

Franco Ugolini:

“Una alimentación más saludable es difícil si no hay una buena educación previa”

Actuar con idoneidad y eficiencia en el campo de la nutrición y la alimentación, así como también asumir un pensamiento crítico y reflexivo son parte de los valores y las enseñanzas que le dejó su paso por la licenciatura en Nutrición en la Universidad ISALUD.

Especializado en educación especial, Ugolini, habló sobre el abordaje de las discapacidades, el rol de las familias y la importancia de la educación para lograr un cambio en los hábitos alimenticios

Franco Ugolini es Licenciado en Nutrición por la Universidad ISALUD y realizó prácticas hospitalarias en el Hospital General de Niños Ricardo Gutiérrez. Además tiene estudios complementarios en Nutrición Deportiva, Marketing Digital y Discapacidad en la Universidad de Mendoza. Desde el 2024 es Profesor Universitario en ISALUD y nutricionista escolar en educación especial del Instituto Jorge Newbery.



–¿Cuál fue el motor para que siguieras esta especialidad de la discapacidad en nutrición?

–Yo arranqué en la Universidad Barceló y me recomendaron también la Universidad ISALUD, porque la Licenciatura en Nutrición me iba a dar una visión más amplia, con muchas horas de práctica y con pro-

yección en la gestión. Así que seguí los consejos de mi nutricionista y a esa base, se sumó a mi experiencia de vida familiar, ya que mi madre se especializó en educación especial. El gran problema de la discapacidad es que a la gente le cuesta dar el primer paso, incorporarse y superar el prejuicio y no todos los casos son iguales. Uno como profesional va advirtiendo que el abordaje es diferente y las estrategias cambian si la discapacidad es física, psicológica o mental.

–¿Qué te aportó, en particular, haber realizado la Licenciatura?

–La experiencia es enriquecedora porque ahora que estoy trabajando como nutricionista para discapacidad y conversando con otros profesionales, creo que es la única Universidad que tiene una materia dedicada a Terapéutica Nutricional para Discapacidad, en el cuarto año de la carrera, que además se suma a otras que eran de mi interés como Nutrición Deportiva, y las que son muy importantes para la gestión.

–¿Las distintas discapacidades requieren también de una alimentación diferente?

–Sí, cada una tiene su particularidad, a nosotros cuando nos llega una persona con un diagnóstico tenemos que adaptarla a cada caso: si su alimentación requiere de más o menos calorías, qué nutrientes específicos necesita, estar al tanto y hacer un seguimiento. A todo ello hay que sumarle el cuidado de la atención familiar y el contexto social en el que viven; por eso es importante el abordaje de la persona con un trabajo interdisciplinario, y son situaciones, que en la discapacidad y sus distintas condiciones, son temas fundamentales.

“El gran problema de la discapacidad es que a la gente le cuesta dar el primer paso, incorporarse y superar el prejuicio y no todos los casos son iguales. Uno como profesional va advirtiendo que el abordaje es diferente y las estrategias cambian si la discapacidad es física, psicológica o mental”.

–¿Cuál es el rol que ocupa la familia?

–El rol de la familia es fundamental debido a que será la gran responsable de un tratamiento y seguimiento temprano y que le permita un mejor desarrollo cognitivo, mejor alimentación y, a futuro, una mejor calidad de vida a la persona en cuestión. En el ámbito de la nutrición, es importante ya que se encargan de la compra de alimentos, cocinar y hasta en algunos casos de alimentarlos. Por eso es necesario mucha paciencia y cariño por parte de ellos, como así también, capacitación y empatía por parte de los profesionales.

–¿Cuál es el objetivo principal para vos en discapacidad?

–En discapacidad, es muy importante lograr la mayor independencia en las personas porque eso le brinda una mejor calidad de vida y desde la Universidad se trabaja mucho ese mensaje, en estrategias y planificación, y dentro de sus capacidades y posibilidades. Obviamente, habrá casos en los que no se obtendrá una independencia total, por darte un ejemplo un chico con síndrome de Down, que tiene hipotonía muscular (poca fuerza en los músculos, en todo el cuerpo), probablemente necesite de elementos adaptados para comer, pero son detalles que si se ponen en práctica, mejora su condición y le puede dar un gran avance en este tema de la independencia.

– En búsqueda de una mirada más amplia, ¿cuánto puede impactar en la alimentación factores externos como una pandemia o la crisis climática en la producción de alimentos?

–Cada vez más hay una asociación entre una buena o mala nutrición y el bienestar emocional. La gente más sana

nutricionalmente pudo afrontar mejor el Covid19, pero al mismo tiempo el impacto del aislamiento llevó a muchas personas a aumentar de peso por la ansiedad o a perder kilos por presentar un cuadro depresivo. En pandemia, no había mucho qué hacer; las actividades se habían restringido y la alimentación estaba asociada a una cuestión emocional, aunque lo nutricional fuera importante para enfrentar mejor las enfermedades.

–En cuanto a los hábitos en la alimentación, ¿hay resistencia al cambio?

–Lo que se observa es una mayor disponibilidad porque hay más versiones de productos saludables que antes. Sin embargo, no todos pueden acceder a un determinado tipo de alimentación y no todos han adquirido la costumbre de leer el etiquetado, y muchas veces, se termina comprando o consumiendo algo que no es. Es un tema más profundo y en mi caso, como nutricionista, que me toca tratar a pacientes especiales en edad escolar, lo hablo mucho con las familias y les brindo información sobre una gran variedad de alimentos, de manera que puedan acceder a ellos según su condición social y lo-gremos todos los mismos objetivos.



“Hay que saber diferenciar las situaciones de los sectores más vulnerables, y creo que es más un problema de educación que de programas y políticas públicas. Si se lo aborda desde la niñez va a ser mejor que un programa que sale a repartir comida a los sectores más vulnerables, que siempre quedan expuestos a la coyuntura política”

–¿Cómo se logra una dieta equilibrada en una sociedad fragmentada?

–Es un tema complejo y que representa todo un desafío. Hay sectores de mucho poder adquisitivo y otros que no tienen casi nada y con dificultades nutricionales, o exceso de peso u obesidad. Hay, es cierto, mucha más información a través de las redes, donde se brindan consejos y recetas, pero en general son recomendaciones para un segmento medio y medio alto, y los grupos de bajos recursos se quedan al margen. Como nutricionista profesional, uno aconseja encontrar un camino intermedio hacia una alimentación saludable. Hay que saber diferenciar las situaciones de los sectores más vulnerables, y creo que es más un problema de educación que de programas y políticas públicas. Si se lo aborda desde la niñez va a ser mejor que un programa que sale a repartir comida a los sectores más vulnerables, que siempre quedan expuestos a la coyuntura política.

–Una especialista en el tema nos decía en una entrevista anterior que “a comer sano y saludable se aprende”, ¿coincidís con ese concepto?

–Sí, es un mensaje que se trabaja mucho y pienso que en el largo plazo una buena educación resulta más fructífero que una reglamentación. Yo hice mi tesis en Isalud (el TFI, trabajo final integrador) sobre etiquetado nutricional, y en relación a la Ley de etiquetado frontal aprobada en el 2021, que despertó polémicas con las intenciones de modificarlo del actual Gobierno, creo que, si bien la normativa es una buena estrategia para alentar un cambio cultural, el camino hacia una alimentación más saludable es difícil si no hay una buena educación previa.