

---

# La Nutrición vista desde la óptica de un Nutricionista

Nutrition view from the perspective of a nutritionist

Como cualquier otra carrera de salud, la carrera de Nutrición nació y creció al amparo de una carrera madre, la Medicina. No existe, al menos en el área de la salud, carrera alguna que no se haya desprendido del tronco básico que fue la Medicina general. A medida que el médico profundizaba en el conocimiento sobre la forma en que funcionaba el cuerpo humano tanto en la salud como en la enfermedad, fue apareciendo la necesidad de crear más y más subespecialidades que pudieran sistematizar en parcelas interconectadas el vasto universo de información que representa nuestro cuerpo.

“Los hijos y descendientes de Hipócrates” hemos crecido y desarrollado en un mundo de información que cambia vertiginosamente (sobre todo en los últimos 20 años). Hemos tomado una parte de la información y nos hemos encargado de multiplicarla en términos exponenciales. La Anestesiología y Reanimación, Gastroenterología, Endocrinología, Geriátrica, Hematología y Hemoterapia, Infectología, Medicina del Deporte, Medicina del Trabajo, Medicina de Urgencias, Medicina Familiar y Comunitaria, Medicina Intensiva, Medicina Interna, Nefrología, Neumología, Neurología, Oncología Médica, Oncología Radioterápica, Psiquiatría, Rehabilitación, Reumatología, Toxicología, Cirugía Cardiovascular, Cirugía General y del Aparato Digestivo, Cirugía Oral y Maxilofacial, Cirugía Ortopédica y Traumatología, Cirugía Plástica, Estética y Reparadora, Cirugía Torácica, Neurocirugía, Angiología y Cirugía Vascular, Cardiología, Dermatología Médico-Quirúrgica y Venereología, Estomatología, Ginecología y Obstetricia o Tocología, Oftalmología, Otorrinolaringología, Urología, Análisis Clínicos, Anatomía Patológica, Bioquímica Clínica, Farmacología Clínica, Genética Médica, Inmunología, Medicina Nuclear, Microbiología y Parasitología, Neurofisiología Clínica, Radiodiagnóstico o Radiología, Enfermería, Psicología, primero en adultos y luego a nivel pediátrico, son algunos ejemplos de la forma tan frondosa en que este árbol se ha ramificado. La Nutrición, como es obvio, es parte de este proceso natural, pero también es cierto que es una de las más jóvenes en este mundo de adultos.

“Todos somos hijos de todos” es una frase común que se utiliza en el arte para explicarle a un autor joven que no se preocupe si sintiera en algún momento que su trabajo se parece a aquel de un artista importante del pasado. En Ciencias de la Salud, esta frase podría ser más clara de entender, ninguna especialidad apareció por generación espontánea; todas hemos interactuado entre nosotras para darnos origen y consistencia científica. El Cirujano fue primero médico, Psicológico se desprendió del Psiquiatra y este ahora se enriquece de la producción del Psicológico.

Es claro que cada nueva sub-especialidad ha tenido que enfrentar cientos de dificultades hasta llegar a posicionarse como un ente con personalidad propia. Los primeros cirujanos, los primeros pediatras, los primeros endocrinólogos, las primeras enfermeras, las primeras obstetras, los primeros dermatólogos, los estomatólogos, todos sin excepción alguna han tenido que remar muy fuerte para adquirir voz propia en un medio dominado por las especialidades más antiguas y de hecho, durante algún tiempo tuvieron que vivir a la sombra de lo que aquellas especialidades opinaban sobre la nueva especialidad naciente.

La Carrera de Nutrición nació de la misma manera y así ha ido construyendo su camino. Bajo el amparo, a veces sombrío, de las especialidades más antiguas, se ha ido enriqueciendo, desarrollando y adquiriendo personalidad propia, a un punto tal que estamos a puertas de presenciar cómo desde sus interior está empezando a nacer información que está influenciando de manera directa a prácticamente todas las otras sub-especialidades de la Salud, lo cual nos indica que ha empezado a adquirir la autonomía que le proporcionan los años y la investigación científica.

La Nutrición ha crecido lo suficiente como para diferenciarse definitivamente. La visión de la Nutrición de los otros profesionales de la salud, es en la mayoría de los casos minimalista y sesgada en cuanto a información. No importa cuál sea el área, en Clínica, Pública, Administración, Deporte o Investigación, nuestros puntos de vista son sustancialmente más amplios, claro y sustentables que aquellos de los otros profesionales de la salud.

Para el profesional de la salud promedio, por ejemplo, Diagnosticar el Estado de Nutrición de una persona, implica obtener su peso y su talla para luego comparar esos resultados con tablas pre-establecidas. Incluso se han construido puntos de referencia y estándares donde el peso y la talla, son las piezas principales para obtener conclusiones definitivas sobre el estado de Nutrición de una persona aparentemente sana o enferma. Para el Nutricionista/Nutriologo (dependiendo de la denominación del país), la evaluación del Estado de Nutrición implica la evaluación de 9 aspectos diferentes (Signos Clínicos de Excesos o Deficiencias Nutricionales, Interacción entre Fármacos y Nutrientes, Ingesta Alimentaria, Actividad Física, Crecimiento y/o Composición Corporal, Bioquímica Nutricional, Reservas Viscerales, Componente Inmunológico y Componente Catabólico) que en conjunto brindan una información bien sustentada acerca del estado de Nutrición de una persona sin importar su condición fisiológica o fisiopatológica. Para el Nutricionista/Nutriologo (dependiendo de la denominación del país), el peso y la talla son medidas resumen con relativa importancia dentro de la evaluación, sobre todo en los adultos. En los niños pueden ser útiles para valorar si el crecimiento se está produciendo normalmente, sin embargo, incluso con valores normales de peso y de talla, pueden presentarse serias deficiencias nutricionales en el niño.

Para el profesional de la salud promedio, brindar tratamiento nutricional a una persona consiste solo en brindarle alternativas de preparaciones. Para el Nutricionista/Nutriologo (dependiendo de la denominación del país), la recomendación o la prescripción de nutrientes, para personas aparentemente sanas o enfermas, respectivamente, involucra el análisis mesurado de una infinidad de factores que van desde la condición clínica evaluada hasta la tolerancia al momento de la intervención pasando por los gustos y percepciones de las personas. La determinación de la cantidad exacta de nutrientes así como la combinación más apropiada de los mismos es tan importante como la selección del vehículo más adecuado (alimento, fórmula infantiles, fórmula para uso enteral, suplementos de micronutrientes) para tratar la situación presente al momento de la intervención. Un cálculo bien logrado puede convertirse en un fracaso rotundo si no se sabe utilizar con propiedad el vehículo más adecuado. En algunos casos, sobretodo en enfermos estables y en personas aparentemente sanas, la combinación de alimentos suele ser la respuesta más efectiva para dar solución a los problemas identificados. Otras veces, el uso paralelo de fórmulas y alimentos, o fórmulas y suplementos o alimentos y suplementos son alternativas que el Nutricionista/Nutriologo (dependiendo de la denominación del país), determinará al momento de elaborar sus Indicaciones Nutricionales

Para el profesional de la salud promedio, un programa de Asistencia Nutricional termina convirtiéndose en un programa de Asistencia Alimentaria, porque en su percepción minimalista, todo se soluciona con comida. Para el Nutricionista/Nutriologo (dependiendo de la denominación del país), es necesario identificar primero cuáles son las variables Nutricionales que se buscarán mejorar, para decidir si el programa será de corte Nutricional o Alimentario. Es indiscutible que ambos aspectos representan a dos caras de una misma moneda y para muchos son indistinguibles, sin embargo, un Programa de Asistencia Nutricional buscará mejorar variables orgánicas como la talla o algún aspecto de la Bioquímica Nutricional del individuo lo cual en la práctica representa el concurso de una amplia gama de factores cuyo tratamiento involucra estudio, análisis y una estrategia perfectamente diseñada; mientras que un Programa de Asistencia Alimentaria solo busca paliar el hambre.

En realidad los ejemplos son abundantes. La Carrera de Nutrición ha crecido, ha desarrollado y está a punto de tener voz propia, no obstante, el camino que falta por hacer depende de nosotros mismos. Depende de nuestro grado de profesionalización, del nivel de excelencia alcanzado, depende de la forma en que nosotros mismos, nos organicemos, nos estandaricemos y empecemos a comunicar una sola idea hacia el exterior, aquella que la Nutrición previene enfermedades y por supuesto que también salva vidas.



Robinson Cruz Gallo  
Director Renut