

Cómo resolver los problemas de inseguridad alimentaria en la comunidad renal



La inseguridad alimentaria es una barrera importante para lograr una salud óptima en las personas que tienen enfermedad renal terminal (ESRD, por sus siglas en inglés). En el año 2023, 18 millones (13.5%) de los hogares estadounidenses enfrentaron inseguridad alimentaria en algún momento.¹

Efectos negativos de la inseguridad alimentaria en las personas con enfermedad renal en etapa terminal²

- Aumento de las hospitalizaciones no programadas
- Mayores tasas de infección
- Mayor riesgo de mortalidad



Los integrantes del equipo de atención médica pueden ayudar a los pacientes identificando cualquier necesidad social (no mencionada) que se relacione con la salud, y explorando las posibles soluciones. De esa manera, los pacientes podrán recibir servicios de alimentos que hagan frente a la inseguridad alimentaria.

Haga una o más preguntas aclaratorias, para ver si la persona está en riesgo de inseguridad alimentaria (e indague, de ser necesario)

- ¿Tiene acceso a alimentos en su hogar?
- ¿Dónde obtiene sus alimentos? ¿Tiene gente que le ayude a conseguir comida? ¿Quién le hace las compras del supermercado?
- El dinero que usted gasta normalmente en comida, ¿tiene que usarlo a veces para pagar otras cosas? ¿Alguna vez se salta comidas o come menos porque se le está acabando el dinero?
- ¿Cómo prepara la mayoría de sus comidas? ¿Las cocina usted? O, ¿usa el microondas, o come alimentos fríos?

La inseguridad alimentaria puede ocasionar sentimientos de vergüenza y humillación. Es vital establecer una relación de confianza con los pacientes para garantizar que se aborden las necesidades de esas personas de manera abierta y transparente.



Pruebe cualquiera de las siguientes estrategias para hacer frente a la inseguridad alimentaria:

Participe en la solución

- Comience poco a poco formando una “despensa de proteínas”, en donde el personal y los pacientes puedan hacer donativos sencillos, como latas de atún, salmón o pollo, para ayudar a otras personas del centro.
- Pruebe a formar una despensa continua de alimentos en el centro, en donde el personal pueda donar cualquier alimento que sea saludable para los riñones y que ofrezca a los pacientes acceso a nutrición adecuada.
- Organice una sesión de “simulación de compras” para los pacientes, en la que el personal pueda hablar sobre las mejores prácticas para comprar alimentos, adaptadas a necesidades alimentarias y presupuestos específicos.

Forme asociaciones con la comunidad

- Asíciense con bancos de alimentos dotados de casilleros refrigerados que faciliten el acceso de los pacientes a alimentos.
- Ponga a andar una “farmacia” de alimentos para diálisis, en la que centros de salud comunitarios puedan asociarse con el centro de diálisis para ofrecer a los pacientes alimentos saludables para los riñones, recetas económicas y recursos educativos sobre nutrición.
- Utilice el centro de diálisis como un lugar de distribución de alimentos, para ayudar a superar las barreras del transporte.

1. U.S. Department of Agriculture. Food Security in the U.S. Disponible en: www.ers.usda.gov/topics/food-nutrition-assistance/food-security-in-the-u-s/. Consultado el: 25 de noviembre de 2024.
2. Ferrara F, Siligato R, Maria A et al. Food insecurity and kidney disease: A systematic review. *International Urology and Nephrology*. 2023; 56(3):1035-1044.

