

Importancia clínica del estilo de vida en la evaluación y tratamiento nutricional

Clinical importance of lifestyle in nutritional evaluation and treatment

Edna J. Nava-González, Nut.

Subdirectora General FaSPyN UANL. Profesor-Investigador FaSPyN UANL SNI1

Contacto: edna.navagn@uanl.edu.mx

Capacidades adquiridas: Al finalizar el artículo, los lectores podrán:

- a. Describir el concepto de estilo de vida.
- b. Identificar las conductas protectoras y nocivas para implementar intervenciones de estilos de vida saludable.
- c. Conocer las seis esferas del estilo de vida y su utilidad en la práctica clínica

Resumen

Los comportamientos asociados con el estilo de vida son responsables de un número significativo de muertes en el mundo. La medicina del estilo de vida ha desarrollado diversas herramientas y procedimientos que bien podrían ser adaptados a práctica clínica nutricional. En la evaluación nutricional, por ejemplo, se pueden identificar conductas nocivas o protectoras para la salud, tales como, el nivel de actividad física del individuo. Por otro lado, en el área del tratamiento nutricional se puede aprender de la implementación de técnicas y conceptos desarrollados en el contexto de la medicina del estilo de vida para corregir en orden de prioridad los problemas detectados durante la evaluación nutricional. La implementación de estos procedimientos proporciona beneficios significativos al paciente, aunque, cabe precisar que el profesional debe desarrollar ciertas competencias básicas para implementar este sistema de trabajo. En conclusión, la práctica de la nutrición se puede beneficiar significativamente con la incorporación de los principios y prácticas de la MEV.

Palabras clave: medicina del estilo de vida, nutrición, evaluación nutricional, tratamiento nutricional.

Abstract

Behaviors associated with lifestyle are responsible for a significant number of deaths in the world. Lifestyle medicine has developed various tools and procedures that could well be adapted to nutritional clinical practice. In nutritional evaluation, for example, harmful or protective behaviors for health can be identified, such as the individual's level of physical activity. On the other hand, in nutritional treatment, one can learn from the implementation of techniques and concepts developed in the context of lifestyle medicine to correct, in order of priority, the problems detected during the nutritional evaluation. The implementation of these procedures provides significant benefits to the patient, although it should be noted that the professional must develop certain basic skills to implement this work system. In conclusion, nutrition practice can benefit significantly from incorporating FSM principles and practices.

Key words: lifestyle medicine, nutrition, nutritional evaluation, nutritional treatment.