



## Alimentos adecuados en momentos vulnerables

### Autores:

Carmen Padilla Del Campo. [carmen.padi@hotmail.com](mailto:carmen.padi@hotmail.com). MFyC UGC Roquetas de Mar Sur y Las Marinas.

Isabel Gálvez. [galvezmi@hotmail.com](mailto:galvezmi@hotmail.com) MFyC UGC Roquetas de Mar Norte.

María Luisa Jiménez Lozano. [Mariluchy81@hotmail.com](mailto:Mariluchy81@hotmail.com) MFyC UGC Roquetas de Mar Norte.

### INTRODUCCION

Realizar talleres de información a las madres, o padres, sobre el tipo de alimentación y conocimiento de las necesidades e intereses de sus hijos adolescentes. Así como también en el extremo de la vida, un taller para dar recomendaciones a los familiares de pacientes oncológicos, relativo a su cuidado y alimentación.

### OBJETIVOS

- Mejorar la alimentación de los adolescentes, así como llegar a ser mejor comprendidos por sus padres, en sus deseos y necesidades.
- Lo mismo sucede en pacientes oncológicos, en los que se precisa un tipo de alimentación especial, por ser muy vulnerables. Por eso esta idea en ambos grupos de edad ya que son muy vulnerables e influenciables por todo.

### METODOLOGIA

Realizar por un Nutricionista dos talleres diferenciados, mismo día y misma hora, pero en consultas diferentes, mejor por la tarde, en horario que sea adecuado para esos familiares que trabajan y no pueden ir a otra hora.

Consiste en un taller en el que se informe de los alimentos y bebidas que consumen los adolescentes, y explicar a las familias que el adolescente no tiene conciencia de enfermedad o del enfermar, cree que nunca se pondrá enfermo y que nunca morirá. Su idea de vida es la inmediatez, y sus alimentos los que le supongan un aporte inmediato de energía, sin pensar si le benefician o no. Motivo por el cual el conocimiento por parte de los padres de los mejores alimentos y de cómo entenderles y ayudarles en esta etapa es fundamental.

Explicación de la psique del adolescente, explicar como se puede influir en el y como podemos ayudarle.

Por su parte el anciano, es justo a la inversa del adolescente, el ve cerca la muerte, ve la enfermedad inmediata. El familiar debería tratar de mirarlo con más perspectiva y valorar el momento presente, estos talleres podrán beneficiar psicológicamente a ambos grupos.

### CONCLUSIONES

Aun no se lleva acabo, no existe en los Centros estas actividades, aunque alguna vez se ha hecho algún taller-actividad formativa, quizás no se ha ofertado convenientemente o no se ha visto interesante por parte de los padres.

Con respecto al otro ámbito, al de familiares de enfermos oncológicos o en fase final de su vida, es que no hay nada parecido, aunque la labor del Equipo de Paliativos es encomiable, si que debería realizarse un taller para informar a la familia sobre los alimentos concretos y si deben insistir en darles de comer o deben no obligarles, por ejemplo.

Disminuirían las consultas relacionadas sobre alimentación en ambas edades de la vida y se daría información adicional al familiar.