

## Fomento de dietas y estilos de vida saludables en Dominica, Granada, Santa Lucía y San Vicente y las Granadinas

### Resumen

La FAO trabajó estrechamente con cuatro países del Caribe debido al interés demostrado por desarrollar directrices dietéticas basadas en los alimentos a nivel nacional para fomentar dietas y estilos saludables en Dominica, Granada, Santa Lucía y San Vicente y las Granadinas. A través de la participación de los países en la planificación de actividades, capacitación, estudios de campo entre la población y consultas amplias, cada uno de éstos desarrolló sus propias directrices dietéticas basadas en alimentos (FBDG, por su sigla en inglés) que luego se convirtieron en políticas nacionales.

Los factores que han contribuido al éxito de esta intervención fueron los siguientes:

Oportunidad surgida de factores nacionales/internacionales interconectados. El interés demostrado por formular FBDG a nivel nacional en los cuatro países surgió de la adhesión de los cuatro países a la Declaración Mundial y Plan de Acción para la Nutrición de 1992.

Pertenencia y compromiso. Las FBDG fueron formuladas por los países y no por agentes externos, con la participación de comités multisectoriales y equipos de trabajo nacionales.

Identificación de “promotores” locales/nacionales. Quienes lideraron el desarrollo de las FBDG eran los coordinadores nacionales.

Enfoque de aplicación gradual. Las FBDG se elaboraron a través de un proceso realizado en diez etapas.

Creación de redes informales. Los talleres reunieron a los diversos países, lo que permitió afianzar la red regional de nutricionistas caribeños ya existente.

Metodologías de capacitación. Se aplicó una combinación de modalidades de capacitación técnica y práctica.

Participación de la comunidad. La intervención requirió de la participación de la población a nivel comunitario a objeto de recabar sus opiniones respecto de los diversos mensajes nutricionales.

Palabras clave: *directrices dietéticas basadas en alimentos, educación en nutrición, enfermedades crónicas relacionadas con la dieta, comunicación en nutrición.*

### 1. Contexto

La región del Caribe ha experimentado una transición epidemiológica durante los últimos 20 años, presentándose un fuerte descenso en la mortalidad y desnutrición infantil y un aumento en las expectativas de vida. La existencia de una población más longeva plantea mayores riesgos de enfermedades no transmisibles (ENT), entre ellas enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes y cáncer. Todas estas enfermedades están vinculadas a factores de riesgo comunes relacionados al estilo de vida, como la obesidad, la inactividad física, la nutrición deficiente y el tabaquismo.

A partir de la década del '70, se ha producido un aumento en la disponibilidad de kilocalorías (kcal) por persona en el Caribe, con una ingesta mayor de carne, alimentos grasos y carbohidratos refinados. Sin embargo, se han mantenido niveles inadecuados de consumo de

frutas y verduras. Las comidas fuera de casa son más comunes y la actividad física es menos frecuente. Estos factores contribuyen a un estado de salud deficiente.

La FAO y la Organización Mundial de Salud (OMS) comenzaron a promover el concepto de directrices dietéticas basadas en alimentos (FBDG) a partir de la Conferencia Internacional de Nutrición (CIN) en 1992, cuando la “Declaración Mundial y Plan de Acción para la Nutrición” instó a los gobiernos a fomentar dietas adecuadas y estilos de vida saludables. Los gobiernos caribeños adoptaron sus propios planes nacionales de acción para la nutrición (PNAN) después de la CIN.

La FAO realizó el taller *Development of FBDGs and Nutrition Education for the Caribbean* (Desarrollo de FBDG y educación en nutrición para el Caribe) en Bridgetown, Barbados, en 1999 para promover el concepto de directrices dietéticas nacionales que se ajusten a los PNAN de cada país. La idea de realizar el taller surgió de una solicitud del gobierno de Granada.

## 2. Intervención de desarrollo de capacidades

Tras una misión de un grupo de oficiales de nutrición de la FAO a Granada y el debate que emanó a nivel regional con el Instituto de Alimentación y Nutrición del Caribe<sup>1</sup>, se elaboró un Proyecto de Cooperación Técnica (TCP)<sup>2</sup> que incluía varios países de la región debido a que compartían problemas nutricionales similares, específicamente, Dominica, Granada, Santa Lucía y San Vicente y las Granadinas.

La intervención de formación de capacidades se desarrolló en dos fases medulares: (i) planificación y organización del trabajo, (ii) desarrollo de FBDG por etapas.

### *(i) Planificación y organización del trabajo*

Un aspecto importante del diseño de la intervención lo constituyó el hecho de que las FBDG fueron formuladas por los países y no por agentes externos.

Cada gobierno designó a un nutricionista de un ministerio del ramo para actuar como **coordinador nacional** y para asumir la responsabilidad de dirigir el proyecto. En Dominica, el Ministerio de Agricultura, Pesca y el Medioambiente supervisó el proyecto, en tanto en Granada, fue el Ministerio de Agricultura, Tierras y Pesca; en Santa Lucía, el Ministerio de Salud, Servicios Humanos y Asuntos de la Familia, y en San Vicente y las Granadinas, el Ministerio de Salud y Medioambiente.

Se realizaron cuatro talleres que reunieron a los países involucrados, en los que participaron los coordinadores nacionales y consultores expertos. Cada país actuó como anfitrión de uno de los talleres. Los talleres proporcionaron capacitación técnica en evaluación nutricional, investigación de campo para elaborar mensajes públicos prácticos y culturalmente adecuados, ejercicios de planificación y elaboración de presupuestos detallados, y planificación de una estrategia de comunicación.

Un aspecto fundamental del proceso fue la creación de comités nacionales multisectoriales conformados por los interesados directos del sector público (salud, educación, agricultura,

---

<sup>1</sup> Este centro pertenece a la Organización Panamericana de la Salud.

<sup>2</sup> TCP/RLA/3002 “Capacity Building for the Development of Food-Based Dietary Guidelines to Promote Healthy Diets and Lifestyles”. El proyecto iniciado en 2004 estaba proyectado para concluir en 2005, sin embargo, un huracán severo y otras dificultades logísticas obligaron a extenderlo hasta junio de 2007.

etc.), el mundo académico y el sector privado. La tarea principal de estos comités fue la de designar los miembros que formarían parte de un grupo de trabajo nacional para dirigir el proceso de formulación de FBDG nacionales.

### **(ii) Desarrollo de las FBDG**

Los grupos de trabajo nacionales elaboraron las FBDG aplicando un proceso de nueve etapas: identificación del grupo objetivo al cual estaban dirigidas las directrices dietéticas; definición de los objetivos; elaboración de las directrices técnicas; comprobación de la viabilidad de las recomendaciones; finalización de las FBDG; validación, corrección y ajuste de las FBDG; implementación y evaluación.

Para la tipificación del grupo meta, se llevó a cabo un análisis de situación a objeto de identificar los problemas y establecer el orden de prioridades. Los equipos nacionales realizaron estudios cualitativos empleando metodologías de grupos focales para recabar información sobre los hábitos dietéticos de la población. Los equipos recibieron capacitación en el uso de este tipo de metodología.

La capacitación abordó aspectos teóricos y prácticos y permitió a los participantes diseñar y dirigir la discusión con grupos focales en relación con los datos recopilados. Los resultados de estos estudios fueron presentados a los comités multisectoriales de los respectivos países. Se pidió a cada miembro de los comités priorizar los asuntos que deberían abordar las FBDG. Los funcionarios ministeriales en nutrición definieron los objetivos generales para las FBDG en base a las áreas prioritarias acordadas a nivel del comité multisectorial. Posteriormente, los expertos en nutrición definieron las recomendaciones técnicas y elaboraron un documento técnico<sup>3</sup> que proporcionó los fundamentos científicos para las directrices.

Seguidamente, las recomendaciones fueron contrastadas mediante pruebas de conducta. Esta etapa incluyó el diseño de la metodología de estudio de campo, la capacitación en métodos de investigación de campo para la realización de pruebas con grupos familiares, y la recopilación y análisis de datos. Los resultados de las pruebas de conducta fueron analizados en un taller en el que participaron los cuatro países; el objetivo de este ejercicio fue definir la estrategia comunicacional y los instrumentos necesarios para implementar las FBDG. De este modo se elaboró una versión preliminar de las directrices así como mensajes motivadores para la población en general que fueron presentados a los comités multisectoriales nacionales para su aprobación. Los mensajes motivadores fueron validados con los grupos focales y afinados según las recomendaciones de los expertos en comunicación. Los comités realizaron revisiones técnicas adicionales. Finalmente, se elaboró una estrategia comunicacional junto con material educacional para implementar las directrices.

#### **Recuadro 1. Un enfoque participativo**

El proyecto fue financiado por la FAO y contó con el apoyo técnico y operacional de oficiales en nutrición de la Oficina Subregional para América Latina y el Caribe y la Dirección de Nutrición y Protección del Consumidor. El proyecto también contó con la participación de nutricionistas del Instituto de Alimentación y Nutrición del Caribe (CFNI) y el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP) de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) quienes participaron en calidad de instructores y consultores. Se formaron comités nacionales en cada uno de los países conformados por los interesados directos y otros para apoyar el proceso de formulación e implementación de FBDG. Además de los ministerios del ramo, también participaron en el desarrollo y promoción de las FBDG el Ministerio de Educación, las cámaras de comercio, los consejos de promoción comercial, institutos normativos, organizaciones de jóvenes, universidades, organizaciones

<sup>3</sup> Este documento está dirigido a profesionales de la salud y en nutrición y no es para fines de difusión pública.

de iglesias y asociaciones de medios de comunicación.

### 3. Resultados

A través de esta intervención, cada país elaboró sus propias FBDG con recomendaciones breves, escuetas, sencillas y fáciles de recordar para la población. Las recomendaciones promueven el consumo de alimentos económicos y asequibles para una familia media en estos países, fomentando el uso de alimentos producidos localmente que pueden contribuir a desarrollar mercados para los productores locales.

En cada país, el Parlamento o Gabinete del Primer Ministro adoptó formalmente las FBDG, lo cual constituye una clara señal de la seriedad de esta iniciativa. Una vez formuladas las FBDG, cada país preparó el lanzamiento de las directrices realizando un evento que incluía diversos anuncios públicos y actividades de sensibilización en relación con las FBDG.

La intervención permitió a los funcionarios de los departamentos nacionales de nutrición actualizar sus conocimientos y desarrollar nuevas capacidades de comunicación y nutrición comunitaria. La capacitación en el uso de métodos cualitativos para recabar información respecto de cómo la población estaba recibiendo y entendiendo los mensajes de educación en nutrición fue particularmente valiosa. Estos métodos permitieron a los departamentos de nutrición recabar datos a un costo bastante reducido y dentro de un corto período de tiempo. El material producido para el proyecto sobre el tema de la nutrición (afiches, folletos, canciones, anuncios radiales y televisivos) emplea un lenguaje cotidiano y una simbología apropiada para el común de las personas. Los estudios de campo también sensibilizaron a los funcionarios nacionales respecto de los numerosos problemas y dificultades que enfrenta la población al intentar adoptar estilos de vida más saludables. Por ejemplo, la revelación de que muchas familias no tenían acceso a frutas y verduras tuvo serias implicancias para las políticas alimentarias y para los productores de alimentos.

### 4. Factores críticos que han contribuido al éxito de las intervenciones de desarrollo de capacidades

Los factores que han contribuido al éxito de la intervención son los siguientes:

#### *Oportunidad surgida de factores nacionales/internacionales interconectados*

La iniciativa de desarrollar FBDG en los cuatro países surgió a partir de la Conferencia Internacional de Nutrición (CIN) de 1992. Después de la CIN, cada país desarrolló su propio plan nacional de acción para la nutrición (PNAN). Consecuentemente, el desarrollo de FBDG nacionales constituyó la principal actividad surgida del PNAN.

#### *Pertenencia y compromiso*

El proceso participativo fue la piedra angular de la intervención. Los principales actores que dirigieron e implementaron el proceso fueron las partes interesadas a nivel nacional, reunidos en comités multisectoriales y equipos de trabajo. Esto permitió generar un sentido de pertenencia y compromiso en función de un objetivo común.

#### *Identificación de “promotores” locales/nacionales*

Los denominados “promotores” de las FBDG eran los coordinadores nacionales. Estos coordinadores nacionales son todos nutricionistas de profesión, expertos reconocidos en temas de nutrición en sus respectivos países, de los ministerios de salud y agricultura.

#### *Fortalecimiento de redes*

Los nutricionistas que actuaron como coordinadores nacionales también participaron en redes regionales de nutricionistas caribeños. A través de esta red, pudieron difundir información sobre las FBDG y los conocimientos obtenidos a través del proyecto. Asimismo, los talleres interpaíses permitieron afianzar la red ya existente.

#### *Metodologías de capacitación*

Para la intervención se aplicaron dos tipos de capacitación: talleres interpaíses y capacitación en cada uno de los países. La capacitación incorporó aspectos técnicos y prácticos, por ejemplo, expertos visitaron cada país para capacitar a los funcionarios nacionales en métodos de recopilación de datos a nivel de los grupos de familias para recabar información sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de la población en materia de consumo de alimentos.

#### *Enfoque de aplicación gradual*

Se adoptó un enfoque de aplicación gradual, desde la etapa de planificación hasta la implementación de las actividades. Específicamente, la formulación de las FBDG se organizó en diez etapas que abarcaban desde la planificación conjunta con las partes interesadas a nivel nacional hasta la evaluación de la situación nutricional en el país, la identificación y priorización de los problemas a ser abordados, la gestión de mayor apoyo por parte de los interesados directos, la creación y comprobación de los mensajes comunicados y la planificación e implementación de estrategias de comunicación.

#### *Participación de la comunidad*

Este proyecto requirió de la participación de la población a nivel comunitario a objeto de recabar sus opiniones respecto de los diversos mensajes nutricionales. En Granada, los padres, alumnos y profesores y funcionarios de las escuelas se reunieron para determinar de qué forma pueden mejorar los alimentos que se ofrecen en las escuelas secundarias.

## **5. Lecciones aprendidas**

El apoyo de los oficiales gubernamentales de alto rango fue fundamental para impulsar el proceso. Las FBDG tenían que ser consideradas parte integral de las políticas nacionales para que éstas recibieran el apoyo político necesario. Sin embargo, cabe notar que las FBDG no dependían o estaban vinculadas a una entidad estatal o partido político sino, más bien, estaban basadas en las necesidades y perspectivas de la población.

Los gobiernos proporcionaron el personal nacional y las instalaciones para el proyecto. La FAO proporcionó los fondos para la capacitación, las reuniones y los materiales. Existe cierto riesgo de que las actividades no continúen de manera sostenida ya que producir material de información para difusión pública conlleva un alto costo. La FAO cubrió los costos de producción del primer paquete de materiales, pero será de responsabilidad de los países reunir los fondos necesarios para imprimir o producir nuevos materiales.

El proceso requirió de gran tiempo de dedicación por parte de los funcionarios. Los ministerios que participaron en el proceso tuvieron que asignar personal exclusivo para el desarrollo de FBDG.

## **5. Bibliografía adicional y mayor información**

Albert, J.; Samuda, P. Molina, V.; Regis, TM; Severin, M., Finlay, B., Prevost, J. (2007) *Developing Food-based Dietary Guidelines to Promote Healthy Diets and Lifestyles in the eastern Caribbean*. Journal of Nutrition Education and Behavior, Vol. 39, No. 6.: 343-350.

FAO. (2007). *Developing Food-based Dietary Guidelines – A Manual from the English-speaking Caribbean* <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/010/ai800e/ai800e00.pdf>

FAO /WHO. (1996) *Preparation and Use of Food-based Dietary Guidelines* (Preparación y aplicación de directrices dietéticas basadas en alimentos)

<http://www.fao.org/DOCREP/x0243e/x0243e00.htm>

Sitio web de información nutricional, comunicación y educación de la FAO

<http://www.fao.org/ag/humannutrition/nutritioneducation/49739/es/642354633/>