



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Nutricionistas se capacitan en técnica novedosa para la atención de pacientes

1 AGO 2012 Vida UCR



La Dra. Mónica Facchini es nutricionista argentina especializada en temas de obesidad y trastornos alimentarios. Ella visitó recientemente la UCR para compartir sus conocimientos sobre la técnica de entrevista motivacional en la atención de pacientes (foto Laura Rodríguez).

Profesionales y docentes de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica se capacitaron recientemente sobre la técnica de **entrevista motivacional** para la atención de pacientes. El taller de actualización profesional estuvo a cargo de la nutricionista argentina Dra. Mónica Facchini, quien es experta en obesidad.

La entrevista motivacional es un **modelo de entrevista clínica** que pueden utilizar los nutricionistas en las citas de diagnóstico para **evaluar las causas y las consecuencias** de las

conductas de sus pacientes y motivarlos a **cambiar sus estilos de vida** en pro de la mejora de su propia salud.

“Es una herramienta que es muy útil en los inicios de un tratamiento, para sentar las bases de un buen comienzo para que el paciente realmente parta de una motivación firme y que hay que ir reforzando. No se debe pasar a la acción si el paciente no está convencido de a dónde quiere ir, por qué quiere ir y cómo va a llegar”, comentó la Dra. Facchini.

La especialista explicó que la entrevista motivacional es una técnica que **rompe con los viejos modelos de atención médica**, donde el doctor se limitaba a diagnosticar y juzgar a su paciente sin profundizar en las causas de su estilo de vida o sus motivaciones. En contraste, cuando un nutricionista aplica la entrevista motivacional en las citas médicas, se vuelve en un **mediador** que ayuda a que el paciente haga una **autoevaluación** de sus hábitos, sus relaciones y aspiraciones para lograr cambios verdaderos.

“Desde el punto de vista de la entrevista motivacional se busca que la persona resuelva lo que se llama la ambivalencia frente al cambio... Cuáles son los motivos tanto para cambiar o no cambiar, que es lo que hace que las personas mantengan el orden pre establecido. Lo que nosotros buscamos es que el paciente que nos consulta pueda evocar él mismo un lenguaje de cambio”, afirmó la Dra. Facchini.



Profesionales, estudiantes y docentes en Nutrición asistieron a un taller de actualización profesional sobre la técnica de entrevista motivacional que impartió la Dra. Mónica Facchini (foto Laura Rodríguez).

La herramienta de la entrevista motivacional busca estructurar una **conversación genuina entre el paciente y el especialista**. Con esta técnica se pretende que el paciente se **empodere** y tome las riendas de su propia salud, pero el nutricionista también debe desarrollar **cualidades específicas** para guiarlo.

“Se trata de brindar una actitud amplia, humilde, empática, no enjuiciadora, muy respetuosa de la autonomía del paciente. Hay que dotar de poder al paciente, porque es

él el que tiene que manejarse día a día. Se trabaja mucho el autocuidado responsable”.

Junto con la entrevista motivacional, los nutricionistas deben aprender **cómo abordar a sus pacientes** con preguntas abiertas que permitan obtener **el perfil más completo** y atinado del paciente. Posteriormente, se realizan escuchas reflexivas de cada entrevista para confirmar la información que recopilaron y ofrecerles alternativas acordes a sus motivaciones.

De acuerdo con la Dra. Facchini, hay ensayos clínicos que demuestran **la efectividad de esta técnica** por encima de los paradigmas de atención médica tradicionales, pues suele haber mayor adherencia a los tratamientos. La entrevista motivacional puede ser **útil en el abordaje de trastornos alimentarios** porque es una forma de que el propio paciente genere consciencia de sus conductas autodestructivas y busque soluciones.

La Dra. Facchini concluyó que la herramienta tiene como fin último que **el paciente se comprometa con su propia salud y logre cambios sostenidos a largo plazo**. Esta tarea corresponde al paciente, pero el nutricionista es un apoyo y una guía para alcanzar las metas establecidas.

[Anna Georgina Velásquez Vásquez](#)
Periodista Oficina de Divulgación e Información
anna.velasquez@ucr.ac.cr

Etiquetas: [nutricion](#), [estilo de vida saludable](#), [salud](#), [alimentacion](#), [obesidad](#), [trastornos alimentarios](#) .