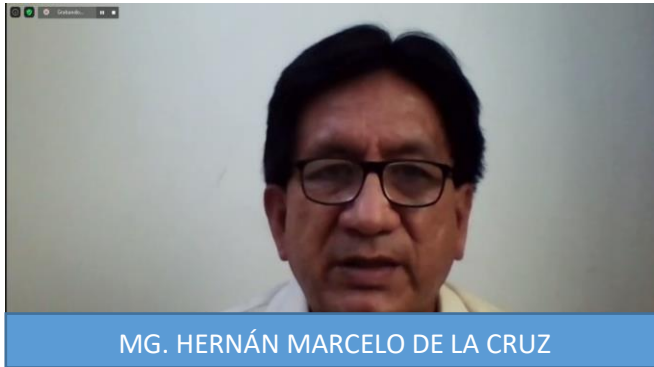


Nota informativa

Día del Nutricionista Peruano

“Alimentarnos bien es una decisión que podemos tomar”

Especialista en nutrición asegura que llevar un estilo de vida saludable depende de cada persona y ayuda a fortalecer el sistema inmunológico.

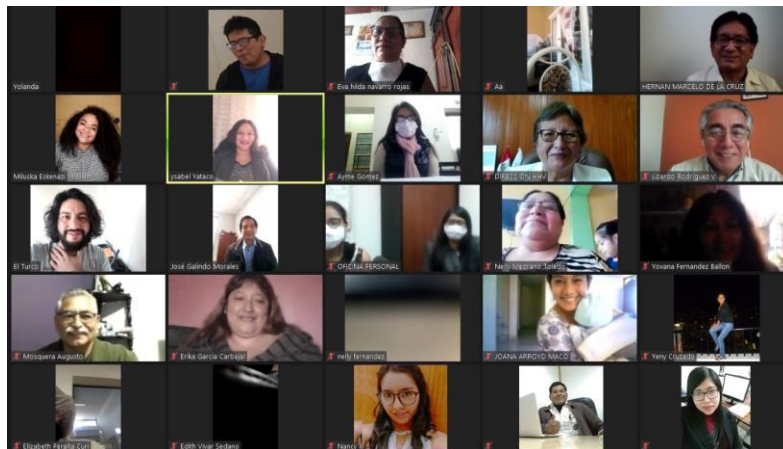


“Es necesario que tomemos la decisión de seguir un estilo de vida saludable, el consumo balanceado de alimentos ayudará a mejorar el sistema inmunológico, acostumbrarnos a visitar al nutricionista es fundamental, ya que puede ofrecernos una dieta acorde con las necesidades de nuestro organismo”, Así lo aseguró

el jefe del servicio de Nutrición del Hospital Hermilio Valdizán, Mg. Hernán Marcelo de la Cruz.

El especialista recomienda tener en cuenta la medida de las porciones y que la alimentación sea variada y equilibrada muy rica en alimentos de origen vegetal como: fruta, verduras, hortalizas, cereales, preferiblemente integrales, legumbres y frutos secos. Los lácteos (preferentemente desnatados) se deben aportar en un mínimo de dos raciones diarias a nuestra dieta. (todo según la evaluación previa de un especialista en nutrición). Agregó que la proteína debe aportarse, preferiblemente, a través de carnes blancas (pollo, pavo entre otros) y también pescados y legumbres. Las carnes rojas y embutidos deben consumirse en menos cantidad y frecuencia.

Sobre el Día del Nutricionista Peruano.



Durante la ceremonia realizada, vía plataforma virtual, el jefe del servicio, señaló que los 8 nutricionistas y 29 trabajadores que atienden las necesidades nutricionales de nuestros usuarios de hospitalización tanto en el hospital como en el

Centro de Rehabilitación de Ñaña realizan un trabajo coordinado siguiendo todos los protocolos de seguridad de acuerdo a lo establecido por el Ministerio de Salud.



A su turno, la Dra. Marlene Barreda Torres, jefa del Departamento de Apoyo al Tratamiento del hospital resaltó el trabajo que se viene realizando en el servicio de nutrición frente a la pandemia por Covid -19, y aplaudió las acciones que se están ejecutando respecto al cuidado en la preparación de los alimentos que se distribuyen a nuestros pacientes.

Aconsejó a los trabajadores del servicio que el trabajo en equipo es indispensable y es la clave del éxito “trabajemos por el paciente y para el beneficio de ellos, ustedes tienen a su cargo un grupo humano muy valioso, los invitó a seguir trabajando en equipo en beneficio de nuestros usuarios, enfatizó.

Por otro lado, la Dra. Gloria Cueva, directora general del hospital, hizo una reflexión sobre la importancia de mejorar nuestros estilos de vida y aconsejó, “El cuidado inicia desde el momento que elegimos que vamos a

comer, luego pasamos por un proceso de preparación de lo que hemos elegido, debemos apuntar a una alimentación sana y el consejo nutricional que nuestros profesionales nos brindan en HHV tanto al personal como a los usuarios es muy valioso”.

En otro momento, la directora general, destacó el cuidado con el que el personal del servicio de Nutrición elabora los alimentos para nuestros pacientes y recordó a Cirila Pallarca (paciente emblemática institucionalizada) quien se recuperó favorablemente de la infección por Covid – 19 y atribuyó como una de las razones de esta recuperación a la alimentación balanceada (acorde a sus necesidades) que se le proporciona en el hospital La Dra. Cueva felicitó y destacó el trabajo de los nutricionistas de la institución y de todos los profesionales que mediante sus recomendaciones contribuyen al cuidado y recuperación de los pacientes y ciudadanos en general.

La ceremonia que se realizó mediante la plataforma zoom, contó con la presencia del director adjunto encargado, Dr. John Loli Depaz, jefes de Departamentos, Servicios y Oficinas del hospital.





PERÚ

Ministerio
de SaludHospital Hermilio
Valdizán

La nota musical estuvo amenizada por la Srta. Miluzka Esquenazi, quien interpretó dos canciones como homenaje a los nutricionistas de la institución.

Por la tarde, como parte de las actividades por el **Día del Nutricionista Peruano** se realizó una charla de capacitación dirigida al personal de la institución, a cargo de la Lic. Annye Bell Zenteno Guerra, con el tema: “Análisis actual de la malnutrición por exceso, una realidad creciente en adolescentes y adultos”.

**PERÚ**
Ministerio
de Salud

Hospital Hermilio
Valdizán

Capacitación HHV



06
Agosto
2020

“Análisis actual de la malnutrición por exceso, una realidad creciente en adolescentes y adultos”.

Expositora:	Lic. Annye Bell Zenteno Guerra Nutricionista
Fecha:	Jueves 06 de agosto de 2020.
Hora:	4:00 p.m.
Enlace Zoom:	https://zoom.us/j/95337667516
Organiza:	Comité de Planificación de la Capacitación Oficina de Personal - HHV

DÍA
DEL
NUTRICIONISTA
PERUANO

EL PERÚ PRIMERO