

Baja California Sur ofrece atención nutricional especializada a pacientes crónicos

Posted on 29 de enero de 2024 by Diario Humano



Foco en pacientes sin seguridad social para control de diabetes, hipertensión y dislipidemias.

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. -A través de la Unidad de Especialidades Médicas (UNEME) de Enfermedades Crónicas que coordina en La Paz, el Gobierno de Baja California Sur brinda atención nutricional especializada a pacientes que carecen de toda seguridad social y que no han logrado controlar adecuadamente padecimientos como diabetes, hipertensión, dislipidemias que pueden derivar en severas complicaciones.

Con las intervenciones integrales nutricionales que se brindan en esta institución estatal de salud se busca fortalecer la expectativa y calidad de vida de las sudcalifornianas y sudcalifornianos que enfrentan las mencionadas patologías, al tener en cuenta que una alimentación correcta es crucial para reducir los niveles de glucosa y de grasa en la sangre que son factores de riesgo para sufrir infartos o embolias, dijo la nutrióloga de esta UNEME, Julia Peña Torres.

“En este espacio donde las y los usuarios reciben seguimiento médico, enfermería, asistencia psicológica y apoyo de trabajo social, se les proporciona también guías nutricionales que les ayuden a reducir su peso corporal, pero también contribuyan a postergar el proceso degenerativo que ocasionan estas enfermedades, al priorizar la ingesta de alimentos ricos en nutrientes esenciales para el adecuado funcionamiento de su organismo”, añadió.

Estas consejerías se ajustan a las circunstancias específicas de las y los pacientes, no solamente de las patologías que presentan, sino de su edad, talla y contexto socioeconómico, con la perspectiva de que logren los mejores resultados posibles, comentó Peña Torres, al establecer que esta labor se efectúa mediante la versión actualizada del plato del bien comer que recomienda incluir verduras y frutas frescas en todas las comidas, en especial las de temporada que son más económicas.

Se sugiere además reducir el consumo de carne y en su lugar ingerir más frijoles, lentejas, huevo, pollo o pescado que tienen alto contenido proteico, moderar las porciones a las características personales; beber agua natural a lo largo del día en lugar de bebidas azucaradas como refrescos o jugos, así como ejercitarse de manera diaria y moderada para mejorar la salud de manera integral, finalizó la nutrióloga.