

XX JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN EN NUTRICIÓN Y OBESIDAD

EN SIMULTÁNEO CON

1^{er}

S.I.G. (SPECIAL INTEREST GROUP, DE OBESIDAD)
ENCUENTRO REGIONAL INTERUNIVERSITARIO PRESENCIAL
(UNIVERSIDADES DE ARGENTINA, BRASIL, CHILE, ECUADOR)

PROGRAMA INTEGRAL DE AUTOCUIDADO EN ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES EN LA OBRA SOCIAL DEL PERSONAL DE LA CONSTRUCCIÓN DE CÓRDOBA, Centro Médico de Atención Primaria

Autores: CARDOZO, Gisela (Lic. en Nutrición), RUEDA, María José (Médica de Familia)
y TULA, Melina (Lic. en Psicología)

Lugar del Trabajo: Centro Médico de Atención Primaria (CeMAP) Construir Salud –
Córdoba

Introducción: En el año 2016, en el marco del Eje Sanitario ECNT (Enfermedades Crónicas no Transmisibles) y teniendo como antecedente el Programa de Abordaje Integral de Sobrepeso y Obesidad (2011-2015) y el Programa de Promoción de Hábitos Saludables y Estilos de Vida Activos (2013-2015), el CeMAP Córdoba propuso como abordaje no farmacológico y de seguimiento de dichas patologías, el Programa Integral de Autocuidado en ECNT (Enfermedades Crónicas no Transmisibles).

Objetivo: Promover el empoderamiento de los pacientes con ECNT para la toma de decisiones sobre su condición de salud.

Población: 17 afiliados del CeMAP Córdoba mayores de 18 años con diagnóstico de Hipertensión, Diabetes, Dislipemias u Obesidad.

XX | JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN EN NUTRICIÓN Y OBESIDAD

EN SIMULTÁNEO CON

1^{er}

S.I.G. (SPECIAL INTEREST GROUP, DE OBESIDAD)
ENCUENTRO REGIONAL INTERUNIVERSITARIO PRESENCIAL
(UNIVERSIDADES DE ARGENTINA, BRASIL, CHILE, ECUADOR)

Desarrollo de la experiencia: El Programa tuvo un tiempo de duración de seis meses, y estuvo coordinado por un equipo interdisciplinario formado por médica de familia, kinesiólogo, nutricionista y psicóloga. La modalidad de abordaje contempló entrevistas de admisión psicológica para participar del espacio grupal, el cual consistió en 15 talleres psicoeducativos y psicoterapéuticos quincenales, seguidos de un espacio de actividad física.

Se abordaron diferentes temáticas relacionadas a aspectos médicos, nutricionales y psicológicos de las mencionadas enfermedades, y su terapéutica: controles periódicos de seguimiento de parte del equipo de salud, psicoterapia (de ser necesaria) y construcción/extensión de la red de apoyo a través de encuentros con pares en actividades intra y extra-institucionales.

Se apelaron a distintos recursos metodológicos: material audiovisual, técnicas psicológicas de grupo, actividades lúdicas, entre otros.

También se utilizaron encuestas de evaluación, administradas a los pacientes, para valorar el desarrollo de los talleres.

Resultados: Los participantes del Programa se apropiaron del espacio institucional, siendo protagonistas activos en el tratamiento de su enfermedad. Lograron empoderarse mediante la construcción de un grupo humano que les permitió autovalorarse, crear lazos de apoyo y contención, intercambiar y socializar información e identificarse con sus pares. En este sentido, la adherencia

XX | JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN EN NUTRICIÓN Y OBESIDAD

EN SIMULTÁNEO CON

1^{er}

S.I.G. (SPECIAL INTEREST GROUP, DE OBESIDAD)
ENCUENTRO REGIONAL INTERUNIVERSITARIO PRESENCIAL
(UNIVERSIDADES DE ARGENTINA, BRASIL, CHILE, ECUADOR)

a las instancias de la terapéutica propuesta (talleres; actividad física; consultas de Medicina, Nutrición y Psicología) fue un aspecto clave para la consecución del autogerenciamiento.

Impacto: Resultó alentador el intercambio de mensajes motivacionales (grupo de WhatsApp) y la creación de encuentros extrainstitucionales (caminatas en el parque) promovidos por los pacientes.

Palabras claves: ECNT - empoderamiento - espacio grupal.