

ALIMENTACIÓN CONSCIENTE Y DISFRUTE EN PACIENTES INTERVENIDOS DE CIRUGÍA BARIÁTRICA

Melero Puche Y*, Amador Martí L**, Ferrer Valls JV***, Sanahuja Santafé A***,

*Psicóloga, ** Dietista-Nutricionista, ***Cirujano general y digestivo.

Clínica Obésitas. Hospital 9 de Octubre. Valencia. "dr.ferrer@clnicasobesitas.com"

Objetivos:

Presentar una técnica efectiva para conseguir que los pacientes intervenidos de cirugía bariátrica, adapten su estilo de ingesta a los requerimientos del postoperatorio y de la propia técnica quirúrgica. La finalidad es que ingieran de manera lenta, disfrutando y dando un espacio apropiado a su alimentación diaria, de manera que se eviten atascos, dispepsias, reflujo o vómitos, como síntomas mas frecuentes.

Método y pacientes:

Nuestro método consiste en conseguir un cambio de actitud de la persona frente a la comida. Para ello, nos apoyamos en técnicas de rol playing, mindfulness, modificaciones conductuales (postura corporal, pequeños bocados, relajación, respiración completa...). Cada paciente requiere una intervención diferente e individualizada, siendo dicha técnica adecuada a todos los pacientes que ingieran rápidamente, especialmente para pacientes que: comen compulsivamente, tienen dificultad para sentirse llenos, experimenten molestias (dolor, vómito, gran sensación de llenado), tienen gran necesidad de disfrute, ha sido intervenidos de Banda Gástrica Ajustable...

Resultados:

Los pacientes que han realizado a cabo de forma exitosa dicha metodología, han referido:

- ✓ Disminución de los problemas gástricos
- ✓ Menor compulsión hacia la comida
- ✓ Mayor conciencia de saciedad y sensación de llenado
- ✓ Satisfacción con pequeñas cantidades
- ✓ Mejor control de la cantidad de alimento ingerido.
- ✓ Prevención de picoteo

Conclusiones:

La metodología de trabajo utilizada puede ser de gran utilidad para el abordaje terapéutico de muchos de los problemas que nuestros pacientes pueden experimentar tras el postoperatorio. Ya que ayuda a que éstos se adapten mejor a su nuevo cambio de vida y alimentación, experimentando mayor satisfacción y control de su ingesta.

Por todo ello, consideramos importante su aplicación en los diferentes equipos multidisciplinares que realizan un seguimiento al paciente intervenido de cirugía bariátrica, y en general a pacientes que ingieren compulsivamente y desean cambiar dicho hábito.

