



**IV CONGRESO LATINOAMERICANO
DE NUTRICIONISTAS Y DIETISTAS**

**20 - 25 JULIO - PARQUE CENTRAL - CARACAS 1975
V E N E Z U E L A**

NECESIDADES EN EDUCACION NUTRICIONAL

(Dra. Susana J. Icaza, Directora de la Escuela de Nutrición del Centro de Estudios Superiores de Nutrición y Ciencias de Alimentos (CESNA) de la Universidad de San Carlos de Guatemala y el INCAP).

A. INTRODUCCION

En un artículo de revisión sobre la evaluación de los programas de educación nutricional publicado en 1965, por el World Review of Nutrition and Diets, J.C. McKenzie y Pamela Mundord (1) determinaron "la extensión con que han sido evaluados los programas de educación nutricional" y llegaron a las siguientes conclusiones:

"Sería un error considerar la educación nutricional como un instrumento que siempre es efectivo en la modificación de los hábitos alimentarios. Sin embargo, sería igualmente equivocado considerar que la educación nutricional nunca es efectiva. El trabajo realizado hasta ahora parece sugerir que el éxito o el fracaso de un programa de educación nutricional depende de los métodos usados, de las personalidades involucradas y de las circunstancias que prevalecen en el área, en ese momento. Sin embargo, no estamos todavía en posición de aislar estos factores en una forma clara. Esto se debe en parte a que hay muy pocos estudios de evaluación que han sido hechos como parte de programas de educación nutricional, y en parte, a que no se han desarrollado plenamente los instrumentos puramente técnicos que deben utilizarse en la evaluación..."

Estas conclusiones aún son válidas; en 1973, Whitehead (2) hace una revisión más amplia de la investigación realizada en su país, en educación nutricional, y llega a la conclusión de que los que trabajan en educación nutricional no siempre comparten los mismos conceptos en relación con: La metodología de la investigación, la enseñanza, y la interpretación de los resultados presentados por otros investigadores.

"Se necesitan modelos de investigación aplicables a cada objetivo y/o factor determinante de la solución de los problemas relacionados con hábitos alimentarios. También es necesario formar a los educadores en nutrición a la luz de lo que se sabe tanto sobre el complejo enseñanza-aprendizaje como sobre nuevos métodos y técnicas utilizadas en investigación y evaluación..."

En nuestro medio, por razones que no se conocen bien, la educación nutricional ha sido considerada como una actividad muy simple que puede ser realizada por personas con entrenamiento muy corto y con conocimientos muy escasos. Ordinariamente, los informes sobre la evaluación de programas de educación nutricional únicamente se limitan a describir la forma cómo fueron realizadas las actividades, y algunos de los cambios ocurridos en los hábitos alimentarios del grupo estudiado; pero no se mencionan objetivos ni técnicas. Se pretende ignorar el hecho de que en la evaluación de programas de educación nutricional las técnicas confiables son la piedra angular de la construcción de metodologías apropiadas para medir su efectividad.

Por otra parte los que trabajan en aspectos químicos y biológicos de la nutrición, consideran esencial la aplicación de los mejores métodos científicos para el establecimiento de los requerimientos nutricionales y la preparación de tablas de composición química de alimentos, pero evaden el pensar en términos científicos, cuando se discute la evaluación de la educación nutricional.

B. NECESIDAD DE UNA INVESTIGACION VALIDA

El análisis cuantitativo y cualitativo debe ser parte de la evaluación de todo programa de educación nutricional y los estímulos presentados al educando deben ser objeto de un registro detallado, tal como sucede por ejemplo, cuando se administra una dieta especial en un estudio de balance. En tales casos, el

alimento se mide con una exactitud minuciosa y cualquier regurgitación o pérdida de alimentos se toma en cuenta en los cálculos. Igual rigor científico se utiliza cuando se mide la orina excretada o las heces fecales. Este no ha sido el caso cuando se evalúa un programa de educación nutricional.

No se encuentra una sola publicación sobre educación nutricional que contengan información acerca de los niveles de consumo (es decir del grado de participación del educando en la actividad educativa), y lo que es peor no se da ninguna información sobre problemas como la regurgitación, o pérdida de alimentos (es decir, dificultad de comunicación, rechazos, prejuicios, capacidad de aprendizaje). Los resultados de la evaluación de programas de educación nutricional se expresan en términos de su éxito o fracaso, sin especificar los criterios utilizados para medirlo, y sin mencionar ninguno de los aspectos pertinentes, como son, niveles de concentración de la actividad educativa, por estudiante, en un tiempo dado; nivel de interferencia de los estímulos competitivos; variaciones en los requerimientos de experiencias educativas del alumno debidas a su inhabilidad para leer, o a su bajo nivel de comprensión de lectura.

C. PRIORIDADES DE LA INVESTIGACION

1. Para la educación nutricional del individuo

Así como el alimento es esencial para la salud, así la educación nutricional es esencial para la formación de buenos hábitos alimentarios. La cuestión es cuánto y de qué calidad. La necesidad de una investigación seria en este campo es obvia.

Qué debemos enseñar y cuánto? Cuánto es mucho o poco, de qué? Qué se considera esencial en términos de conceptos de nutrición para crear hábitos de alimentación adecuados?

Tomando prestada la terminología de las ciencias de alimentos para este propósito podemos decir que es importante saber cuáles son los conceptos sobre nutrición, esenciales y no esenciales para una buena educación nutricional; - cuánto varían éstos, dentro de una misma especie, con la edad, el sexo, el ambiente social y el estado de salud? Debido a todas estas variables sólo será posible llegar a recomendar niveles mínimos de conceptos nutricionales. Cuánto sabemos nosotros de lo que puede ser el mínimo requerido de experiencias educativas en nutrición a fin de obtener buenos hábitos alimentarios? Cómo variarían estos mínimos de acuerdo a las características de las personas y las condiciones prevalentes? Qué causas pueden incrementar estos requerimientos? Qué es lo que se considera como una educación nutricional adecuada? Cómo pueden medirse los efectos de un programa de educación nutricional adecuado?

Hay diferentes maneras de definir una dieta balanceada; hay muchas más maneras de describir a una persona bien nutrida. Cuántas maneras habrá para definir a una persona bien educada desde el punto de vista nutricional? Cuáles son los tipos de conducta que pueden describir a una persona bien educada nutricionalmente? Podemos considerar en esta categoría a aquellas personas que comen bien (diariamente o en cada comida)? Aquellos que consumen alimentos de los (3,5 6 7) grupos básicos de la alimentación? Aquellos cuya ingesta de nutrientes corresponde a las recomendaciones dietéticas? Aquellos clasificados como bien nutridos porque caen dentro de los estándares nacionales de peso y talla? Aquellos que poseen el conocimiento actual y la comprensión de conceptos sobre nutrición, medidos por un test escrito? O aquéllos que pueden calcular su propia dieta adecuadamente? Esta es una pregunta que necesita respuestas.

2. Para la educación nutricional de la comunidad

Una vez que la metodología básica para enseñar nutrición esté desarrollada y que los requerimientos mínimos de determinadas experiencias educativas

puedan ser establecidos, cuáles serán los valores recomendados para los diferentes grupos de población?

Aquí nuevamente el problema de la definición de los estándares es muy diferente de aquéllos que corresponden al nutriente biológico. El porcentaje de personas bien nutridas en una comunidad dada, como el porcentaje de personas inmunizadas contra una enfermedad contagiosa es una tasa, basada, en números absolutos, pero el porcentaje de personas bien educadas en relación con la nutrición en una comunidad, es una cifra muy difícil de establecer y de interpretar. Quiénes son esas personas bien educadas desde el punto de vista nutricional? Son madres, solteros, ancianos, niños, maestros, dietistas, médicos, conserjes? Están ellos en una posición de constituir un ejemplo para influir a otros en la comunidad? Tendrán ellos la oportunidad de hacerlo?

Cuál es el porcentaje mínimo requerido de personas bien educadas desde el punto de vista nutricional, para satisfacer las necesidades de educación nutricional de una comunidad? Qué posición deben ocupar estas personas dentro de la comunidad? En países como Alemania, por ejemplo, la educación nutricional de la madre es llevada a cabo por el pediatra y por la enfermera especializada en salud materno-infantil. Por otro lado, en las clínicas satélites de la ciudad de Nueva York esta tarea la lleva a cabo un nutricionista. En países poco desarrollados esta responsabilidad ha sido asignada a los auxiliares de enfermería. En cada caso los recursos y los requerimientos de educación nutricional son diferentes.

Qué se dice de la eficiencia? Deben los valores recomendados en educación nutricional incluir únicamente el nivel de concentración de conocimientos y de experiencias educativas recibidas por el educando en un período y edad dada, o deben estos requerimientos incluir también la calidad de estas experiencias (así como el patrón de aminoácidos de la proteína total) con el fin de asegurar la efectividad del programa de educación nutricional?

D. PLANIFICACION DE LA EDUCACION NUTRICIONAL

1. Población objetivo

Las estrategias de educación nutricional deben combinar una educación a lo largo de toda la vida, con los requerimientos de concentración de conocimientos y habilidades, establecidos para los diferentes grupos de población. El modelo piramidal (ver Figure 1.) puede ayudar a explicar este concepto. La altura de la pirámide representa el nivel de concentración de conocimientos y habilidades por individuo, en un grupo dado; el área frontal de la pirámide por el otro lado, ilustra el tamaño de los diferentes grupos en cada nivel de concentración. En otras palabras, necesitamos el menor número de las personas altamente calificadas para desarrollar funciones directivas; un número mayor, de los que saben mucho y están en una posición de desarrollar programas efectivos de educación nutricional; y un mayor número de miembros de la comunidad, bien educados en nutrición, que actúen como agentes de cambio, ejerciendo su influencia sobre el gran número de educandos de una población.

2. Contenido

El contenido de educación nutricional debe cubrir todos los aspectos del comportamiento humano que se consideran esenciales para asegurar una disponibilidad suficiente de alimentos, un consumo adecuado por parte de los humanos, así como una utilización satisfactoria de nutrientes.

El siguiente modelo muestra los factores que afectan el estado nutricional (Ver figura 2). No especifica el tipo de población objetivo, que es la que va a recibir todo o parte del contenido total, ni el nivel de concentración y de comprensión de los conocimientos; únicamente ilustra la amplitud del contenido, en un programa integral de enseñanza de la nutrición.

Figura 1

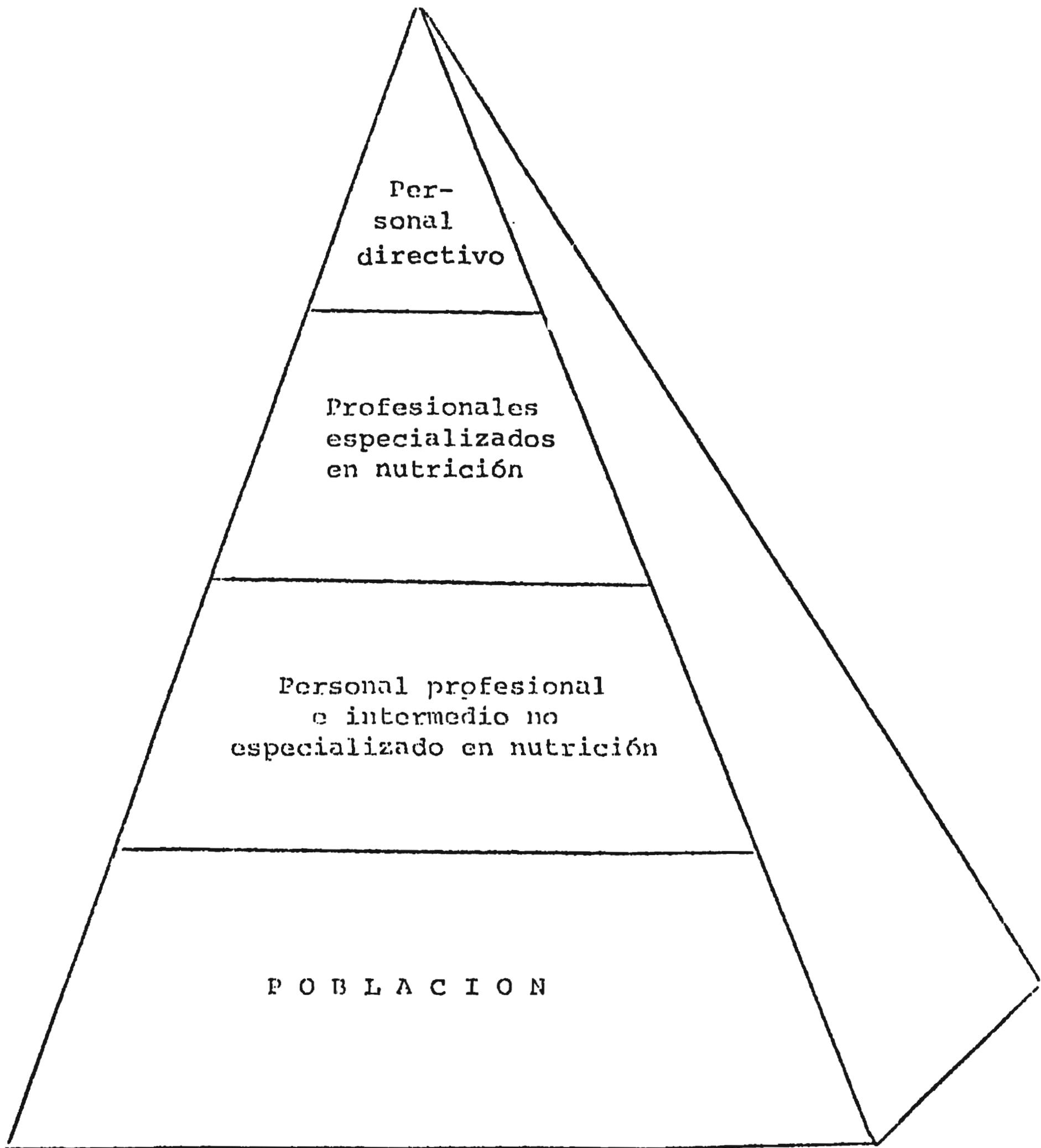
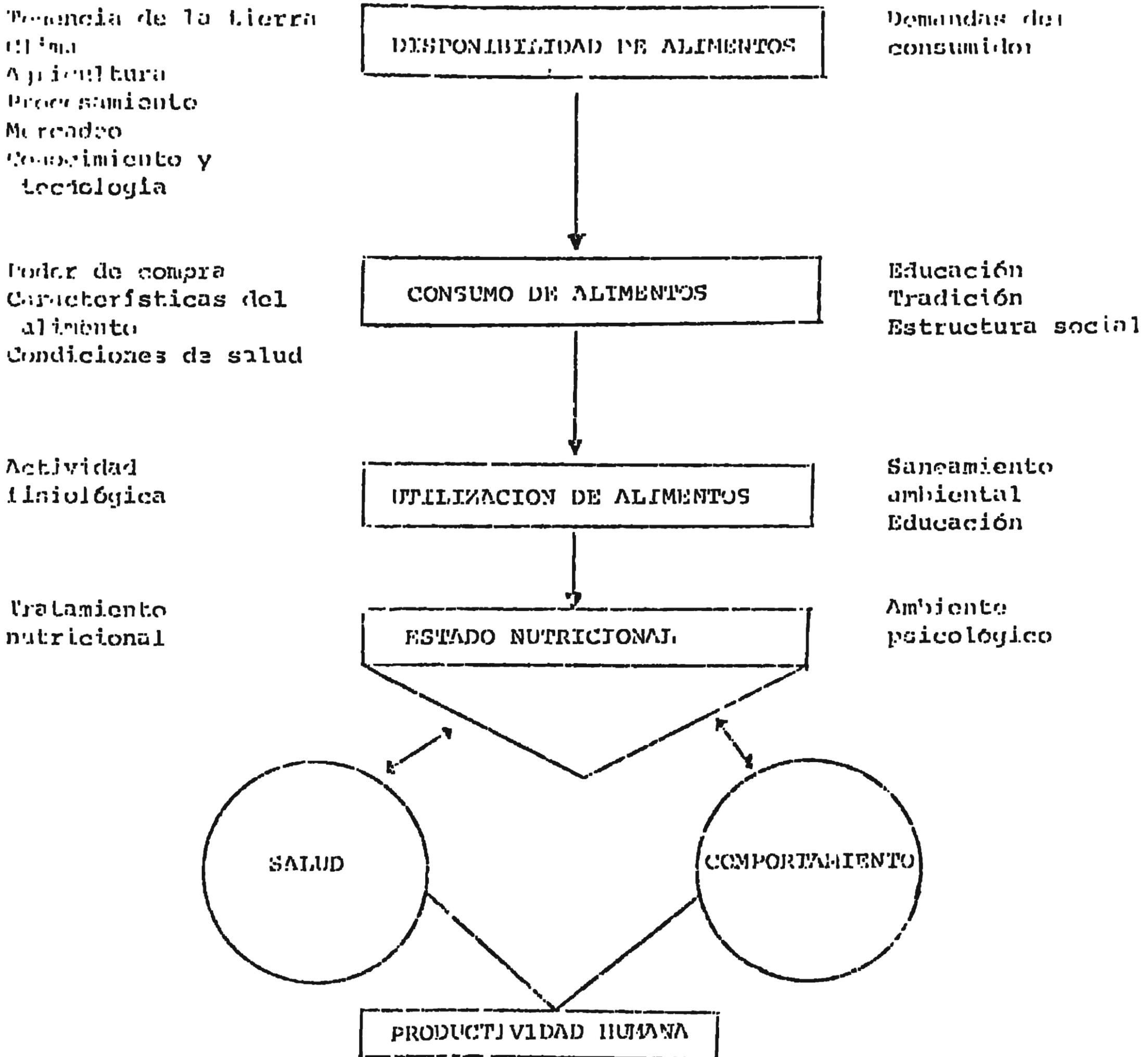


Figura 2

FACTORES QUE AFECTAN EL ESTADO NUTRICIONAL



Por lo tanto, los contenidos de la educación nutricional de un programa tienen que variar de acuerdo a las características del educando, su productividad, y el papel que le corresponde jugar en su propia sociedad.

3. Actividades

Cuando se planifican actividades de educación nutricional es esencial especificar la cantidad del contenido de educación nutricional y los métodos que se van a emplear para transmitir este contenido al educando. El nivel más alto (Ver figura 1) y simbólico del contenido nutricional corresponde a la escuela de graduados. Próximo a este nivel están las escuelas que preparan profesionales; en los varios campos relacionados con la nutrición, a las cuales corresponde un nivel alto y concreto. Le siguen inmediatamente las escuelas intermedias con un nivel pre-universitario, dedicadas a la formación de personal con cierto grado de especialización, con un contenido básico y real. Estas personas son llamadas comúnmente agentes de cambio, porque están en contacto directo con grupos de la comunidad. El nivel final corresponde a los grupos comunales que participan en los programas llevados a cabo por agricultura, educación y las agencias de salud, y que reciben contenidos relacionados con la aplicación de los conceptos de nutrición a la vida real.

4. Integración de la educación nutricional dentro de los planes nacionales de desarrollo.

Hay que insistir con Fuglesang en el hecho de que la malnutrición no es únicamente un problema médico; esencialmente, este es un problema social. Un programa aislado de salud, agricultura o de economía per se no será suficiente para resolver los problemas nutricionales (3). Únicamente cuando todos los sectores participantes se hayan integrado adecuadamente se podrán lograr resultados positivos.

El crear conciencia del papel que cada sector debe jugar en un enfoque multisectorial es otra de las áreas de contenido que la educación nutricional debe contemplar. De acuerdo con el papel del educando dentro del plan nacional de desarrollo, los educadores en nutrición deben responsabilizarse de enseñar a cada profesional que "su" verdad debe estar de acuerdo con la de los otros. Muchas veces las universidades crean en el educando una imagen egocéntrica tal, que el profesional cree que "su actividad es la única importante para solucionar el problema nutricional y que todos los fondos deben ser invertidos en ella". Esto es completamente irracional.

5. Estudio piloto

Qué es un educador en nutrición? Yo creo que un educador en nutrición es cualquier persona que en una forma sistemática enseñe conceptos de nutrición; cualquier persona que provea al educando con experiencias educativas que lo capaciten para comprender los conceptos nutricionales, y desarrollar las habilidades necesarias para llevar a cabo actividades de nutrición, individual o colectivamente.

La metodología debe variar de acuerdo al área del contenido que se enseña y el nivel de formación del educando. Por esta razón se hace imperativo llevar a cabo un estudio piloto para cada programa nuevo. Esto facilitará el reconocimiento de los problemas y los recursos de la comunidad, la evaluación de los métodos empleados, y el desarrollo de técnicas de evaluación.

El inferir generalizaciones a priori acerca de una situación dada es desorientador. Cada comunidad es única, y el método científico es la única solución.