

CIRUGÍA BARIÁTRICA, UN CAMBIO DE VIDA

Lic. Coqueugniot Mónica¹, Lic. De Rosa Patricia², Mgtr. Fantelli Pateiro Laura³,
Lic. Pagano Carolina⁴, Lic. Pampillón Natalia⁵, Lic. Reynoso Clarisa⁶.

¹Staff de CETOS (Centro de Estudio y Tratamiento de la Obesidad Severa), CABA. Docente del curso web de la Asociación Argentina de Cirugía.

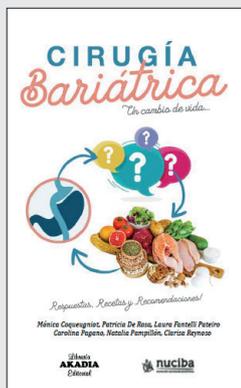
²Coordinadora del área de nutrición de CRQO (Centro de Rehabilitación Quirúrgica de la Obesidad), CABA. Nutricionista de la Clínica de Obesidad del Sanatorio Las Lomas.

³Nutricionista de la Sección de Cirugía Bariátrica a cargo del Dr. F. Eduardo Fiolo del Hospital Privado de la Comunidad, Mar del Plata. Observadora en la Cleveland Clinic, Weston y en el Hospital Clinic Barcelona.

⁴Coordinadora del área de Nutrición del equipo quirúrgico CITOMET, Neuquén. Integrante del staff de FMC.

⁵Diplomada en Nutrición Clínica. Responsable del área de Nutrición del Centro Quirúrgico de la Obesidad, Clínica Quirúrgica de Mendoza. Docente y coordinadora de la especialización en Nutrición Clínico Metabólica de la Fac. de Cs. de la Nutrición Universidad J. A. Maza, Mendoza.

⁶Staff del Servicio de Endocrinología del Hospital Británico. Docente de la Escuela de Nutrición de la UBA y de la Facultad de Ciencias Médicas de la UCA.



Presentamos este libro contando primero su historia. Seis licenciadas en Nutrición con extensa experiencia en cirugía bariátrica, cada una en un centro de cirugía diferente y en distintos lugares de Argentina, formamos un grupo denominado NUCIBA (Nutrición en Cirugía Bariátrica). Trabajamos juntas desde hace más de 10 años escribiendo, investigando y desarrollando herramientas para utilizar en el consultorio.

“Cirugía bariátrica, un cambio de vida” es un libro que se fue gestando a partir del deseo de escribir algo para nuestros pacientes.

Sabíamos que la mayoría de ellos llega al consultorio cargados de miedos e incertidumbres y otros no llegan porque reciben información inadecuada, problema habitual en el área de nutrición.

Nuestro objetivo fue poner en manos de las personas con obesidad, un libro que les permitiera conocer qué es la cirugía bariátrica, cuáles son sus beneficios y riesgos y en quiénes está indicada.

Abarcamos en su desarrollo, desde la obesidad, pasando por las técnicas quirúrgicas y los cambios de hábitos, hasta las preparaciones adecuadas de alimentos. Siempre utilizando un lenguaje orientado a la población general.

El primer capítulo sirvió de introducción definiendo la obesidad y las indicaciones de la cirugía, con una descripción de cada una de las opciones.

El segundo capítulo se dedicó al arduo trabajo del cambio de hábitos. No existe el paciente exitoso si no logra modificar su estilo de vida. Explicamos brevemente las dietas pre y post quirúrgicas. De ninguna manera esta información reemplaza a la consulta nutricional y en todo momento resaltamos su importancia.

Para escribir el tercer capítulo, seleccionamos 40 preguntas entre las más habituales en el consultorio. A cada una de ellas le dimos una respuesta.

La educación nutricional fue el tema del cuarto capítulo. Presentamos 2 herramientas diseñadas hace tiempo por nosotras y probadas ampliamente entre las nutricionistas dedicadas a la especialidad. La primera de ellas es la “Gráfica alimentaria para la población bariátrica argentina” que es una adaptación de la gráfica de las guías alimentarias argentinas (2000) a los requerimientos bariátricos, con detalle y ejemplos de las porciones. Y la segunda es el “Plato para la población bariátrica argentina”, que muestra la distribución, volumen y función de cada grupo de alimentos.

El capítulo cinco es uno de los más pedidos en el consultorio: un recetario con opciones para cada una de las dietas pre y post quirúrgicas. Cada una de estas preparaciones fue calculada para cubrir el requerimiento proteico, fundamental para los pacientes bariátricos. En todas se aclara el aporte calórico, proteico y el volumen de la porción. Son 31 recetas que abarcan dieta líquida completa, dieta de consistencia puré, adecuada gástrica y finalmente, recetas saludables para el resto de la vida.

El sexto y último capítulo se dedicó a técnica dietoterápica, presentando recetas de preparaciones habituales adaptadas al paciente bariátrico, hipocalóricas, de bajo volumen y con adecuado aporte proteico.

Este libro acompaña a la persona con obesidad desde que empieza a pensar en la cirugía y lo ayuda a no apartarse del camino elegido.

