

## Programa para trastornos digestivos:

- Los pacientes deberán aportar las pruebas que haya realizado el médico para su análisis
- Controlar los síntomas y signos que producen los trastornos digestivos
- Educación nutricional sobre las causas de su enfermedad, como distinguir y localizar donde pueden encontrar las sustancias que le producen las intolerancias/alergias.
- Generar y mantener nuevos hábitos alimentarios
- Información sobre el tipo de preparaciones que son permitidas
- Aprender a planificar de forma saludable los alimentos
- Mejorar el estado de salud de la persona
- Trabajar siempre en equipo con el especialista para valorar su evolución

### ¿En qué consiste el trastorno digestivo?

#### 1º Consulta

- Análisis de los resultados de las analíticas
- Valoración del estado de salud para saber de dónde partimos, según el trastorno digestivos que presente el paciente;
  - Se realiza un análisis antropométrico,
  - historia clínica y
  - Evaluación del perfil nutricional donde vemos el estilo de vida, y aquellos aspectos que influyan directa o indirectamente en el aprovechamiento de la alimentación.
  - Elaboración de listas de alimentos permitidos o prohibidos según las tolerancias individuales de cada paciente. Esto se hace por niveles:
    - Primer nivel; con alimentos con casi o contenido de alimentos que contengan la sustancia alergénica.
- Elaboración del programa nutricional y entrega
- Video llamada a los 15 días para conocer cómo se van adaptando

2º Consulta: Principios Inmediatos nutricionales su importancia de reconocerlos

3º Consulta: Explicación e introducción del segundo listado de alimentos permitidos

4º Consulta: Deficiencias nutricionales de vitaminas y minerales.

5º Consulta: Como controlar los brotes.

6º Consulta: La fibra cuando usarla y cuando limitarla.

7º Consulta: Como elaborar sus planes alimentarios

8º Consulta: Interpretación de las etiquetas de los alimentos

9º Consulta: Técnicas culinarias más apropiadas para cada estadio de la enfermedad

10ª Consulta: Emociones y su relación con trastornos alimentarios

