



KAREN CRUZ AMENGUAL
Jefa de carrera Nutrición
y Dietética, Universidad SEK.

Intrusismo profesional en la nutrición: Un peligro latente

En la era digital actual, el acceso a la información es más amplio que nunca, gracias a las redes sociales y a diversas plataformas en línea. Sin embargo, esta facilidad para compartir conocimiento también ha dado lugar a un aumento alarmante del intrusismo profesional en el ámbito de la nutrición. Cada vez más personas, sin la formación adecuada, se autoproclaman expertos en la materia y ofrecen consejos que pueden tener serias repercusiones para la salud pública.

La nutrición es una ciencia compleja que integra diversas disciplinas, desde la biología y la bioquímica hasta la psicología y la sociología. Un nutricionista titulado no solo posee un profundo entendimiento sobre los nutrientes y su función, sino que también está capacitado para evaluar las necesidades de manera individualizada. Esto incluye considerar factores como la edad, el estado de salud, el estilo de vida, situación socioeconómica y las preferencias culturales, elementos esenciales para la creación de planes de alimentación personalizados y efectivos.

La formación académica en nutrición es rigurosa e incluye prácticas clínicas donde los futuros

profesionales aprenden a realizar diagnósticos y a diseñar planes de alimentación adaptados a las necesidades específicas de cada individuo. Esta preparación garantiza que los consejos brindados sean seguros y eficaces. Sin embargo, el intrusismo profesional amenaza con socavar estos estándares, llevando a varias consecuencias negativas:

Desinformación y confusión: Los consejos nutricionales erróneos pueden inducir a las personas a adoptar "dietas" inadecuadas o incluso peligrosas, que no solo incumplen con sus objetivos de salud, sino que pueden causar daños a largo plazo.

Riesgo de enfermedades: Sin una formación adecuada, los autoproclamados "expertos" pueden ofrecer recomendaciones que agraven problemas de salud preexistentes, como diabetes, hipertensión o trastornos alimentarios.

Pérdida de confianza en profesionales nutricionistas: Cuando las personas reciben información contradictoria o perjudicial de fuentes no calificadas, pueden perder la confianza en los nutricionistas y otros profesionales de la salud, dificultando su acceso a la atención adecuada.

Impacto en la salud pública: A largo plazo, el intrusismo puede contribuir al aumento de enfermedades relacionadas con la alimentación, representando una carga significativa para el sistema de salud pública.

Es crucial que la población entienda la importancia de consultar a nutricionistas profesionales. Las instituciones educativas y los organismos de salud deben trabajar en conjunto para promover la educación nutricional tanto entre los futuros dietistas como en la población general. Además, es vital fomentar un pensamiento crítico respecto a la información consumida en redes sociales y otros medios. La promoción de un consumo responsable de información puede ayudar a mitigar los efectos del intrusismo profesional. El intrusismo en nutrición es un problema serio que requiere atención y acción inmediatas. La formación adecuada es esencial para asegurar la salud y el bienestar de la población. Como profesionales, debemos abogar por la educación y la regulación en el campo de la nutrición para garantizar que cada persona reciba el apoyo necesario. La salud es un derecho, y es nuestra responsabilidad protegerlo.