

# **LABOR NORMATIVA**

## **PROGRAMA Y NORMAS DE TRABAJO DEL SERVICIO DE NUTRICION EN LOS CENTROS DE SALUD PUBLICA**

### **Programa.**

De acuerdo con el Decreto 320, aparecido en la Gaceta Oficial de fecha 18 de noviembre de 1949, corresponde al Instituto Nacional de Nutrición, planear los programas de Nutrición en los Servicios de Salud Pública.

Hasta ahora no se había podido incorporar en los planes de trabajo de las Unidades Sanitarias un Servicio de Nutrición, debido a la carencia de personal capacitado a tal fin, ya que en los estudios de Enfermería se incluye únicamente la materia de nutrición desde un punto de vista general, con contadas clases, lo que conduce a que las Enfermeras Sanitarias, tan bien preparadas en otros puntos, se encuentren con grandes dificultades para llevar a cabo un programa de nutrición.

Por esto se hace indispensable que desde ahora se le dé toda la importancia que tiene la Nutrición en el plan de estudios de preparación del personal de Enfermeras de Salud Pública.

Fundamentalmente puede subdividirse el programa en dos partes:

- I) Programa en los Centros de Salud Pública.
- II) Programa en Instituciones.

### **I) PROGRAMA EN LOS CENTROS DE SALUD PUBLICA**

El programa de trabajo comprenderá:

- a) Establecer contacto con las Enfermeras Jefes de los Centros y con las Enfermeras Visitadoras.

b) Investigar la situación económica de las familias a fin de clasificarlas en:

I.—Familias de carácter educativo.

II.—Familias de carácter asistencial

III.—Familias de carácter educativo-asistencial.

c) Establecer fórmulas sencillas de distribución de gastos en alimentación y presupuestos familiares, a fin de que puedan ser aplicadas por las Enfermeras Visitadoras.

d) Estudiar aquellos casos que merezcan atención especial, en colaboración con la Enfermera encargada de la familia.

e) Referir al Instituto Nacional de Nutrición los casos de desnutrición evidentes, de acuerdo con los signos encontrados por la Visitadora Sanitaria. (Para ello sería necesario preparar una sencilla semiología de la Nutrición, de aplicación práctica).

f) Preparar un formulario sencillo para el interrogatorio acerca del consumo de los principales alimentos.

g) Acompañar a la Visitadora Sanitaria en la visita domiciliaria, cuando así lo estime la Enfermera Jefe del Centro.

h) Dictar charlas de Nutrición en las reuniones que se celebren en el Centro, tanto para las Enfermeras como para las madres.

i) Colaborar en la Consulta Pre-natal con el Médico y Enfermera en cuanto a la alimentación que deben seguir las prenatales, y dictar charlas a éstas cuando se estime oportuno.

j) Llevar control de los tickets gratuitos para los Comedores Populares.

k) Mantener contacto con los Mercados Libres, a fin de conocer al día las fluctuaciones de precios de los alimentos e informar a los Centros sobre los productos más convenientes.

l) Distribuir en los Centros los folletos, hojas y revistas, que se relacionan con la nutrición, para su difusión entre las familias.

ll) Atender cualquier petición en colaboración de las autoridades del Centro, cuando se relacionen a problemas de nutrición.

m) Queda fuera del programa de este Servicio el problema nutricional de niños menores de 7 años, ya que se supone que tienen establecidas pautas por la División Materno Infantil. No obstante, debe existir cierta colaboración en ambos programas, al igual que con las prenatales.

**Distribución del horario de trabajo.**—De las 46 horas semanales de trabajo, las Nutricionistas dedicarán 20 horas a atender los Centros de Salud Pública, en las horas y días que más convengan para mayor rendimiento en el trabajo.

Otras 20 horas dedicarán al Instituto Nacional de Nutrición, en la preparación y organización del trabajo.

Las 6 horas restantes las dedicarán a recibir clases e instrucciones del personal médico del Instituto.

## II) PROGRAMA EN INSTITUCIONES O COLECTIVIDADES

En el Decreto de creación del Instituto Nacional de Nutrición, figura entre las funciones asignadas la de "fijar las condiciones mínimas a que deberá someterse la alimentación en los Centros de enseñanza, instituciones asistenciales u otras de carácter social".

Lógicamente, la parte normativa de esta función será desarrollada por el Instituto, fijando las condiciones a que se refiere el párrafo anterior, pero la aplicación de dichas normas deberán ser llevadas a cabo en los Servicios de Salud Pública por intermedio de las Unidades Sanitarias.

**Plan de trabajo.**—El plan de trabajo del programa en Instituciones tendría las siguientes bases:

a) Elaboración de un censo de las Instituciones existentes en Caracas, en las cuales tengan un régimen colectivo de alimentación, a excepción de Hospitales, que son objeto de un programa aparte especial.

b) Extender en el futuro el Censo a todas las Instituciones del país.

c) Agrupar las Instituciones de acuerdo con características comunes (oficiales o privadas; internados de escolares; adolescentes; asilos; penales; etc.).

d) Elaborar un cuestionario-base para el estudio del régimen alimenticio que tiene la Institución.

e) Elaborar las normas mínimas a que deberán sujetarse, de acuerdo con sus características.

f) Dictar charlas educativas acerca de Nutrición.

g) Establecer contactos con los médicos y enfermeras de Instituciones, a fin de conocer los problemas de salud, en colaboración con la Unidad Sanitaria.

h) Cooperar con los Directores o Administradores de Instituciones en todo problema que soliciten, en relación con la alimentación o salud pública en general.

i) Organizar algún curso o pasantía en el Instituto, para preparar el personal administrativo o técnico directamente vinculado a la alimentación de las Instituciones.

j) Estudiar y resolver las consultas que se dirijan al Instituto, en relación con la alimentación de colectividades.

**Horario de trabajo.**—De las 46 horas semanales, la Nutricionista dedicará:

20 horas para visitar las Instituciones.

20 horas para trabajo de Oficina.

6 horas para estudio y clases.

#### **NORMAS PARA LA REALIZACION DEL PROGRAMA.**—

Dentro de los conceptos modernos de la Sanidad, un Servicio de Salud Pública debe comprender el aspecto preventivo como el asistencial.

En consecuencia, el Servicio de Nutrición en los Centros de Salud Pública deberá atender ambos aspectos, ya que quedaría incompleta la acción sanitaria en materia de Nutrición, si realizáramos únicamente una labor educativa entre las familias, tendiente a la corrección de los desajustes alimenticios. En algunos casos será preciso atender por medio de una acción asistencial a estas familias, cuando las condiciones económicas de las mismas impidan mejorar su alimentación. La labor a desarrollar en el Servicio de Nutrición podría esquematizarse en los tres programas siguientes:

- a) Investigación.
- b) Educación.
- c) Ayuda social.

a) **Investigación.**—Antes de iniciar cualquier labor sanitaria, es fundamental conocer previamente los problemas más frecuentes que se presentan en las familias inscritas en los Centros de Salud Pública. Este conocimiento debe abarcar desde la situación de los ingresos, disponibilidad de la familia y distribución del presupuesto familiar, hasta el conocimiento aproximado del consumo de los principales alimentos.

Es un hecho cierto que los interrogatorios acerca del consumo de alimentos, son difíciles. Muchas familias pretenden hacer ver que comen mejor que en la realidad, con el objeto de aparentar un estado o posición superior a la real.

En otros casos las familias tratan de impresionar a la visitadora haciéndole ver una situación de gravedad que en realidad no existe. Estos dos puntos hay que tenerlos muy en cuenta al interrogar acerca del consumo de alimentos.

El procedimiento más adecuado para obtener datos reales no es el interrogatorio directo a la familia, sino el de deducir las cosas a través de las conversaciones obtenidas con la familia. Mucho más se consigue de una conversación cordial que no impusione a la familia, que del método directo de un interrogatorio frío, de cuyos objetivos la familia no sospecha, pero del cual no se logra provecho alguno para la encuesta.

Dentro de un Servicio de Nutrición en Salud Pública, no será necesario realizar una investigación detallada acerca del consumo alimenticio familiar. En la mayoría de los casos es suficiente una valoración aproximada del consumo de los principales alimentos, especialmente de los protectores, tales como leche, mantquilla, huevos, carne, vegetales y frutas.

En realidad, debe suponerse que toda familia consume suficiente cantidad de alimentos populares y más baratos, tales como azúcar, leguminosas (caraotas, frijoles, etc.), tubérculos (verduras) y cereales. De aquí que una investigación que puede ser interesante en encuestas estadísticas precisas, esté fuera de lugar como rutinario de un Servicio de Nutrición de Salud Pública.

No obstante, lo más difícil en estos casos es la valoración de los datos obtenidos cuando no contienen resultados cuantitativos. Una fórmula sencilla es la de determinar el consumo de un supuesto alimento por cuatro valores, a saber:

No consume nada.....	1
Consumo muy raro.....	2

Consumo moderado .....	3
Consumo frecuente .....	4

De esta forma podemos apreciar numéricamente el consumo aproximado de un alimento.

Si una familia, por ejemplo, obtiene en la cifra correspondiente los valores de: Leche 1; mantequilla 1; carne 4; frutas 3; legumbres 1; deduciremos que el consumo de leche, mantequilla y legumbres es nulo, en tanto que el de carne y frutas es más o menos adecuado.

Si sumáramos la puntuación dada por esta fórmula obtendríamos la cifra de:  $1 + 1 + 4 + 3 + 1 = 10$ .

Establecido el valor máximo que pueda obtenerse de 20 puntos, la conclusión a que llegamos respecto a la familia estudiada es que tiene un consumo de alimentos protectores francamente bajo.

Se estimaría como alimentación muy buena cuando la puntuación sea de 16 a 20; buena, de 13 a 15; deficiente, de 10 a 12 puntos; y muy mala, menos de 10.

Tal vez esta precisión numérica no refleja exactamente las condiciones alimenticias de la familia, pero dada las dificultades existentes para la realización de una investigación más precisa, esta valoración servirá por lo menos para tener una orientación aproximada, que siempre tendrá un valor apreciable.

Los aspectos económicos de la familia son asimismo de gran utilidad, aunque la experiencia ha demostrado que no siempre se obtienen estos datos con suficiente exactitud. Los ingresos de cada uno de los miembros no miden exactamente las condiciones de vida de las familias, pues lo que caracteriza este hecho es el gasto, y mejor aún, la distribución de los gastos, ya que puede haber familias con ingresos altos de los cuales dediquen a los gastos familiares una mínima proporción. Lógicamente en estos casos interesa el ingreso, pero no como medida del "standard" de vida sino como conocimiento de las posibilidades para alcanzar determinado "standard", especialmente por medio de una labor educativa.

En consecuencia, interesan más los gastos o las disponibilidades económicas de la madre de familia o la que haga sus veces. Dentro de este capítulo de disponibilidades económicas, importa de manera especial la disponibilidad para los gastos de ali-

mentación, ya que la base de este dato es fundamental para apreciar la alimentación que puede adquirir con una buena distribución de dichos gastos.

Añadiríamos a todo esto que las disponibilidades económicas de la familia dependen del número de miembros de cada hogar. Si dividimos la disponibilidad mensual total por el número de miembros, obtendríamos el dato de la disponibilidad por persona, dato de valor relativo, ya que no pueden compararse dos familias con iguales disponibilidades, pero con distinto número de miembros cada uno.

Sin embargo, hemos dicho que este dato tiene un valor relativo y no absoluto, ya que puede haber dos familias con iguales disponibilidades económicas y con el mismo número de miembros y que no estén en iguales condiciones para mantener el mismo "standard" de vida, si es que los miembros de la familia son de distintas edades y distintos sexos.

De aquí nació la idea de reducir las familias a "unidades de consumo".

Por "unidad de consumo" se entiende el denominador común que se ha dado al gasto o consumo de un adulto en actividad moderada. Por lo tanto, para calcular las "unidades de consumo" de una familia, se reduce el número de personas que compone la familia a un denominador común, de acuerdo con los siguientes coeficientes:

Edades:	Varones	Hembras
De 20 a 60 años.....	1	0,8
Más de 60 años.....	0,8	0,7
De 14 a 20 años.....	1,2	0,8
De 7 a 14 años.....	1	0,7
De 4 a 6 años.....	0,5	0,5
Menos de 4 años.....	0,4	0,4

De acuerdo con esta escala, el cálculo para reducir los componentes de una familia a "unidades de consumo" es relativamente fácil.

Supongamos una familia constituida así:

Un adulto varón de.....	40 años
Una hembra adulta de.....	30 „
Un niño de.....	15 „
Una niña de.....	9 „
Un niño de.....	3 „

Si damos a cada uno de estos componentes el coeficiente que le corresponde de acuerdo con la escala anterior, tendríamos:

		<b>Coeficiente</b>
1 Varón adulto de.....	45 años	— 1
1 Hembra adulta de.....	30 „	— 0,8
1 Niño de .....	15 „	— 1,2
1 Niña de .....	9 „	— 0,7
1 Niño de .....	3 „	— 0,4
—		
Total de unidades de consumo.....		4,1

Esta familia tiene, pues, 4,1 unidades de consumo, aún cuando está constituida por cinco miembros. Dicho de otro modo, esta familia compuesta por 5 personas tiene un gasto o consumo igual a 4 adultos varones.

Una vez calculado el número de unidades de consumo que corresponde a la familia, será muy fácil deducir cuál es el ingreso por “unidad de consumo” y cuál es la disponibilidad económica por la misma unidad.

Si esta familia tuviera un ingreso mensual de Bs. 720, para calcular el ingreso por “unidad de consumo” dividiríamos 720 entre 4,1, lo que nos daría Bs. 175,00.

El ingreso por persona sería (720: 5) de Bs. 144,00.

El valor del ingreso por “unidad de consumo” tiene gran importancia para apreciar las posibilidades económicas de la familia.

Cuando una familia tiene un ingreso mensual por “unidad de consumo” superior a Bs. 150,00, puede estimarse que está dentro de un marco de acción educativo, ya que será posible lograr un mejor standard de vida distribuyendo bien dichos ingresos. Clasificaríamos, en consecuencia, a aquellas familias cuyos ingresos mensuales por “unidad de consumo” sean superiores a bolívares 150,00, como familias de tipo **educativo**.

Cuando el ingreso mensual por “unidad de consumo” sea entre bolívares 60,00 y 150,00, debe clasificarse como familia **educativo-asistencial**, ya que podría hacerse una labor educativa de resultados positivos, aún reconociendo que con una pequeña ayuda asistencial mejoraría mucho más su situación.

Por último, cuando el ingreso mensual por "unidad de consumo" sea inferior a Bs. 60,00, debe clasificarse como de tipo asistencial, es decir, que necesariamente será preciso acudir a la ayuda asistencial para lograr alguna mejoría.

En resumen:

<b>Ingreso mensual por "unidad de consumo":</b>	<b>Clasificación:</b>
Más de Bs. 150,00.....	Tipo educativo.
De 60,00 a 150,00.....	„ educativo-asistencial.
Menos de Bs. 60,00.....	„ asistencial.

En un Centro de Salud Pública que tenga bajo control, supongamos, 600 familias, podremos obtener una apreciación bastante aproximada de su situación económica, siguiendo la clasificación anterior; y sabremos, por otro lado, el número de familias en las cuales podemos realizar labor simplemente educativa y el número que precisará de ayuda asistencial.

También tendrá valor para cualquier estudio comparativo de los tipos de familias que componen un determinado Centro de Salud Pública, en relación con otro.

Lógicamente todos los Centros de Salud Pública tendrán los tres tipos de familias, pero en distintas proporciones.

b) **Educación.**—Una de las cuestiones más importantes para administrar bien los ingresos de una familia, es tener una idea clara de la forma cómo han de distribuirse los gastos destinados al alquiler, alimentación, vestido, transporte y gastos de recreación y diversiones.

Es frecuente que las familias, en lugar de calcular la cantidad de dinero que disponen para la adquisición de comida, vestido, y para diversiones, vayan gastando día a día el dinero que ingresa, sin pensar que si no hay control de las disponibilidades, puede llegar el fin de semana o de mes, sin un centavo.

Esto debe evitarse y para ello una ama de casa que quiera organizar bien su presupuesto, debe saber primeramente cuáles son las necesidades de su familia y disponer de una cantidad para cada necesidad.

Puede estimarse que los cinco capítulos de gastos más importantes en una casa, son los siguientes: Alimentación, alquiler,

vestidos, diversiones y ahorro (para emergencias, como en caso de enfermedad u otros).

Según los ingresos que tenga la familia así deben distribuirse los gastos, dedicando mayores o menores cantidades a cada capítulo.

Aproximadamente, para una familia obrera o de clase media se recomienda gastar en cada capítulo las siguientes proporciones:

En alimentación: La mitad de los gastos.....	50%
En alquiler: Una cuarta parte.....	25%
En vestidos, transporte y diversiones: La mitad de la cuarta parte.....	12,5%
En ahorro (imprevistos): La otra mitad de la cuarta parte .....	12,5%

---

Bs. 100

Es claro que si la familia no paga alquiler por tener casa propia, la cantidad que corresponda lo destinaría bien a mejorar la alimentación, o en vestidos y diversiones, pero preferentemente debería destinarlo al ahorro.

Sin embargo, hay que distinguir entre lo que son necesidades vitales y necesidades de confort. Las primeras son imprescindibles si no se quiere caer en la enfermedad. Tal es la alimentación, y el gasto destinado a este fin puede rebajarse solamente hasta un límite, ya que por debajo de éste, no es posible el mantenimiento de la salud, lo que conduce a la pérdida de energías y a la enfermedad.

En cambio, los gastos dedicados a la vivienda pueden modificarse de acuerdo con los ingresos y standard de vida, ya que la necesidad vital de vivienda puede cubrirse con gastos muy inferiores a los que exigen vivienda confortable.

Esto quiere decir que según las posibilidades económicas de la familia, puede disminuirse en algo el **gasto** dedicado a alimentación, pero este **algo** debe ser la menor cantidad posible; en tanto que el gasto dedicado a vivienda, vestido y diversiones, sobre todo, puede disminuirse hasta niveles mucho más bajos.

Así pudiéramos deducir, en resumen, que una familia obrera debe:

Gastar lo **necesario en alimentación.**

Gastar lo **conveniente en vivienda.**

Gastar lo **imprescindible, en vestidos, transporte y diversiones.**

**Ahorrar,** sin menoscabo de la alimentación necesaria, de la vivienda conveniente y de lo imprescindible de los gastos en vestidos y diversiones.

De este modo una familia con posibilidades económicas limitadas, puede ordenar su vida económica familiar en acuerdo con sus ingresos y sin sufrir estrecheces.

Uno de los capítulos de gastos más importantes, según vimos, es el de alimentación, ya que es un gasto necesario.

Una buena distribución de los gastos destinados a alimentación sería ésta:

1º—En carnes, pescado y huevos.....	$\frac{1}{4}$
2º—En leche, queso y mantequilla.....	$\frac{1}{4}$
3º—En papas, plátanos, verduras, granos (cajotas, frijoles, etc.), legumbres y frutas.....	$\frac{1}{4}$
4º—En pan, arroz, pastas, avena, manteca, azúcar, dulces y otros alimentos .....	$\frac{1}{4}$

Así, una familia que disponga de Bs. 80 semanales para la alimentación, dedicará Bs. 20 a cada grupo, con lo cual es seguro que obtendrá una alimentación variada y bien balanceada.

Además de conocer la distribución de los gastos en cada uno de estos grupos, sería conveniente saber también cómo deben distribuirse los bolívares en cada uno de los grupos.

Veamos una fórmula, fácil de recordar:

El grupo 1º, al cual destinaríamos Bs. 20 semanales, podríamos distribuirlo así:

La  $\frac{1}{2}$ , es decir Bs. 10, a carne de res.

La  $\frac{1}{4}$  parte, es decir Bs. 5, a pescado, carne de cochino, y otras carnes.

La  $\frac{1}{4}$  parte, es decir Bs. 5, a huevos.

El grupo 2º, al cual también destinaríamos Bs. 20 semanales, lo distribuiríamos así:

La  $\frac{1}{2}$ , es decir Bs. 10, a leche.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a queso.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a mantequilla.

El grupo 3º, se distribuiría así:

La  $\frac{1}{2}$ , es decir Bs. 10, a legumbres y frutas.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a papas y plátanos.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a granos (caraotas, frijoles, etc.)

El grupo 4º, así:

La  $\frac{1}{2}$ , es decir Bs. 10, a pan, arroz y pastas.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a manteca y azúcar.

La  $\frac{1}{4}$ , es decir Bs. 5, a otros alimentos.

En el grabado de enfrente puede apreciarse la distribución aconsejada.

c) **Ayuda social.**—El Instituto Nacional de Nutrición tiene actualmente en estudio un proyecto de Ayuda Social para las familias controladas por los Centros de Salud Pública, el cual será publicado en el próximo número.

**J. M. B.**