

Conclusiones de las Mesas Redondas del II Congreso de Investigación Aplicada a la Nutrición - CIANUT 2009

Estimado lector:

Como parte de los compromisos asumidos en el marco de la organización y desarrollo del CIANUT 2009, hemos remitido a las autoridades correspondientes, las conclusiones alcanzadas en cada una de las mesas de trabajo que se desarrollaron durante el evento.

Del mismo modo, las compartimos con Usted para que las analice y pueda utilizarlas como referencia para su trabajo cotidiano y pueda, además, tener una herramienta adicional que contribuya a su desarrollo profesional y el de la carrera de Nutrición.

Atentamente,

COMITÉ ORGANIZADOR

Viernes 24 de abril de 2009

Acta No 1: Conclusiones de la Mesa No 1 sobre Controversias y verdades de los métodos de valoración nutricional somática

1.- La importancia de valorar las reservas somática de una persona, parte de la aceptación general que es fundamental para cualquier conclusión nutricional conocer la forma en que los componentes corporales están distribuidos.

2.- Los niveles de composición corporal básicos son: nivel atómico referido a la composición elemental; nivel molecular referido a la composición magra, grasa o hídrica de la persona; nivel celular referido a los elementos intracelulares y extracelulares; y el nivel tisular referido a la composición orgánica y de mayor complejidad del cuerpo humano.

3.- Es importante conocer que existen métodos de valoración que, por su alto nivel de precisión, son considerados como estándares de referencia; por ejemplo, la hidrodensitometría es considerada como el método más preciso para valorar la masa grasa. Lamentablemente, la mayor limitante de muchos de estos métodos sea el costo.

4.- La antropometría resulta sin duda, la técnica más utilizada de valoración corporal. Cuenta con una amplia gama de equipos y especificaciones, útiles y de bajo costo.

5.- Resulta imprescindible para el profesional nutricionista conocer y aplicar los diferentes métodos de valoración corporal somática de acuerdo al grupo etáreo correspondiente tanto para la evaluación inicial o la vigilancia del tratamiento. Para ello, la capacitación en el manejo de las técnicas de medición corporal y los equipos respectivos es primordial en la consultoría profesional

Acta No 2: Conclusiones de la Mesa No 2 sobre aspectos clínicos en la deficiencia de Calcio, Hierro y vitamina A.

1.- Para evaluar los niveles de reserva de calcio, en los niños se debería utilizar el contenido mineral óseo, mientras que en los adultos se debería utilizar la densidad mineral ósea.

2.- Existe en el organismo casi un 50% de calcio ionizado. Este es responsable de modular procesos bioquímicos, favorecer la estimulación muscular, estimular la liberación de insulina por las células beta, promover la

síntesis de prostaglandinas, tromboxanos y leucotrienos, entre otros procesos.

3.- La biodisponibilidad férrica, depende esencialmente de la cantidad de hierro absorbido. Esta varía de hierro hemínico (del 15 al 25% del hierro ingerido) a hierro no hemínico (del 2 al 20% del hierro ingerido). Se habla de una alta disponibilidad cuando se absorbe casi 2–2.5 mg de hierro al día.

4.- Es preciso conocer que la vitamina A se encuentra en 3 estados, en retinol que es la forma como se almacena y la más abundante, en retinal y en ácido retinoico, encargada de múltiples funciones bioquímicas en el organismo.

5.- En cuanto a la absorción de estos nutrientes podemos referir: tanto el calcio dietético como el suplementario requieren de un medio ácido, así como de la lactosa para su mejor absorción. En cuanto al hierro, de la forma férrica pasa a la forma ferrosa que es la forma en que se absorbe en el intestino delgado proximal. En la absorción de la vitamina A, ésta es similar al de las grasas. El retinol absorbido es incorporado a los quilomicrones y es liberado a la sangre para ser llevado al hígado y de ahí a los tejidos. El 50% es devuelto al hígado para ser reutilizado.

Acta No 3: Conclusiones de la Mesa No 3 sobre Fisiología, Bioquímica y Nutrición aplicada al deporte

1.- Es importante que la evaluación y recomendaciones nutricionales se hagan de modo individualizado, porque aún entre los deportistas de competencia y en la misma disciplina las recomendaciones varían de uno a otro individuo, puesto que influyen factores como el desenvolvimiento del deportista dentro del formato de juego.

2.- En cuanto al aporte de energía para el desarrollo del ejercicio, se debe considerar tanto la energía utilizada para el momento mismo del ejercicio como para momento de la relajación.

3.- Los sistemas que proveen energía para que el músculo esquelético durante el ejercicio incluyen: el sistema de los fosfágenos (ATP – creatinina), el sistema glucolítico y el sistema

aeróbico u oxidativo.

4.- Los pilares fundamentales del deporte son: Entrenamiento, Descanso, Nutrición y Suplementación. Los tres primeros deben ser considerados por cualquier persona que busque ejercitarse, mientras que el cuarto pilar es fundamental para deportista de competencia. Cada uno de estos pilares, tiene un formato de evaluación. Resulta interesante promover la cultura de la nutrición deportiva como parte importante de la obtención de objetivos competitivos.

5.- El gasto energético durante el ejercicio, se calcula por la fórmula:

$$\text{MET} \times 3.5 \times \text{peso (kg)} / 200 = \text{Kcal} / \text{min}$$

Donde MET leve es de 1 a 3, MET moderado es de 3 a 7 y MET intenso es de 7 a 13.

6.- La prescripción del ejercicio en pacientes con enfermedades crónicas debe ser gradual. Iniciar con sesiones cortas de 5 minutos por 4 días de manera continua o intermitente. Los efectos son múltiples y de mejoría clínica.

Sábado 25 de Abril del 2009

Acta No 4: Retos de la Nutrición Pública en el Perú

1.- La desnutrición crónica NO es el único problema de salud nutricional en el país.

La anemia ferropénica, la deficiencia de vitamina A y el crecimiento de la prevalencia de sobrepeso y obesidad, aparecen como problemas nutricionales que no podemos dejar de atender.

2.- El costo económico de la desnutrición y sus deficiencias asociadas ha sido considerablemente alto, no solo porque impide el desarrollo del país en el corto plazo, sino porque restringe nuestras expectativas de crecimiento en el futuro, puesto que los niños desnutridos de hoy, serán ciudadanos de disminuidos en el futuro.

3.- Las políticas nutricionales bien encaminadas podrían estimular crecimientos mayores en el Producto Bruto Interno, como ha sucedido en otros países. Esta buena senda incluye la mejora en la calidad del Gasto y un enfoque más social que no debe significar

asistencialismo.

4.- Usar el plan de Control de la Deficiencia de Yodo como modelo ante las demás carencias nutricionales existentes en nuestro país. No descuidar los procesos exitosos de este plan y continuar las investigaciones al respecto de este tema.

Domingo 26 de abril del 2009

Acta No 5: Conclusiones de la Mesa No 5 sobre investigación aplicada a la nutrición.

1.- La investigación y la búsqueda de información resultan actividades fundamentales en la innovación profesional. Para ello se presentan los llamados motores de búsqueda. Entre los referidos en la mesa y afines a la ciencias de la salud, tenemos: LILACS, SCIELO, PUBMED.

2.- La necesidad de evaluar datos estadísticos para obtener un análisis preciso que conlleve a la real presentación de los casos investigados es una realidad vigente. Para ello presentamos los siguientes paquetes estadísticos que pueden ayudar a hacer esta tarea más sencilla:

- > EPI INFO con los siguientes sub sistemas: EPI, EPED, ENTER, ANALYSIS, CHECK, STATCALC, CONVERT, IMPORT, VALIDATE.
- > SPSS
- > ANTHRO

3.- Las pruebas estadísticas son importantes para dar sustentos a las conclusiones alcanzadas en nuestras investigaciones. Sin embargo, se debe tener cuidado al seleccionar la prueba más adecuada para el tipo de datos que estamos manejando.

Acta No 6: Conclusiones de la Mesa No 6 sobre reformulación curricular necesaria en pre y post grado como base de la consolidación profesional del nutricionista.

1. La carrera de nutrición se enseña en 11 universidades a nivel nacional, 5 públicas y 6 privadas. Los estudios de pre-grado constituyen el eslabón más pequeño de toda la historia formativa del profesional nutricionista.

2. Con los procesos de certificación, se está buscando que la oferta educativa en pre-grado sea regulada por cada país, mientras que la oferta de posgrado (maestría, doctorado, postdoctorado, especialización, etc) sea regulada internacionalmente como una manera de hacer a cada profesional más competitivo.

3. El nuevo estatuto del colegio de Nutricionistas del Perú, considera en sus artículos 5º, 6º y 7º cuál es el nivel de especialización que tiene el profesional nutricionista.