



Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética

Día de acción por los

TCA

Papel del Técnico Superior en Dietética





Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética

Real Decreto 536/1995



2.3.1

El Técnico Superior en Dietética "podrá ejercer su actividad profesional **principalmente en el sector sanitario**, en el área de atención sanitaria y promoción de la salud...

Los principales subsectores en los que puede desarrollar su actividad son:

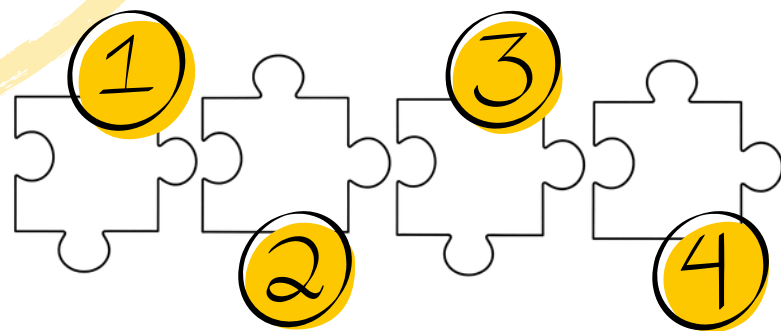
- Atención primaria y comunitaria: unidades de promoción de la salud o consultas de atención primaria.
- Unidades de apoyo: **salud mental**, pediatría, higiene bucodental y geriatría."





Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética

Hoy en el **Día de Acción por los TCA**, desde ASNADI ponemos en valor nuestro papel como Dietistas en el correcto acompañamiento en personas con trastornos alimentarios haciendo hincapié en **4 aspectos clave:**





Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética



Romper con la mentalidad de dieta



- Fomentar hábitos sostenibles en lugar de “poner a dieta”.
- Promover una alimentación flexible y equilibrada.
- Priorizar el bienestar físico y mental.

El **objetivo** será erradicar el patrón de cultura de la dieta que genera culpa y mejorar así la relación con la comida.





Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética



Educación sobre las señales fisiológicas



- Ayudar a reconectar con las señales de hambre y saciedad.
- Diferenciar hambre física y emocional.
- Comprender el papel emocional de la comida y dar espacio dentro de un estilo de vida saludable.
- Adquirir habilidades de regulación emocional para que la comida no sea la única herramienta ni refugio.





Asnadi

Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética

3

Educación nutricional y creencias alimentarias

Reducir el miedo y la culpa hacia ciertos alimentos,
para ello:

- Desmontar mitos alimentarios sobre algunos alimentos o grupo de estos.
- Cuestionar la polarización de alimentos “buenos” y “malos”.
- Comprender que la comida cumple más funciones que nutrirnos.

La
información
debe llegar al
paciente de
forma clara y
comprensible.





Asnadi Asociación Nacional de Dietistas
Técnicos Superiores en Dietética

4

Acompañamiento y adherencia

*Sin comprensión
no puede existir
adherencia y sin
adherencia nunca
se generará un
cambio real.*

- Acompañamos desde la empatía y la comprensión, sin invalidar lo que la persona siente o cree.
- El objetivo es promover cambios realistas y adaptados a cada persona.
- La persona debe situarse siempre en el centro del proceso, trabajando de forma interdisciplinaria con otros profesionales, sobre todo con **psicología.**





Asnadi

Asociación Nacional
de Dietistas // TSD