

DIFERÈNCIA ENTRE UN ENDOCRÍ I UN NUTRICIONISTA

4 maig, 2022

Els dos tipus d'especialistes coincideixen en alguns punts, però es difereixen en altres. Existeix certa confusió quant als rols professionals dels diferents experts de l'àmbit nutricional. Moltes vegades ens costa entendre els diferents rols i competències entre **nutricionistes** i **endocrins**.

Davant situacions comunes relacionades sobretot amb el pes ens sorgeix el dubte sobre a què professional hem d'acudir i quines capacitats té cadascú d'ells. Per exemple, hem pujat de pes quasi sense motiu aparent, ¿a qui hem d'acudir?

Un **endocrí** és un metge especialitzar en les malalties de les hormones, del metabolisme i en els problemes nutricionals. Abans de convertir-se en endocrí, ha de seguir un llarg i complex camí que comença per superar el grau de medicina.

Una vegada superada aquesta fase, ha de realitzar un sistema de formació, el MIR d'Endocrinologia i Nutrició, que sol durar uns quatre anys. En acabat la residència, obtindrà el títol de metge especialista en Endocrinologia i Nutrició.

La visió de l'**endocrí** és molt ampla perquè el seu treball abasta problemes del sistema endocrí; alteracions del metabolisme; i problemes nutricionals. En particular, el és un mèdic especialista en l'estudi i tractament de les malalties que afecten el sistema endocrí.

Es tracta d'un complex sistema d'interaccions determinat per les glàndules endocrines que, a través de la producció d'hormones, exerceixen efectes sobre els teixits, òrgans i glàndules, assolint regular moltes funcions vitals de l'organisme com el creixement, el desenvolupament i el metabolisme.

El paper de les hormones és crucial en moltes situacions en les quals el pacient no aconsegueix aprimar i l'endocrí, com especialista del metabolisme, és la figura que pot investigar

i solucionar el problema.

En concret, i com detalla la Societat Espanyola d'Endocrinologia i Nutrició (SEEN), l'endocrí s'ha preparat per diagnosticar i tractar afers com:

- Metabòlics: diabetis tipus 1 i 2, hipercolesterolèmia, hipertrigliceridèmia, hipertensió o osteoporosi, entre altres.
- Hormonals i glandulars: menopausa, infertilitat, malalties de les tiroides, baixa estatura, càncer de les glàndules, etc.
- Nutricionals: obesitat, desnutrició, ajuda a donar suport nutricional en situacions de malaltia després d'una cirurgia o un càncer, per exemple.

Pot passar que una dieta saludable o una pauta particular no siguin suficients per resoldre el problema sinó que siguin necessàries teràpies farmacològiques adequades o proves específiques. Si hi ha patologies manifestes o si la dieta ha de combinar-se amb alguns medicaments, l'endocrí ens ajudarà. Per la seva visió ampla, també elabora investigacions encaminades a comprendre el funcionament del cos humà i entendre com l'afecten determinades malalties.

Les funcions del nutricionista-dietista

Un **nutricionista** és un diplomat en la universitat del Grau en Nutrició i Dietètica, de la rama de Ciències de la Salut, que sol durar quatre anys. No només tracta persones sanes sinó que elabora dietes que s'acomoden a les necessitats de les persones, als seus problemes mèdics.

A pesar de tenir estudis reglats de grau i de què Espanya està reconeguda com a professió sanitària, està inclosa de forma minoritària en el sistema públic.

¿Què pot fer per nosaltres un **nutricionista**? Com detalla l'Acadèmia Espanyola de Nutrició i Dietètica, aquest professional sanitari ens ajuda a l'abordatge nutricional i dietètic de totes les malalties que ho precisen i intervenen en totes les etapes fisiològiques que ho necessiten:

- Prescriure una dieta per baixar o pujar de pes: ens ensenyarà a menjar de forma saludable i adequada a les nostres

necessitats.

- Ensenya a menjar bé, detallant com actuen els nutrients al nostre cos.
- Ajudar a interpretar les etiquetes nutricionals dels aliments.
- Planificar dinars i elaborar receptes saludables.
- Tractar i prevenir malalties a través de l'alimentació (des de patologies cardiovasculars a hipertensió o diabetis, entre altres).
- Assessorar en l'alimentació durant l'embaràs, el postpart i la lactància.
- Dissenyar un pla nutricional en cas de voler millorar el rendiment esportiu.

Els **nutricionistes**, per tant, i segons el **Consell General de Col·legis Oficials de Dietistes-Nutricionistes**, ensenyen, investiguen, valoren, guien i aconsellen. La seva professió porta implícita l'educació alimentària i nutricional en qualsevol dels camps on puguin exercir-la. Però, a diferència de l'endocrí, no pot prescriure medicaments o fàrmacs.

El treball conjunt entre els dos professionals és clau per abordar molts trastorns perquè el tractament de diferents malalties relacionades amb la dieta requereix un abordatge multidisciplinari.

És molt important, per exemple, que l'**endocrinòleg**, una vegada descartades possibles alteracions metabòliques, dirigeixi a la persona a un **nutricionista** que valori el tractament nutricional adequat per ell.