



033 ANÁLISIS NUTRIMENTAL DE MENÚS OFERTADOS A NIÑOS EN COMEDORES COMUNITARIOS OPERADOS POR DONACIÓN DE ALIMENTOS EN MEXICALI, MÉXICO

Dr. Carlos Olvera-Sandoval¹, Dra. Vianey Méndez Trujillo¹, MPSS Juan Carlos Contreras Rodríguez¹, Dra. Daniela Guadalupe González Valencia¹

¹Universidad Autónoma de Baja California, Mexicali, México.

Antecedentes: Algunos comedores comunitarios (CC) operan en conjunto con bancos de alimentos y otras redes benéficas de redistribución, sin embargo, tanto la cantidad como la calidad nutricional de alimentos para elaborar menús puede no ser favorable para garantizar la salud durante la infancia.

Objetivo: Analizar el aporte calórico y nutrimental de menús ofertados a niños en CC que operan mediante donación de alimentos. Métodos: se analizó el aporte calórico y nutrimental de cinco tiempos de comida de menús de 11 CC de Mexicali, México; para determinar si existe cumplimiento a las directrices nutrimentales en niños mexicanos. Para el análisis se utilizó el programa nutricional Food Processor ESHA. Resultados: el aporte energético promedio de los menús ofertados en los comedores fue 1854 kcal/día, con distribución 54% carbohidratos, 29% grasa y 17% proteína. El 46% de los comedores cumple con el aporte energético recomendado para niños, 27% oferta un sobre consumo de energía y 27% no cumple con los requerimientos mínimos. Más de la mitad de los comedores (n=7) ofrecen menús con un aporte de grasa total mayor al 30%. Sólo un comedor ofrece 5 tiempos de comida en la proporción recomendada, mientras que cuatro de los mismos, establecen 4 tiempos de comida, del total, sólo uno de ellos cumplió con la recomendaciones nutricionales sugeridas para el tipo de población. El consumo de vegetales se oferta adecuadamente en los CC con un total de 64% y 73% para frutas y verduras, respectivamente. Conclusiones: el efecto de las donaciones de alimentos en la calidad nutrimental de las comidas puede reorientarse para que las comidas ofertadas en CC satisfagan las necesidades de energía y nutrientes en los niños

Palabras clave: comedores comunitarios, niños, distribución de energía, vegetales, fruta, México.

034 EFECTO DE UNA INTERVENCIÓN NUTRICIONAL DE INVESTIGACIÓN-ACCIÓN EN EL GLOBAL DIET QUALITY SCORE (GDQS) DE MUJERES ADOLESCENTES COLOMBIANAS

Prof. Sandra Lucía Restrepo Mesa¹, Prof. Nathalia Correa Guzmán¹, Prof. María Cristina Giraldo Quijano², Prof. Carolina Hernández Álvarez², Dr. Gilles Bergeron³

¹Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia, ²Fundación Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano, Medellín, Colombia, ³Academia de Ciencias de Nueva York, Nueva York, Estados Unidos.

Antecedentes: las mujeres adolescentes presentan riesgos alimentarios y nutricionales, condicionados entre otros aspectos, por la inseguridad alimentaria y nutricional en el hogar. Objetivo: comparar el consumo de nutrientes y la calidad de la dieta de un grupo de mujeres adolescentes antes y después de una intervención educativa en alimentación y nutrición. Métodos: A partir de un macroproyecto que evaluó la ingesta dietética de 1010 mujeres adolescentes para identificar los riesgos en la ingesta de nutrientes, se realizó un estudio cuasiexperimental que seleccionó un subgrupo de 96 mujeres emparejados por edad y lugar de residencia, se conformaron dos grupos: el primero, con 48 adolescentes que participaron en la intervención; el segundo, con 48 que no participaron en ella. Se aplicó el recordatorio de 24 horas antes y después de la intervención. El proceso de intervención educativa se desarrolló en tres etapas: en la primera, se socializaron los problemas alimentarios y nutricionales identificados en el macroproyecto; en la segunda, se desarrolló una estrategia educativa de base popular que constó de ocho sesiones teórico-prácticas en temas relacionados con alimentación y nutrición y seis talleres sobre emprendimiento. Las adolescentes recibieron asesorías para la elaboración de un proyecto productivo, que diera respuesta a los problemas alimentarios y nutricionales priorizados. Resultados: el grupo con intervención aumentó significativamente el consumo de energía, proteínas, grasas totales, grasas saturadas, grasas monoinsaturadas, grasas poliinsaturadas, colesterol, fibra dietética, vitamina A, vitamina C, riboflavina, niacina, calcio, zinc y ácido fólico. Se observó un aumento significativo en la ingesta de los grupos de alimentos saludables del GDQS (otras frutas, otras verduras, legumbres, lácteos ricos en grasas), acompañado de una disminución en el consumo de algunos grupos de alimentos no saludables (dulces y helados). Una regresión multivariada que controló la edad, estrato, ocupación, inseguridad alimentaria en el hogar, Probabilidad Media de Adecuación de nutrientes, actividad física y autopercepción corporal mostró que la intervención nutricional mejoró el GDQS total en un 33 %. Conclusiones: los modelos de educación nutricional y emprendimiento basados en este enfoque pueden mejorar el perfil dietético de esta población

Palabras clave: mujeres, adolescentes, intervención nutricional, calidad de la dieta, investigación-acción.

