

Uso de las guías de alimentación para Venezuela por parte de los nutricionistas

Ana C. Aular, Eugenio Ramírez

ANTECEDENTES

Se puede decir que las guías de alimentación se crearon a comienzos de este siglo, cuando los educadores en nutrición trataron de orientar al público con el propósito de fomentar la salud y reducir el riesgo de enfermedades relacionadas con el consumo deficiente o excesivo de alimentos. Es la Asociación Americana del Corazón, una de las pioneras en la elaboración de metas y guías; ya que desde 1965 han venido publicando consejos específicos para prevenir las enfermedades coronarias, sin embargo, el primer grupo de guías, como tal, fue elaborada y publicada en los países escandinavos en 1968.

A pesar de los cambios socioeconómicos, políticos y del conocimiento científico, las guías de alimentación solo han variado en contenido y manera de transmitirse la información, porque los aspectos nutricionales, económicos y disponibilidad de alimentos, siempre han estado presentes en los mensajes; así por ejemplo, en un principio el objetivo de la educación nutricional fue la de promoción del consumo adecuado de energía y macronutrientes; posteriormente se le agregó el concepto de variedad para asegurar el suministro adecuado de hierro, calcio y yodo.

En la década de los años 20, se le da prioridad al consumo de alimentos protectores, fuentes de vitaminas A, B y C.

A finales de los años 30, se publican las primeras tablas de necesidades de energía y nutrientes, y se comienza a elaborar metas y mensajes específicos en cuanto a estas. Después de la Segunda Guerra Mundial, los patrones de alimentación variaron principalmente en los países desarrollados, la oferta de alimentos era mejor que la demanda, por lo que se enfatiza en el consumo de alimentos, produciéndose un aumento en la prevalencia de la obesidad, diabetes, hipertensión, aterosclerosis y cáncer. Esta situación motiva entonces a que varios países comiencen a diseñar metas nutricionales y guías de alimentación para enfrentar el problema.

Con respecto a la manera de transmitirse el mensaje, al principio el instrumento más utilizado en la educación nutricional era el de los grupos de alimentos, dándole dos orientaciones: Una dirigida a los profesionales, describiendo los grupos en términos de nutrientes y sus funciones y la otra dirigido a la población describiendo los alimentos con sus nombres y usos más comunes.

En la actualidad, aún cuando se recomienda seguir utilizando las agrupaciones de alimentos en la educación nutricional, se viene trabajando alternativas educativas más amplias y complementarias como son las guías de alimentación.

Lic. en Nutrición y Dietética.
Escuela de Nutrición y Dietética, U.C.V.

INTRODUCCION

En el presente trabajo se dan a conocer algunos resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento diseñado para evaluar la eficacia y proyección de las guías de alimentación, con el fin de desarrollar estrategias que permitan suplir las limitaciones de las Unidades de Nutrición y demás organismos comprometidos con la difusión de las guías.

La información en referencia se obtuvo de 54 nutricionistas pertenecientes a Unidades de Nutrición y otras Instituciones como Ministerio de Sanidad y Asistencia Social, Instituto Venezolano de los Seguros Sociales, Escuela de Nutrición de la Universidad Central de Venezuela, Universidad de Carabobo (Facultad de Medicina - Núcleo Maracay) y del INCE.

Los datos se presentan por medio de tablas, lo cual permite visualizar mejor los mismos.

El análisis numérico fue complementado con las opiniones expresadas por los encuestados. Tales resultados no podrán proyectarse a todos los promotores de las guías, debido a que las personas encuestadas no constituyen una muestra representativa de esa población, aunque resultan válidos para determinar particularmente lo concerniente al aspecto estructural y de contenido de las guías.

Por otra parte, los datos son de gran utilidad para medir la iniciativa del personal técnico de las Unidades de Nutrición y su relación con otros organismos que imparten educación nutricional, así como también para reorientar los programas de la División de Educación del Instituto Nacional de Nutrición a fin de ejercer mayor impacto en la población.

Las sugerencias de los funcionarios se presenta con la finalidad de que sean atendidos de manera que disminuyan los factores que atentan contra el éxito de la difusión de las guías.

Objetivo

Determinar las experiencias de los sujetos encuestados en relación a la utilización de las guías de alimentación y las estrategias puestas en práctica en las actividades educativas.

METODOLOGIA DE TRABAJO

Las actividades desarrolladas para realizar el presente trabajo fueron:

Primero, se diseñó un instrumento para evaluar el uso de las guías de alimentación, el cual fue validado previamente con personal técnico de la sede central del Instituto Nacional de Nutrición.

El instrumento utilizado consta de los siguientes aspectos: Datos generales del encuestado e información específica sobre

el nivel educativo de la audiencia, estrategias utilizadas; necesidad de entrenamiento al instructor y aspectos referidos a la comprensión y aceptación de las guías, así como opiniones de los encuestados.

La muestra seleccionada fué intencional procurando obtener opinión del personal técnico de las Unidades de Nutrición del país. Con respecto a la información obtenida de otras instituciones surge por iniciativa del personal de las unidades de Nutrición.

El personal técnico de las Unidades de Nutrición fué involucrado en el estudio, a través de comunicación emanada de la Subdirección Ejecutiva del Instituto, donde se le impartieron las instrucciones para el llenado del formulario de evaluación de las guías.

Segundo, se recopiló y analizó la información.

El lapso en el cual se realizó las referidas actividades, abarcó el período comprendido entre Mayo y Octubre de 1994.

Para el registro y presentación de los datos como de su posterior análisis, se diagramaron varios cuadros, en los cuales se especifican en el lateral izquierdo las variables exploradas y en la parte central, los sujetos encuestados con sus respectivos porcentajes y en un cuadro matiz se presentan las variables en relación a comprensión y aceptación del material.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

En la Tabla 1, se presenta la información recopilada de 54 nutricionistas de los cuales 66,67% pertenecen a Unidades de Nutrición, 20,38% pertenecen al Ministerio de Sanidad y Asistencia Social (nivel central y regional); 7,40% del Instituto Venezolano de los Seguros Sociales del Distrito Federal; 1,85% de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Central de Venezuela; 1,85% de la Facultad de Medicina de la Universidad de Carabobo (núcleo Maracay) y un 1,85% del Instituto Nacional de Capacitación Educativa (INCE).

TABLA 1
Nutricionistas encuestados según institución

Institución I.N.N.	Encuestados	%
Unidades de Nutrición	36	66,67
M.S.A.S.	11	20,38
I.V.S.S.	4	7,40
U.C.V.	1	1,85
U. de Carabobo	1	1,85
Ince Salud	1	1,85
Total	54	—

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

Este nos lleva a considerar que las guías de alimentación constituyen una herramienta fundamental en las actividades de Educación Nutricional que se desarrolla, tanto en el Instituto Nacional de Nutrición, como en otros organismos del sector público.

En la Tabla 2 se observa que los niveles de instrucción de los educandos con quienes se ha utilizado mayormente las guías, son de niveles básico y medio en un 54,32%, lo cual revela una menor atención a los niveles técnico y superior.

En la Tabla 3, el cual se refiere a las estrategias educativas mayormente utilizadas, la charla es la de porcentaje mas alta 50%; este hecho pudiera estar relacionado con los niveles educativos de la audiencia a quienes se ha dirigido las actividades educativas, a la poca disponibilidad de recursos humanos y materiales para la difusión y a la facilidad de planificar este tipo de técnicas educativas.

TABLA 2
Nivel educativo de la audiencia con quienes se ha utilizado mayormente las guías

Nivel	Encuestados	%
Básica Incompleta	13	11,20
Básica completa	32	27,59
Media	31	26,73
Técnica	17	14,66
Superior	23	19,82

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

TABLA 3
Estrategias mayormente utilizada para la difusión de los mensajes

Estrategias	Encuestados	%
Charla	34	50,00
Taller	15	22,06
Conferencia	2	2,94
Foro	1	1,48
Otra	16	23,52

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

En las Tablas 4 y 5, referidos a la necesidad o no de obtener entrenamiento previo para la utilización de las guías y a la necesidad o no de incorporar sugerencias dirigidas al instructor, respectivamente, un 59,26% de los encuestados consideran que no es necesario recibir entrenamiento y el 57,41% no considera válido incluir sugerencias dirigidas al instructor; sin embargo, el 35,18% de los encuestados opinaron que es necesario recibir entrenamiento y el 37,03% respondió que es básico incluir en las guías sugerencias dirigidas al instructor. Esto nos induce a pensar que quizás la necesidad planteada por el personal en cuanto recibir entrenamiento se trata de expectativas en cuanto a temas pedagógicos, manejo de grupos, lo cual generaría una mayor motivación y efectividad en las actividades educativas.

TABLA 4
Necesidades de entrenamiento previo

	Encuestados	%
Si	19	35,18
No	32	59,26
No Sabe	3	5,56
Total	54	—

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

TABLA 5
Inclusión de sugerencia para el instructor

	Encuestados	%
Si	20	37,03
No	31	57,41
No Sabe	3	5,56
Total	54	—

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

De acuerdo a los resultados obtenidos, en la Tabla 6, se observa claramente que el 74% coincide en que las guías de alimentación están dirigidas a todo público, lo cual es el objetivo de esa publicación.

TABLA 6
Audiencia a la cual va dirigida la publicación

Audiencia	Encuestados	%
Comunidad	1	1,9
Estudiantes	4	7,4
Multiplicadores en general	3	5,6
Técnicos medio	2	3,6
Profesionales de salud	3	5,6
Nutricionistas	1	1,9
Todo público	40	74,0
Total	54	—

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

En relación a la comprensión y aceptación de las guías, se observa en la Tabla 7 porcentajes superiores al 70% en las variables: contenido, lenguaje y diseño. Las personas encuestadas consideran al material actualizado, que está redactado en forma coherente, escrito en lenguaje sencillo y el diseño complementa el texto.

TABLA 7
Variables estudiadas en relación a la comprensión y aceptación del contenido

Variable	Si	%	No	%	No sabe	%	Total Encuestados
Se define claramente el objetivo de la publicación	42	77,8	9	16,6	3	5,6	54
Presentación ordenada del contenido	46	85,2	5	9,2	3	5,6	54
Presentación material actualizado	47	87,0	4	7,4	3	5,6	54
Redacción de manera correcta	47	87,0	3	5,6	4	7,4	54
Utilización lenguaje sencillo	48	88,8	3	5,6	3	5,6	54
Información completa	41	75,9	10	18,5	3	5,6	54
Presentación de mensajes que se contradicen	5	9,3	41	75,9	8	14,8	54
Presencia de técnicas que refuerzan los mensajes	38	70,3	11	20,4	5	9,3	54
Motiva el contenido a la discusión	42	77,8	6	11,1	6	11,1	54
Inducen los mensajes del texto a la acción	43	79,6	6	11,1	5	9,3	54
Orienta el contenido hacia solución de situaciones reales	39	72,2	12	22,2	3	5,6	54
Cumple con el propósito para el cual fue diseñado	38	70,4	12	22,2	4	7,4	54
Considera que algunos temas no fueron tratados o se hicieron en forma incompleta	14	25,9	33	61,1	7	13,0	54

Fuente: Encuesta realizada a nutricionistas.

CONCLUSIONES

La realización del presente trabajo, reveló en cierta medida, la manera como han sido percibidas las guías de alimentación por los funcionarios encuestados, así como las limitaciones derivadas de la aplicación del material en actividades educativas y sus aportes para mejorar la efectividad en tales actividades.

Entre las conclusiones figuran las siguientes:

1. El trabajo realizado permitió apreciar la dedicación, esfuerzo y espíritu de cooperación de los funcionarios que laboran en las Unidades de Nutrición, en el desempeño de las actividades educativas, a pesar de que en algunas circunstancias el tiempo es absorbido por otros programas.
2. Las personas encuestadas destacaron como limitaciones existentes para la difusión de las guías:
 - * Falta de recursos humanos y materiales asignados a las actividades educativas.
 - * Ausencia de planificación sistemática de cursos de actualización al personal en servicio, sobre avances en nutrición, dinámica de grupo, entre otros.
 - * Carencia de material de apoyo diseñados para los distintos educandos.
3. Débil difusión de las guías, por carencia de recursos, no sólo a nivel de la comunidad, sino también entre el personal técnico. Sin embargo, la mística del personal técnico de las Unidades de Nutrición y la facilidad de contactar con otros organismos a nivel estatal, son elementos que favorecen la efectividad de la difusión de las guías.

RECOMENDACIONES

Sobre la base de las conclusiones anteriores se formularon las siguientes recomendaciones:

1. Diseñar material didáctico sencillo dirigido a la comunidad y manuales para los multiplicadores y dotar a las Unidades de Nutrición, tanto de este material como de equipos indispensables para mejorar la calidad de la difusión de las guías.
2. Dar la mayor difusión posible a las guías de alimentación; se recomienda hacerse tanto a todas las dependencias del Instituto Nacional de Nutrición, como en los organismos que coordinen o ejecuten programas de Educación Nutricional y de igual modo a la población en general.
3. Complementar la acción educativa «cara a cara» del personal técnico, con una programación sistemática y sostenida en los medios de comunicación social.
4. Fortalecer la mística, dedicación y esfuerzo, así como la capacitación del personal técnico que labora en las Unidades de Nutrición del país, para que se desempeñen como auténticos multiplicadores en educación nutricional, ya que ésta es posible de ser realizada en todos los niveles del sistema educativo.

REFERENCIA

1. Bengoa JM. ¿Como difundir las guías en Venezuela?. Taller sobre guías de alimentación. Colonia Tovar, Edo Aragua Julio 1990.
2. Congreso Nacional de Educación. Recursos para el aprendizaje en la educación formal y no formal. Caracas, Enero 1989.
3. Gamboa D. Evaluación de programas educativos en la División de Educación del Instituto Nacional de Nutrición. Caracas, Diciembre 1988.
4. Instituto de capacitación agrícola y pecuario. Modelo, normativa para la elaboración de diseños instruccionales, Caracas, Febrero 1981.
5. Instituto Autónomo Biblioteca Nacional. La edición de materiales de circulación masiva en el sector público: problemática y perspectivas. Caracas, Noviembre 1987.
6. Marco E. ¿Porque y para qué de las metas nutricionales de las guías de alimentación?. Taller sobre guías de alimentación. Colonia Tovar, Julio 1990.
7. Organización Mundial de la Salud. Comunicación una guía para los responsables de los programas nacionales de control de las enfermedades diarreicas, Washington 1988.
8. Quintana Elisa. Guías de alimentación para Venezuela, interpretación de sus enunciados. Caracas, Julio 1992.