

Programas de educación nutricional en la Comunidad Autónoma del País Vasco

Nutrition Education Programmes in the Basque Country

Carmen Pérez Rodrigo¹, Itxaso Manzano², Mauri Urturi²

¹ Unidad de Nutrición Comunitaria. Ayuntamiento de Bilbao

² Educación para la Salud (Bizkaia). Departamento de Sanidad, Gobierno Vasco

RESUMEN

La promoción de hábitos alimentarios y otros estilos de vida saludables es un elemento de gran importancia en los programas de promoción de la salud en las distintas etapas de la vida y en los programas dirigidos a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, el cáncer o una mejor calidad de vida en la edad avanzada. En este trabajo se expone una visión retrospectiva de algunas iniciativas en el ámbito de la educación nutricional llevadas a cabo en la CAPV en las últimas décadas. **PALABRAS CLAVE:** Educación nutricional; promoción de la salud.

LABURPENA

Elikagai ohituren areagotzea eta bizitzako beste era osasuntsuak elementu garrantzitsuak dira aurrezaindutako gaixotasun kardiobaskularrak, minbiziak edo adin nagusian bizitza kalitate hobea sustapen programetan. Lan honetan atzerabegirako ikuspuntu bat aurkezten da, azken hamar urte hauetan EHAE-n elikapen hezkuntza arloan eramandako ideia batzuei buruzkoa.

ABSTRACT

Promotion of healthy eating habits and other life styles is of great importance in health promotion programmes during life span as well as programmes aimed to prevent cardiovascular diseases, cancer or a better quality of life in old age. In this paper a retrospective view of several initiatives in the field of nutrition education carried out in the Basque Country in the last decades is presented.

Key words: Nutrition education. Health promotion.

Los cambios políticos y la progresiva asunción de competencias por el Gobierno Vasco, favorecieron una transformación en la organización del mundo sanitario y en la orientación de sus actuaciones.

En la década de 1980, los programas y actividades en Educación para la Salud en la Comunidad Autónoma del País Vasco (CAPV) experimentaron un fuerte impulso. La reorientación de la Salud Pública en la CAPV, con el desarrollo del Programa de Salud Escolar tanto en el ámbito autonómico como en el municipio de Bilbao, sin duda, tuvieron papel decisivo en este hecho.

Comienzan en esta época programas que tan buena acogida y excelentes resultados han obtenido como los dedicados a la salud bucodental, prevención de accidentes infantiles o un poco más adelante, prevención del SIDA.

Dentro de las experiencias en educación nutricional, hemos de destacar la campaña de promoción del desayuno (1) que se llevó a cabo en los centros docentes de la CAPV en la segunda mitad de la década de los 80. Estudios nutricionales previos realizados en escolares de Bilbao ponían en evidencia que el 20% acudía al colegio sin desayunar y entre aquellos que consumían algo, en un porcentaje elevado de casos configuraban un desayuno insuficiente (2). La evaluación posterior a su implementación y especialmente el seguimiento en estudios posteriores en los colegios públicos de Bilbao mostraba que el porcentaje de niños y niñas que no desayunan nada se ha reducido considerablemente y los datos más recientes lo sitúan globalmente en un 3%, cifra algo más elevada entre las jóvenes adolescentes (3,4). También dirigida a la población escolar, desde el Gobierno Vasco se diseñó una rueda de los alimentos con el eslogan "Come de todo", invitando a los niños/as a consumir una dieta variada.

Correspondencia:
Carmen Pérez Rodrigo
Unidad de Nutrición Comunitaria
Subárea Municipal de Salud Pública
Luis Briñas, 18; 4ª planta
48013 Bilbao

La Unidad de Nutrición Comunitaria en colaboración con la Sección de Salud Escolar del Ayuntamiento de Bilbao, ha venido realizando un seguimiento de la oferta nutricional en los comedores escolares, que sin duda ha ido acompañada de una labor de información - formación dirigida a las personas responsables de esta tarea en cada centro docente. En el año 1996 salía a la luz la publicación "Consumo de alimentos y del estado nutricional de la población escolar de Bilbao. Guías alimentarias para la población escolar", a partir de los resultados de este programa (5).

En estos años se ha llevado a cabo algunas iniciativas de divulgación de información y sensibilización de la población general enfocadas hacia la promoción de una dieta saludable. Recordemos, por ejemplo, el calendario de la rueda de los alimentos que incluía recomendaciones formuladas como frecuencia de consumo por raciones publicado en 1989.

En esta misma línea, años más tarde, concluida la Encuesta de Nutrición, se cuidaría con esmero el diseño de un cartel con la rueda de los alimentos (6), organizada sectorialmente por grupos bromatológicos y funcionales, que se identificaban con distintos códigos cromáticos. Se acompañaba de unos recuadros explicativos en los que se describía los grupos de alimentos que deberían aumentar o disminuir en la ración media habitual. Estas recomendaciones se traducían en raciones orientativas / per capita / día de distintos grupos de alimentos, que combinados armónicamente, podrían configurar un perfil alimentario saludable.

El Departamento de Sanidad y Osakidetza publicaron la serie de folletos informativos Guías a la Salud dentro del programa Salud a la vida, dirigidos a la población en general y otras para las personas mayores, en los que se abordaban distintos aspectos, entre ellos la alimentación equilibrada (7). En este mismo sentido, se recogió en una publicación posterior una serie de pautas dietéticas y dietoterapia para colectivos de ancianos, acompañados de recomendaciones para una alimentación saludable en las personas mayores (8).

Desde el Departamento de Sanidad se impulsó la difusión de información sanitaria a través de los medios de comunicación en programas específicos, difundidos principalmente a través de Euskal Telebista (A su salud) y Radio Euskadi. También en este caso se abordaron temas relacionados con la alimentación y nutrición en diferentes etapas de la vida.

Queda aún mucho camino por hacer en este campo. La contribución y el apoyo decidido de personas con responsabilidad en la Administración Sanitaria como Javier Sáenz de Buruaga a este tipo de iniciativas es decisivo para que puedan llevarse a cabo, desde el convencimiento de que la promoción de hábitos alimentarios y otros estilos de vida saludables desde los primeros años de la vida, contribuye de manera eficaz a la prevención de enfermedades crónicas de alta prevalencia en nuestro entorno y a conseguir una mejor calidad de vida para todos.

Referencias bibliográficas

1. Programa de Salud Escolar. "Con un desayuno completo no se quedarán a medias". Folleto. Osakidetza
2. Aranceta J, Santolaya J, Gondra J, Delgado A. Evaluación de consumo y de hábitos alimentarios en los comedores escolares de colegios públicos de la Villa de Bilbao. Arch Pediat 1986; 37: 523-534.
3. Aranceta Bartrina J, Pérez Rodrigo C, Santolaya Jiménez J, Gondra Rezola J. Evolución de la ingesta dietética aportada con la ración del desayuno en los escolares de Bilbao (1984-1994). Nutrición Clínica 1997; XVI: 171-177
4. Aranceta Bartrina J, Serra Majem LI, Ribas Barba L, Pérez Rodrigo C. El desayuno en la población infantil y juvenil española. En: Serra Majem LI, Aranceta Bartrina J. Desayuno y equilibrio alimentario. Estudio enKid. Barcelona: Masson, 2000: 45-74
5. Aranceta J, Pérez Rodrigo C. Consumo de alimentos y estado nutricional de la población escolar de Bilbao. Guías alimentarias para la población escolar. Bilbao: Área de Salud y Consumo Ayuntamiento de Bilbao, 1996
6. Programa de Nutrición. Come para tu salud. Vitoria-Gasteiz: Departamento de Sanidad Gobierno Vasco- Osakidetza, 1992.
7. Arriola Manchola E, González Larreina R. Alimentación equilibrada. Guías a la salud. Tercera Edad, 1. Osakidetza: Salud a la vida.
8. Aranceta J, Pérez Rodrigo C, Marín M. Pautas dietéticas y dietoterapia para colectivos de ancianos. Vitoria-Gasteiz: Servicio de Publicaciones del Gobierno Vasco, 1994