

Especialistas venezolanos opinan sobre prioridades en nutrición

Venezuelan specialists' opinion regarding priorities in nutrition

Fundación Bengoa

Introducción

La campaña de educación nutricional de la alianza Farmacia SAAS – Fundación Bengoa, comenzó en 2004, mediante la conquista de un espacio en la población que ha recibido una información focalizada en algunos problemas alimentarios y nutricionales.

Estas actividades se iniciaron con la consulta de un grupo de expertos que aportó información muy valiosa para fundamentar las acciones desarrolladas en estos años, en los cuales se han producido 5 comerciales y 4 guías para la distribución masiva que han tenido una gran receptividad en la población de todos los estratos sociales.

Después de cuatro años se consideró de interés realizar una actualización de la problemática nutricional del país en el 2008. Esta información se tomará como base para la selección de los temas prioritarios en los próximos mensajes educativos que serán difundidos a través de medios masivos de comunicación.

Para aproximarnos a este objetivo se utilizaron dos estrategias. En primer lugar, una encuesta por correo electrónico dirigida a un directorio de expertos en el área para conocer su opinión sobre la problemática nutricional, su prevalencia, factores determinantes y estrategias para contribuir con su solución. En segundo lugar, grupos focales con profesionales de las distintas áreas de la nutrición que trabajaron junto a la Fundación Bengoa.

ENCUESTA CON LOS EXPERTOS

Fueron seleccionados 15 de los 60 cuestionarios enviados por correo electrónico a expertos en los centros académicos e institutos de investigación en todo el país. Estos fueron excluidos de la selección para los grupos focales.

Resultados

a) Problemas identificados

Los principales problemas nutricionales identificados

fueron el sobrepeso y la obesidad; anemia en embarazadas y preescolares, además de déficit calórico–protéico en lactantes. En cuanto a la incidencia y prevalencia de estos problemas, los expertos comentaron no tener información nacional, pero fundamentan sus opiniones en la experiencia recogida en sus respectivos lugares de trabajo.

b) Factores predisponentes

Entre los factores predisponentes de los principales problemas de alimentación y nutrición, identificaron los siguientes:

- Falta de educación nutricional en embarazadas, madres, profesionales de la salud y en la población en general.
- Inadecuados hábitos alimentarios; dietas monótonas; altas en grasas, azúcares simples y carbohidratos; bajo consumo de frutas y hortalizas, e inadecuada combinación de alimentos
- Sedentarismo
- Estrés

c) Estrategias propuestas

Las estrategias propuestas para solventar los problemas de alimentación y nutrición se resumen a continuación.

- Promoción de la lactancia materna e introducción adecuada de nuevos alimentos.
- Campañas en los medios de comunicación (televisión, radio, prensa y cine), centros comerciales, supermercados, ambulatorios, transporte público, parques y en las vías más transitadas. Utilizar alguna figura pública destacada para acompañar el mensaje.
- Fortalecimiento al personal de salud en el área de nutrición.
- Programas de educación nutricional para la promoción de buenos hábitos alimentarios con énfasis en la prevención y detección del aumento de peso (en escuelas, instituciones de educación media, universidades, instituciones públicas y privadas, comités de salud, consejos comunales, grupos de mujeres, clubes, entre otros).

- Fomento de actividades grupales de intercambio en lactancia materna, grupos de apoyo, clubes de obesos para promocionar buenos hábitos alimentarios.
- Modificar la conducta alimentaria de las poblaciones en riesgo.
- Aumentar la actividad física.
- Manejar adecuadamente el estrés.

Estos resultados alimentaron el documento con el cual se elaboró el guión de discusión temática de los grupos focales.

GRUPOS FOCALES CON EXPERTOS

En esta consulta de expertos se utiliza la metodología de los grupos focales, una forma de investigación cualitativa que permite la obtención de información y opiniones de los participantes sobre un tema predeterminado. Esta actividad fue facilitada por el Psicólogo Fernando Giuliani y contó con 15 participantes, distribuidos en dos grupos focales.

Asistieron expertos en representación de las tres Escuelas de Nutrición, Escuela Comunicación Social de la Universidad Central de Venezuela, del Instituto Nacional de Nutrición, del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas, del Hospital Materno Infantil del Este y de la Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría. También participaron representantes de la Fundación Bengoa. El perfil profesional de los asistentes fue nutricionistas, médicos con especialidad en pediatría, metabolismo y endocrinología, salud pública y técnicos de alimentos, comunicadores sociales y publicistas .

Los expertos concluyeron que el problema nutricional parece pasar desapercibido en evaluaciones y diagnósticos, ya que se limitan a las mediciones antropométricas y a las relaciones entre peso, talla y edad. Sin embargo, pueden encontrarse casos de niños que cumplen con esos parámetros, pero presentan déficit de micro nutrientes (hambre oculta). Igualmente, determinaron que ha desmejorado la calidad de la alimentación y hay poca conciencia en la sociedad.

La consulta de expertos aportó además insumos para el diseño de futuras campañas nutricionales en el país. Se destacó la problemática nutricional, sus causas y consecuencias, propuestas de temas para las campañas, ideas de cómo abordarlas, su contexto y la población a la que deben ser dirigidas.

Resultados

1.- Problemática Nutricional

En opinión de los participantes, la situación nutricional

del país no es fácil de precisar en términos estadísticos debido a la falta de información al respecto. Adicionalmente, pareciera que los problemas nutricionales no son el motivo principal de consulta de la gente y, además, suelen pasar desapercibidos cuando se consulta por otros problemas. Sin embargo, el contacto directo que tienen los participantes con la problemática nutricional, muestra que la situación nutricional no es buena. Existe una desmejora en la calidad de la alimentación, poca conciencia de la sociedad acerca del problema así como cambios en políticas públicas que no han favorecido la mejora de las problemáticas nutricionales: existe desinformación, las cifras no están disponibles, el diagnóstico de desnutrición muchas veces pasa desapercibido, porque no es el motivo principal de consulta, creen que la calidad de la alimentación ha desmejorado.

Los problemas nutricionales que presenta el país se concentran en dos áreas. Por un lado, el sobrepeso y la obesidad, aparentemente en aumento en la población infantil, así como en adultos jóvenes. Sus consecuencias se asocian con enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión, diabetes, problemas cardiovasculares y síndrome metabólico).

Por el otro, el déficit de micro nutrientes -en especial hierro y ácido fólico- también evidencia un aumento y probablemente está escalando a cifras alarmantes. Afecta sobre todo a mujeres y niños, en quienes la anemia puede causar la disminución de ciertas habilidades para el aprendizaje y la relación con el entorno. Sus efectos en los primeros años de vida pueden ser irreversibles.

Sin dejar de mencionar la desnutrición crónica, estos dos problemas señalados con anterioridad, son considerados por los participantes las áreas más delicadas en materia de nutrición. Por ende, pareciera entonces que en ellos debería poner su atención la campaña.

2.- Causas

Ambas problemáticas tienen como causa fundamental una alimentación deficiente, no balanceada y carente de variedad. Así, por ejemplo, pareciera que hay un aumento del consumo de carbohidratos y grasas, especialmente aquellas de mala calidad. Confluyen en esto factores económicos que determinan el acceso de la población a cierto tipo de alimentos, la salud materna, la falta de información y educación en el área nutricional, además de un conjunto de falsos hábitos e infundadas creencias.

- Las causas de este problema, los participantes las asocian con una mala alimentación, donde

predominan tal vez los carbohidratos pero escasean los alimentos que pueden proveer estos micro nutrientes. Tal y como ya lo expresamos, las condiciones deficientes de la madre en este sentido contribuyen con la vulnerabilidad del niño para que ya comience su vida con este déficit. De acuerdo con la opinión de los participantes, no toda la población puede obtener estos micronutrientes directamente de la alimentación, ya que buena parte de ella, consume lo que puede acceder con su escaso presupuesto, así como lo que sus prácticas y hábitos le inducen, promoviendo así cada vez mayores condiciones para la persistencia del problema.

- Habría que ver hacia donde está yendo el consumo de ciertos alimentos, de repente el niño está gordito pero no necesariamente, es un bebé que va a tener la cantidad de macro y micronutrientes adecuados. De repente consumen muchos carbohidratos y puede ser un bebé que tiene una desnutrición que no llega a ser un trastorno tan florido como lo teníamos hace algún tiempo, pero es un niño que tiene proteínas muy bajas y varios micro nutrientes bajos como por ejemplo hierro.
- Si hay deficiencia de micro nutrientes durante los dos primeros años de vida y en el embarazo, pero si se trata de una adolescente embarazada de por sí tiene deficiencia de hierro ya que los requerimientos están aumentados, por esto su bebé nace con depósitos de hierro bajo, luego comienzan a darle leche completa durante los primeros años (porque eso es una creencia transmitida desde las abuelas) que origina pequeñas hemorragias intestinales que le producen más anemia.
- Se pueden obtener los micro nutrientes de la alimentación cuando la alimentación es buena, es balanceada, pero hay un grupo de la población que no lo va a poder obtener de la alimentación.

De todos estos aspectos, parece razonable que la campaña se enfoque en las causas educacionales y culturales ya que la falta de conocimientos sobre los alimentos y la forma en que deben combinarse, son factores de primer orden en el origen de los problemas.

3- Consecuencias

Las consecuencias de este déficit son por demás graves y creemos que, dado el énfasis que en ello hicieron los participantes, sería recomendable que el equipo encargado de elaborar la campaña pudiera recibir un asesoramiento detallado al respecto ya que, en este informe, no podríamos explicar el asunto con la precisión y la claridad científica que requiere para su total comprensión y, sobre todo, para lo que sería su manejo a nivel comunicacional.

Sin embargo, expondremos en forma general las consecuencias que, de acuerdo con la opinión de los participantes, tiene el déficit de micro nutrientes en los niños. Por un lado, el déficit se relaciona directamente con la anemia. Por otro, esto produce también deficiencias en las capacidades del niño para relacionarse con el entorno, así como para adquirir un conjunto de habilidades. Adicionalmente y, tal vez lo más dramático, estas consecuencias en los primeros años de vida e inclusive desde el período pre-natal, pudieran ser irreversibles.

Cada vez que hay deficiencia de hierro, se ha demostrado que hay disminución en sustancias que nos permiten tener una mayor relación con nuestro entorno. Ese es un chiquitito que no va a ser tan proactivo como los demás, no se va a relacionar igual, no va a adquirir las mismas habilidades. Se ha demostrado que las alteraciones por deficiencia de micro nutrientes puede ser irreversible. Hay anemia que no es sólo debido a la insuficiencia de hierro, sino a deficiencia de ácido fólico.

4.- Desconocimiento/falta de información/falta de conciencia

El tema del desconocimiento o falta de información o falta de conciencia en relación con el tema nutricional fue, sin duda, uno de los principales problemas asociados con la malnutrición que señalaron los participantes, todos coinciden en que el asunto de la falta de educación alimentaria y nutricional está en la base de todas las problemáticas señaladas. Destaca en todo este panorama, la falta de información o educación referido, por ejemplo al desconocimiento de los tipos de alimentos, así como sus combinaciones que pueden resultar acertadas o desafortunadas según incluyan inhibidores o facilitadores del proceso institucional. Tampoco existe conocimiento adecuado de la anemia y trastornos similares relacionados con la nutrición. Coinciden, pues, los participantes en que no hay buena educación en la población en torno a lo que debe ser una buena alimentación, diversa, completa y balanceada.

Adicionalmente a ello, existen en la población un conjunto de hábitos, valores, representaciones y creencias que, por un lado, orientan y canalizan un conjunto de prácticas y conductas relacionadas con el consumo de alimentos que no favorecen la correcta alimentación por ende, la adecuada nutrición. Por otro lado, toda esta estructura simbólica cultural opera, seguramente, como un factor de resistencia frente a la información nueva y frente a propuestas de cambios de hábitos. Veamos ahora la opinión de los participantes acerca de este tema:

Yo trabajo directamente en la comunidad (...) y veo el desconocimiento que tienen las madres sobre los alimentos y lo que le aporta los alimentos.

Yo pienso que el desconocimiento que tiene la población en cuanto a qué nutrientes le aportan los alimentos es un factor importantísimo.

No conocen cuáles son los inhibidores, los facilitadores, no tienen conocimiento de lo que debe ser una dieta balanceada. Hay que empoderar a las madres porque ellas no saben.

Hay anemia de origen nutricional por falta de educación, no saben como combinar los alimentos, no saben cómo tienen que dárselos, no saben qué es malo o qué es bueno. Pienso que todos estos problemas son por la falta de información en las comunidades, el no conocer cuáles son los tipos de alimentos, no saben cómo combinarlos, no tienen el hábito de consumir frutas y vegetales, consumen muchos carbohidratos para saciar la necesidad que tienen de comer, pero quizás también por la falta de recursos económicos.

Esto se debe a que no saben, ni siquiera que el niño tiene anemia o que ellas embarazadas tienen anemia porque van al médico, le dan sus vitaminas, su ácido fólico y a veces mejoran a veces no, pero no saben.

La causa fundamental es la falta de conocimientos básicos, los malos hábitos, el sedentarismo.

El otro problema importante es el tema de la educación, el tema de valores, el tema de representaciones.

Desde el punto de vista de la comunicación, creo que el problema es la tremenda falta de educación que tenemos como pueblo a la hora de alimentarnos.

Yo creo que todo parte de que la población tenga conocimiento de lo que es una alimentación adecuada.

Hay muy poca conciencia de la gente; no saben muy bien lo que es la anemia.

La desnutrición crónica que veo relacionada con la falta de educación. Nuestra falla más grave es no haber sabido comunicar a la gente cómo comer, qué comer y qué es bueno y qué es malo.

El problema son las creencias, son las costumbres y hay un problema serio de desinformación, agravado por la comunicación de las empresas de alimentos industrializados.

Para nosotros desde la perspectiva de la comunicación en salud, tenemos que tratar de encontrar los mecanismos culturales y emocionales que están operando de alguna manera en la nutrición.

5. Estímulo hacia un consumo inadecuado

Sumado a la desinformación y falta de educación los participantes señalaron un conjunto de factores que están estimulando un inadecuado consumo de alimentos y que contribuyen así, con los problemas de desnutrición o, cuando menos, no están ayudando a fomentar ni la educación ni los buenos hábitos en esta materia.

Así, por un lado, existe un poderoso aparato comunicacional y propagandístico por parte de las empresas de alimentos industrializados que promueven productos muy poco saludables para la nutrición. Adicionalmente a ello, sus estrategias de publicidad llegan a construir "modas" en cuanto al consumo de ciertos productos que, sin ser realmente coadyuvantes de una buena alimentación, terminan por imponerse en los hábitos de consumo de la población. Frente a ello, no parecen existir regulaciones adecuadas.

Por otro lado, la "lonchera" que el niño se lleva al colegio parece componerse de alimentos que tampoco contribuyen con la buena alimentación y nutrición, hecho que en buena parte tiene que ver con la falta de tiempo de la madre para preparar otro tipo de alimentos, pero donde seguramente, también está operando el impacto publicitario de las empresas de alimentos al cual ya nos referimos.

Por último, otro factor que también parece estar actuando en la misma dirección que los anteriores son las cantinas escolares, las cuales al parecer ofrecen productos de escaso o nulo valor alimentario y nutricional.

Todo ello, en conjunto, conforma una estructura de estímulos hacia un consumo inadecuado de alimentos que representa un problema más para la nutrición en el país:

Hay una sobre oferta publicitaria que es muy negativa.

Antes ese tipo de alimentos (se refiere a los alimentos industrializados) eran bien controlados, ahora hasta el "pepito" tiene hierro. El hierro es malo cuando falta pero también es malo en exceso. Aquí hay un problema con lo que se está permitiendo.

Hubo bastante influencia, muy impactante el bombardeo de productos industrializados hoy en día, como es moda los niños dejan de comerse una arepa que puede ser más

nutritiva por un jugo o por una galleta que está de moda. Influyen mucho las campañas sobre el consumo de cereales y no se controla por parte del Estado. La publicidad no vemos que vaya hacia el consumo de legumbres y frutas. En zonas como Mérida, producen vegetales y hortalizas y nuestras comunidades no consumen lo que ellos producen.

Esto nos lleva a este tipo de problemas, hacemos muchas campañas, tenemos muchas alianzas, pero creo que está faltando algo.

La madre no tiene tiempo entonces lo más práctico es comprar galletas, comprar un jugo, una barra de chocolate. Esas "loncheras" están desmejorando la calidad de la alimentación.

Otro problema es la cantina escolar, se refiere a que se ofrecen alimentos indiscriminadamente sin ningún tipo de orientación y respeto hacia los valores nutricionales. Lo otro es como puede uno luchar contra las transnacionales en el momento cuando sus alimentos se venden en las cantinas escolares.

6.- Contexto

Los procesos de alimentación y nutrición no pueden ser comprendidos ni abordados fuera de su contexto. Con ello nos referimos a que como todo fenómeno humano, la alimentación y la nutrición aún cuando se corresponden con un mundo biológico, también se implican en un ambiente social y cultural, donde lo económico, lo familiar y hasta lo político tienen su peso. En términos generales, casi todo sobre lo que han opinado los participantes, está referido a la población popular que es la mayoría en nuestro país y ello ya de por sí nos da una idea del contexto general en el que se inscriben todos estos problemas. Sin embargo, hemos querido incluir aquí algunas opiniones de participantes que señalaron aspectos muy específicos del contexto que pueden resultar de utilidad para los objetivos del estudio:

Además, cómo la familia ha bajado la protección al niño pre-escolar.

Hay mucha mujer sostén de hogar que tiene que salir a trabajar y ese niño queda al cuidado de sus hermanitos y hay mucho niño que se auto cuida. En el mejor de los casos, el niño queda al cuidado de una abuela.

El acceso que tiene que ver con lo económico.

Hay familias donde hay más hombres que mujeres y la distribución del alimento es diferente, está determinada

por la composición familiar.

El alimento es un tema sensible, cómo ¿cuánto ganas? o ¿qué edad tienes? es un tema de intimidad. Cuanto más símbolo de status tiene, más delicado es tocar el tema del alimento. Entonces hay que manejarlo con cuidado.

7. Jerarquización de los problemas

Luego de discutir y exponer todos los problemas que los participantes consideran fundamentales dentro del tema de la alimentación y la nutrición, realizaron la siguiente jerarquización:

- Educación / Falta de información
- Forma como se comunica la información
- Desconocimiento de los micro nutrientes
- Deficiencia en micro nutrientes (hierro y ácido fólico)
- Consumo de grasas
- Contraste déficit-exceso
- Lactancia materna
- Oferta de productos
- Estructura saludable de la dieta
- Higiene

8.- El grupo o población a quién dirigir el mensaje

Aún cuando la población entera debería ser objeto de educación nutricional los expertos recomiendan dirigir el esfuerzo comunicacional hacia la mujer, sobretodo aquella en edad fértil y hacia la madre. En este sentido, vale la pena insistir en que mientras más se conozca el mundo de vida de esa mujer (representaciones, expectativas, valores, hábitos, relaciones, familia, comunidad, etc.), mejor se podrá dialogar con ella a través del mensaje.

9.- La articulación de esfuerzos

Por último, se quisiera destacar que, para abordar un tema tan complejo como la nutrición y especialmente en lo que se refiere a la educación nutricional, es imposible que pueda ser manejado en su totalidad por un solo actor. Más aún, es necesario evitar la contradicción de mensajes así como la duplicidad de estrategias. Todo ello muestra un amplio panorama que requiere la conjunción de esfuerzos, tanto en el ámbito comunicacional como en muchas otras áreas.

COMENTARIOS FINALES

El problema nutricional en el país, de acuerdo con la opinión de los participantes, es complejo debido a la multiplicidad de factores predisponentes y determinantes del entorno que requieren ser abordados a través de sólidas políticas públicas.

Se presenta una situación de franca transición epidemiológica que se revela en la coexistencia de problemas de déficit de nutrientes -con y sin desnutrición-, además de sobrepeso y obesidad. A esto se agrega una cultura que estimula hábitos de consumo y de vida que contribuyen con el incremento de enfermedades relacionadas a la alimentación.

Reportes oficiales, estudios puntuales realizados por institutos, universidades y otros centros del país y el aporte de los expertos consultados, ratifican la complejidad del problema nutricional que afecta sobre todo a los más vulnerables como son la población materno infantil, adolescente y los adultos mayores.

Los resultados de estos estudios, sin lugar a dudas, proporcionan suficientes insumos para orientar las futuras campañas de educación nutricional, las cuales deben contribuir a mejorar los problemas identificados.

Una de las recomendaciones es enfocar la campaña hacia la madre como principal objetivo, ya que sobre ella recae la responsabilidad de la alimentación de sus hijos y de la familia, así como apelar a sus afectos, sentimientos de responsabilidad y preocupación.

Sin embargo, es fundamental el estudio de los esquemas de valores, simbologías, conductas, relaciones, interacciones, hábitos o creencias que sobre los alimentos tiene la población. Esto permitirá elaborar mensajes más eficientes para producir el impacto deseado. Esta es, sin lugar a dudas, una de nuestras tareas en el próximo período.

Otro de los planteamientos es unir esfuerzos para continuar la articulación de la campaña con la normativa oficial y armonizar los contenidos de la información que será difundida.