

Al alimón El Dr. Jorge Quiroga Vila, director del Departamento de Medicina Interna, se traslada desde su consulta hasta la cocina de la Clínica en Pamplona. Allí se encuentra para conversar de sus respectivos trabajos con la directora del Área de Dietas, **Laura García Marcos**

ATENDER AL ENFERMO Y QUE SE SIENTA COMO EN CASA



Al alimón
Medicina Interna vs Dietas

Jorge Quiroga
Director del Departamento de Medicina Interna

Lleva toda una vida en la Clínica Universidad de Navarra. Coruñés, licenciado en Medicina por la Universidad de Santiago de Compostela y doctor por la Universidad de Navarra, llegó a Pamplona siguiendo los pasos del doctor Jesús Prieto. Formó parte del equipo que puso en marcha los trasplantes hepáticos y ha sido subdirector médico de la Clínica. Es Catedrático de Patología Médica. Atiende a los pacientes en las sedes de Pamplona y de Madrid.

Laura García Marcos
Directora del Área de Dietas en Pamplona

Previamente, dirigió equipos encargados de servicios generales en colegios mayores y residencias universitarias de Pamplona, San Sebastián y Bilbao. Nacida en Valencia, llegó a Pamplona para cursar los estudios de Nutrición Humana y Dietética en la Universidad de Navarra.

Texto **Miguel García San Emeterio**
Fotografía **Manuel Castells**

Nutricionista y doctor pasean por las cocinas de la Clínica en Pamplona. Él reconoce que hace años que no se acerca por esta parte del hospital y escucha con atención las explicaciones de ella sobre la organización de los menús, la línea de las bandejas, el obrador o la llamativa máquina para hacer croquetas. Pero es Laura quien dispara la primera pregunta:

LG. ¿A qué se dedican en Medicina Interna?

JQ. Somos quienes realizamos un abordaje global del enfermo. Independientemente de cuáles sean sus síntomas, debemos hacer una historia completa, organizar por áreas lo que le ocurre, relacionarlas con otras si son relacionables, y tener una idea completa de cómo es la vida y las enfermedades de esa persona en todos los ámbitos. Tratamos de organizar sus problemas para que su calidad de vida sea mejor. El único objetivo de un médico -y cuando digo único, digo único- es resolver los problemas de los enfermos.

LG. Es tener una visión global de la persona.

JQ. Y muchas cosas del ritmo de vida que llevamos. Hoy he visto diez u once pacientes por la mañana y más de un tercio tenían un componente de salud deteriorado por falta de sueño, estrés, problemas anímicos... Nosotros le damos mucha importancia a esos aspectos porque para muchas personas son la causa de su falta de salud.

LG. La comida también es importante.

JQ. Es increíble la cantidad de errores alimentarios que se producen por ignorancia. Todas las especialidades lo tenemos en cuenta, pero en Medicina Interna, Endocrinología, Cardiología o Nefrología le damos especial importancia a la alimentación, algo sobre lo que falta muchísima educación. Es una parte imprescindible para el cuidado de la salud.

LG. Ahí estamos los nutricionistas haciendo lo que podemos...

JQ. Es clave dedicar tiempo. Dar una dieta está bien, pero cuando la explicas es cuando el paciente se da cuenta de los errores y consigues que realmente cambie los hábitos.

LG. ¿Algún caso difícil?

JQ. Muchos. Resolver los diagnósticos difíciles no es producto de la inspiración. Esto que llaman 'ojo clínico' no deja de ser conocimiento subconsciente destilado por la experiencia y el propio conocimiento de la Medicina. Salen adelante con el esfuerzo de todo un equipo, nada es mejor que comentar la ignorancia con los compañeros, sea para discutir un diagnóstico o un tratamiento.



📍 Laura García y el Dr. Jorge Quiroga en las cocinas de la Clínica.

Laura García Marcos:
"Ofrecemos al paciente dietas adecuadas, con alimentos de calidad y apetecibles"

LG. Cuando tiene delante a un paciente, ¿qué ve en él?

JQ. Es una persona enferma que necesita ayuda. El hospital es un entorno hostil y tenemos que poner todos los medios para que desaparezca cualquier temor. Debe percibir que lo único que importa es él y escucharle, que no se suple con nada. > SIGUE EN PÁGINA 18



asador
bidea
2

"Con la calidad y el cariño de siempre"



Vea este video en cun.es/protenterapia

ESPECIALIDAD EN CARNES Y PESCADOS A LA BRASA

Camino Viejo, 2 - 31190 Cizur Menor (Navarra)
Reservas ☎ 948 280 187 - asador@bidea2.es
www.bidea2.com



Al alimón

> VIENE DE PÁGINA 17

La bola queda ahora en la cancha del Dr. Quiroga, que anuncia preguntas filosóficas y otras más técnicas.

JQ. Cuando estudiaba, Laura, ¿cuál era su meta?

LG. Enseñar a comer bien a la gente, que la gente tuviera más salud por lo que yo pudiera decir.

JQ. ¿Y su puesto actual satisface ese deseo?

LG. ¡Muchísimo!

JQ. ¿Cuál es su función en la organización de las dietas?

LG. Asegurar que ofrecemos dietas adecuadas, con alimentos de calidad y apetecibles. Procuramos que el paciente disfrute, sobrellevando -como me decía en su última respuesta- que su estancia en el hospital sea lo más agradable posible, que la comida sea una ocasión para disfrutar.

JQ. Muchas personas pueden pensar que la labor de la cocina es rutinaria, ¿cómo conseguís que sea ilusionante?

LG. Vemos personas detrás de cada bandeja, de cada estudio nutricional, de cada renovación de una dieta... de cada dieta puedes ver sólo los códigos, pero es que no son códigos, son personas.

JQ. ¿Se ven como personal sanitario?

LG. ¡Sí!

JQ. Muchos pacientes nos transmiten su agradecimiento por la dieta recibida durante su hospitalización. ¿Cómo consiguen que la sientan como la de casa?

LG. No queremos perder eso nunca. Eso forma parte de que el paciente esté contento, y de que la Clínica tenga un ambiente de familia. A eso ayuda cocinar con productos de siempre, de buena calidad.

JQ. ¿Y qué se necesitaría de los médicos para que vuestro trabajo fuera mejor?

LG. Una nutricionista del equipo pasa habitualmente por las plantas y habla con los médicos. Cuánta más sinergia tenemos, más



acertamos con la dieta que ofrecemos a los pacientes.

JQ. ¿Cuáles son los grandes números?

LG. Servimos entre 200 y 250 comidas por turno, unas 1.000 al día, considerando desayuno, comida, merienda y cena. Manejamos unas 140 dietas, con las que ajustamos el menú de cada día en función de las necesidades de los pacientes.

JQ. ¿Y las cantidades de los productos estrella?

LG. Hacemos 3.000 croquetas al mes, algo que gusta mucho a los pacientes. Por semana, por ejemplo, gastamos 300 kilos de patatas y unas 25 merluzas.

JQ. ¿Cómo gestionan la capacidad de elección de los menús?

LG. Nos gustaría que llegaran antes las tarjetas que pasamos a los pacientes... pero lo cierto es que siempre salen seis primeros y cinco segundos, así que se trata de ajustar cantidades.

JQ. ¿Tienen conciencia de la trascendencia de su trabajo?

LG. Sí. Ahora han entrado personas nuevas en el equipo, y las veteranas que se han jubilado lo habían transmitido, porque ellas lo cogieron bien de las primeras.

📹 Ambos supervisan la cinta de montaje de las bandejas que llegan a los pacientes hospitalizados.

📹 Laura le muestra al Dr. Quiroga la planificación de las dietas para los diferentes menús.