

# Dra. Luciana Valenti



El pasado 26 de abril de 2016, el Ministro de Salud de la Nación, Dr. Jorge Lemus, presidió el acto de presentación de la Actualización de las Nuevas Guías Alimentarias para la Población Argentina. La Dirección de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades no Transmisibles participó en la coordinación y ejecución de esta ardua tarea. En este contexto, creemos que es de interés, de todos los colegas nutricionistas, estar informados y actualizados en estas nuevas guías alimentarias. Por ello, DIAETA entrevistó a la Dra. Luciana Valenti, Coordinadora del Área Servicios de Salud de dicha Dirección y a través de ella, al equipo técnico: Lic. Emilia Barrionuevo, Lic. Paola Bichara, Lic. Lilian Andrea Bustos, Dra. María Victoria Di Marco, Dra. María Recondo, Lic. Adriana Vince.

## Brevemente, ¿Por qué fue necesaria la actualización de las nuevas guías y cuáles son los cambios realizados en relación a las anteriores?

Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) son una herramienta fundamental para favorecer la aprehensión de conocimientos que contribuyan a generar comportamientos alimentarios y nutricionales más saludables por parte de la población de nuestro país.

La primera versión de las GAPA que tuvo la Argentina, fue publicada en el año 2000 contemplando el perfil epidemiológico, nutricional y alimentario de ese momento histórico que atravesaba a nuestra población, a cargo de una Asociación Científica, sin la intervención activa del Estado como actor partícipe involucrado.

Luego de 15 años se produjeron cambios profundos en la forma de vivir, enfermar y morir. Los estilos de vida cambiaron, así como la oferta en el mercado de alimentos

y bebidas. Por otra parte, contamos con mayor información y producción científica en relación a las necesidades y propiedades de los alimentos, junto con mejor acceso a los mismos. Cambiaron también, las formas y los recursos para comunicar.

En estos años, mejoramos y conocimos más sobre la situación epidemiológica y nutricional de la población a través de la realización de encuestas poblacionales (Encuesta Nacional de Nutrición y Salud: 1°, 2° y 3°, Encuesta Nacional de Factores de Riesgo, Encuestas de Salud Escolar, de Gasto de Hogares, entre otros) que nos brindan más precisión sobre la situación actual, con mayores herramientas para el análisis y abordaje.

En este contexto, con la persistencia de problemas de salud por carencia, y aumento exponencial de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), entre otras el sobrepeso y obesidad, el sedentarismo, el consumo de nutrientes con baja densidad nutricional, se plantean grandes desafíos intersectoriales, tanto para el Estado como para la sociedad civil en su conjunto.

Por ello, por primera vez, el estado a través de la Dirección de Promoción de la salud y control de enfermedades no transmisibles, inicia el proceso de actualización de las nuevas GAPA convocando a un amplio panel de expertos representantes de las instituciones involucradas en la temática.

Uno de los elementos facilitadores y distintivos de este proceso fue contar con una metodología validada que detalle las fases e instrumentos que se deben utilizar, considerada como un elemento clave en el proceso de elaboración de guías alimentarias basadas en alimentos en la región: el modelo desarrollado, validado y utilizado por el Instituto de Nutrición

de Centro América y Panamá (INCAP) en América Latina, posteriormente adaptado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) para el Caribe, utilizado para la elaboración de las Guías Alimentarias en casi todos los países.

Es así como cambia el contenido de cada uno de los 10 mensajes principales y 37 submensajes y la nueva gráfica de la alimentación diaria, para abordar la problemática en función de la realidad actual.

**¿Cómo se realizó la validación de los mensajes y gráfica, teniendo en cuenta los cambios de las anteriores guías? ¿Brevemente, cuáles fueron los resultados obtenidos? ¿Quiénes fueron los actores involucrados y cuáles sus principales aportes?**

Un punto clave para facilitar la implementación de las nuevas GAPA fue evaluar la calidad de la información que transmitían los mensajes, impacto y comunicabilidad de los contenidos que se desean transmitir. Es por ello que se utilizaron técnicas cuantitativas y cualitativas, a fin de evaluar y calificar tanto el aspecto técnico de la información, como las opiniones, sensaciones y actitudes que pueda generar en distintos grupos.

El Documento Técnico Metodológico describe la validación de los mensajes y de la gráfica a través de grupos focales con 105 participantes, en todas las regiones del país.

A diferencia de las guías anteriores, en esta etapa participaron sociólogos, comunicadores, pedagogos, diseñador gráfico, ilustrador, entre otros, con soporte del equipo técnico para la conducción del proceso. Se incluyeron en los grupos no solo licenciados en nutrición sino todos los actores involucrados en la difusión y posibles comunicadores de los contenidos.

Se utilizaron los 10 mensajes principales con sus mensajes secundarios y se compararon la gráfica de las GAPA 2000 con una modificación del orden de los grupos, siendo el de mayor consumo el grupo de frutas y verduras, y la nueva propuesta gráfica preliminar.

En cada una de las regiones se llevaron a cabo tres grupos focales, respondiendo a perfiles específicos que observarían distintos aspectos de los mensajes y la gráfica:

- **Profesionales de la salud:** se convocó a nutricionistas, médicos/as clínicos/as, diabetólogos/as, cardiólogos/as, etc. Con este grupo se trabajó sobre el contenido técnico de los ítems a evaluar.
- **Multiplicadores:** este perfil agrupaba comunicadores/as, trabajadores/as sociales, psicólogos/as, docentes de primaria y secundaria, etc. con los que se trabajó sobre la enunciación de los mensajes y gráfica, sus posibilidades como herramienta educativa y material de difusión, entre otros.
- **Usuarios:** se convocaron diferentes perfiles de destinatarios finales de los mensajes y la gráfica (hombres y mujeres solteros, padres, madres, amas de casa, profesionales de otras disciplinas, etc.). Se trabajó sobre impacto de los mensajes, su comprensión, sensaciones y actitudes.

Otro instrumento para la validación fue una encuesta on line, a través de la Federación Argentina de Graduados en Nutrición (FAGRAN), llegando a todos los colegios de Nutricionistas de las distintas jurisdicciones. Se incluyeron 42 encuestas de profesionales de la nutrición, evaluando mensajes y gráfica.

Completó esta etapa la consulta pública como parte de la validación externa, a través de la página web del Ministerio de Salud, abierta durante 3 meses a todas las personas que quisieran volcar su opinión. Como resultado de la misma se recibieron un total de 285 correos. Se analizaron todos los aportes y comentarios referidos a los mensajes y nueva propuesta gráfica. Se incorporaron contenidos, tanto en los mensajes principales, secundarios y en la gráfica.

En general, los mensajes y la gráfica tuvieron una amplia aceptación. Se manifestó como una propuesta superadora, por la claridad y factibilidad en su comprensión. Se entienden las proporciones establecidas para cada grupo de alimentos. Resulta una herramienta útil para el trabajo no sólo con los usuarios sino como herramienta para la transmisión de los contenidos.

Todas las sugerencias que por cuestiones relacionadas con la extensión y comunicabilidad de los mensajes no se pudieron incorporar, se trabajarán en el manual de implementación.

**Se ha modificado la forma de comunicar los mensajes y se ha diseñado una nueva gráfica para acompañar las GAPA. ¿Han participado los consumidores en el diseño de ambos? ¿Cuáles fueron las principales críticas que han hecho los ciudadanos en relación a las GAPA?**

Como resultado del proceso de validación tanto en grupos focales, cuestionario y consulta pública, resultó muy manifiesto y valorado el cambio de la gráfica. Se interpreta como una herramienta práctica y de fácil comprensión para utilizarla en educación en todos los niveles y sectores. Además, se propiciará realizar un trabajo conjunto con las jurisdicciones para realizar adaptaciones locales con productos regionales en la misma.

Realizando un análisis de los países de la región que han actualizado ya sus guías alimentarias, la mayor parte de ellos han migrado hacia un diseño circular y sencillo.

Los consumidores fueron parte de este proceso a través de los grupos focales (como usuarios) y de la consulta pública, que estuvo abierta 3 meses a través de la página web del ministerio y podían participar no solo profesionales sino todos los ciudadanos.

Se resaltó la importancia de incorporar la sal y la actividad física dentro de la gráfica, e incluir los vegetales feculentos dentro de las harinas.

Lo más criticado fue la leyenda que acompañaba a la gráfica "el plato del día" que generaba confusión para el armado del plato por lo que se decidió cambiar a "gráfica de la alimentación diaria" entendiendo que

completa todo lo que puede utilizarse durante el día dentro de la alimentación y no la distribución en un momento determinado.

**¿Qué desafíos presenta nuestro país para la implementación de las GAPA? ¿Cuáles cree que son las políticas que deben llevarse a cabo para una implementación holística de las GAPA?**

Los principales indicadores relacionados con estilo de vida son alarmantes: sobrepeso, obesidad, sedentarismo, bajo consumo de frutas y verduras... Más de la mitad de la población argentina (53,4%) tiene exceso de peso en algún grado. Se estima que 4 de cada 10 adultos tiene sobrepeso y 2 de cada 10, obesidad, y que este problema de salud se encuentra en claro aumento tanto en adultos como en etapas más precoces de la vida. El promedio nacional de consumo de frutas y verduras es de 1,9 porciones por día (menos de la mitad de lo recomendado), según los datos recolectados de la Tercer Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2013.

Es por ello que en el mes de junio se creó el Programa Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de la Obesidad a cargo del doctor Alberto Cormillot. El nuevo programa está orientado a proteger la salud pública, publicado en el Boletín Oficial a través de la resolución 732/2016. El programa contiene 11 puntos estratégicos para mejorar la alimentación de la población y se contempla la utilización de las nuevas guías como lineamiento estratégico del mismo.

**¿Qué estrategias han pensado para la divulgación de las GAPA entre los distintos actores del sector alimentación? ¿Tienen pensadas actividades de capacitación con los profesionales que trabajan en alimentación y nutrición? ¿Con qué recursos podrán contar los profesionales, educadores y promotores para utilizar las nuevas GAPA con los consumidores?**

Todos los materiales desarrollados hasta el momento, se pueden obtener de la página web del Ministerio de Salud: <http://www.msal.gov.ar/ent/>

Las actividades de educación/divulgación se enmarcan en 4 aspectos principales, que a la vez se encuentran interrelacionados:

1. Campañas de sensibilización pública y difusión masiva.
2. La educación en contextos específicos.
3. El entrenamiento de habilidades.
4. Cambios en el entorno de los alimentos.

Dentro de las principales actividades se contemplan:

- Lanzamiento del documento técnico/metodológico. Impresión y distribución del mismo a todas las jurisdicciones.
- Desarrollo de la Guía para la aplicación de los mensajes y gráfica de las nuevas GAPA. Fundamentalmente para todos los multiplicadores.
- Desarrollo de una estrategia global de comunicación a través de medios de comunicación masivos para la difusión de mensajes y gráfica.
- Diseminación y desarrollo de contenidos a través de redes sociales y uso de nuevas tecnologías: historia clínica, aplicaciones a Smartphone, etc. Video educativo.
- Desarrollo y diseminación de materiales gráficos de aplicación de los mensajes para la comunidad y para realizar educación alimentaria nutricional:
  - » Folletos
  - » Afiches
  - » Trípticos
- Actividades de capacitación para los equipos de salud en todos los niveles de atención.
  - » Talleres de diseminación e implementación de los mensajes y gráfica de la alimentación diaria. Estrategia de formación de multiplicadores para que se repliquen los contenidos.
  - » Cursos virtuales en la plataforma de la Organización Panamericana de la Salud
- Instalación de la temática en mesas de trabajo y diálogo con diferentes sectores gubernamentales, no gubernamentales y académicos.
- Propiciar la adopción de los mensajes y gráfica a las distintas realidades regionales. Facilitar la adaptación a las realidades/economías regionales.
- Trabajo conjunto con universidades para incluir los contenidos en la currícula.

**¿Algunos comentarios finales que quiera compartir con los lectores de DIAETA?**

Como conclusión puedo decir que:

Las Nuevas Guías Alimentarias son una herramienta muy valiosa para promover un estilo de vida saludable, mejorar hábitos alimentarios y contribuir a aumentar el nivel de salud de la población y mejorar su calidad de vida.

Son resultantes de un proceso de construcción colectiva intersectorial, con amplia participación de la comunidad y liderado por el estado. Tenemos por delante un enorme desafío que representa la obesidad y la mala alimentación en nuestra población.

**La implementación de las GAPA debe también representar un esfuerzo intersectorial y multidimensional, invitando a todos los actores involucrados a ser parte de este proceso de diseminación e implementación y que así sea realmente efectiva.**