

Taller de preparación a la cirugía bariátrica

MI Púa, D del Olmo

■ OBJETIVO GENERAL

Conseguir que el paciente obeso comprenda el papel real de la cirugía bariátrica como tratamiento de su enfermedad, sus consecuencias, complicaciones y resultados.

■ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprometer al paciente en su tratamiento y seguimiento postoperatorio.
- Mantener o disminuir el peso previo a la cirugía.
- Tratar y mejorar sus comorbilidades antes de la intervención y consecuentemente reducir el riesgo quirúrgico.
- Informar sobre los diferentes tipos de intervenciones, indicaciones, resultados y complicaciones.
- Establecer objetivos y expectativas realistas.
- Repasar conceptos sobre la fisiología de la obesidad, nutrición y dietética.
- Explicar las dietas que van a seguir en las distintas fases del postoperatorio y la necesidad de tratamientos suplementarios (vitaminas y minerales).
- Capacitar para poder confeccionar sus propios menús.
- Proporcionar información sobre las posibles complicaciones postoperatorias, especialmente sobre aquellas en las que el comportamiento alimentario del paciente constituye la única forma de prevenir o tratar.
- Favorecer la socialización del paciente creando grupos de “autoayuda” en los que compartir conocimientos, experiencias, miedos...
- Estimular y fomentar el cambio de actitud frente a la enfermedad incluyendo hábitos higiénico dietéticos.
- Que analice sus sentimientos hacia la comida, para saber cómo dominarlos.
- Fomentar la autoestima.

■ PROGRAMA EDUCATIVO

Constará de 6 sesiones de 3 horas de duración con periodicidad mensual.

Cada sesión se compondrá de:

- Una parte expositiva participativa, en la que se motivará a que los asistentes participen en el contenido, aportando sus conocimientos previos, experiencias, etc.
- A lo largo de cada sesión se irán aclarando las dudas que les vayan surgiendo.
- Al inicio de la siguiente sesión se hará un recuerdo básico de los puntos más importantes de la sesión anterior.

En el primer encuentro se hará una presentación del educador/a, que expondrá básicamente la organización y contenidos del programa y se hará una presentación individual de cada uno de los componentes del grupo.

■ CONTENIDO EDUCATIVO

SESIÓN 1:

- Concepto de obesidad. Por qué se produce.
- Identificación de los factores de riesgo.
- Desmitificación de las dietas milagro.
- Reforzar la importancia de la motivación.

SESIÓN 2:

- Alimentos y nutrientes.
- Rueda de alimentos.
- Grupos de alimentos y principios inmediatos: Talleres.

SESIÓN 3:

- Concepto de caloría. Calorías de los alimentos. Etiquetado.
- Dieta equilibrada.
- Confección de menús: con las mismas calorías hacer un menú “dieta equilibrada” y dieta “no saludable”.

SESIÓN 4:

- Técnicas quirúrgicas.
- Indicaciones, complicaciones, resultados.

- Vía clínica.
- Dietas en las distintas fases del postoperatorio.
- Necesidad de suplemento vitamínico-mineral.

SESIÓN 5:

- Concienciar de la importancia de su actitud frente a la comida:
- Tamaño de la ración
- Tamaño del bocado
- Forma de masticar
- Duración de la comida
- Ingesta y tipo de líquidos
- Compartir experiencias con pacientes ya intervenidos.

SESIÓN 6:

- Repaso de las complicaciones de la cirugía.
- Concienciar sobre su responsabilidad en los resultados a corto y largo plazo.
- Cómo mantener el peso perdido.
- Tratamiento y evolución a largo plazo.