



Guía para el sustentante

**Examen Único para la
Certificación Profesional en Nutrición**

EUC-*Nutri*

Colegio Mexicano de Nutriólogos A.C.

Índice

I. Presentación.....	3
II. Contenido.....	3
III. Estructura.....	6
IV. Bibliografía sugerida.....	8
V. Recomendaciones generales.....	10

I. Presentación

Esta guía tiene la finalidad de fortalecer tu preparación para el examen EUC-Nutri que presentarás próximamente. Aquí podrás consultar los contenidos a evaluar, la estructura del examen, los formatos de los reactivos y la bibliografía sugerida para prepararte.

Estamos seguros de que este proceso de estudio representará para ti una oportunidad para actualizar tus conocimientos relacionados con la nutriología.

II. Contenido

El EUC-Nutri evalúa las competencias genéricas indispensables con que posea todo profesional titulado de la nutriología que cuente con un año o más de ejercicio profesional. El examen incluye preguntas que miden habilidades de razonamiento y conceptos aplicativos de la nutriología, de ahí que, la prueba carece de preguntas conceptuales y por el contrario prevalecen las aplicativos.

Las opciones de respuesta en cada pregunta son cerradas a partir de cuatro opciones de respuestas.

El formato de los reactivos incluye **cuestionamientos directos** (el sustentante seleccionará la respuesta que responda al cuestionamiento planteado, **jerarquización u ordenamiento** (a partir de un listado de opciones, el sustentante los ordena de acuerdo con el criterio establecido) y **elección de elementos** (a partir de un planteamiento, el sustentante elige los elementos correspondientes al planteamiento).

Será frecuente encontrar multirreactivos; es decir, a partir de un problema el sustentante contestará varias preguntas.

Ejemplos de reactivos¹

Preguntas o reactivos de cuestionamiento directo.

Una paciente de 28 años, con peso pregestacional de 53 kg, acude a consulta para control de embarazo de 20 semanas con producto único vivo. En la exploración física se le detecta un peso de 59 kg y talla de 1.56 m.

¿Cuántos kilos se consideran como recomendables incrementar para lo que resta del embarazo?

- A) 1
- B) 3
- C) 6
- D) 9

¹ Adaptado de la Guía para el Sustentante EGEL-Nutrición.

Argumentación de las opciones de respuesta

La opción correcta es la **C**, porque se considera un incremento promedio de 12 kg al término de un embarazo, para quien inicia con un IMC normal. Le restan 20 semanas, por ende, lo recomendable es un incremento de 6 kg. La opción A es incorrecta porque corresponde a una paciente que presenta obesidad. La B es incorrecta, corresponde a una paciente con sobrepeso, y la opción D se refiere a una paciente con bajo peso.

Ordenamiento

Ordene las actividades para establecer un análisis de riesgo, identificación y control de puntos críticos de alimentos, con base en el Manual de Procedimientos de la Secretaría de Salud.

1. Preparaciones que se realizan
2. Especificación de los límites de tiempo y temperatura
3. Selección de puntos críticos
4. Establecimiento de estándares o límites críticos
5. Diagrama de flujo
6. Analizar el proceso de los alimentos de principio a fin

Opciones de respuesta:

- A) 1, 6, 3, 2, 4, 5
- B) 2, 3, 4, 5, 6, 1
- C) 3, 2, 4, 5, 1, 6
- D) 6, 5, 4, 1, 3

Argumentación de las opciones de respuesta

La opción **A** es la respuesta correcta, porque es el orden que marca el Manual de procedimientos de la Secretaría de Salud para establecer un sistema de análisis de riesgos, identificación y control de puntos críticos. El resto de las opciones contiene actividades que no corresponden a lo marcado en el Manual de Procedimientos de la Secretaría de Salud.

Elección de elementos de un listado

Cambios en el perfil epidemiológico de mujeres adultas mexicanas

	ENN1999 %	ENSA 2000 %	ENSANUT 2006 %
Anemia	20.2		15.6
Desnutrición	1.7		1.4
Sobrepeso	30.6	38.4	37.4
Obesidad	21.2	28.9	34.5
Sobrepeso + obesidad	51.8	66.3	71.9
Hipertensión arterial		26.3	30.8
Diabetes Mellitus tipo 2		7.8	7.3*
Hipercolesterolemia			28.8*

*Diagnóstico médico previo, faltan los diagnósticos nuevos a partir de las muestras tomadas para esta encuesta.

Con base en los datos del perfil epidemiológico que aparecen en el cuadro, seleccione los problemas de atención en la población de mujeres adultas mexicanas.

1. Anemia
2. Desnutrición
3. Sobrepeso
4. Obesidad
5. Hipertensión
6. Diabetes mellitus tipo
7. Hipercolesterolemia

- A) 1, 2, 3, 4
- B) 1, 4, 5, 6
- C) 2, 3, 6, 7
- D) 3, 4, 5, 7

Argumentación de las opciones de respuesta

La opción **D** es la respuesta correcta, porque las prevalencias de estos problemas de nutrición son las más altas en este grupo. El resto de las opciones contiene padecimientos con menor prevalencia de este grupo de población.

III. Estructura

Atención alimentaria y nutrición de personas

- **Evaluación del estado de nutrición de personas**
 - Indicadores e instrumentos de evaluación del estado de nutrición.
 - Métodos clínico, dietético, antropométrico, biofísico, bioquímico de evaluación de comportamiento alimentario o de actividad física para valorar el estado de nutrición de las personas.
 - Puntos de corte establecidos por organismos nacionales e internacionales para clasificación de indicadores del estado de nutrición de la persona.
 - Signos clínicos de carencia o exceso de energía o de nutrientes en una persona.
- **Diagnóstico del estado de nutrición de personas**
 - Integración del diagnóstico nutricional de personas, a través del resultado de la valoración del estado nutricional y considerando el estado de salud-enfermedad.
 - Diagnóstico nutricional (Problema, Etiología y Signos y Síntomas) de la persona.
- **Intervención nutricional en personas**
 - Establecimiento de objetivos del tratamiento nutricional.
 - Identificación de las acciones necesarias para el desarrollo de la intervención en personas considerando grupos de edad, estado fisiológico, nivel socioeconómico, entre otros.
 - Recomendaciones nutrimentales para la persona, en función del diagnóstico nutricional.
 - Principales interacciones medicamento nutriente.
 - Menús para pacientes de acuerdo con su enfermedad.
 - Actividad física recomendada para la condición de las personas.
 - Referencia de personas al equipo de salud.
- **Seguimiento del cuidado nutricional de personas**
 - Evaluación del plan de alimentación establecido en personas para modificarlo o darle continuidad.
 - Administración del servicio de nutrición clínica.
 - Análisis FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas).
 - Principios de diagnóstico, planeación, organización, dirección, ejecución y control de las actividades y procesos.

Atención alimentaria y nutrición de grupos de personas

- **Evaluación de la situación alimentaria y nutrición en población**
 - Identificación de los problemas de alimentación o nutrición del grupo en estudio.
 - Criterios de referencia (estándares de referencia, puntos de corte, puntaje Z, percentiles, entre otros) para los indicadores por evaluar en una situación alimentaria o nutrición en un ámbito local, regional, estatal o nacional, o en grupos poblacionales específicos para el diagnóstico de la situación. Indicadores (antropométricos, biofísicos, bioquímicos, clínicos, dietéticos, de evaluación del comportamiento alimentario o de actividad física, tasas, prevalencias, entre otros) para evaluar la situación alimentaria o nutrición en diferentes grupos de individuos para el diagnóstico de la situación.
- **Desarrollo de intervenciones alimentarias y nutrición en población**
 - Planificación de la atención alimentaria o nutrición de la población, con base en el diagnóstico de la situación prevalente.
- **Desarrollo de políticas públicas de alimentación y nutrición**
 - Acciones de promoción de la salud y orientación alimentaria o nutrición con base en las normas oficiales, programas o acciones de gobierno.
- **Desarrollo de proyectos e intervención en poblaciones**
 - Elementos básicos contenidos en el desarrollo de un proyecto de investigación relacionado con la nutrición.
 - Reconocimiento de la validez científica de diferentes fuentes de información.

Servicios de alimentación

- **Gestión de servicios de alimentación**
 - Funcionamiento de servicios de alimentación
 - Necesidades y oportunidades de mejora e innovación en los servicios de alimentación para los usuarios.
 - Diagnóstico de servicios de alimentación
 - Técnicas culinarias.
 - Conservación y almacenamiento de alimentos y platillos
 - Buenas prácticas (de limpieza, fumigación, mantenimiento, higiene personal, desinfección, etc.) en los servicios de alimentación.
 - Necesidades de capacitación para el personal de los servicios de alimentación.
- **Normativa en los servicios de alimentación**
 - Control sanitario
 - Puntos críticos sanitarios (Sistema HACCP)
- **Diseño de planes alimentarios y menús para servicios de alimentación**
 - Desarrollo de planes alimentarios, menús y recetas estandarizadas. Compras.
 - Elementos que favorecen la sostenibilidad del medio ambiente en un proceso de preparación de platillo o de un menú (ahorro de agua, manejo de desechos, huella de carbón, manejo de mermas, entre otros).

- **Orientación alimentaria**

- Herramientas educativas y material de orientación alimentaria con base en la normativa vigente.

IV. Bibliografía sugerida

**Catálogo Maestro de Guías de Práctica Clínica del
Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud (CENETEC)**

- **Enfermedades metabólicas y cardiovasculares**

- Prevención, diagnóstico y tratamiento de la anemia por deficiencia de hierro en niños y en adultos.
- Control y seguimiento de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño menor de cinco años
- Diagnóstico y tratamiento de las dislipidemias
- Desnutrición intrahospitalaria: Tamizaje, diagnóstico y tratamiento

- **Enfermedades del tracto gastrointestinal**

- Diagnóstico y tratamiento del síndrome del intestino irritable en el adulto
- Diagnóstico y tratamiento de la enfermedad hepática grasa no alcohólica del adulto

- **Factores que influyen en el estado de salud y contacto con los servicios de salud.**

- Control y seguimiento de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño menor de cinco años.
- Servicios de alimentación: seguridad alimentaria para el paciente hospitalizado.

Guías Internacionales

- Academy of Nutrition and Dietetics (2014). Adult weight management. Evidence-based nutrition practice guideline. Estados Unidos, Academy of Nutrition and Dietetics.
- Guía de práctica clínica: Prevención, diagnóstico y tratamiento de la anemia por deficiencia de hierro en niños y adultos.
- Academy of Nutrition and Dietetics. (2008). Hypertension. Evidence-based nutrition practice guideline. Estados Unidos. Academy of Nutrition and Dietetics.
- National Institutes of Health (2001). ATP III Guidelines At-A-Glance Quick Desk Reference. Disponible en: <http://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/guidelines/atglance.pdf>
- National Kidney Foundation (2000) KDOQI Guidelines. Nutrition in Chronic Renal Failure.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (1994). Guía para proyectos participativos de nutrición. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/v1490s/v1490s00.htm>
- Esquema de suplementación en el embarazo de la OMS.

Normas Oficiales Mexicanas

- Secretaría de Salud (2012) NORMA Oficial Mexicana NOM-016-SSA3-2012, Que establece las características mínimas de infraestructura y equipamiento de hospitales y consultorios de atención médica especializada.
- Secretaría de Salud (2012) Norma Oficial Mexicana NOM-037-SSA2-2012, Para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias. México, Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana (2012) NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. México, Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud (2010). Norma Oficial Mexicana NOM-005-SSA3-2010, Que establece los requisitos mínimos de infraestructura y equipamiento de establecimientos para la atención médica de pacientes ambulatorios, México, Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud (2010). Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-2010, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus, México, Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud (2010). Norma Oficial Mexicana NOM-030-SSA2-2009, Para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y control de la hipertensión arterial sistémica, México, Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud (2009) Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios. México. Diario Oficial de la Federación.
- Normex (2004) NMX-F-605-NORMEX-2004 Alimentos – Manejo higiénico en el servicio de alimentos preparados para la obtención del distintivo H Diario Oficial de la Federación.
- Secretaría de Salud (1994) Norma Oficial Mexicana NOM-093-SSA1-1994, Bienes y servicios. Prácticas de higiene y sanidad en la preparación de alimentos que se ofrecen en establecimientos fijos. México. Diario Oficial de la Federación.

Libros

- Academy of Nutrition and Dietetics. (2012). International Dietetics and Nutritional Terminology (IDNT) Reference Manual, 4a ed., Estados Unidos, AND.
- Kaufer-Horwitz, M, Pérez-Lizaur AB y Arroyo P. (2015) Nutriología médica. 4ª ed. México, Médica Panamericana.
- Suverza A y Haua K (2010). El ABCD de la Evaluación del estado de nutrición. México, Mc Graw Hill.

Artículos

- Principales medidas en epidemiología. Salud Pública Méx 2000; Vol. 42(4):337-348.
- Secretaría de Salud. Análisis FODA, México, SSA. Disponible en: <http://www.cca.org.mx/funcionarios/cursos/ap089/apoyos/m3/analisis.pdf>

V. Recomendaciones generales

Este es un examen en cuya elaboración se consideró que el sustentante está en pleno ejercicio profesional, por lo que se presume tendrá familiaridad con el temario.

La revisión de estudios de casos seguramente facilitará el proceso de estudio para tener un mejor rendimiento, considerando que se trata de un examen de aplicación de conceptos y porque la naturaleza del EUC-Nutri no es evaluar la habilidad de memoria de los sustentantes, sino su razonamiento y aplicación de la información.

El día del examen es indispensable presentarse puntualmente y con identificación oficial vigente: credencial para votar con fotografía expedida por el Instituto Nacional Electoral o pasaporte expedido por la Secretaría de Relaciones Exteriores.