

I CONGRESO DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

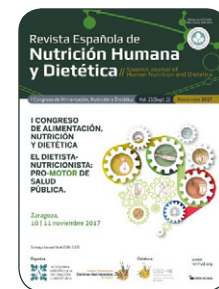
EL DIETISTA-NUTRICIONISTA: PRO-MOTOR DE SALUD PÚBLICA



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



Colegio Profesional de
Dietistas-Nutricionistas
de Aragón



www.renhyd.org

RESÚMENES DE PONENCIAS

10 de noviembre de 2017 | MESA REDONDA

Entorno alimentario como condicionante de la elección de alimentos

Ponencia 1

Psiconutrición: la importancia del trabajo interdisciplinar en el abordaje de la obesidad

Griselda Herrero Martín^{1,2*}



¹Norte Salud Nutrición, Sevilla, España. ²Universidad Pablo de Olavide, Profesora Asociada, Sevilla, España.

*info@nortesalud.es

La obesidad es uno de los principales problemas de salud pública actuales en los países desarrollados¹, habiendo en España cerca del 50% de la población por encima de su peso². Teniendo en cuenta que cada año se gradúan numerosos profesionales dedicados al tratamiento de personas con problemas de la conducta alimentaria, y que recientes investigaciones apuntan a que cerca del 90% de las personas que han pasado por un proceso de pérdida de peso, recuperan el peso perdido en un período de 5 años^{3,4}, es evidente que el tratamiento dietético exclusivo no es suficiente para disminuir estas cifras y conseguir objetivos a largo plazo, según indica la Academia de Nutrición y Dietética⁵. Es por ello que en los últimos años se han empezado a utilizar estrategias que mejoren la adherencia y consigan resultados más duraderos⁶, como ocuparse del ejercicio físico o el comer emocional⁷. La Psiconutrición es una forma diferente de trabajar con el paciente, donde se tienen en cuenta aspectos que van mucho más allá del aspecto alimentario. En la mayor parte de los casos, la mala alimentación viene dada por una gestión emocional inadecuada. Así, el trabajo conjunto entre nutrición, psicología y actividad física aborda de forma interdisciplinar el problema de peso de forma más global, trabajando el cambio de hábitos y permitiendo resultados a largo plazo, dado que se abordan aspectos como la motivación, el entorno o la gestión emocional inadecuada con la comida, lo

que puede evitar una recuperación del peso. De esta forma, la ponencia versará sobre cómo y por qué enfocar la obesidad desde un punto de vista integral, sobre la búsqueda de profesionales adecuados y la forma de poner en marcha esta nueva forma de trabajar en consulta y fuera de ella.

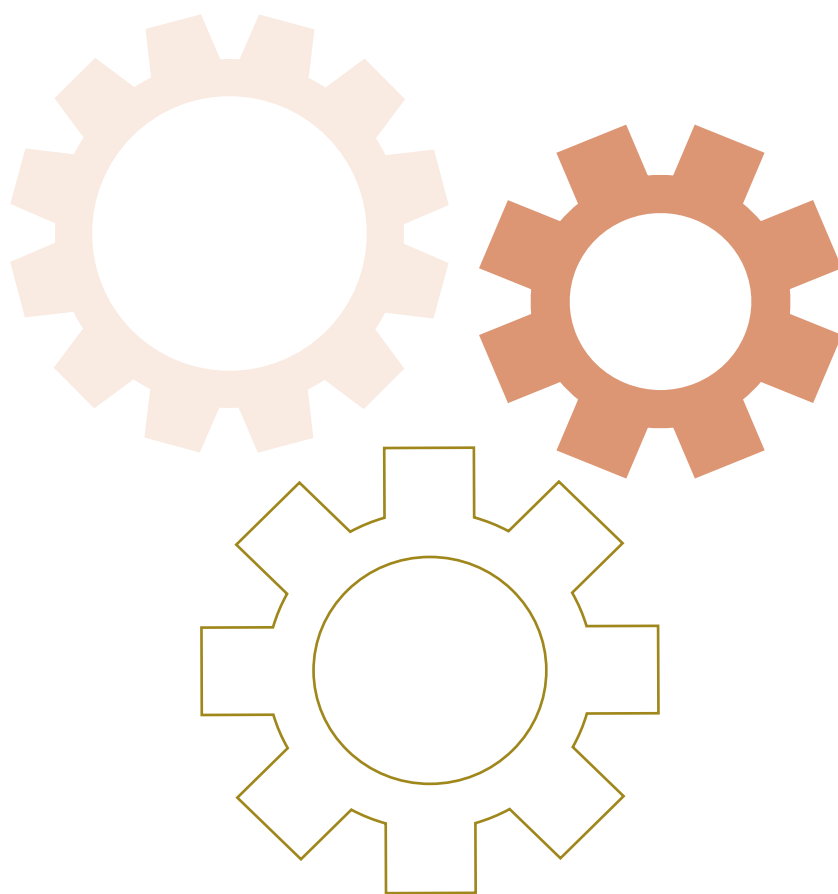
CONFLICTO DE INTERESES

La autora es Fundadora de Norte Salud Nutrición.

REFERENCIAS

- (1) Hoyt CL, Burnette JL, Auster-Gussman L. "Obesity is a disease": examining the self-regulatory impact of this public-health message. *Psychol Sci*. 2014 Apr; 25(4): 997-1002.
- (2) Aranceta-Bartrina J, Pérez-Rodrigo C, Alberdi-Aresti G, Ramos-Carrera N, Lázaro-Masedo S. Prevalencia de obesidad general y obesidad abdominal en la población adulta española (25-64 años) 2014-2015: estudio ENPE. *Rev Esp Cardiol*. 2016; 69(6): 579-87.
- (3) Mongil Ruiz, David. "Adaptaciones fisiológicas a la pérdida de peso y factores que favorecen nuevamente la ganancia de peso." (2016).
- (4) Ochner CN, Barrios DM, Lee CD, Pi-Sunyer FX. Biological mechanisms that promote weight regain following weight loss in obese humans. *Physiol Behav*. 2013 Aug 15; 120: 106-13.

- (5) Raynor HA, Champagne CM. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Interventions for the Treatment of Overweight and Obesity in Adults. *J Acad Nutr Diet*. 2016 Jan; 116(1): 129-47.
- (6) Lee H, Kim Y. Effects of an Obesity Intervention Integrating Physical Activity and Psychological Strategy on BMI, Physical Activity, and Psychological Variables in Male Obese Adolescents. *Behav Med*. 2015; 41(4): 195-202.
- (7) Garaulet M, Canteras M, Morales E, López-Guimera G, Sánchez-Carracedo D, Corbalán-Tutau. Validation of a questionnaire on emotional eating for use in cases of obesity: the Emotional Eater Questionnaire (EEQ). *Nutr Hosp*. 2012 Mar-Apr; 27(2): 645-51.



Acerca del autor:

Doctora en Bioquímica y Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. Máster en Inmunología Molecular y Celular. Experta Universitaria en TCA y Obesidad; Inmunonutrición; y Ensayos Clínicos. Experta en Coaching Nutricional y Psiconutrición. Profesora Asociada en el Área de Nutrición de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla. Directora del Curso de Experto Universitario en TCA y Obesidad. Profesora en el CUI-UPO y en el *Institute of Studies Abroad*. Fundadora de Norte Salud Nutrición, empresa centrada en la psiconutrición, donde trabaja desde un enfoque interdisciplinar e integral. Colaboradora con diversas revistas, programas de TV y blogs, divulgando en salud y nutrición. Ponente en numerosos eventos, más de 20 comunicaciones a congresos y más de 10 publicaciones científicas en revistas indexadas. Revisora de la RENHyD, Miembro de CODINAN, Socia de SANCYD, SAEIA, SEN, y pertenece al Comité Científico del grupo de Dietoterapia de la Academia Española de Dietistas-Nutricionistas.