

VIDA SALUDABLE, HABITOS SALUDABLES

Aruta, Gladys y Cauwlaert, Natalia.

Área Departamental San Martín, Hospital Alfredo Ítalo Perrupato. Mendoza. Argentina.

Introducción: Desarrollamos un diagnóstico en la comunidad de la región, detectando un elevado índice de obesidad y sobrepeso, siendo ésta una enfermedad epidémica, endocrino-metabólica, crónica, inflamatoria, poligénica y de herencia multifactorial, heterogénea y estigmatizada; esto motivó la realización y abordaje de éste proyecto, a través de un trabajo coordinado intersectorial y multidisciplinario.

Objetivo: diagnosticar y realizar el seguimiento del paciente con sobrepeso y/u obesidad. Realizar tareas de promoción, prevención primaria y secundaria. Fortalecer la conciencia de la obesidad como enfermedad y educar en alimentación y estilos de vida saludables.

Materiales y métodos: se inició en el año 2007. En cada consulta médica se realizó historia clínica, con diagnóstico nutricional a través del índice de masa corporal e interconsultas a especialistas, según enfermedades comórbidas. Se realizaron talleres psicoeducativos semanales, actividad física 2 veces por semana. En años consecutivos integramos a nutricionista, psicóloga, servicio social, obstetra, odontólogo y el equipo participó en la red provincial de obesidad.

Resultados: en el periodo 2007-2008 se controlaron 300 pacientes mayores de 40 años detectando 20% de pacientes con peso normal. En 2009 48% bajaron de peso. En 2010, descendieron: + de 8 kg 6 pacientes y + de 10 kg 10 pacientes. En 2011, 108 pacientes: 13 descendieron 3 a 5 kg y 6 entre 6 a 10 kg. En 2012, 69 pacientes: 9 descendieron 3 a 5 kg y 3 logros importantes de 6.7, 12.9 y 20.5 kg. En el año 2013, con bajas en el equipo de trabajo, 35 talleres; 2 pacientes descendieron 3 a 5 kg.

Entre el año 2012 y primer semestre 2013 se atendieron 1668 pacientes en clínica médica, detectándose 374 pacientes diabéticos (18%), teniendo el 23% sobrepeso, 52% obesidad grado I, 23% grado II y 2% mórbida.

Conclusiones: a partir de los resultados obtenidos, la propuesta es promover el cambio de hábitos, alimentación sana, equilibrada, ejercicio físico y mente sana.

Actualmente se ha conformado un equipo multidisciplinario en el Hospital Alfredo Ítalo Perrupato, unificando Área Departamental de Salud y el mencionado nosocomio.