SLAN 97

# LA EFECTIVIDAD DE LAS INTERVENCIONES DE EDUCACION ALIMENTARIO NUTRICIONAL

**Lic. Verónika Molina de Palma**

Publicación INCAP PP/NT/015

En una reciente investigación se revisó el impacto de 217 programas de educación alimentario nutricional desarrollados en Estados Unidos durante la última década. Los resultados de esta investigación demuestran que:

1. Los programas más efectivos son aquellos que están orientados hacia la conducta y que están basados en teorías apropiadas y en investigación formativa.

2. Los programas de educación nutricional orientados hacia la conducta usan diversas experiencias de aprendizaje que facilitan la adopción voluntaria de conductas alimentarias saludables.

3. La educación nutricional es efectiva cuando su enfoque está dirigido a cambios de comportamiento y las conductas son identificadas a partir de las necesidades, percepciones, motivaciones y deseos de la audiencia meta.

4. Los programas efectivos usan una combinación de modelos de cambio individual, social y del ambiente.

5. Los modelos de diseminación de información y desarrollo de habilidades de enseñanza no fueron efectivos en lograr cambios de comportamientos.

6. La transmisión de conocimientos y habilidades es un instrumento que ayuda pero que por sí mismo, no motiva al cambio de actitudes y conductas.

Los elementos que contribuyen a la efectividad de intervenciones de educación nutricional fueron agrupados por categorías, como se describe a continuación:

**a) Estrategias de comunicación y educación para fomentar conciencia y motivación:**

- Atención a motivadores y refuerzos que tienen relevancia personal para el grupo meta
- Uso de autoevaluación personalizada
- Participación activa y no recepción pasiva
- Uso de medios masivos

**b) Estrategias de cambio de conducta:**

- Uso del proceso sistemático de cambio de comportamientos
- Consejería y educación interpersonal
- Grupos de apoyo
- Enfoque de empoderamiento

**c) Intervenciones en el ambiente:**

- Intervenciones "punto de selección"
- Intervenciones en "ambientes escolares"

**d) Activación y organización comunitaria:**

- Participación activa de líderes comunitarios

Con base en los resultados de este estudio, en el Cuadro No.1 se presenta un análisis de los trabajos libres que se presentaron en el XI Congreso de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición, relacionados con educación alimentario nutricional. De acuerdo con la información que pudo extraerse de los resúmenes de las presentaciones de los trabajos libres, podemos decir que cinco de los nueve estudios presentados incluyen más de alguna estrategia de comunicación y educación; seis de los nueve incluyen una o más estrategias de cambios de conducta, tres presentan una estrategia de intervención en el ambiente y tres reportan intervenciones de participación comunitaria. Lo interesante es que ninguno de los nueve estudios presenta intervenciones simultáneas en las cuatro líneas identificadas como elementos clave del éxito de los programas de educación alimentario nutricional. Sería conveniente hacer una revisión más en profundidad de estas experiencias que nos permitiera identificar factores de éxito y factores limitantes en el impacto de los programas de educación alimentario nutricional que se están desarrollando en América Latina.