchez Naiara Aylén.</i>	
Red de Nutrición de Moreno: enriquecernos para enriquecer.....	29
<i>Por Cáceres Aluminé, Coronel Romeli, Del Cioppo María Aurelia, Jauréguito Griselda y López Rosana.</i>	
Universidad y Territorio: Sostener redes en contextos de crisis. Experiencia vincular entre la Lic. en Nutrición de UNLaM y organizaciones sociales.....	31

Por Campos Karen, Choren Vanesa, Estebas Bárbara, Fenez Ludmila y Ristagno Tamara.
Unidades productivas de la economía popular, social y solidaria (EPSS) como campo
de aprendizaje en la formación de estudiantes de la Licenciatura en Nutrición 34

Por García N., Goncalves Patrao V. y Siluk A.

Prólogo

El encuentro con colegas y el intercambio de experiencias es un momento que nos permite hacer un balance de dónde estamos y hacia donde vamos como colectivo profesional. Es en esos momentos donde en el reconocimiento del trabajo del otro u otra, podemos resignificar y revalorizar nuestro propio hacer. Ser Licenciado o Licenciada en Nutrición en los tiempos que corren, donde el acto de comer se encuentra más ligado a un privilegio que a un derecho garantizado, implica pensar la alimentación en comunidad y en la práctica, más allá de la teoría.

Los congresos representan uno de los ámbitos más relevantes que nuclean y promueven el encuentro entre profesionales, quienes eligen participar para exponer e intercambiar sus propias experiencias profesionales. En el Congreso Provincial de Salud que se llevó a cabo el día 2, 3 y 4 de mayo del corriente año en la ciudad de Mar del Plata, se vio reflejado el arduo trabajo que llevan adelante los y las profesionales de la salud en toda la provincia, incluidos los y las nutricionistas en cada uno de los territorios que transitan con la profesión.

Las experiencias aquí recopiladas se desarrollaron a lo largo y a lo ancho de la Provincia de Buenos Aires, y ponen de manifiesto una construcción de trabajo en equipo y contextualizado, cada uno de ellos adaptado y planificado para el territorio donde se lleva a cabo la profesión. Estas experiencias reflejan la diversidad creciente de áreas de trabajo en las que puede insertarse un o una nutricionista y la variedad de abordajes que pueden implementarse en la práctica. Algunas de las temáticas presentadas son: estadísticas pensadas para favorecer y mejorar el hacer profesional en el enfoque de diferentes patologías; la diversidad corporal como eje transversal de la práctica para evitar la discriminación y patologización de los cuerpos; la universidad y su rol social en contextos de crisis; políticas públicas y acciones implementadas para favorecer la soberanía alimentaria; la formación académica de futuros y futuras nutricionistas, entre otros.

La iniciativa del Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Buenos Aires de recopilar los trabajos presentados en el congreso busca facilitar el acceso a las experiencias de otros y otras colegas para poder enriquecer la propia práctica. Promover el trabajo colectivo y los espacios de reflexión sobre el hacer representan el camino a seguir para enaltecer la profesión.

Ludmila Matassa

Licenciada en Nutrición M.P. 5246

Miembro de la Comisión de Capacitación, Docencia e Investigación

Construyendo soberanía alimentaria en comunidad. Experiencia de abordaje comunitario desde una perspectiva de política pública del Ministerio de Desarrollo de la PBA

Por Alvarenga Facundo, Britos Maira Gisele, Choren Vanesa y Ristagno Tamara.

Institución de pertenencia: Ministerio de Desarrollo de la Comunidad, Provincia de Buenos Aires.

Introducción

En el marco del Programa de Alimentación Sana, Segura y Soberana ejecutado por las Direcciones Provinciales de Economía Social y Desarrollo Local del Ministerio de Desarrollo de la Comunidad de PBA, desde el año 2021, un equipo técnico conformado por Lic. en Nutrición capacitó a 1800 referentas de comedores y/o merenderos. La población participante, principalmente mujeres, reciben un certificado que las avala como Promotoras de Soberanía Alimentaria y el Carnet Único de Manipuladores de Alimentos, quienes desempeñan un papel esencial en el sostenimiento de la alimentación comunitaria. En contextos de crisis extienden estrategias de contención para garantizar el derecho a la alimentación.

Objetivos

Capacitar en soberanía alimentaria y manipulación segura de alimentos a referentas de espacios comunitarios distribuidos por la PBA, reconociendo el papel fundamental de las mujeres y desafiando los roles de género impuestos por el sistema patriarcal.

Resultados

La entrega del carnet de manipulación de alimentos a las referentas, contribuye a la revalorización del rol femenino en los territorios y brinda legitimidad a los trabajos de cuidado, como es la asistencia alimentaria, incentivando su proyección laboral dentro del circuito de la economía social. Por su parte, se las impulsa en un nuevo rol, como promotoras en soberanía alimentaria, ampliando su participación en la comunidad y promoviendo prácticas alimentarias saludables, sostenibles y situadas, donde sus trayectorias y saberes comunitarios son reconocidos y valorados.

Se refleja el compromiso del Estado provincial, que vela por la equidad y el desarrollo integral de las mujeres.

Discusión – Conclusiones

Las problemáticas alimentarias, requieren nuevas modalidades de intervención en salud, esta iniciativa de gestión provincial con abordaje comunitario promueve el fortalecimiento vincular entre el Estado y la comunidad organizada de la PBA, en forma participativa con los municipios, organizaciones sociales e instituciones comunitarias.

Contribución del trabajo al sistema de salud

Resulta crucial el desarrollo de políticas públicas integrales e intersectoriales con perspectiva de género, que acompañen y fortalezcan a las feminidades, quienes tienen a su cargo, casi con exclusividad, la tarea de alimentar, contribuyendo a la garantía del derecho a la alimentación y salud.



Cultura gordofóbica y violencias simbólicas: hacia un abordaje humanizado desde una perspectiva de diversidad corporal

Por Cáceres Aluminé, Marturano Sabrina y Matassa Ludmila.

Institución de pertenencia: Secretaría de Salud, Municipalidad de Moreno.

Introducción

Cada sociedad selecciona modelos, ideales y valores estéticos acerca de los cuerpos. Estos tienen un fuerte impacto en la construcción de la imagen corporal y la identidad. Muchas veces, los estereotipos corporales de belleza se reducen a una mínima cantidad de fenotipos que no son los más frecuentes en las poblaciones.

En nuestro país, tener un cuerpo “delgado” se asocia linealmente con el “éxito”, la “salud” y la “felicidad”. En este sentido, desde las instituciones de salud muchas veces se aborda a las corporalidades desde una mirada gordofóbica y patologizante, donde todo cuerpo gordo “está enfermo” y debe “ser corregido”, persiguiendo la idea de que únicamente los cuerpos delgados son aquellos que gozan de buena salud, sin tener en cuenta la integralidad de las personas.

Objetivos

General: Sensibilizar y reflexionar cómo se aborda a las diversas corporalidades y el impacto de las prácticas en la salud mental de las personas, junto a la comunidad de salud y educativa del Municipio de Moreno.

Específicos:

- Reflexionar sobre qué es Diversidad Corporal.
- Reconocer qué son los estereotipos de belleza y cómo se construyen.
- Integrar los conceptos de Diversidad corporal y de Salud Integral para la prevención de trastornos de la conducta alimentaria y ECNT.
- Reconocer el vínculo entre prejuicios, estereotipos y la discriminación.
- Debatir sobre el IMC.

Metodología

Desde la comisión de diversidad corporal del Programa Integral de Nutrición se realizaron encuentros de sensibilización en Unidades Sanitarias y escuelas de Moreno. Se planifica un único encuentro por equipo, de salud o educación, con una duración aproximada de 2 horas. Estos encuentros tienen una parte expositiva donde se teorizan los conceptos, y otra parte más reflexiva donde se comparten experiencias con los participantes.

Las intervenciones comienzan analizando casos clínicos reales, que visibilizan cómo se normatiza y se naturaliza el pesocentrismo en la práctica sin evaluar el contexto social, histórico y de salud del consultante. Luego se comparten datos estadísticos en relación a discriminación por peso, conceptos de estereotipo de belleza, mandatos sociales, gordofobia y pesocentrismo. En las intervenciones realizadas en instituciones educativas se agregó un apartado relacionado con la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria.

Resultados

Se realizaron 12 encuentros totales, a los que asistieron aproximadamente 240 participantes. La mayoría desconocía los conceptos que abarca la diversidad corporal, y al principio hubo resistencia por las creencias y saberes que traían, ya que correspondían a una visión hegemónica y tradicional de la salud y los cuerpos. Sin embargo, los objetivos de los encuentros se cumplieron porque pudieron interpelar sus creencias, sus prácticas, la manera en la que se aborda a las corporalidades en el sistema de salud, y su impacto en la salud mental. Además, se logró cuestionar el IMC como herramienta para el diagnóstico y el abordaje pesocentrista y gordofóbico con la incidencia de TCA.

Discusión - Conclusiones

A pesar de los avances que han sucedido en los últimos años, en el sistema de salud de nuestro país aún predomina el modelo médico hegemónico: verticalista, biologicista, individualista y enfocado en la enfermedad. Por otra parte, en la sociedad sigue vigente la idea de la “delgadez” como un ideal a alcanzar. Entendiendo a la salud y enfermedad como un proceso influenciado por múltiples variables: socioeconómicas, culturales, históricas, entre otras, resulta fundamental poder repensar este tipo de prácticas que terminan excluyendo, discriminando y poniendo en riesgo la salud integral.

La diversidad corporal pensada desde su aplicación de manera transversal en el sistema de salud y educativo previene la patologización de los cuerpos y la estigmatización, previniendo la violencia simbólica a las corporalidades y cuidando la salud mental, física y social de las personas.

Contribución del trabajo al sistema de salud

Los encuentros sirvieron para repensarnos como profesionales de salud, evaluar las herramientas utilizadas y el impacto a los usuarios. También fueron espacios donde se pudieron compartir experiencias personales respecto a las corporalidades, que colaboraron y contribuyeron al análisis del hacer profesional. Consideramos que los verdaderos cambios nacen y se desarrollan desde lo colectivo, del pensarnos con otros.

Consideramos que es esencial que existan políticas públicas destinadas a la capacitación de profesionales para lograr equidad en el abordaje, respetando la diversidad innata de todos los tamaños y formas corporales, y evitando su patologización y exclusión.



Espacio de huerta y sustentabilidad del Hospital de Lobos (HZGAL)

Por Capponi Ma. Silvia, Spinosa Micaela, Gomariz Pía y Salas Emiliano.

Institución de pertenencia: Hospital Zonal Gral. de Agudos de Lobos.

Introducción

La Huerta del Hospital, inicia en el año 2018 con la necesidad del Servicio de Terapia Ocupacional de contar con un espacio terapéutico de formación prelaboral, a partir de la ley 26.657 de Salud mental.

En el año 2020 se suma la Unidad de Nutrición, con el objetivo de fortalecer sistemas sustentables en salud y soberanía alimentaria.

El espacio incorpora un abordaje integrador y multiplicador tanto en la institución, como en la comunidad, siendo sus ejes

SALUD, DIVERSIDAD Y SUSTENTABILIDAD. Estos pilares se tienen en cuenta tanto en el manejo de la huerta como en la participación e integración de diferentes sectores, ya que promueve la fertilidad del lugar, el control de desequilibrios (plagas y enfermedades prevalentes) y el mejor desarrollo de las especies, fortaleciendo el ecosistema, sus vínculos, terapias, gestión de recursos, experiencias y aprendizajes.

Objetivos

- Brindar un espacio preventivo-terapéutico en terapia ocupacional (T.O) y Nutrición con conciencia ecológica.
- Promover autoproducción segura de alimentos, educación y soberanía alimentaria.
- Ofrecer un espacio de capacitación con intercambio de saberes y trabajo en red.

Metodología

INTEGRACION EN

- SALUD:
 - saberes y prácticas académicas interdisciplinarias (T.O., Nutrición, psicología psiquiatría, clínica, otras INTA Instituciones educativas)
 - populares (experiencia de vecinos)
 - holísticos (calendario biodinámico, medicinas ancestrales)

Concepto de ecosistemas y microbiota: promoción de parto natural, lactancia materna, agroecología, comida casera, guías alimentarias y mercado local.

La Naturaleza como ámbito terapéutico en Instituciones de Salud.

- **DIVERSIDAD:** de especies en la huerta y comunidad de Lobos (población sana de todas las edades, grupos terapéuticos (diabéticos, HTA, celíacos, etc) discapacidad e instituciones educativas en todos sus niveles.

Gestión de recursos: Ministerial, intercambio institucional e intersectorial, donaciones, venta de productos (cooperadora).

- **SUSTENTABILIDAD:** Agroecología y recomposición del ecosistema: Reciclado y compostaje con cocina del Hospital, rotaciones, asociaciones, flores, aromáticas, puesta en valor de plantas nativas, optimización del agua y riego, guarda de semillas. Conexión con los ciclos: siembra, intercambio y entrega de semillas por temporada, calendario biodinámico.

Resultados:

- La huerta cuenta con un cerco perimetral 30x40m, herramientas y estructura adecuada (Motocultivador riego composteras invernadero 7x4 m y cartelería con info educativa) con asesoramiento en huerta y educación alimentaria permanente. Proyecto: nuevo lugar para taller protegido y guarda de semillas.

- Atención semanal de pacientes en T.O. en dispositivo prelaboral. Adquisición de hábitos y entrenamiento en AVD, rutinas, lazos sociales, compromiso, manejo del dinero, otras.

- Ampliación menú hospitalario con hortalizas estacionales (para pacientes y personal)

- Preservación del ecosistema, puesta en valor, reconocimiento e incorporación de plantas nativas. Articulación con programas Prohuerta, Cultivar Salud, Hospitales sustentables y plan Nativas bonaerenses.

- Entrega e intercambio de semillas con más de 400 familias por temporada. Principal referente del distrito.

- Realización semanal de talleres y capacitaciones con comunidad en gral., escuelas (Inicial, primaria, secundaria) Escuela especial 501 e institutos docentes (Carrera de Educación física y Carrera de Gastronomía) Temas: - Educación alimentaria, realización de almácigos y cocina - Siembras y cultivos de temporada – Cuidados posturales y uso de herramientas - Construcción de invernáculos - Plantas aromáticas - Cuidado y poda de frutales – Plantas nativas.

- Lugar modelo de practica permanente de Escuela Agropecuaria, centro de formación laboral y carreras Universitarias, Nutrición UCES UNLP.

Discusión – Conclusiones:

El valor de la Naturaleza como maestra, los cambios en el medio ambiente, su relación con la producción alimentaria, microbiota y enfermedades prevalentes, nos pone ante el desafío de contar con nuevos espacios en salud, que permitan desarrollar estrategias preventivas y terapéuticas, interdisciplinarias e intersectoriales, las cuales deben incorporarse de manera formal a las estructuras hospitalarias y sistema sanitario, para que puedan sostenerse a corto mediano y largo plazo.

Por otro lado, la integración de necesidades, prácticas y recursos de las diferentes poblaciones y sectores optimizo la estructura y el funcionamiento del lugar, generando el desafío de ser un modelo y referente en nuestra comunidad, que día a día debe seguir afianzándose.

Los abordajes nutricionales y su relación con el autocuidado de las personas con diabetes que consultan en el CIC La Bibiana del Municipio de Moreno

Por Giles Silvia, Pierpauli Verónica y Pisano Laura.

Institución de pertenencia: Programa Integral de Nutrición, Secretaría de Salud, Municipio de Moreno.

Introducción

Se socializa la estrategia de implementación de dos tipos de Abordajes Nutricionales, el grupal y el individual, como parte del tratamiento de personas con diabetes.

Se plantea la posibilidad de que estos espacios puedan influir positivamente en la variación de diferentes parámetros relacionados con la salud y la prevención del desarrollo de complicaciones vinculadas con la enfermedad.

Objetivos

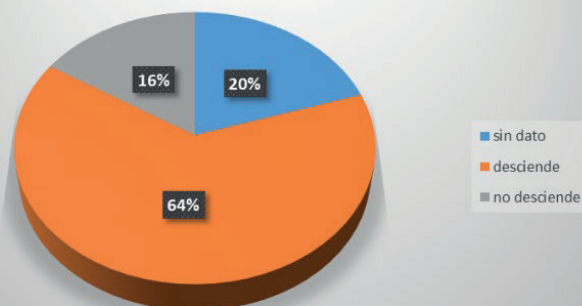
- Analizar posibles cambios en el cuidado de la salud de personas con diabetes que asistieron y participaron de los abordajes nutricionales, tanto el grupal y el individual, del CIC La Bibiana del Municipio de Moreno durante el año 2023.
- Comparar los valores de glucemia, Hb1AC, peso y algunas conductas de los participantes antes y después de transitar por los abordajes nutricionales.

Metodología

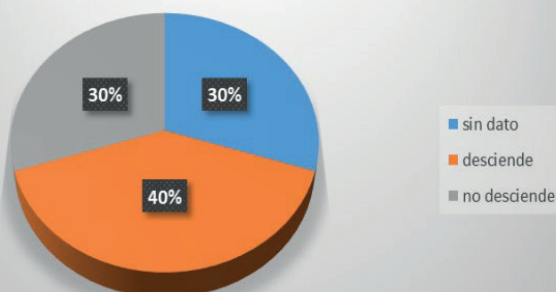
Se toma una muestra de cincuenta historias clínicas de personas con diabetes derivadas por el área de diabetología del CIC La Bibiana que concurrieron a los dos talleres de nutrición y luego asistieron, por lo menos, a una consulta nutricional. Se tomaron como variables de análisis el peso, Glucemia, Hb1AC y cambios de conductas, (planificación de las comidas, la preparación y distribución de los alimentos, la incorporación de vegetales y cereales integrales, la disminución del consumo de bebidas azucaradas y panificados, entre otros) observados previa y posteriormente a los talleres y las consultas.

Resultados

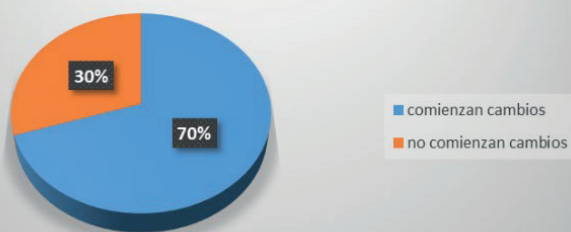
Distribución de las personas con diabetes según variación de la glucemia



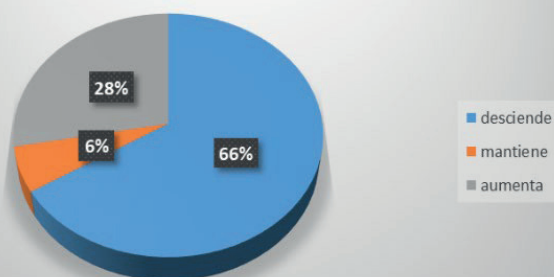
Distribución de las personas con diabetes según variación de HB1AC



Distribución de las personas con diabetes según adherencia al tratamiento



Distribución de las personas con diabetes según la variación del peso



Discusión – Conclusiones

Los talleres y las consultas nutricionales resultaron ser espacios que favorecen la motivación y la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades y cambios de conductas para el automanejo de la enfermedad y promueven la modificación de algunos indicadores de salud. Se observó una disminución en las glucemias, hemoglobina glicosilada y peso en la mayoría de los participantes como así también una mayor adhesión al tratamiento, medido a través de los cambios observados en las consultas posteriores.

Contribución del trabajo al sistema de salud

Considerar los abordajes nutricionales como espacios que promueven la adquisición de herramientas en el cuidado de la salud y de estilos de vida más saludables, resultan ser una estrategia significativa de salud pública para tratar las Enfermedades Crónicas No Transmisibles y disminuir sus complicaciones.



Motivos y Referentes más consultados en las elecciones dietarias de la población mayor de 18 años de la Pcia. de Bs. As.

Por Alsina Estefanía, Bonavita Antonella, Caffaro Carla, Di Iorio Ornella, Guerrero Marcela y Traverso Regina.

Institución de pertenencia: Colegio de Nutricionistas de la Provincia de Buenos Aires.

Introducción

La obesidad es un problema de salud metabólico, prevenible, heterogéneo, estigmatizado y crónico, de origen multifactorial que puede condicionar la salud de la persona. El exceso de información divulgada sin evidencia científica sobre dietas para descenso de peso representa una barrera para realizar un plan de alimentación con un profesional idóneo para su abordaje. Las personas modifican sus hábitos alimenticios, con el riesgo de adoptar prácticas peligrosas para la salud. Se realizó una encuesta semiestructurada autoadministrada a través de la plataforma Google Forms para indagar acerca de esto.

Objetivos

- Identificar en la población mayor de 18 años de la Provincia de Buenos Aires la presencia de conductas dietantes y referentes elegidos para su implementación en los últimos 5 años.
- Determinar y comparar entre las distintas dietas elegidas y el período de tiempo durante el cual son sostenidas.
- Distinguir en la población encuestada el conocimiento de profesionalismo de quienes son asesorados.
- Describir la relación entre autopercepción y mirada del entorno.
- Determinar los motivos elegidos para hacer dietas.

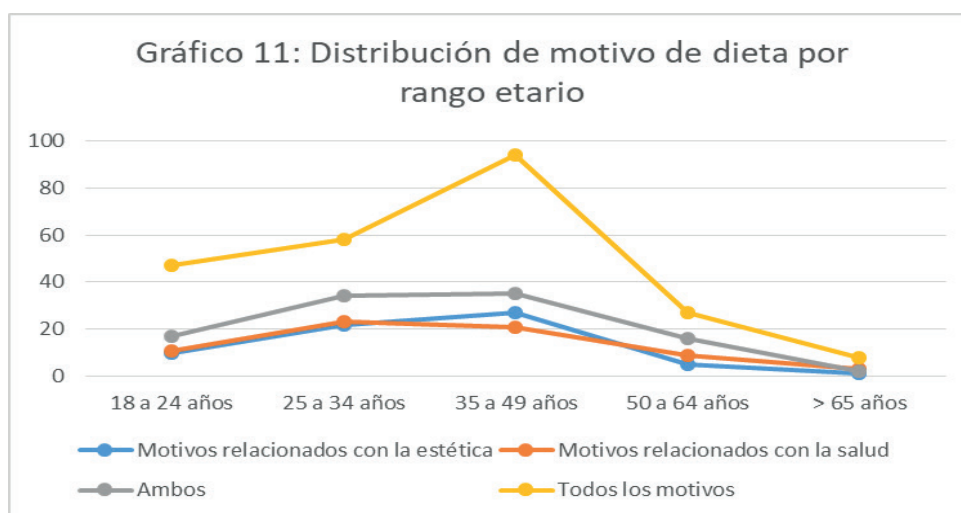
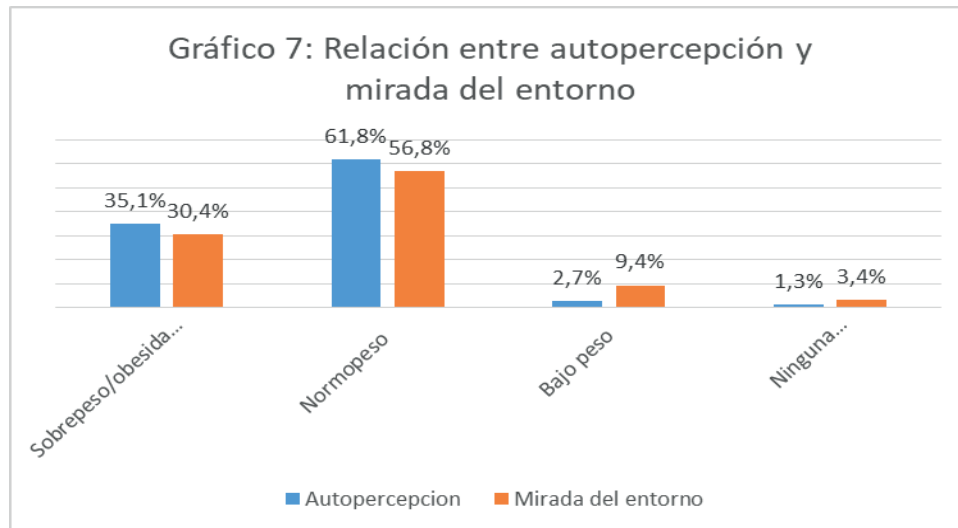
Metodología

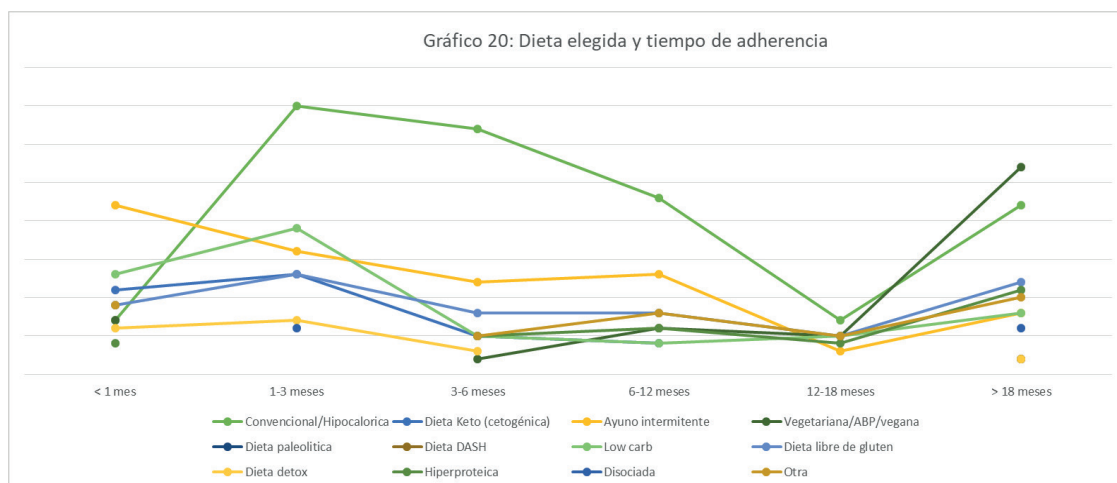
Estudio descriptivo, transversal (09/2023 a 09/2024) con muestreo no probabilístico de conveniencia.

Se realizó una encuesta semiestructurada autoadministrada a través de la plataforma Google Forms. Las preguntas fueron de elección múltiple de tipo abanico de respuestas con un ítem abierto.

Se distribuyó en redes sociales, y lugares tránsito comunes en la Provincia de Buenos Aires.

Resultados





Discusión – Conclusiones

Las mujeres muestran una mayor insatisfacción con sus cuerpos. Existe una discrepancia entre cómo perciben su peso y su apariencia corporal en comparación con la percepción de los demás. A pesar de que los nutricionistas son los referentes más buscados para el cambio de hábitos, resulta llamativo que les sigan en consultas los entrenadores/profesores de educación física.

La población mayor de 35 años realiza dieta por motivos de estética, mientras que los menores de 35 años la realizan por salud. Un tercio de los encuestados siguen consejos de personas sin formación en nutrición o cuyo estatus profesional desconocen.

La dieta más popular es la convencional/hipocalórica y es la que se mantiene con mayor constancia a lo largo del tiempo.

Contribución del trabajo al sistema de salud

La realidad nos propone un gran desafío en el acompañamiento de las y los consultantes. Se propone realizar campañas de concientización, así como fomentar el uso responsable de las redes en línea con Ley 27642 y evitando la infoxicación.

Es prioritario promover la presencia de nutricionistas en gimnasios y espacios de esparcimiento, para el ejercicio legal de la profesión.

Se recomienda replicar sondeos similares en otras provincias para mejorar la disponibilidad, equidad y barreras de acceso a profesionales matriculados y/o ampliar la oferta.



No estamos locos, sabemos lo que comemos. Recetario saludable de vecinas y vecinos para toda la comunidad de San Martín

Por Berón Marcelo E. y Pereyra Mariana.

Institución de pertenencia: Programa Hábitos Saludables, Secretaría de Salud, Municipio de General San Martín.

Introducción

El presente trabajo es un relato de experiencia que da cuenta del proyecto llevado a cabo en el Partido de General San Martín, provincia de Buenos Aires, por el Programa Hábitos Saludables junto a los y las vecinas que participan de las actividades de dicho programa durante el año 2023.

Es habitual que en los talleres y charlas con Licenciadas en Nutrición la demanda de recetas o preparaciones saludables sea uno de los principales pedidos de la comunidad. Sin embargo, la implementación de dichas recetas es prácticamente nula, o bien, no suele haber devolución de las mismas.

A raíz de dicha observación, se propuso a la comunidad crear un recetario saludable con las recetas que ellos mismos quieran compartir, bajo el requisito de que estas cuenten con 3 características principales: Sean sencillas de hacer, contengan alimentos accesibles (física y económicamente) y que sean saludables. De este modo desarrollamos nuestro libro “**100 recetas saludables de vecinas y vecinos para toda la comunidad de San Martín**”.

Este relato intenta dar a conocer las diferentes etapas del proyecto, desde su gestación hasta los resultados obtenidos al día de hoy, considerando que estos últimos superaron las expectativas del proyecto por no haber previsto el alcance del mismo.

Objetivos

General:

Desarrollar una herramienta con la comunidad que promueva una alimentación saludable y que lejos de transformarse en una problemática en la vida y la salud de la población, sea un incentivo comunitario, promotor de encuentro y satisfacción personal.

Específicos:

- Poner a disposición de la comunidad ideas de preparaciones saludables y accesibles.

- Incentivar a la comunidad a mejorar su alimentación desde las preparaciones y no desde las indicaciones.
- Crear lazos entre vecinos a través del intercambio de recetas.
- Poner en conocimiento las actividades que brinda el Programa de Hábitos Saludables a la comunidad.
- Incorporar consejos saludables para completar el recetario saludable.

Metodología

En Enero 2023 el Programa Hábitos Saludables (PHS) planteó como objetivo crear un recetario saludable con recetas aportadas por los mismos vecinos y vecinas que realizaban constantemente este pedido a la nutricionista del programa. Quienes estaban interesados en participar y enviar la receta, debían contemplar solo tres características fundamentales: que sean fáciles de hacer, con ingredientes accesibles y que tengan frutas o verduras.

Iniciamos la recolección de recetas vía mail desde Enero. Sin embargo, fue necesario implementar la incorporación de Whatsapp ya sea en grupos o individualmente, como también de forma escrita. En Marzo llegamos a 100 recetas saludables, ya supervisadas por la licenciada en nutrición del programa pero teniendo que suspender una de las etapas planificadas que implicaba el probar cada una de las recetas por cada vecino, por su puesto, por la cantidad impensada de recetas recolectadas.

Partiendo de la articulación característica del PHS entre la Secretaría de Salud y la Secretaría para la Integración Educativa, Cultural y Deportiva del Municipio, logramos cumplir con el objetivo planteado, presentando nuestro libro **“100 recetas saludables de vecinas y vecinos para toda la comunidad de San Martín”**, el 12 de Mayo en la Plaza San Martín. El evento convocó a 200 vecinos, algunos autores de recetas y otro no, autoridades de ambas secretarías e intendencia. La emoción de los vecinos al ver sus nombres y sus recetas en un libro impreso llenó de alegría el encuentro.

Resultados

Los objetivos se alcanzaron satisfactoriamente, desarrollamos el recetario saludable con los vecinos, pudiendo implementarlo a nivel local para promocionar la alimentación saludable.

Lejos de transformarse en una problemática, el recetario se ha transformado en una herramienta práctica de promoción de la alimentación saludable. Los principales promotores del recetario son los mismos vecinos quienes lo comparten de forma virtual constantemente y envían fotos de preparaciones del recetario con sus comentarios.

En cuanto a los lazos comunitarios, jerarquizamos el entramado social generado ya que

participaron vecinos de todos los barrios de General San Martín y llegaron a organizarse y a conocerse para que este proyecto sea posible y también para continuar con su difusión. Esto deja en evidencia que la unión y organización de la comunidad son indispensables para alcanzar el crecimiento y bienestar individual y colectivo.

Se pudo poner en conocimiento las actividades del programa porque cada receta está acompañada del nombre del vecino y a qué espacio del programa participa. Además, se le sumó a cada receta consejos nutricionales e informativos.



¡Podes descargar el recetario!

El proyecto superó las expectativas cuando fuimos convocados para presentarlo en la Feria del Libro de San Martín. Aquel día, nos dimos cuenta todos juntos, con el auditorio desbordado, que lo habíamos logrado. Allí quedó evidenciado la fortaleza que tiene el trabajo y quehacer colectivo.

Discusión – Conclusiones

En primera instancia, consideramos que la estrategia para lograr la participación social fue detectar correctamente esa necesidad que la población estaba manifestando inconscientemente. Si bien no hubo un pedido específico de hacer un recetario, consideramos que fueron ellos los que gestaron la idea con su accionar. Por esto destacamos la importancia de estar presente en el territorio con la población de forma activa, participando y generando actividades de diferente índole con y para ellos.

La construcción del conocimiento junto a la comunidad es indispensable y sobre todo por tratarse de una temática en el área de la salud. En este sentido, el proyecto ponderó el conocimiento y los saberes de la comunidad, posicionándolos en el lugar más alto del proyecto. Creemos que esto es lo que generó la seguridad en la población, no solo para compartir sus conocimientos, sino también para motivar a más vecinos, familiares o amigos a que se sumen.

Este proyecto posicionó a todos en una línea que no hacía diferencias entre clases sociales, barrios ni niveles educativos, una línea que generó expectativas a nivel individual, pero que también evidenció que era necesario hacerlo juntos porque de otra manera no se lograría.

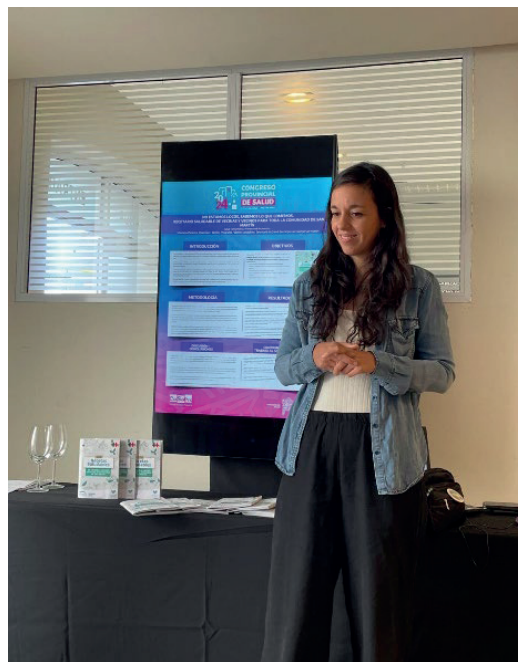
Consideramos que la articulación entre secretarías fue clave en todo el proceso. Cada una aportó sus esfuerzos, experiencias y conocimientos con el objetivo común de darle una respuesta a una necesidad que la comunidad estaba expresando. Sin la articulación mencionada no hubiese sido posible alcanzar este logro.

Contribución del trabajo al sistema de salud

En base a la experiencia compartida consideramos imprescindible trabajar con los equipos de salud para darles lugar a los conocimientos que posee la sociedad, posicionándonos en el papel de orientadores y guías. Muchas veces el papel de informador y portador de conocimiento es lo actúa como barrera de acceso a la salud.

También consideramos importante repensar la forma en la que se transitan los territorios. Justamente consideramos que es importante dejar de caminarlos para empezar a habitarlos de forma proactiva para poder vivenciar las necesidades de la población de forma directa.

Creemos necesaria la planificación estratégica para iniciar y realizar proyectos, sin embargo, consideramos también que es necesario permitirse modificarla en el transcurso en base a las necesidades que expresa la comunidad.



Plan de rehabilitación nutricional para pacientes en riesgo de déficit nutricional y vulnerabilidad socioeconómica (PRN)

Por Fernandez Mazza María Noelle, Feijoo Giselle Jaquelina, Neyra Claudia Roxana, Rodriguez Claudia Paola, Anderzon Nora Patricia y Cogrossi Nora Alicia.

Institución de pertenencia: Dirección de Atención Primaria de la Salud - Secretaría de Salud - Municipalidad de Brandsen.

Introducción

En virtud de tomar conocimiento, a partir del trabajo cotidiano y de las demandas que llegan a los CAPS en relación a situaciones donde se observó déficit alimentario y teniendo en cuenta el atravesamiento de vulnerabilidad socioeconómica de algunos grupos sociales, se hizo necesario pensar en una intervención integral para dar respuesta a esta problemática. Por ello desde APS de la localidad de Brandsen se formó un equipo de trabajo integrado por profesionales del Área de Salud y de la Dirección de Programas Estratégicos y Fortalecimiento Comunitario que depende de la Secretaría de Desarrollo Social local, a fin de llevar adelante el Plan de Rehabilitación Nutricional (PRN). Se toma conocimiento de niños, niñas, adolescentes, embarazadas, puérperas que presentan situaciones de déficit alimentario y se incluye al paciente en el PRN.

Objetivos

- Desarrollar un plan de asistencia alimentaria y realizar el pertinente seguimiento en usuarios del sistema de salud (niños, adolescentes, embarazadas, puérperas y adultos) que se encuentran en situación de riesgo por déficit nutricional a fin de mejorar su calidad de vida.
- Proporcionar un tratamiento eficiente y eficaz en relación a la nutrición de los usuarios con déficit alimentario, incluyendo la asistencia socioeconómica para la satisfacción de las necesidades alimentarias.

Metodología

El primer contacto es con el profesional de la salud que mediante evaluación y diagnóstico detecta el déficit nutricional, luego se deriva al Trabajador Social. Se procede a la incorporación del paciente en el plan y se continúa con el seguimiento del mismo.

El profesional interviniente completa un formulario online con los datos del paciente, realiza una indicación médica y se pone en contacto con el trabajador social (TS) de APS. El TS cita al paciente, entrevista al mismo y completa una encuesta social a la que se agrega la documentación del profesional de la salud y la documentación del paciente. La documentación es entregada en la oficina de DPEyFC y luego la directora del organismo es quien eleva la solicitud al área correspondiente de la Municipalidad para que se destinen los fondos necesarios para la compra de alimentos para ser entregados semanalmente a las familias incluidas en el PRN. Cabe destacar que la nutricionista integrante del equipo es quien elabora para cada grupo de pacientes, dependiendo de la edad, situación particular (embarazo), patologías (Diabetes, cáncer y otras), un plan de alimentación teniendo en cuenta los requerimientos nutricionales según los requerimientos de cada grupo de pacientes. Estos lineamientos nutricionales son trabajados en el área de salud y en el área de Desarrollo Social.

Resultados

El PRN es una estrategia integral de ejecución progresiva para la prevención, el diagnóstico y el tratamiento del déficit alimentario con 4 componentes:

- Abordaje con base en APS;
- Tratamiento y seguimiento de los pacientes luego de ser usuarios del PRN;
- Vínculo y tratamiento en conjunto con la Dirección de Programas Estratégicos y Fortalecimiento Comunitario que depende de la Secretaría de Desarrollo Social
- Prevención de enfermedades.

Con el PRN es posible alcanzar menores niveles de vulnerabilidad social relacionadas con la alimentación de los individuos, disminuir los riesgos por déficit nutricional y prevenir enfermedades. Se produce una atención integral del tratamiento del déficit alimentario, considerándose al PRN como un componente necesario en las intervenciones esenciales de salud pública de la población.

Discusión – Conclusiones

Es vital la participación del área de DPEyFC para coordinar con los programas sociales vigentes y recursos necesarios para un funcionamiento sostenido en el tiempo.

Es fundamental garantizar la capacitación de los equipos de salud, apoyo y contribución de los profesionales médicos para la detección del déficit nutricional. La finalidad es identificar y

dar respuesta a los que lo necesiten y generar un proceso transformador que logre la erradicación del déficit alimentario en la población vulnerable de nuestra comunidad.

El desafío en el mediano plazo es generar espacios y dispositivos socio preventivos a nivel comunitario para la educación, información y sensibilización en relación a la alimentación no

solo para los grupos de mayor vulnerabilidad, sino también para la población en general.



Contribución del trabajo al sistema de salud

En primer lugar, el PRN fue pensado para garantizar el acceso de los ciudadanos al sistema de APS, y contribuir a la asistencia de una necesidad básica como la alimentación. Se toma en cuenta un sistema de salud integral y accesible para todos los sujetos.

Y por otro lado el trabajo articulado y en red con otras áreas municipales contribuyen a una más amplia asistencia a quienes se encuentran en situación de vulnerabilidad socioeconómica.



Práctica reflexiva: nuevo paradigma en la formación en salud. Experiencia con estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de UNLaM

Por Britos Maira, Matassa Ludmila y Sánchez Naiara Aylén.

Institución de pertenencia: Universidad Nacional de La Matanza.

Introducción

Las prácticas reflexivas forman parte de la Práctica Profesional en Territorio del último año de la Carrera de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM), tramo final de la formación de grado. La práctica representa la oportunidad de dar cuenta de los aprendizajes adquiridos en la formación preliminar en clave del hacer profesional.

Las prácticas reflexivas ocupan un rol central y se plantean como una experiencia innovadora, que busca mejorar la formación y el desempeño profesional a partir de la reflexión como estrategia de confrontación con lo que se hace, se dice y se piensa al momento del encuentro y el trabajo con otros en el campo de la salud.

Objetivos

Desarrollar la capacidad crítica y reflexiva de los estudiantes para proponer e implementar acciones adecuadas al contexto sociohistórico de los territorios donde transcurren sus prácticas profesionales.

Metodología

La práctica reflexiva se realiza en duplas de estudiantes regularmente en espacios de práctica, y quincenalmente en la universidad con varias duplas y las tutoras que coordinan el espacio. El equipo docente propicia la reflexión sobre situaciones vividas en el territorio que enojan, interpelan o no son comprendidas, siempre analizadas desde el hacer profesional. Los alumnos estimulados por la pregunta pueden interpretar una nueva perspectiva y considerar cómo abordar situaciones similares a futuro. Este proceso de reflexión sobre la acción se evidencia cuando reconocen errores, cuestionan estereotipos y desarrollan experiencia crítica sobre su rol como futuros profesionales de la salud.

Resultados

El proceso de reflexión puede ser desafiante en un principio para les estudiantes, debido a la falta de práctica y de cuestionamiento, así como la dificultad para resignificar lo expresado por otros compañeros. Éstas, cobran mayor relevancia con el paso del tiempo, y se observa que les estudiantes mejoran la comprensión a partir de otras experiencias, pueden repreguntar y vincular con el rol profesional, pueden separar el sentido común de la experiencia y la teoría.

La práctica reflexiva resulta, al finalizar la cursada, un espacio valorado positivamente por les estudiantes al fomentar el pensamiento crítico.

Discusión – Conclusiones

La práctica reflexiva debería ser considerada un eje transversal y clave de la formación académica en salud. Poder implementarla a lo largo de la formación de todas las profesiones será un desafío y meta por alcanzar si se entiende que el camino de la mejora implica necesariamente un arduo trabajo de introspección sobre los haceres.

Adquirir el hábito de reflexionar y poder repensar los propios haceres permite construir nuevos conocimientos, nos convierte en profesionales más humanizados, capaces de adaptarnos a contextos diversos, tanto sociales, económicos y culturales, como a situaciones adversas.

Contribución del trabajo al sistema de salud

Formar profesionales de salud con capacidad reflexiva, analítica y crítica del hacer profesional es la manera que el equipo docente considera pertinente para poder trabajar en pos de un sistema de salud que se adecúe a los distintos momentos sociohistóricos que atraviesan las poblaciones, de manera que las prácticas tengan el impacto esperado y les profesionales la versatilidad y capacidad adaptativa a los diferentes contextos.



Red de Nutrición de Moreno: enriquecernos para enriquecer

Por Cáceres Aluminé, Coronel Romeli, Del Cioppo María Aurelia, Jauréguito Griselda y López Rosana.

Institución de pertenencia: Municipio de Moreno

Introducción

La Red de Nutrición (RN) surgió de manera espontánea en el año 2012 para generar intercambio de experiencias, contención entre profesionales y organización del trabajo. Actualmente en expansión pero constituida de manera sólida, ganó reconocimiento dentro del Municipio por diferentes áreas y equipos de trabajo. Las decisiones se discuten en conjunto por los integrantes y son de alcance para todos. En el 2021 se reconoce por parte del Municipio el trabajo de la red consolidándose con la formación del Programa Integral de Nutrición y la designación de un jefe a cargo. Se realiza articulación con diferentes áreas, redes y Programas Municipales.

Objetivos

- Generar un acercamiento y trabajo conjunto entre nutricionistas del Municipio y referentes de Programas con componente alimentario destinados a promoción, prevención y atención primaria de la salud con una perspectiva de derecho y soberanía alimentaria.
- Dar a conocer el trabajo en Red y su importancia dentro del primer nivel de atención en salud.

Metodología

Reuniones mensuales de intercambio, formación y actualización, permitiendo una línea de trabajo unificada hacia todo el territorio.

Conformación de 5 comisiones de trabajo temáticas: Pediatría y Adolescencia, Adultos, Obstetricia, Diversidad Corporal y Soberanía Alimentaria.

Resultados

Diseño de herramientas de educación alimentaria para equipos de salud y la comunidad (folletería, posters, infografía de apoyo, material didáctico, banners).

Capacitaciones en diferentes temáticas para equipos de salud, educación y comunidad.

Como resultado de las articulaciones intersectoriales se generaron jornadas para la comunidad con mirada de derechos y soberanía alimentaria.

Se logró la aprobación de dos ordenanzas municipales adhiriendo a la Ley de Promoción de la Alimentación Saludable (Ley No 27642) y a la protección de derechos de personas con enfermedad celiaca.

Discusión – Conclusiones

Trabajar articuladamente mejora los resultados traducidos en acciones más efectivas para asegurar derechos en salud para la comunidad.

Enriquecernos a partir de las diferentes miradas y formaciones, aun cuando nos interpelan ayuda a mejorar nuestras prácticas.

Contribución del trabajo al sistema de salud

El trabajo en red permite espacios de capacitación y actualización permanente logrando mayor motivación para el trabajo transdisciplinario.

Contar con nutricionistas en el primer nivel de atención es un aporte significativo para mejorar la salud de la comunidad.

La diversidad de miradas nos permite sumar distintas propuestas para los usuarios de los servicios de salud pública.



Universidad y Territorio: Sostener redes en contextos de crisis. Experiencia vincular entre la Lic. en Nutrición de UNLaM y organizaciones sociales.

Por Campos Karen, Choren Vanesa, Estebas Bárbara, Fenez Ludmila y Ristagno Tamara.

Institución de pertenencia: Universidad Nacional de La Matanza.

Introducción

En el marco de un proyecto de extensión universitaria, en los años 2022 y 2023, docentes de la Lic. en Nutrición llevaron a cabo un curso sobre buenas prácticas de manufactura y desarrollo de producto destinado a mujeres referentes en organizaciones sociales de las distintas localidades de La Matanza.

Actualmente, el equipo docente se encuentra acompañando el desarrollo y ejecución de la última etapa del proyecto. Ante un contexto político que promueve medidas económicas que afectan el derecho a la alimentación de los sectores populares, la propuesta es acompañar la elaboración de un alimento seguro, a fines de poder comercializarlo en los territorios, poniendo en valor saberes populares.

Objetivos

Fortalecer el vínculo entre organizaciones sociales y la Lic. en Nutrición de la UNLaM, a través de experiencias sobre desarrollo de proyectos productivos de alimentos, a fin de abordar los desafíos y demandas frente a un nuevo escenario social.

Metodología

En el marco de un proyecto de extensión universitaria, en los años 2022 y 2023, docentes de la Lic. en Nutrición llevaron a cabo un curso sobre buenas prácticas de manufactura y desarrollo de producto destinado a mujeres referentes en organizaciones sociales de las distintas localidades de La Matanza.

Actualmente, el equipo docente se encuentra acompañando el desarrollo y ejecución de la última etapa del proyecto. Ante un contexto político que promueve medidas económicas que afectan el derecho a la alimentación de los sectores populares, la propuesta es acompañar la elaboración de un alimento seguro, a fines de poder comercializarlo en los territorios, poniendo en valor saberes populares.

Resultados

Dentro de las demandas que las referentes fueron construyendo en este vínculo con la Universidad, se destaca la necesidad de reconocimiento y fortalecimiento de la tarea que realizan día a día para sostener la alimentación en los territorios, invisibilizada y no remunerada.

Como resultado de una primera etapa de trabajo obtuvieron el carnet único de manipulación de alimentos, promoviendo el reconocimiento al trabajo de alimentar.

El proyecto de emprendimientos alimentarios, aún en desarrollo, propone la utilización del espacio donde se produce para la comunidad, como una oportunidad de inserción genuina orientada al mercado laboral a través de la comercialización de alimentos en redes de la economía social.

Discusión – Conclusiones

Teniendo en cuenta la declaración de la emergencia económica de las universidades públicas, como docentes, atravesadas por esta crítica situación, se presenta el desafío de acompañar a las referentes que sostienen la alimentación, propiciando espacios de trabajo y encuentro para repensar las prácticas de cuidado teniendo como horizonte el paradigma de los derechos humanos.



Contribución del trabajo al sistema de salud

Este trabajo busca revalorizar una construcción territorial preexistente que implica el trabajo articulado entre diferentes instituciones y referentes sociales. Las universidades públicas deben aportar no solo en la formación de fuerza laboral, sino también a través de la extensión universitaria, contribuyendo al fortalecimiento de redes.



Unidades productivas de la economía popular, social y solidaria (EPSS) como campo de aprendizaje en la formación de estudiantes de la Licenciatura en Nutrición

Por García N., Goncalves Patrao V. y Siluk A.

Institución de pertenencia: Universidad Nacional de Tres de Febrero.

Introducción

En el marco de la asignatura Investigación y Desarrollo correspondiente al 4to. Año de la Licenciatura en nutrición de la UNTREF y los proyectos desarrollados bajo programas del MINCyT, los estudiantes se orientan a la búsqueda y construcción de conocimiento en ámbitos de la EPSS.

Este abordaje es fundamental en la formación de futuros profesionales defensores de la soberanía alimentaria.

Objetivos

Promover en estudiantes una actitud reflexiva y propositiva en relación al desarrollo, producción y comercialización de alimentos reales en ámbitos de la EPSS estimulando la comprensión de esa realidad en diálogo con el anclaje teórico.

Metodología

En la etapa inicial los estudiantes realizan caracterizaciones de los diferentes actores a los cuales acompañaran en el proceso de producción y comercialización de alimentos definiéndose así los pasos para desarrollar un verdadero rol facilitador. Se desarrollan entrevistas, encuestas, observaciones y escuchas activas, vistas.

Luego se desarrollan los productos alimentarios, inicialmente en el laboratorio para luego acompañar el proceso de llevar a escala la producción en las unidades productivas en el territorio.

En la tercera etapa se desarrollan las estrategias de comunicación y comercialización de los productos elaborados. Para esto los estudiantes definen los pasos a seguir para un acompañamiento técnico tanto a las unidades productivas como a los nodos de comercialización.

Resultados

Este abordaje fue generando las siguientes acciones:

- Fortalecimiento de vínculos de la Universidad con instituciones y actores claves del territorio.
- Comprensión del territorio como espacio a descubrir y trabajar con otros sujetos sociales e instituciones.
- Cambio de paradigma sobre el trabajo en la producción y comercialización de alimentos: economía social y solidaria – cooperativismo – agroecología.
- Resignificación del rol del nutricionista como facilitador en el proceso de puesta a punto en la producción de alimentos y nuevas formas de promover la “alimentación saludable”
- Apropiación de conocimiento en relación a los alimentos agroecológico, la historia de las personas que lo producen y el manejo en relación a la elaboración de productos manufacturados.
- Desarrollo de otras formas de promoción de la alimentación saludable, nuevas forma “del hacer”.

Contribución del trabajo al sistema de salud

Algunas frases representativas sobre el impacto que este abordaje tuvo en les estudiantes fueron las siguientes:

“Me llevo el orgullo de aportar nuestros conocimientos como estudiantes de la UNTREF en una muy cercana nueva PUPAA, dándole valor a la producción local y fortaleciendo a los pequeños productores”.

“... porque al poder concretar la ejecución de este proyecto me incentiva y me da confianza”.

“También me llevo como aprendizaje, esto de poder habitar espacios distintos a los que la sociedad nos impone como el estereotipo de la “nutricionista en el hospital”.

“La materia en sí, creo que fue una de mis preferidas a lo largo de todo el recorrido en la carrera, resultó ser innovadora, desafiante y nos propició el espacio para ser creativas”.