

DISEÑO PILOTO DE UNA GUÍA NUTRICIONAL PARA PACIENTES CON MÁS DE UN AÑO POSTCIRUGÍA BARIÁTRICA

PROBLEMA

En pacientes con más de un año postcirugía bariátrica disminuye la adherencia al seguimiento nutricional, la suplementación y los hábitos saludables, aumentando el riesgo de deficiencias nutricionales y recuperación de peso y evidenciando la necesidad de fortalecer la educación nutricional a largo plazo.

OBJETIVO GENERAL

Diseñar una guía nutricional basada en las necesidades clínicas, nutricionales y dietéticas de pacientes con más de un año post-cirugía bariátrica para la optimización del autocuidado y seguimiento nutricional a largo plazo.

PROPUESTA

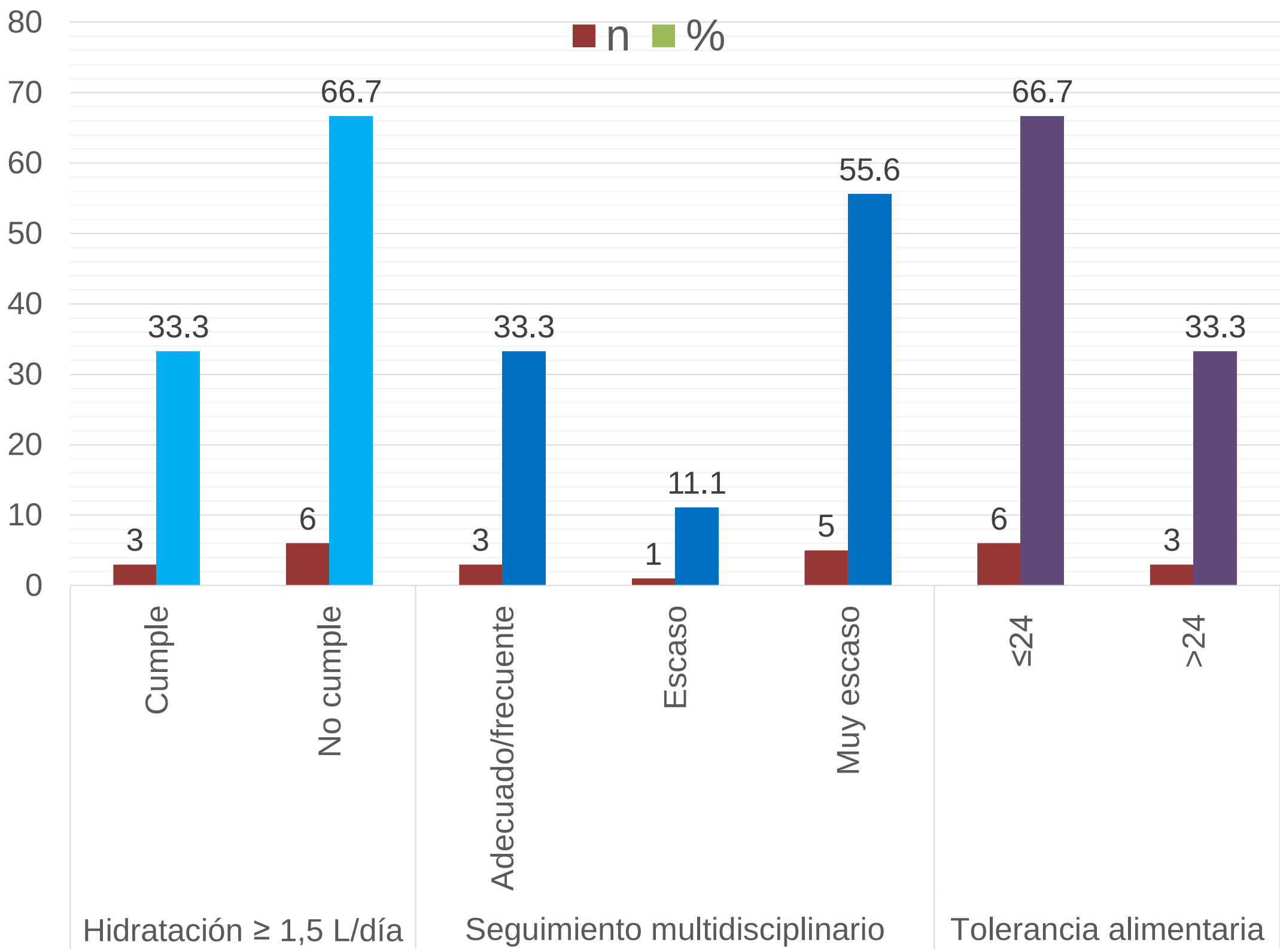
Se diseñó una guía nutricional educativa, en formato digital, dirigida a pacientes con más de un año postcirugía bariátrica.



RESULTADOS

Se identificaron como principales necesidades la baja ingesta proteica, el abandono de la suplementación, la hidratación insuficiente, la poca planificación alimentaria y la pérdida del seguimiento nutricional.

Guía nutricional piloto de 31 páginas, organizada en cinco ejes prioritarios e integrada por estrategias prácticas, adaptación cultural de alimentos y preparaciones ecuatorianas, recursos visuales y espacios de compromiso personal para favorecer el autocuidado y la aplicación de las recomendaciones en la vida cotidiana.



Proteína
El 33,3 % ingirió < 60 g/día

Suplementación
El 44,4 % tuvo una adherencia deficiente



Imagen 1. Guía nutricional piloto
Nota: Elaboración propia de los autores

CONCLUSIONES

- La evaluación permitió identificar necesidades relacionadas con ingesta proteica, hidratación, suplementación, tolerancia alimentaria y seguimiento nutricional.
- Los hallazgos obtenidos permitieron priorizar contenidos acordes con las necesidades identificadas en los pacientes evaluados.
- La integración de los resultados con la evidencia científica actual sustentó el diseño de una guía nutricional piloto contextualizada, orientada al autocuidado y seguimiento a largo plazo.