

REVISIÓN

Nutrición y participación comunitaria en las acciones de la Fundación Bengoa

E. Patiño-Simancas y M. Landaeta-Jiménez*

Fundación Bengoa, Caracas, Venezuela

Recibido el 24 de septiembre de 2009; aceptado el 13 de noviembre de 2009.

PALABRAS CLAVE

Nutrición comunitaria;
Educación nutricional;
Hábitos alimentarios;
Participación comunitaria;
Promoción de la salud

Resumen

El programa de nutrición comunitaria de la Fundación Bengoa consiste en desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en alimentación y nutrición, con la finalidad de formar líderes y multiplicadores en defensa de los derechos a la alimentación y la salud. Se desarrolla mediante proyectos sociales en comunidades de escasos recursos. Esto es posible mediante la articulación con instituciones, organizaciones y empresas que asumen el compromiso de trabajar con, para y desde la comunidad. El programa tiene varios componentes: educación alimentaria y nutricional, vigilancia nutricional, participación, seguridad alimentaria, gerencia de servicio, ambiente y articulación institucional, los cuales se ejecutan de acuerdo a la modalidad del proyecto. El núcleo central de formación y capacitación es la educación alimentaria y nutricional. La Fundación Bengoa ha desarrollado 16 proyectos en más de 80 comunidades venezolanas en 9 años. Con uno de sus aliados, Farmacia SAAS, tiene un programa de educación contra la malnutrición desde hace 4 años, que ha producido 6 anuncios en televisión y guías impresas de orientación nutricional a las comunidades. Las iniciativas comunitarias son efectivas para modificar ciertas realidades pero, fundamentalmente, permiten sensibilizar a todos los actores comunitarios en el uso de estrategias y herramientas que brindan las nuevas tecnologías, para estimular los procesos educativos y generar cambios de hábitos que fomenten una vida sana.

© 2009 SENC. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.

*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: mlandaetajimenez@gmail.com (M. Landaeta-Jiménez).

KEYWORDS

Community nutrition;
Nutrition education;
Food habits;
Community participation;
Health promotion

Nutrition and community participation in the action of Fundación Bengoa**Abstract**

The aim of the Community Nutrition Foundation Bengoa program is to develop and strengthen skills and attitudes in food and nutrition in order to train leaders and multipliers in defence of the rights to food and health. It is developed through social projects in poor communities. This is possible through the joint institutions, organizations and companies who are committed to working with, to and from the community. The programme has several components: food and nutrition education, nutritional surveillance, participation, food security, environment, institutional coordination, and service management which are executed according to the mode of the project. The core training is the food and nutrition education. The Bengoa Foundation in nine years, has developed 16 projects in more than 80 Venezuelan communities. With one of his allies, pharmacy SAAS, for the last four years has been running a programme of education against malnutrition, which has produced six pieces of television and printed nutritional guidelines to communities. The community initiatives are effective to modify certain realities but essentially allow to increase awareness among all relevant stakeholders in the community, increase competence in the use of strategies and tools, provide new technologies to stimulate educational processes and generate changes that promote healthy living habits.

© 2009 SENC. Published by Elsevier España, S.L. All rights reserved.

Introducción

La nutrición comunitaria enfrenta nuevos retos al convertirse en un canal efectivo para promover y posibilitar la activa participación de la población en el análisis de los problemas y en la elaboración de estrategias consensuadas para su solución, así como en la puesta en práctica de las estrategias acordadas.

La Fundación Bengoa nace en el año 2000, en homenaje al Dr. José María Bengoa, venezolano de excepción, maestro de generaciones y pionero de la nutrición comunitaria y de la salud pública en el ámbito nacional e internacional. La misión de la Fundación es “promover propuestas de políticas y desarrollo de estrategias y acciones para mejorar la alimentación, nutrición y salud de los venezolanos”¹. Entre sus actividades cuenta con el programa de nutrición comunitaria, concebido para contribuir a mejorar las condiciones alimentarias y nutricionales en nuestras comunidades con menores recursos¹.

En los últimos años la situación alimentaria y nutricional en el país se ha modificado; encontramos algunos grupos donde persiste desnutrición infantil y deficiencias de micronutrientes, mientras que en otros se incrementa el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades relacionadas con la nutrición^{2,3}. Esta última situación afecta con mayor intensidad a la población adulta, pero también se presenta en la población infantil y juvenil. Algunos investigadores consideran que existe una transición alimentaria y nutricional que requiere de una intervención oportuna, eficaz e integral para revertir algunos de los patrones que afectan al problema^{4,5}.

Es frecuente encontrar en nuestras comunidades una familia con un padre hipertenso, una madre obesa, un niño desnutrido y una abuela anémica. En su alimentación incor-

poran pocos alimentos, la dieta no es variada ni equilibrada, la principal fuente de calorías proviene de carbohidratos y, por lo general, el sedentarismo está presente en todos los grupos sociales. Enfrentar esta realidad es uno de los retos que asumimos cuando nos dedicamos a la nutrición comunitaria en nuestros países, debido a que esta disciplina tiene la particularidad de producir programas para afrontar la realidad desde una visión holística del problema, pero sin perder el equilibrio requerido, para actuar con la familia como un todo.

Sin embargo, la realidad en estas comunidades se diferencia de los problemas de otros países, donde se concentran principalmente en las intervenciones específicas con micronutrientes, y en el creciente problema de la obesidad y de las enfermedades crónicas no transmisibles⁶. Por otra parte es importante considerar, en el trabajo con las comunidades, que se necesita establecer buenos modelos de comunicación que permitan afianzar la construcción compartida de los mensajes en nutrición y salud⁷.

La Fundación ha venido cumpliendo con el mandato que según el Dr. Bengoa “le dio la sociedad venezolana, sensible siempre ante la desigualdad, la marginación, la ignorancia y el hambre”. Su trabajo está dirigido a las comunidades más deprimidas rurales y urbanas, pero rápidamente se ha expandido a varias regiones, como respuesta al aumento de la demanda social que debemos atender de forma oportuna.

El esfuerzo y el compromiso de quienes en nuestro país día a día suman voluntades por una mejor nutrición, constituyen estímulos que motivan la superación y cada vez más impulsan nuestra labor. A continuación se presentan algunas características del programa de nutrición comunitaria, los resultados de dos intervenciones y del programa de comunicación por televisión.

Programa de nutrición comunitaria de la Fundación Bengoa

Como parte de las respuestas a esta demanda se viene desarrollando el programa de nutrición comunitaria de la Fundación Bengoa (PNCFB), que tiene como áreas de acción fortalecer la participación comunitaria, la alimentación, la seguridad alimentaria y la educación en nutrición y salud. Todo esto con la finalidad de promover una alimentación sana, contribuir a mejorar las condiciones alimentarias y nutricionales de las poblaciones atendidas, así como su calidad de vida¹.

Se ejecuta por la modalidad de proyectos que se desarrollan principalmente en comunidades urbanas de escasos recursos, periurbanas y rurales, cuya ejecución es posible debido a la articulación y coordinación con distintas instituciones, organizaciones y empresas establecidas en nuestras comunidades, y que asumen el compromiso de trabajar en, con, para y desde la comunidad⁸.

El programa tiene varios componentes: educación alimentaria y nutricional, vigilancia nutricional, seguridad alimentaria, participación comunitaria, ambiente, gerencia de servicios, formación para el trabajo y articulación institucional (fig. 1). Se concibe con una estructura modular que permite adaptarlo a las prioridades identificadas con las comunidades y a las facilidades de financiación del proyecto.

El componente de educación alimentaria y nutricional se encarga de transferir conocimientos en el área de la alimentación y nutrición a las comunidades que les permitan mejorar su situación nutricional. De esta manera se analiza la estrategia educativa que se puede implementar, de acuerdo con las características y la problemática que se esté abordando en la comunidad, las cuales se ajustan a las pautas actuales de la educación nutricional⁹. Se busca sensibilizar a los actores de los proyectos ante su problemática nutricional y motivarlos para que participen activamente en la solución de la misma. El núcleo central es el desarrollo de actividades y estrategias de enseñanza-aprendizaje que incorporan el juego como una forma divertida de transmitir contenidos.

El componente de vigilancia nutricional consiste en desarrollar capacidades en los actores para la organización de un sistema de vigilancia nutricional en su entorno (escuelas, comedores, instituciones, etc.), que les permita detectar la malnutrición de forma oportuna y posibilitar su atención¹⁰. Se entrena en la toma de las medidas de peso y talla y en la clasificación del estado nutricional. De esta forma en la comunidad se pueden detectar personas con malnutrición que después se derivan a las instituciones de salud.

En el componente de seguridad alimentaria se fortalece el uso de los recursos que se destinan a la alimentación para mejorar la compra de alimentos, la elaboración de menús de mejor calidad nutricional y se estimula el uso de los alimentos que se producen en la zona. Se capacita a las madres para que desarrollen actividades productivas, para mejorar la generación de los ingresos de la familia y la posibilidad de adquirir alimentos y, por consiguiente, mejorar la seguridad alimentaria del hogar⁸.

Con el componente de participación las comunidades identifican su realidad social, sus problemas nutricionales y de salud y se organizan, generando soluciones mediante la

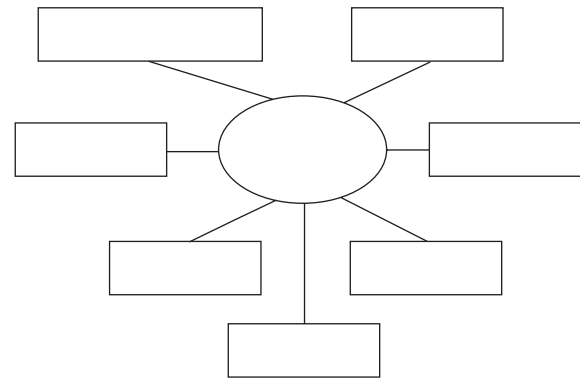


Figura 1 Componentes del programa de nutrición comunitaria.

elaboración y ejecución de pequeños proyectos comunitarios¹¹. Esta estrategia facilita la sostenibilidad y permanencia de los proyectos en las comunidades una vez que finaliza la ejecución. La formación para la participación orienta sus acciones para que la comunidad desde sus inicios se incorpore como actor principal y asuma como propio el programa.

Cuando los proyectos se desarrollan en comedores o en instituciones que tienen servicio de alimentación se incorpora el componente de gerencia de servicio, en el que se asesora a la institución en la organización del servicio y de la gerencia, así como en la parte de logística, higiene y manipulación de alimentos, menú, recursos humanos y físicos, para que el servicio sea de calidad y cubra las necesidades nutricionales de sus beneficiarios.

Al estudiar la problemática nutricional se encuentra la interrelación con varios factores ambientales¹². En los proyectos con el componente de ambiente se promueve que la comunidad se movilice hacia la atención y solución de sus problemas ambientales que influyen en la salud y la alimentación.

En el programa de nutrición comunitaria también se promueven alianzas con otras organizaciones y centros académicos, para que participen o apoyen las diferentes actividades que se ejecutan en el marco del proyecto. Un papel fundamental es la participación de los voluntarios, que apoyan las actividades de la Fundación en diferentes ámbitos.

En la primera etapa del trabajo se elabora el diagnóstico documental de la comunidad y la planificación inicial del proyecto; luego se establece un acercamiento a las comunidades y un recorrido para conocer sus instituciones (educativas, de salud y otras organizaciones comunitarias), se reúne a la comunidad para intercambiar opiniones sobre sus necesidades, costumbres, hábitos alimentarios y del proyecto. De esta forma se van desarrollando acciones que sensibilizan a la comunidad para participar activamente en la ejecución (fig. 2).

La planificación de la ejecución se modela de acuerdo a las necesidades que surgen del intercambio de experiencias. Comienza con un diagnóstico participativo de la realidad social y de salud de la comunidad, se identifican necesidades de intervención educativa, participación y capacitación. La ejecución y evaluación van paralelas, lo cual permite conocer durante la ejecución debilidades y

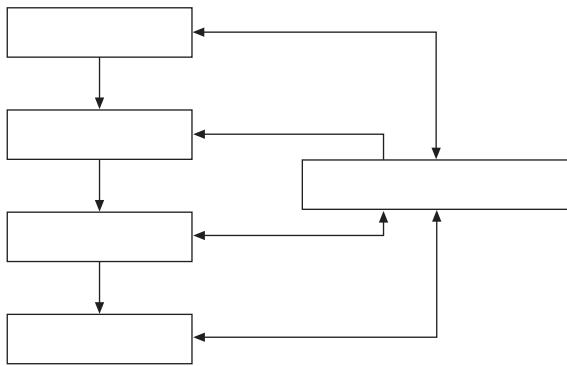


Figura 2 Etapas de los proyectos.

fortalezas, oportunidades y amenazas, todo esto con la finalidad de ajustar la intervención a la realidad comunitaria.

Como parte de las estrategias se planifican actividades recreativas y concursos para evaluar indirectamente la transferencia de la información y un evento de cierre, donde exponen los resultados del proyecto y se comparten las experiencias vividas por los actores que participaron⁶. La información generada por la evaluación interna permite ajustar las acciones emprendidas, modificar estrategias, adecuar contenidos, administrar con mayor eficiencia los recursos y, fundamentalmente, facilitar la participación de la comunidad en las distintas fases del programa. Es un recurso útil para mostrar de forma sencilla los resultados de la inversión.

La Fundación Bengoa ha desarrollado más de 16 proyectos, han participado 33.103 niños y adolescentes, 2.891 docentes, 188 escuelas y 319 comunidades, con una proyección en 11 estados del país y 4 países latinoamericanos.

Programas en zonas urbanas

El programa “Menú del preescolar” (2007-2009) se ejecuta en la comunidad de Los Tres Reyes Magos, en Maracaibo, en una organización de desarrollo social (ODS) que atiende a 75 niños preescolares. Su orientación es promover y fortalecer capacidades y actitudes de las personas y formarlas como multiplicadores, para que contribuyan a mejorar la alimentación y nutrición de los niños usuarios de los comedores comunitarios, y así lograr la efectiva incorporación de las madres o representantes y de la comunidad.

En esta organización el diagnóstico reveló: malas condiciones en el servicio de alimentación; infraestructura física y ambientes, deficientes; las condiciones higiénicas y de nutrición de los niños, precarias; poco personal y ausencia de asesoría nutricional. La intervención se orientó al fortalecimiento del servicio de alimentación, formación para la participación comunitaria, educación nutricional, vigilancia, intervención y seguimiento nutricional. El cumplimiento de metas en capacitación a los docentes, personal directivo y de la cocina, y diseño del menú fue del 95%. La capacitación a las madres en participación y alimentación fue del 85%. Las mejoras en el acondicionamiento del espacio físico ascendieron al 60%, la dotación del servicio fue del 80%, la aplicación y cumplimiento de las normas fue del

80% y la aplicación del menú, del 90%. Se organizó un grupo de madres voluntarias que apoyaron en el desempeño de las actividades del comedor. Entre 2007 y 2008 el porcentaje de niños con adecuado estado nutricional se incrementó de un 47 a un 64%, debido a una mejor calidad de la alimentación, así como por el incremento del aporte calórico en el desayuno, la merienda y el almuerzo, que cubre el 75% del requerimiento de los niños, el tratamiento de la parasitosis y la intervención en los hábitos de vida de la familia.

Programa en zonas rurales

“Para superar la pobreza en el estado Apure: calidad de la educación y nutrición. Proyecto flor amarillo” se desarrolla desde 2005 en comunidades rurales, con la modalidad de ejecución por proyectos, financiado por instituciones y empresas.

El objetivo es desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes de los alumnos, padres y docentes de las escuelas involucradas, con la finalidad de contribuir a mejorar la alimentación y nutrición en el hogar, la escuela y la comunidad. La cobertura es de 700 niños, 131 docentes, 7 escuelas y comunidades rurales, y se ejecuta en conjunto con el Centro de Investigaciones Educativas y Culturales (CICE).

La alta rotación de docentes y el mal estado de la vialidad y las condiciones climáticas son aspectos que limitan la participación en estas comunidades. Sin embargo, se capacitó al 95% de los docentes, personal directivo y comunidad en temas de alimentación y nutrición y participación comunitaria; la dotación de materiales de apoyo en las escuelas fue del 80% y en ellas se ajustó el menú. El porcentaje de niños con adecuado estado nutricional se incrementó del 63 al 66% de 2006 a 2008 y el déficit nutricional disminuyó del 18 al 8%. En los comedores el consumo de frutas y vegetales aumentó y las madres afirman que utilizan más frutas y vegetales cultivados en la zona, y la vigilancia nutricional en las escuelas aumentó. Los docentes formularon 5 proyectos que están ejecutados al 90% y los grupos organizados de la comunidad elaboraron 6 proyectos que actualmente se están implementando.

Difusión en los medios de comunicación

Conociendo la importancia del binomio educación-comunicación para el aprendizaje, la Fundación Bengoa, en alianza con una empresa de Farmacia, inició en 2004 el programa de educación en nutrición por televisión, sobre la base de prioridades identificadas en encuestas, consulta de expertos y grupos focales por especialistas e investigadores de la nutrición y áreas afines. El programa consiste en la proyección de una pieza publicitaria de 30 segundos en horario estelar en los canales de mayor audiencia y una guía impresa, que se distribuye en las farmacias y en las redes de organizaciones, instituciones y canales relacionados con la Fundación Bengoa.

Se han diseñado 6 piezas:

1. “La nutrición es a tres colores” que promueve una alimentación equilibrada y variada que incorpora como es-

trategia de comunicación la asociación de los alimentos con los tres colores del trébol de los tres grupos básicos de alimentos, icono del Instituto Nacional de Nutrición. La guía “3 colores para balancear tus comidas” es una propuesta sencilla de platos equilibrados y económicos con combinaciones de tres y más alimentos en las comidas y meriendas.

2. “El desayuno hace la diferencia” resalta la importancia del desayuno en la nutrición, salud y rendimiento escolar con su respectiva guía.
3. “Dos no son suficientes” promueve comer por lo menos tres veces al día y la práctica de actividad física para estar sano.
4. “Variado y bien alimentado” destaca la importancia de variar los alimentos como elemento clave para que los niños se alimenten mejor. ¿Por qué y cómo variar la alimentación?, raciones de alimentos y sustituciones según la edad.
5. “Obesidad. No haga la vista gorda, su salud no aguanta tanto peso” esta campaña, con su respectiva guía, se diseñó para sensibilizar a la población sobre la importancia de combatir el sobrepeso y la obesidad mediante una alimentación saludable y actividad física, con propuestas para que planifiquen una rutina de ejercicios y vigilen el peso.
6. “Con todos los hierros” está orientada a la prevención de la anemia y la deficiencia de hierro, e incluye una guía informativa sobre cómo mejorar la calidad del hierro en la dieta habitual.

Las piezas y guías publicadas hasta 2008 se evaluaron en un estudio de opinión, en una muestra aleatoria de 1.000 personas mayores de 18 años de los principales estados del país y estratificadas por sexo, edad y grupo socioeconómico. Se reportó un alto nivel de recuerdo; el 84,3% y el 71,4% de los encuestados manifestó cambios en sus hábitos alimentarios, que fueron valorados como grandes por el 61,2%. El nivel de recuerdo más alto fue para “Variado y bien alimentado” (68,1%), seguido por “El desayuno hace la diferencia” (45,1%). El nivel de modificación de hábitos alimentarios más alto lo obtuvo “Variado y bien alimentado” (74,3%), seguido por “El desayuno hace la diferencia” (62,7%).

Las iniciativas comunitarias de intervención nutricional son efectivas para modificar ciertas realidades en cuanto a las mejoras en el perfil alimentario y nutricional, así como en la formación de los docentes y de la comunidad, al permitir desarrollar principios de corresponsabilidad social que fortalecen las acciones emprendidas por los distintos actores establecidos en las comunidades. Fundamentalmente, permiten sensibilizar a los profesionales de la salud, educación y áreas afines, así como a la comunidad, en el uso de

estrategias que, incorporando los recursos que brindan las nuevas tecnologías, estimulan los procesos de aprendizaje y de modificación de hábitos de alimentación y de estilos de vida que pueden incidir positivamente en el disfrute del derecho a la salud y a la alimentación.

Agradecimientos

La Fundación Bengoa agradece la participación de todas las comunidades, instituciones y organizaciones, así como el apoyo financiero para la realización de estas experiencias por parte de las empresas Regional, Fondo Social de CANTV (Compañía de Telefonía Nacional), Hato Santa Luisa, Fundación Banco de Venezuela y Farmacia SAAS.

Bibliografía

1. Fundación Bengoa 2000. Quiénes somos. Disponible en: <http://www.fundacionbengoa.org/>
2. Instituto Nacional de Nutrición. Anuario del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional. Caracas: SISVAN; 2007. Disponible en: <http://www.inn.gob.ve/webinn>
3. Solano L, Barón MA, Sánchez Jaeger A, Páez M. Anemia y deficiencia de hierro en niños menores de cuatro años de una localidad en Valencia. *An Venez Nutr.* 2008;21(2):63-9.
4. López de Blanco M, Carmona A. La transición alimentaria y nutricional: un reto en el siglo XXI. *An Venez Nutr.* 2008;21(2):63-9.
5. Laurentin A, Schnell M, Tovar J, Domínguez Z, Pérez B, López de Blanco M. Transición alimentaria y nutricional, entre la desnutrición y la obesidad. *An Venez Nutr.* 2007;20(1):47-52.
6. Aranceta Bartrina J, Pérez Rodrigo C, Serra Majen LL. Nutrición Comunitaria. *Rev Med Univ Navarra.* 2006;50(4):39-45.
7. Prieto-Rodríguez A, Moreno-Angarita M, Cardozo-Vásquez YS. Modelo de comunicación desde una perspectiva social, orientado a la actividad física. *Rev Salud Pública.* 2006;8 Supl 2: 81-93.
8. Patiño E. Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria. *An Venez Nutr.* 2005;18(1): 134-7.
9. Andrien M, Beghin I. Nutrición y comunicación: de la educación en nutrición convencional a la comunicación social en nutrición. 1.ª ed. México: Universidad Iberoamericana; 2001.
10. OMS. Metodología de la vigilancia nutricional. Informe de un Comité Mixto FAO/UNICEF/OMS de Expertos. Serie de Informes Técnicos N° 593. Ginebra: OMS; 1976.
11. Lorenzana P, Bernal J, Mercado C. Inseguridad alimentaria y experiencias de hambre en hogares venezolanos menos privilegiados. *Rev Esp Nutr Comunitaria.* 2003;9(3):117-27.
12. Beghin I. Taller de nutrición comunitaria. Serie de apuntes didácticos de nutrición. Caracas: Fundación Cavendes; 1998. p. 14-33.