

Alimentación saludable: experiencias municipales

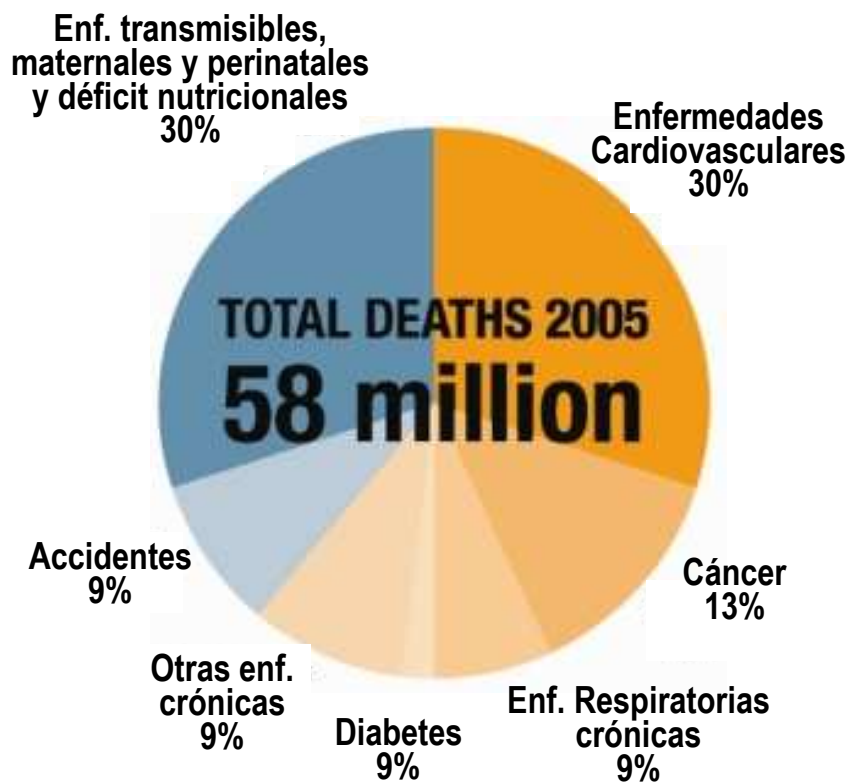
**Abordaje de la alimentación
saludable: un reto para los
municipios**

Dr. Javier Aranceta

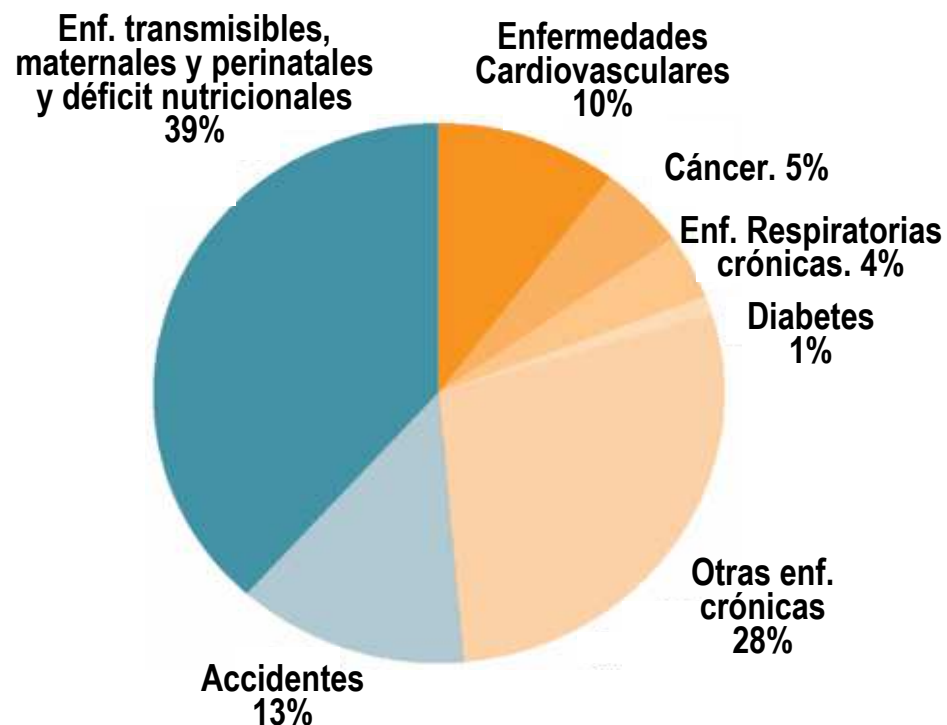
jaranceta@unav.es

Barcelona, 11 de marzo de 2008

Proyección principales causas de mortalidad, todo el mundo, todas las edades, 2005



Proyección principales causas de discapacidad (consecuencias de la enfermedad en DALYs), todo el mundo, todas las edades, 2005



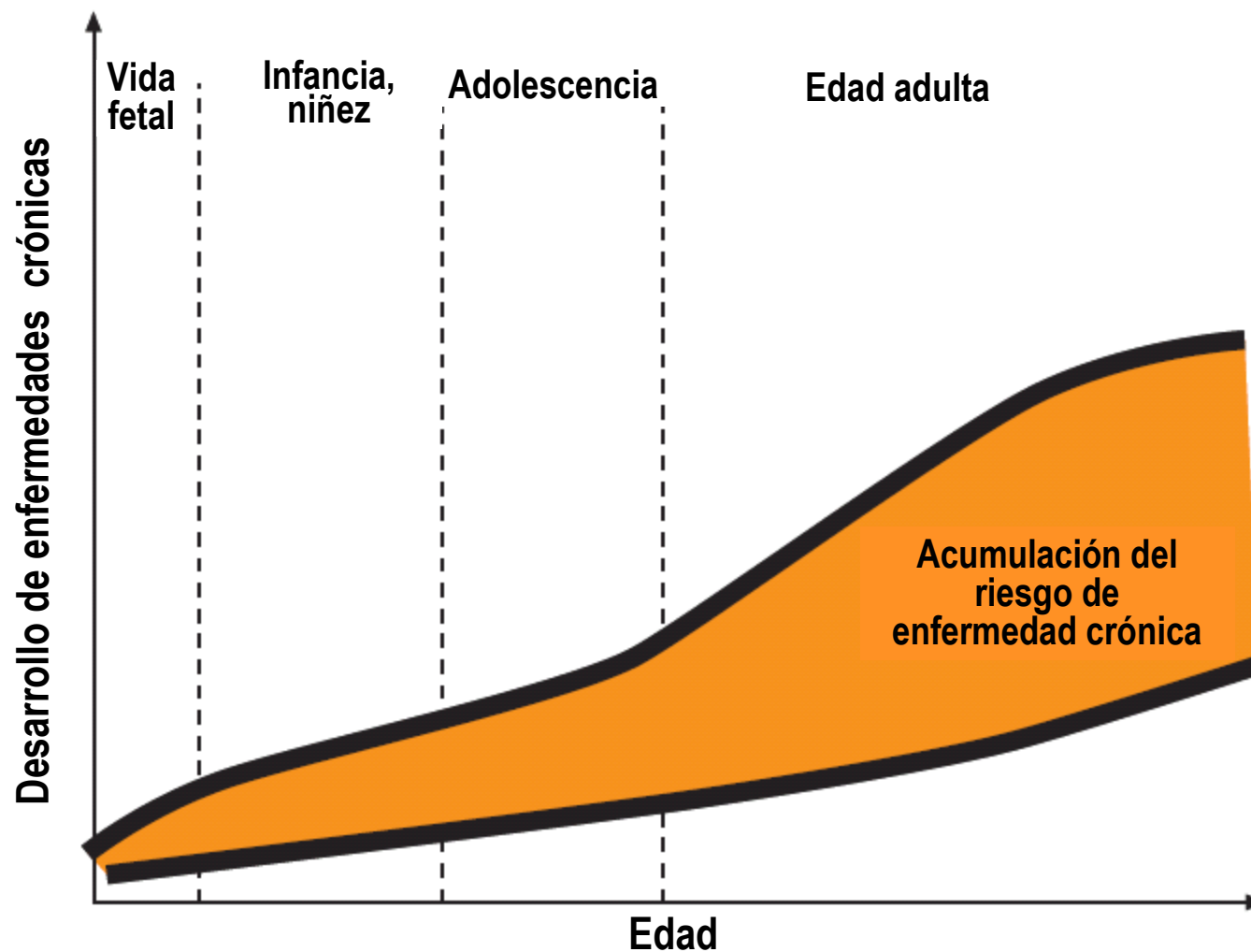


Causas de enfermedades crónicas



WHO. Preventing chronic diseases. A vital investment. Geneva: WHO, 2005

Enfermedades crónicas y ciclo vital

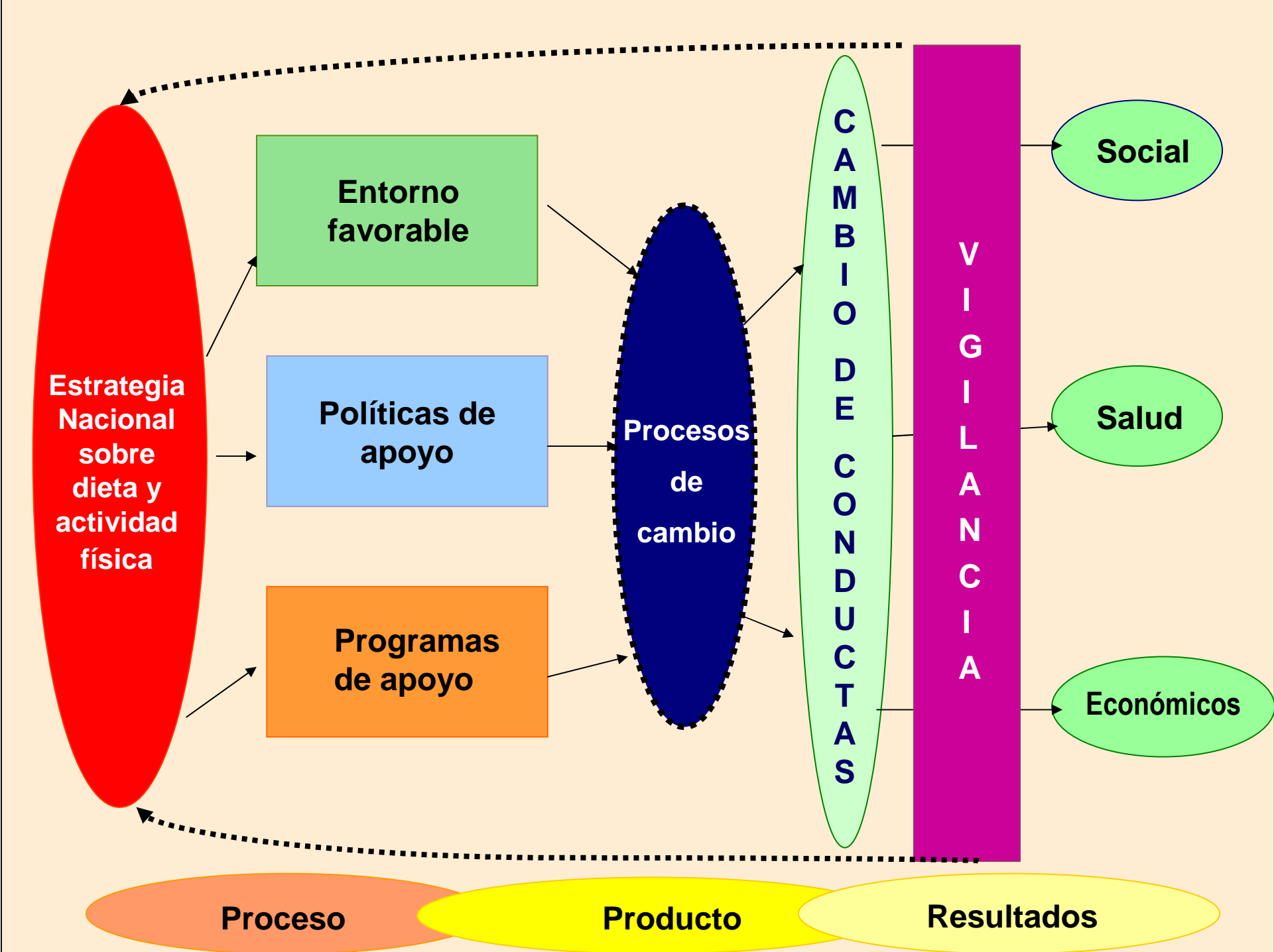


WHO. Preventing chronic diseases. A vital investment. Geneva: WHO, 2005

Dieta y Salud

Fuente: FAO-WHO, Marzo 2003

	Obesidad	Diabetes tipo 2	ECV	Cáncer	Enf. Dental	Osteoporosis
Frutas & Verduras	C ↓↓	P ↓	C ↓↓	P ↓		
Bebidas azuc	P ↑				P ↑	
Bebid calientes				P ↑		
Alcohol ↑			C ↑↑	C ↑↑		
Alcohol moderado-bajo			C ↓↓			
Obesidad		C ↑↑	C ↑↑	C ↑↑		
Actividad física	C ↓↓	C ↓↓	C ↓↓	C ↓↓		C ↓↓





Invertir la tendencia de la obesidad

estrategia
para la nutrición, actividad física
y prevención de la obesidad



Estrategia de Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (EsNAOS)

- ◆ Programas de educación nutricional
- ◆ Mejora de la oferta alimentaria en comedores escolares
- ◆ Limitación de venta de productos de alta densidad energética en las máquinas de vending ubicadas en el entorno escolar
- ◆ Promoción de actividades de deporte escolar
- ◆ Control de la publicidad
- ◆ Adecuación composición nutricional
- ◆ Protocolos para Atención Primaria



Estrategia de Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (EsNAOS)

Ámbito Familiar y Comunitario

**Campañas
informativas**

**Grupos de trabajo:
Autonómico
Municipal**

**Colaboración con:
empresas de entretenimiento
fabricantes y anunciantes
de juguetes**

Estrategia de Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (EsNAOS)

Ámbito Escolar

Educación Nutricional:

Currículo
Talleres
Formación profesorado

Colaboración con:
Asociaciones Padres-Madres
Empresas catering
Fundaciones

COMEDOR ESCOLAR

Convenio con empresas de restauración colectiva
FEADRS

Máquinas Expendedoras

Convenio Asociación Nacional Española Distribuidores Automáticos (ANEDA)

Actividad Física en el colegio



Estrategia de Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (EsNAOS)

Ámbito Empresarial

Convenio Federación Española de Industrias Alimentación y Bebidas (FIAB)

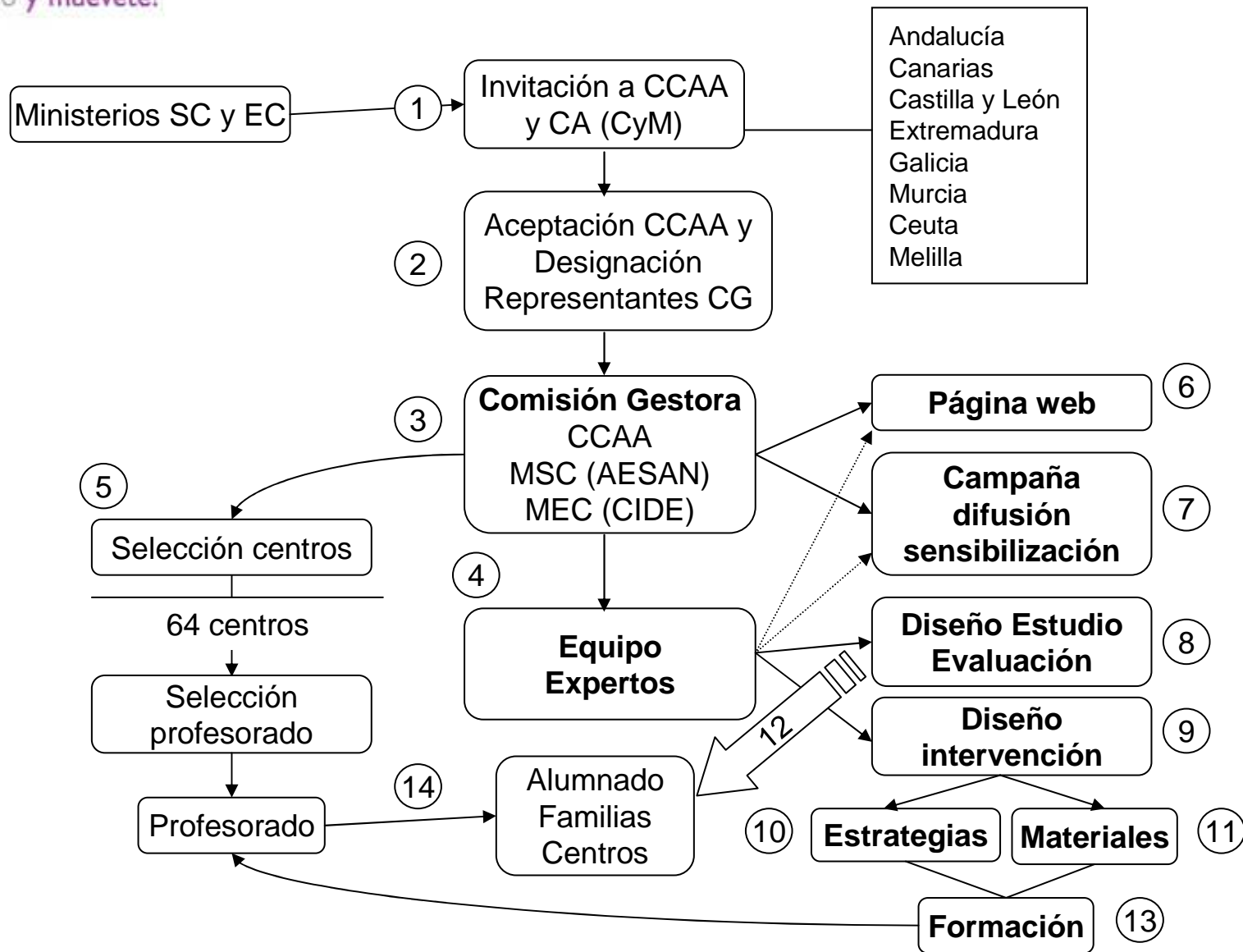
**Marketing y publicidad de alimentos:
Código de Autorregulación
P.A.O.S**

**Convenio Empresas de distribución comercial:
ANGED
ASEDAS**

Apoyo al diseño y realización de acciones de difusión de la Estrategia

Políticas comerciales en los productos de “marca propia”

**Desarrollo de publicidad y promoción de alimentos conforme a la Estrategia
NAOS**





Aula

Comedor Escolar

Recreo

Talleres

Vending

Deporte escolar

Colaboración familia

Alimentación + Actividad Física

Desarrollo Armónico

Entorno saludable



Nutrición Comunitaria - Salud Pública

- Conjunto de actividades vinculadas a la salud pública que, dentro del marco de la Nutrición Aplicada, se desarrollan desde un enfoque participativo de la comunidad, en un hábitat determinado y con un objetivo general de Promoción de la Salud.-

J. Aranceta, 2000

Nutrición Comunitaria

Vigilancia Cadena Alimentaria

Restauración Colectiva

Nutrición Clínica Dietética

Medios de Comunicación

Política Nutricional

Epidemiología Nutricional

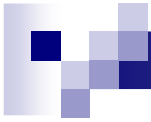
Educación Nutricional

Industria Alimentaria



Nutrición Comunitaria

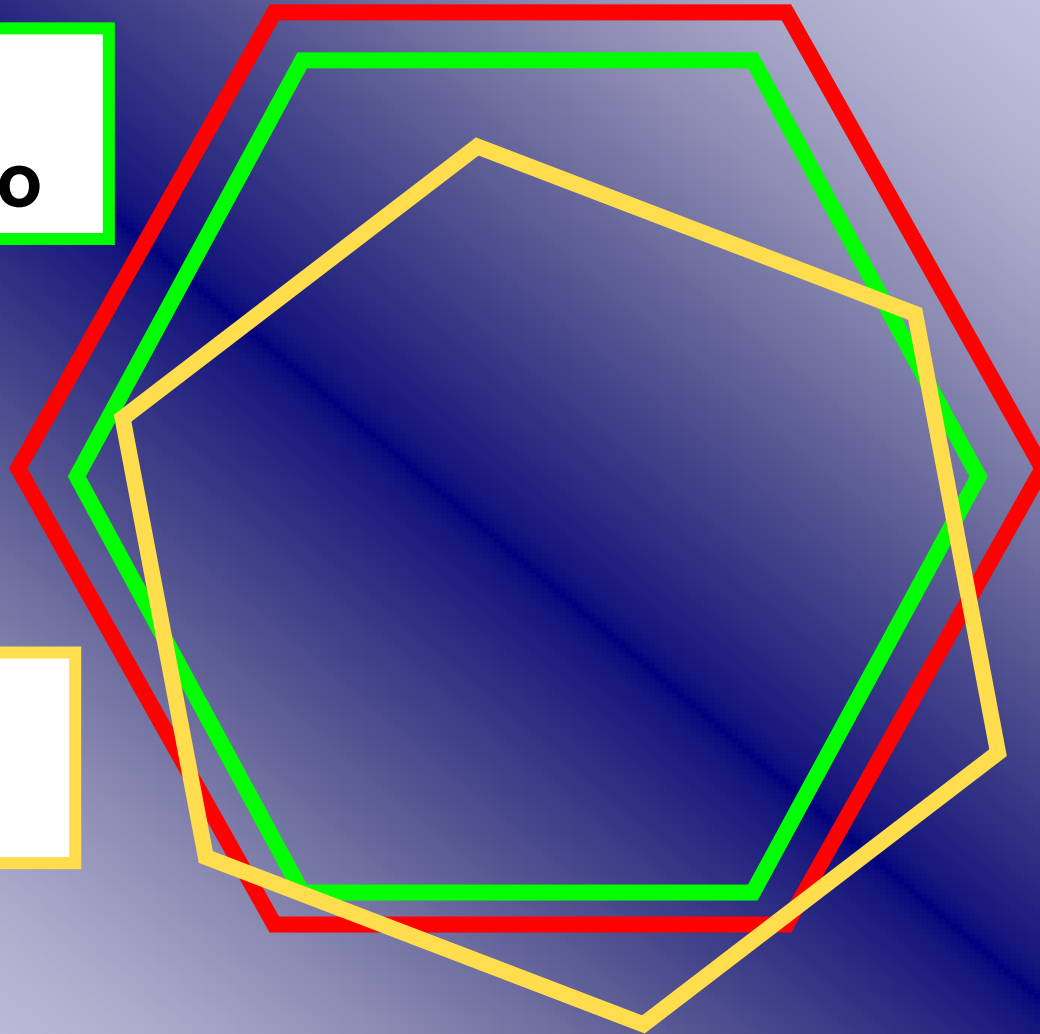




Dieta Ideal

**Dieta
Objetivo**

**Dieta
Actual**





Nutrición Comunitaria

- Colectivos de Intervención -

- **Niños**
- **Adolescentes**
- **Población General**
- **Ancianos**
- **Embarazadas**
- **Indigentes**
- **Discapacitados**

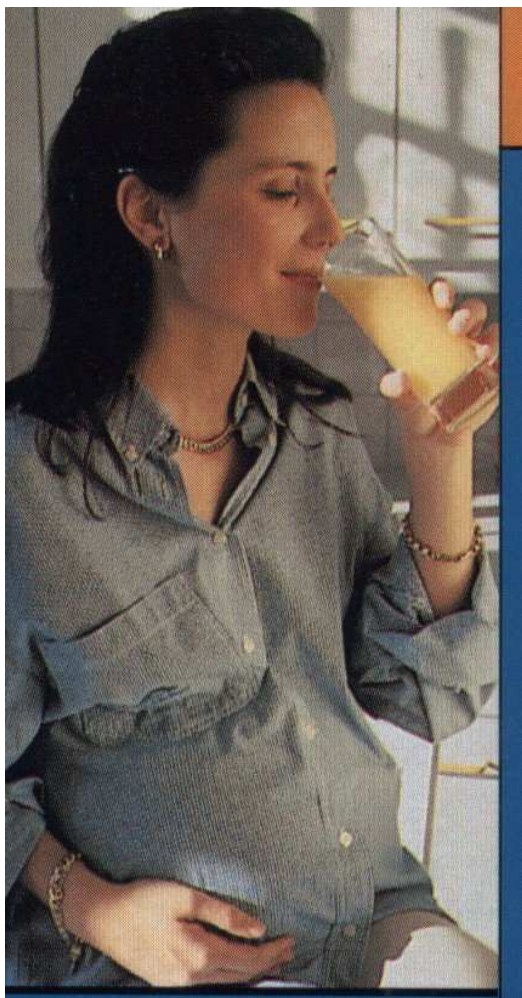
Promoción de la salud

Proyección Modelo Alimentario

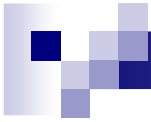
Etapas	Tipología	Factores
Fetal	Programación metabólica	Folatos Energía Proteínas ↓ Índice ponderal
Lactancia	Funcionalidad	Alergia alimentaria Obesidad
Infantil/ Escolar	Crecimiento	Peso Talla Rendimiento Actividad física
Adolescencia/ Juvenil	Maduración educativa	Pico maduración ósea Riesgo cardiovascular Composición corporal Actividad física

Embarazo

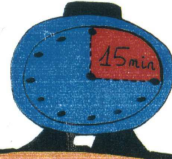
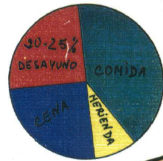
PRIORIDAD



Programa Materno-Infantil



UN BUEN DESAYUNO



SIENTATE...
DESAYUNA
CON CALMA



PON EN TU DESAYUNO :

- | | |
|-------------------------|---|
| • ALIMENTOS PLASTICOS | LECHE
PRODUCTOS LACTEOS
HUEVOS
JAMON |
| • ALIMENTOS ENERGETICOS | PAN
CEREALES
MERMELADA
MIEL O AZUCAR |
| • ALIMENTOS REGULADORES | FRUTA
ZUMO DE FRUTA |

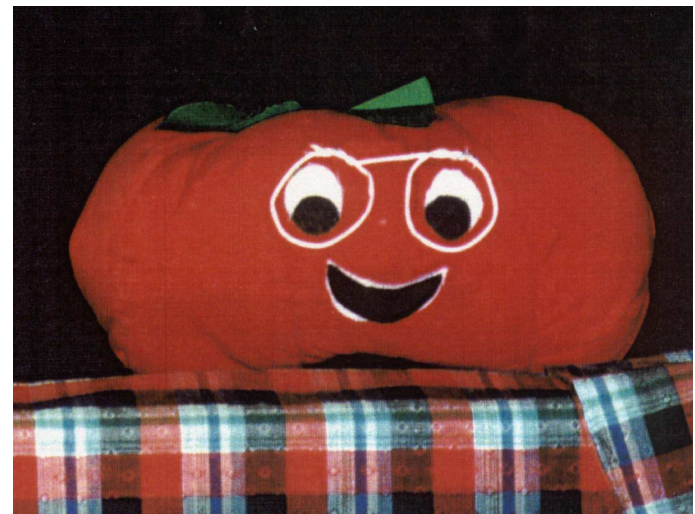
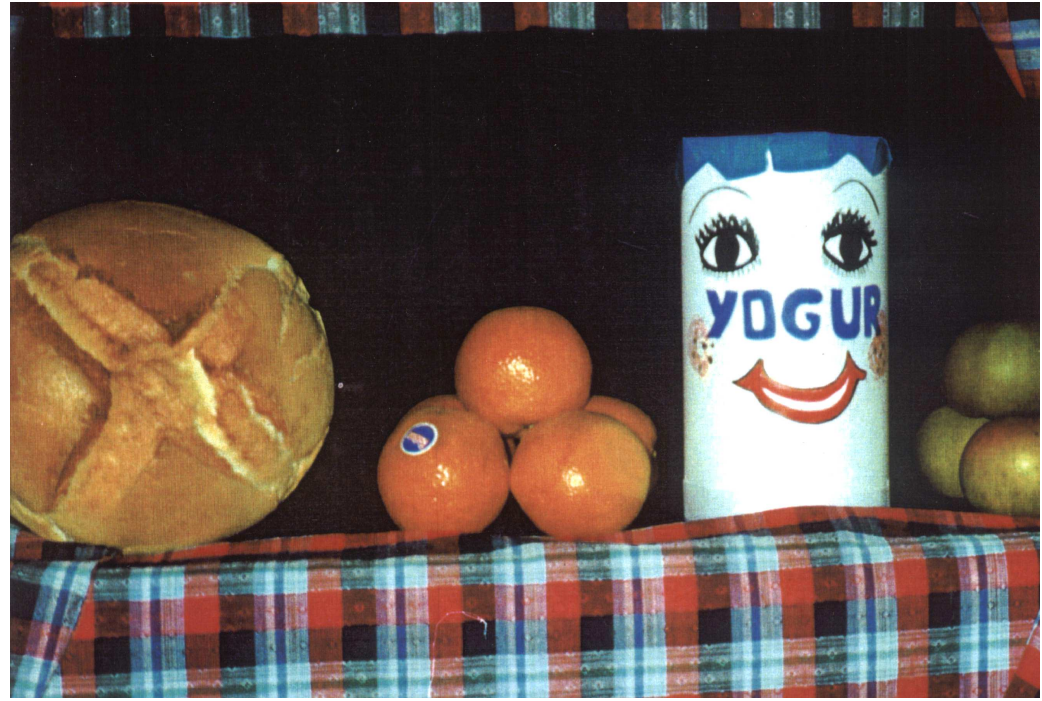
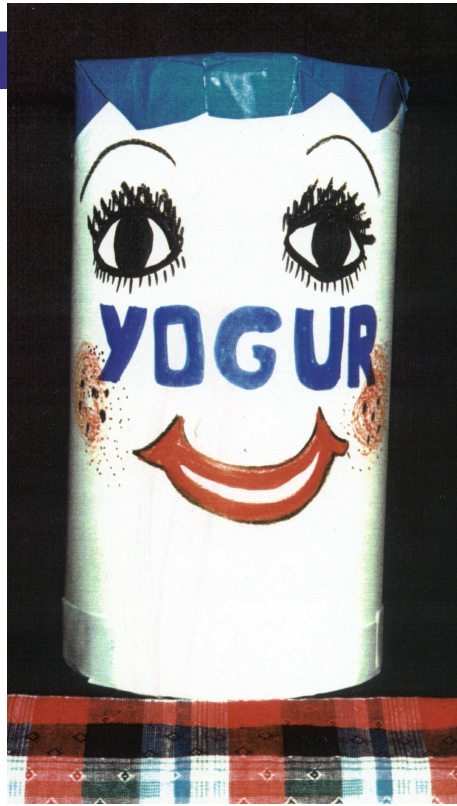


PARA EMPEZAR BIEN

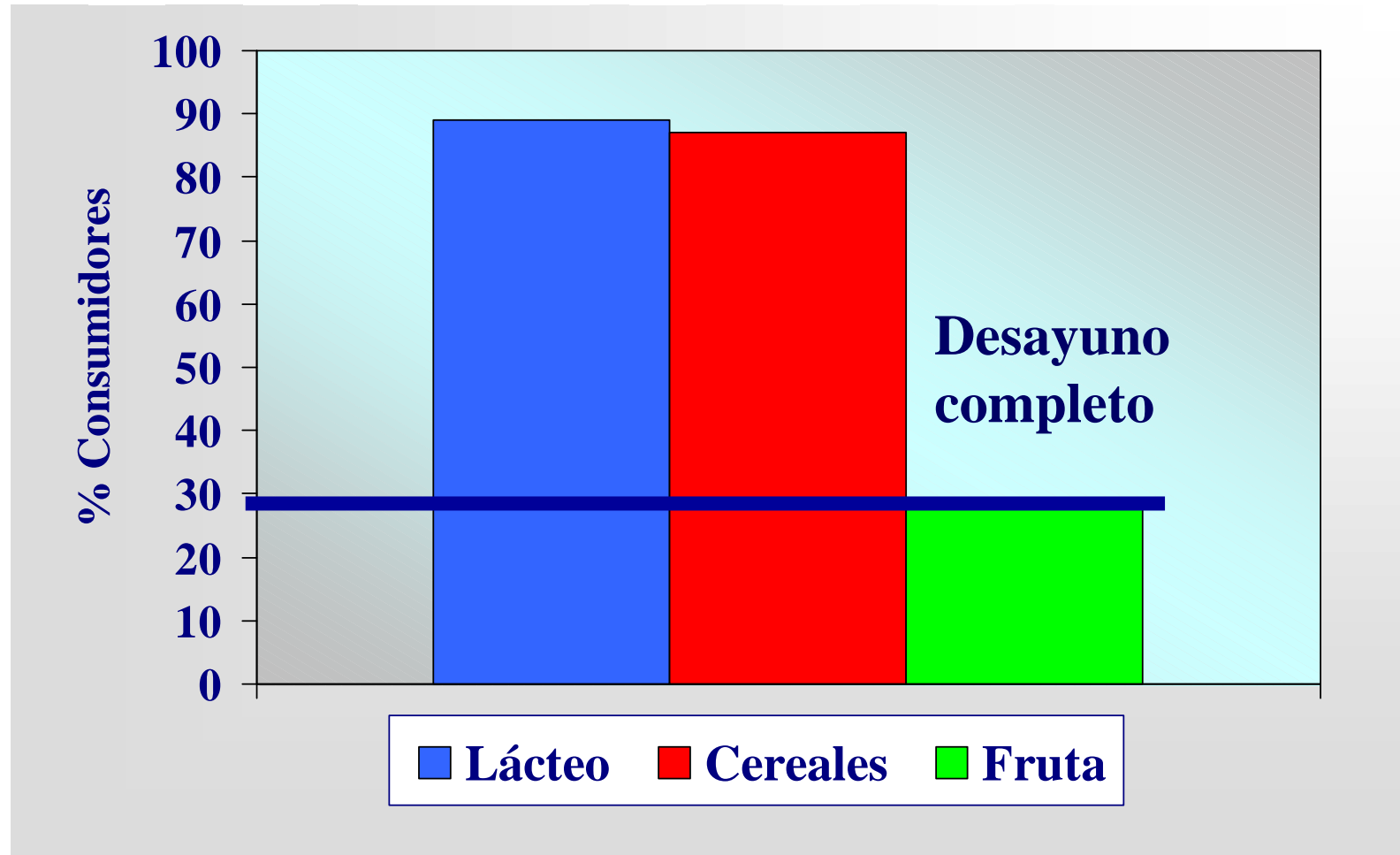


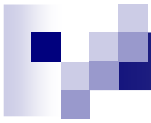
TRABAJARAS MEJOR





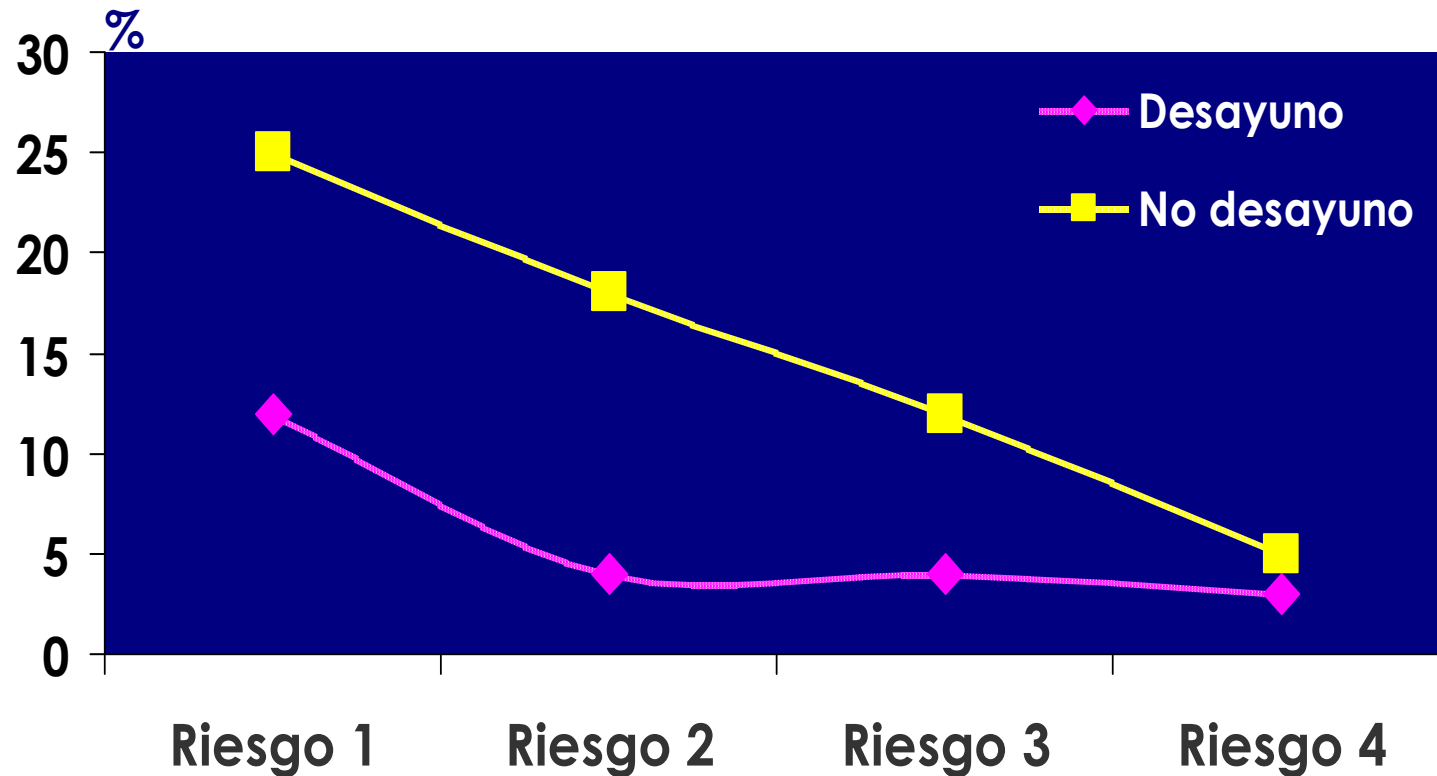
Desayuno Completo





Calidad de la Dieta*

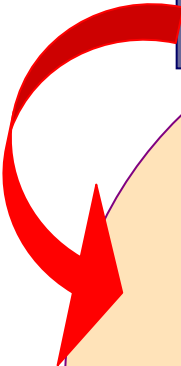
Desayuno vs No Desayuno



* Riesgo de ingesta inadecuada para 1, 2, 3 o 4 nutrientes



Determinantes de la calidad del desayuno

- 
- En compañía
 - Con tiempo
 - Incluye 3 grupos de alimentos: lácteos + cereales + fruta

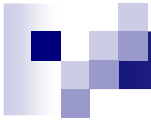
Beneficios

- ↑ % energía
- ↑ Densidad de nutrientes
- ↓ prevalencia obesidad

PIRÁMIDE DEL DESAYUNO SALUDABLE



*Fuente: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, 2003



Entorno
Mass media
Marketing
Publicidad

Familia

Comunidad

Hábitos Alimentarios
Niños - Jóvenes

Grupo amigos
Compañeros

Colegio

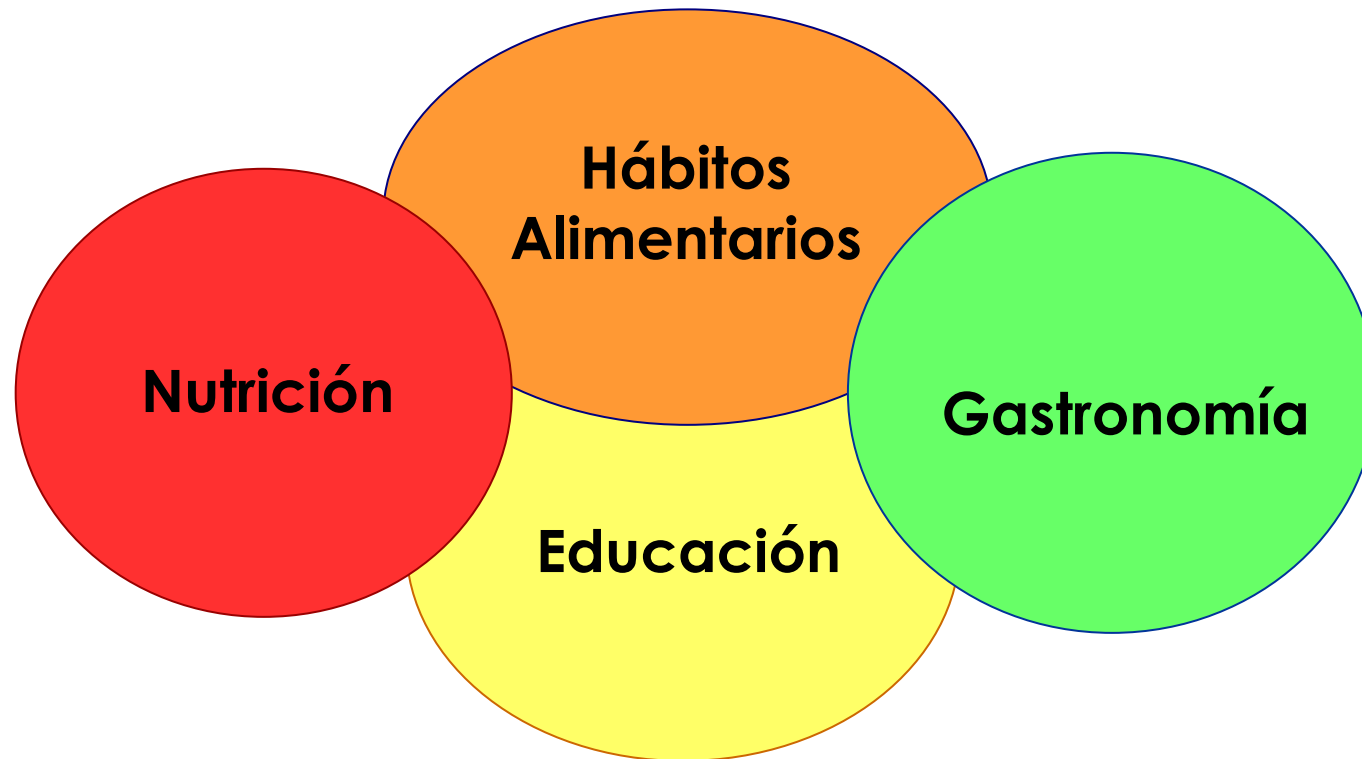
Factores Personales

Comedor escolar





Comedor Escolar







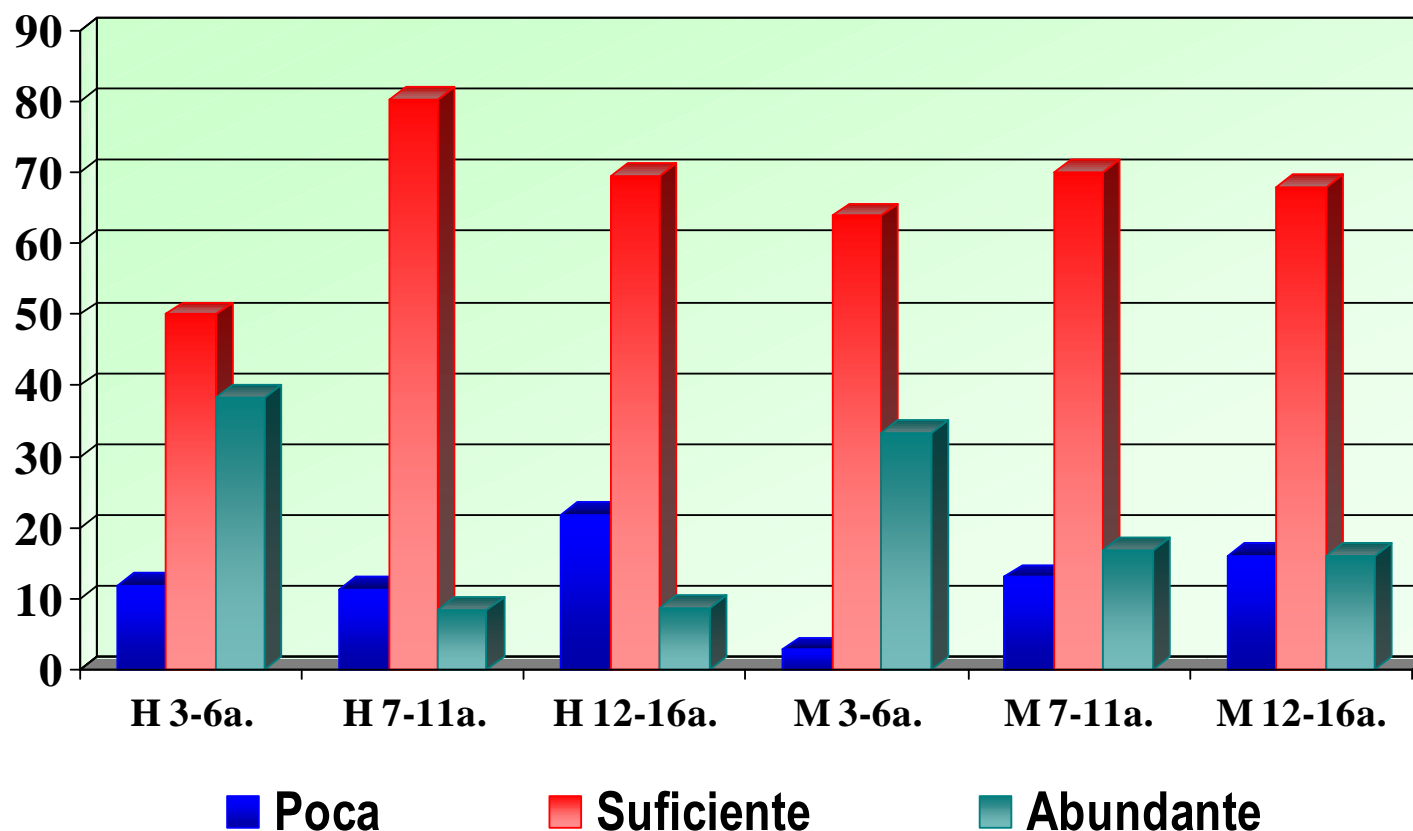
Monitorización



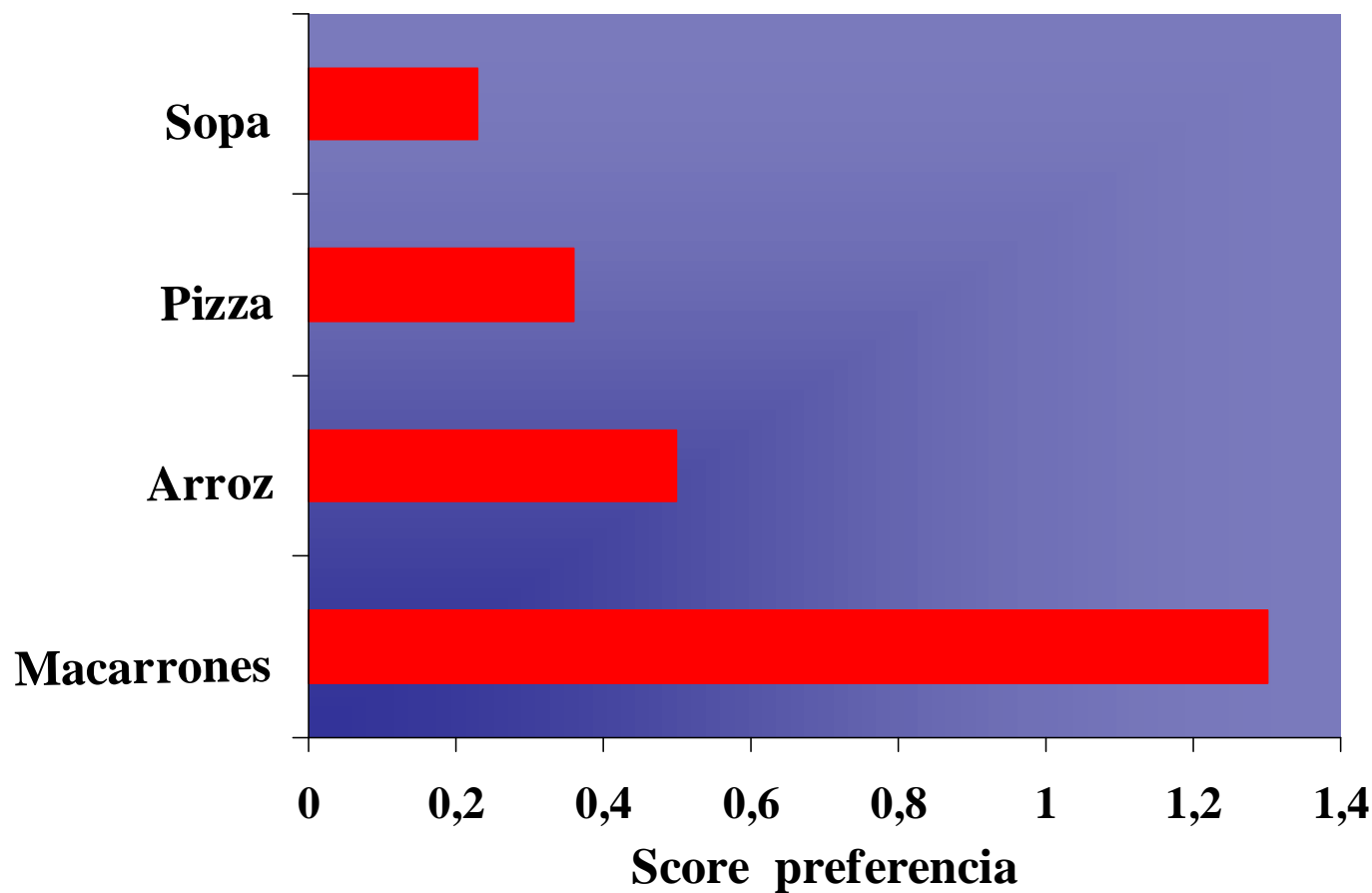
Ayudas técnicas



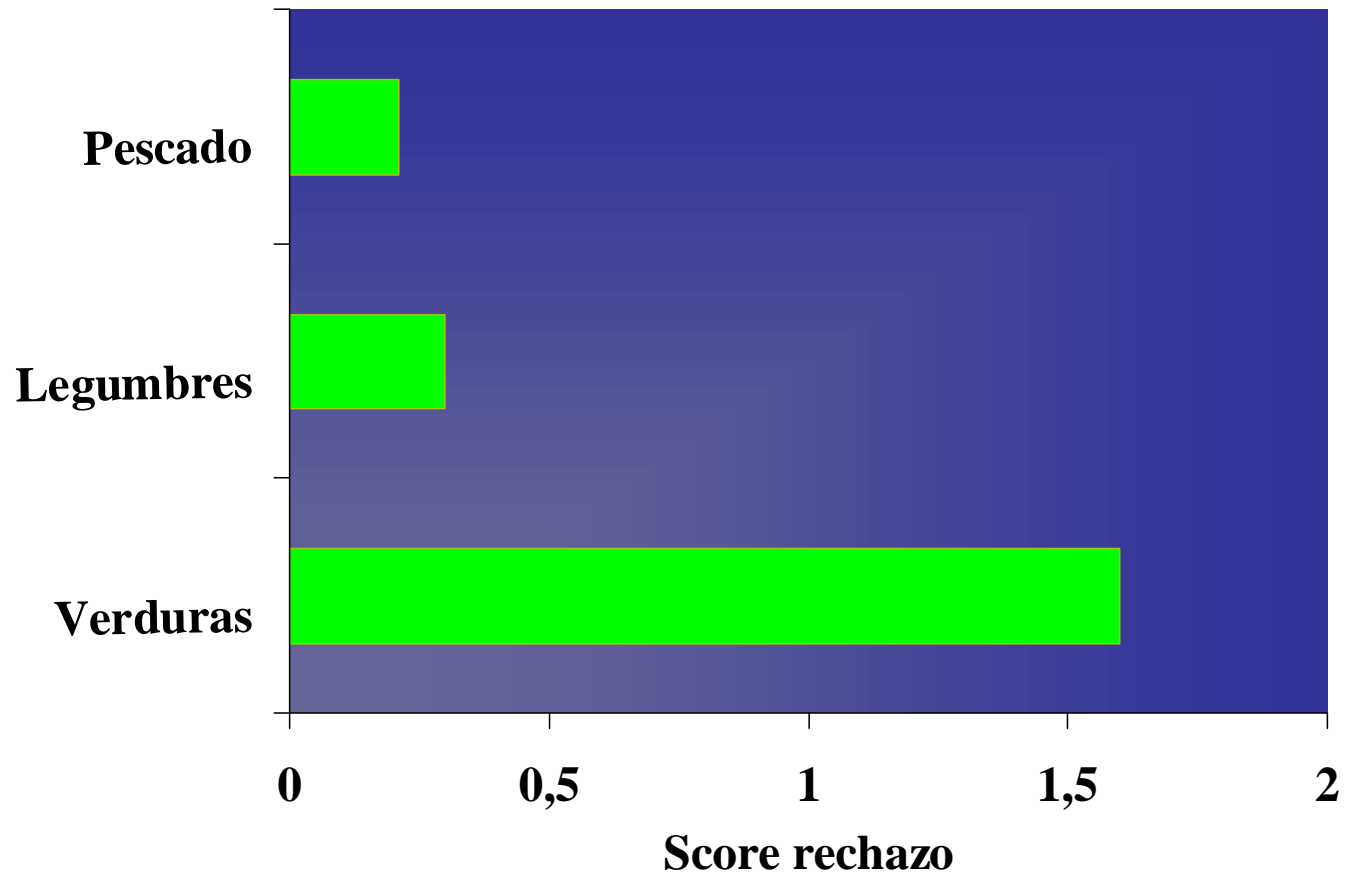
La cantidad que te sirven en el comedor te parece:



Preferencias Alimentarias **-Grupos de Alimentos -**



Alimentos Rechazados





Preparaciones mejor aceptadas y preferencias de frutas y verduras en diferentes grupos de población

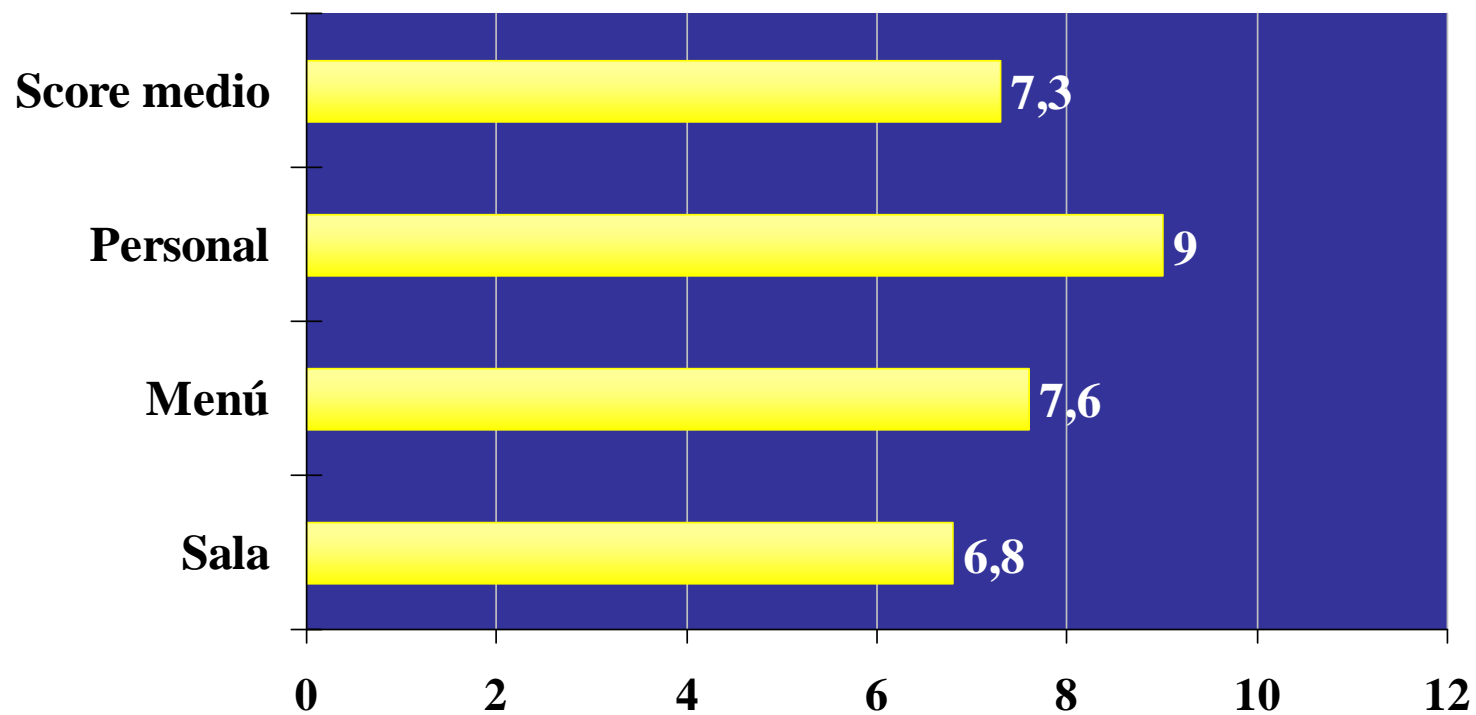
**NIÑOS Y
ADOLESCENTES**

**Fresas
Plátano
Manzana
Mandarina**

**Cremas
Purés adaptados
Guisantes, judías
verdes
Croquetas de verdura
Ensalada
Zumos
Frutas troceadas**

Calidad Percibida

Comedores Escolares de Bilbao



Programa de Educación Nutricional en escolares de entorno desfavorecido

Talleres

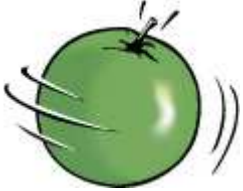
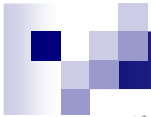


Pro Children: Finalidad

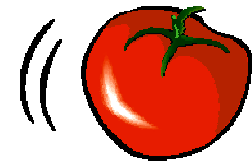
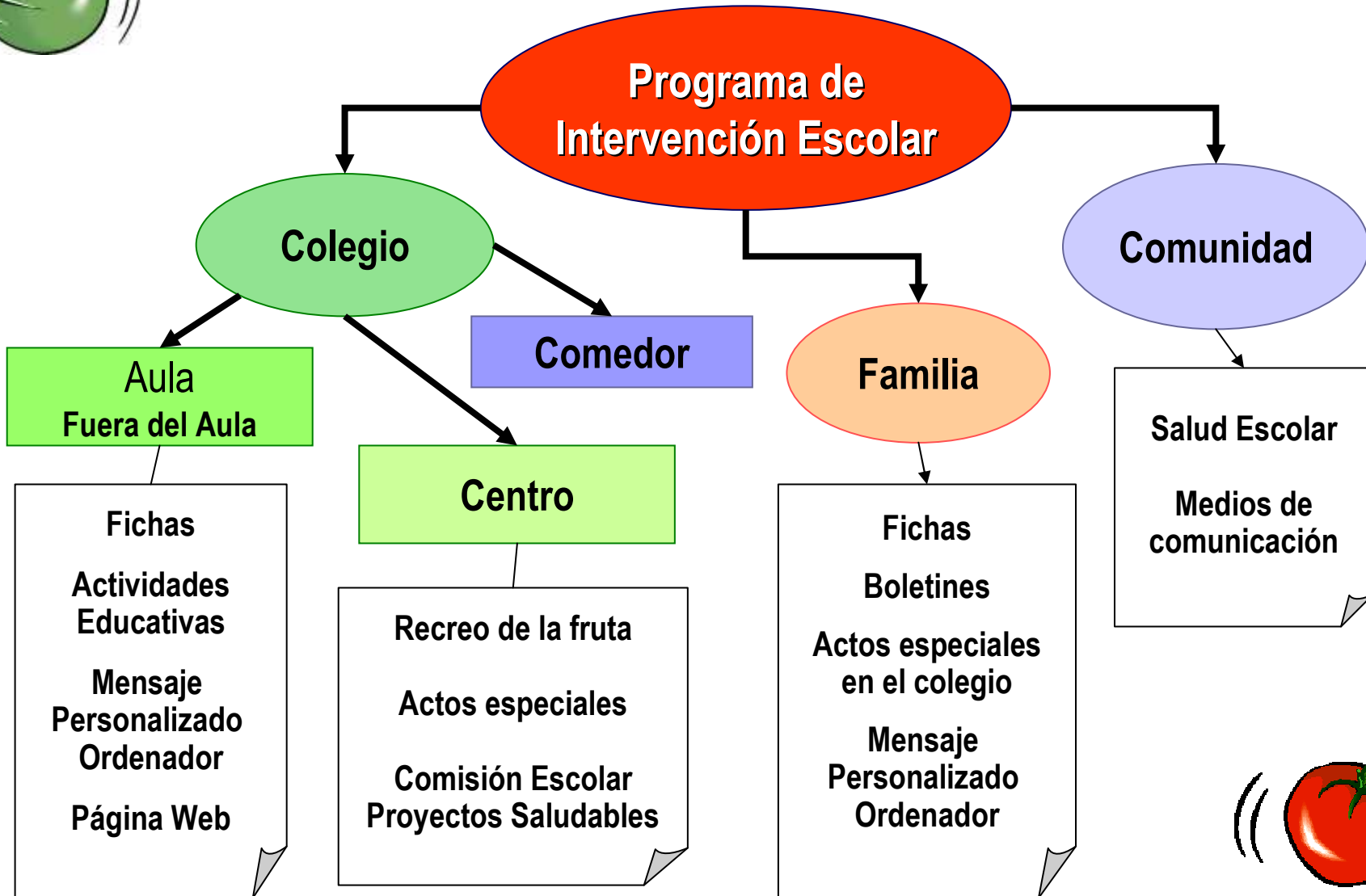
- Desarrollar estrategias efectivas para fomentar el consumo de cantidades adecuadas de frutas y verduras en los/as escolares.

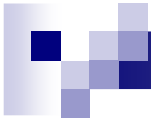


Entorno municipal



Pro Children: Intervención





Recreo de la fruta Bilbao





Guía para la compra inteligente y saludable

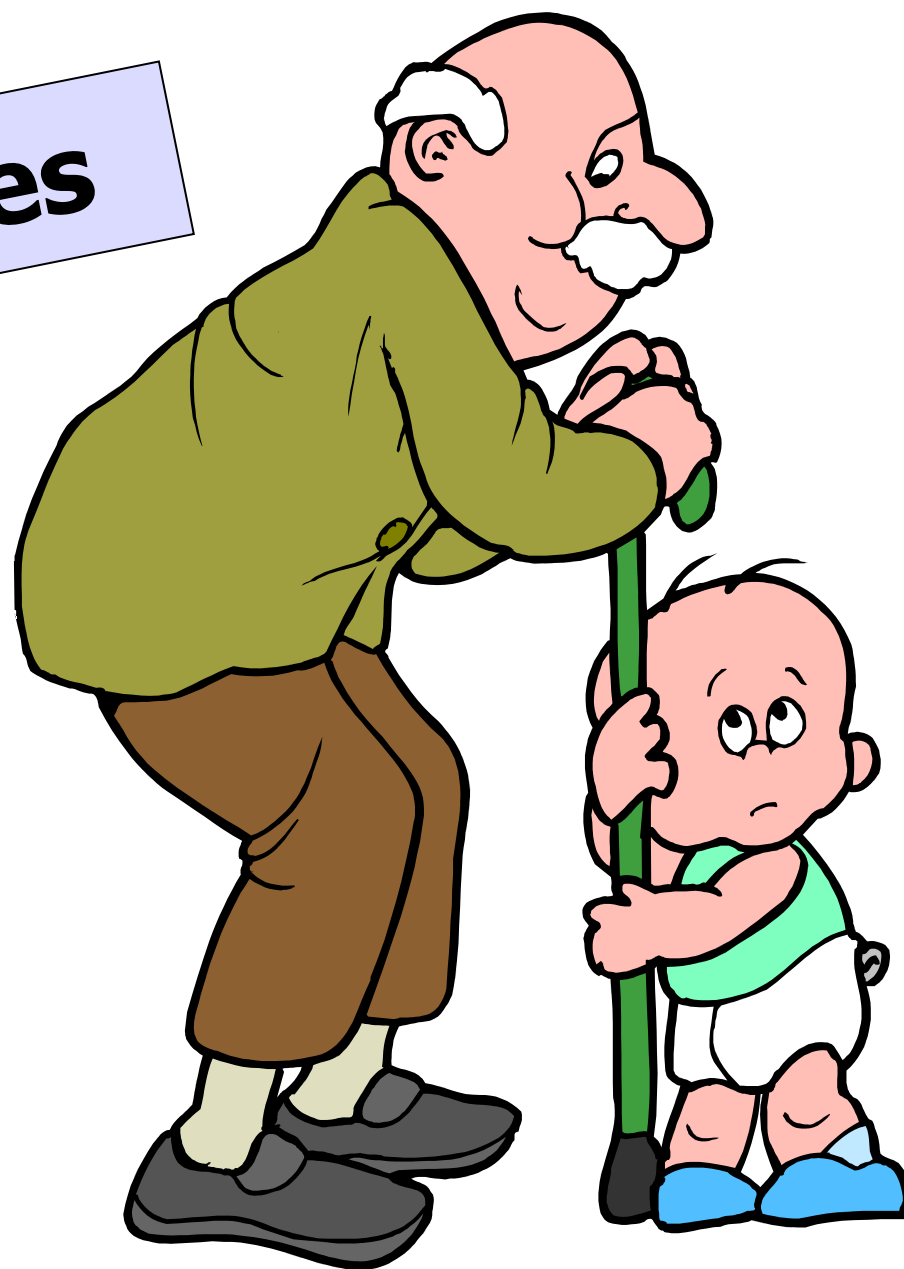


Consejos para una **Alimentación Saludable**

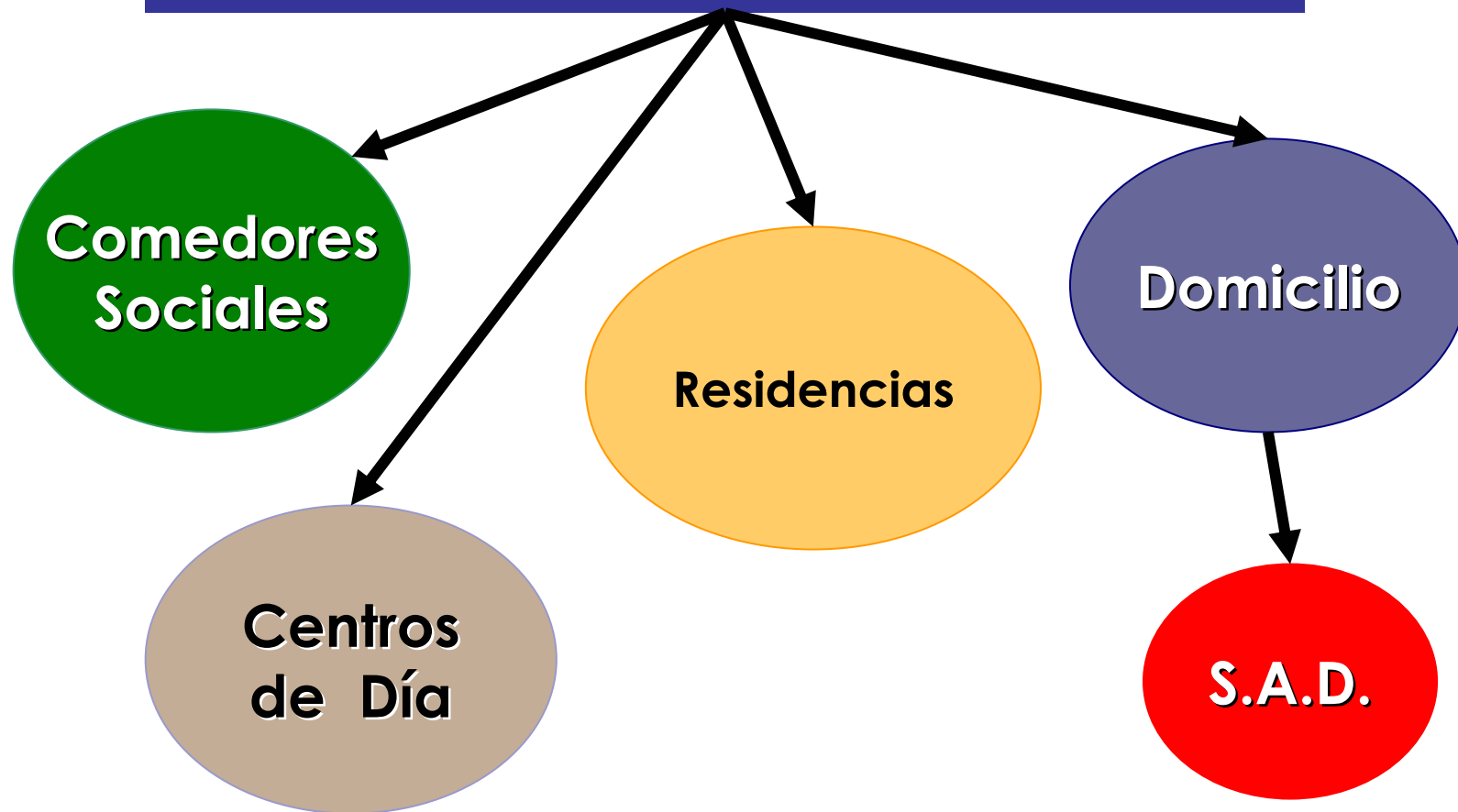
Salud Cardiovascular



Mayores



Nutrición Comunitaria Ancianos



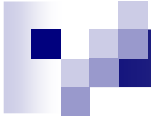
Educación Nutricional

- Ancianos Entorno Comunitario -



Actividad Física





- **Grupos de gimnasia**
- **Grupos de paseo**
- **Charlas dieta y actividad física**



Sin Techo

Comedores Sociales





Atención Primaria

- **Consejo Dietético**
- **Educación Nutricional**
- **Estudios de campo**

Colaboración

Restauración colectiva

Comercial



Social



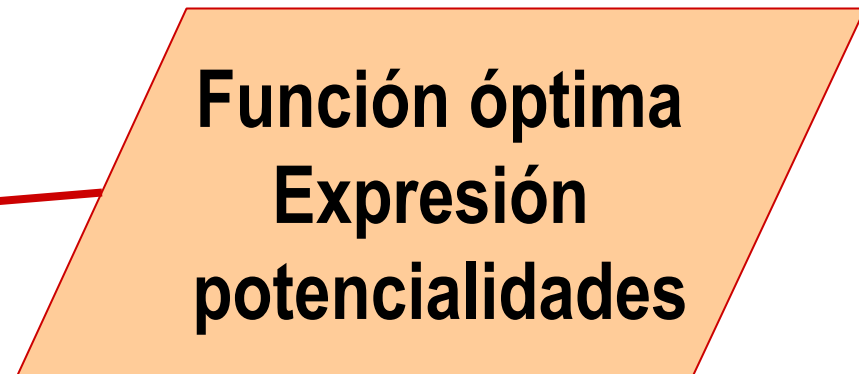
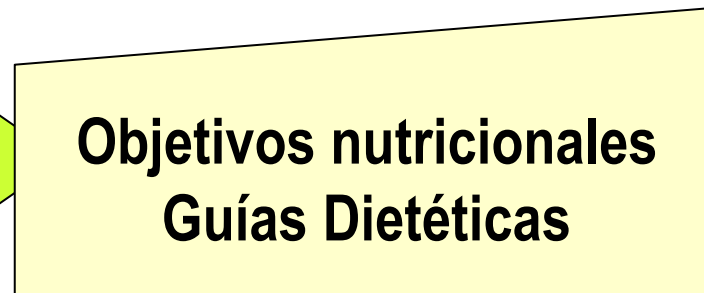
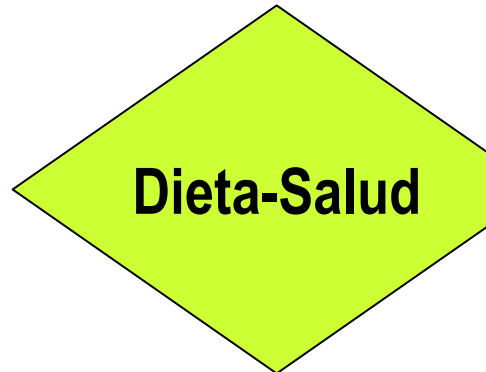
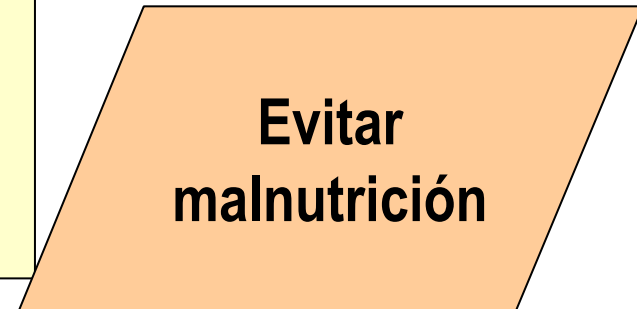
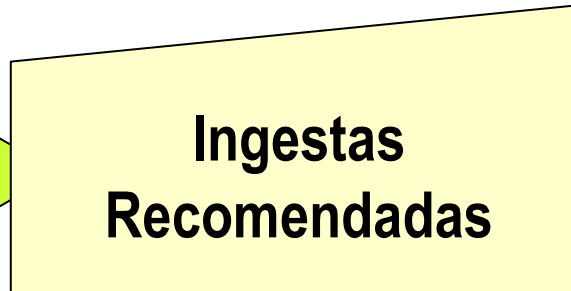
Perfil Nutricional

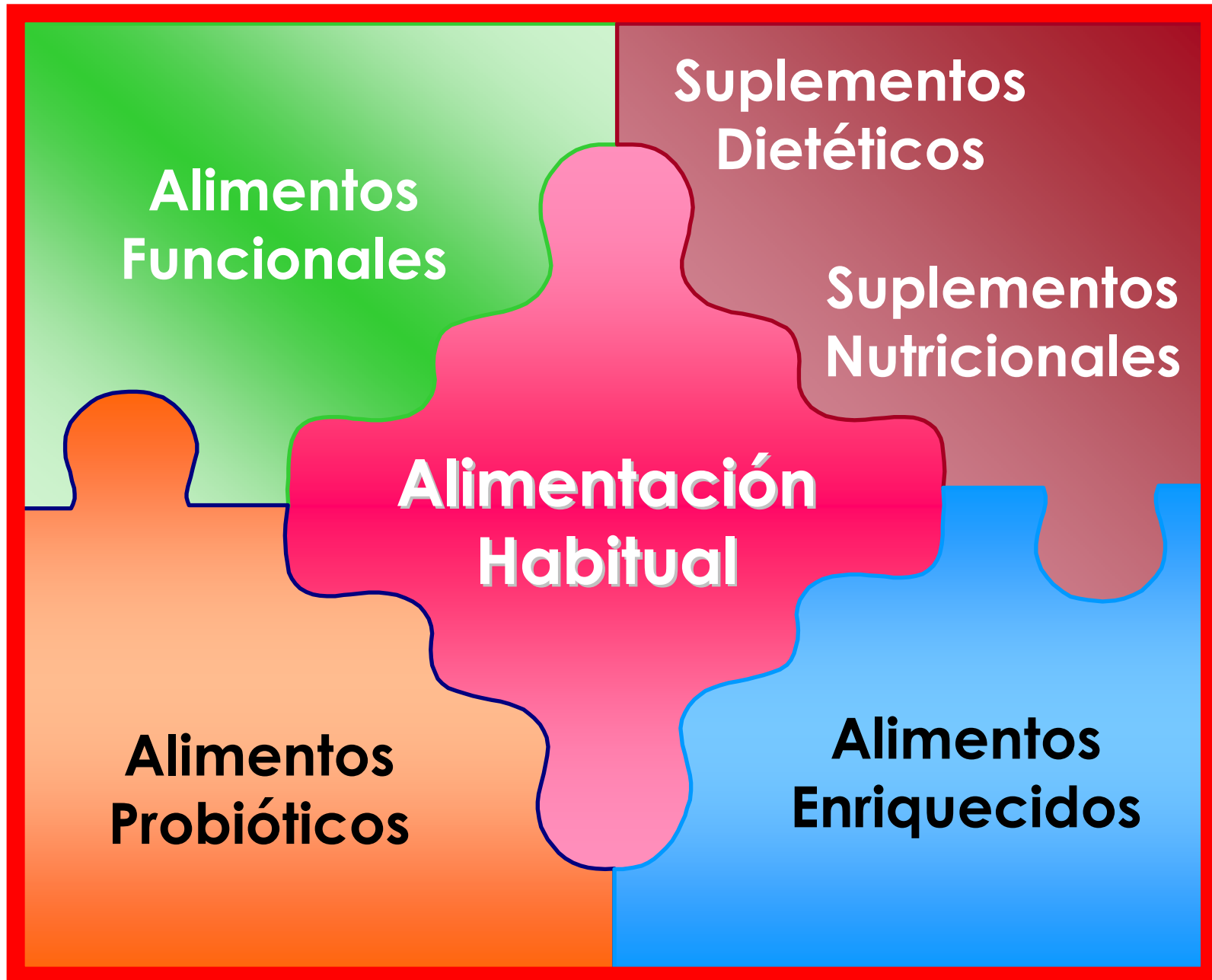
Tendencias de futuro*



* ADA, 2002







Consecuencias estimadas del aumento del consumo de frutas y verduras

	Consumo diario		
	250 g/día	400 g/día	500 g/día
Años de vida	5.070.014	5.121.141	5.157.231
Años de vida sin cáncer	4.922.645	4.997.612	5.050.932
Años de vida con cáncer	147.369	123.529	106.299
Incidencia de cáncer	22.312	18.157	15.098
Muertes sin cáncer	44.686	48.840	51.899
Esperanza de vida (años)	75.7	76.4	77.0
Esperanza de vida sin cáncer (años)	73.5	74.6	75.4

Mejor estimación para 400 g/día. Extrapolación lineal para 500 g/día

Fuente: Gundgaard J al. Pub Health Nutr 2003; 6:25-30

Mortalidad específica (RR)¹ y Score patrón de consumo recomendado²

Variables	Cuartil 1	Cuartil 2	Cuartil 3	Cuartil 4
Tumores	1.00	0.82 (0.68-0.98)	0.75 (0.62-0.92)	0.60 (0.49-0.74)
Enf. Coronaria	1.00	0.75 (0.55-1.04)	0.70 (0.49-1.00)	0.67 (0.47-0.95)
ACV	1.00	0.76 (0.48-1.18)	0.54 (0.32-0.93)	0.58 (0.35-0.96)
Otras causas	1.00	0.92 (0.74-1.15)	0.71 (0.55-0.92)	0.83 (0.65-1.04)

1 RR: Riesgo Relativo ajustado multivariado

2 Score Modelo de Consumo según Guías Dietéticas

(Kant et al, JAMA, 2000; 283:2109-2115)

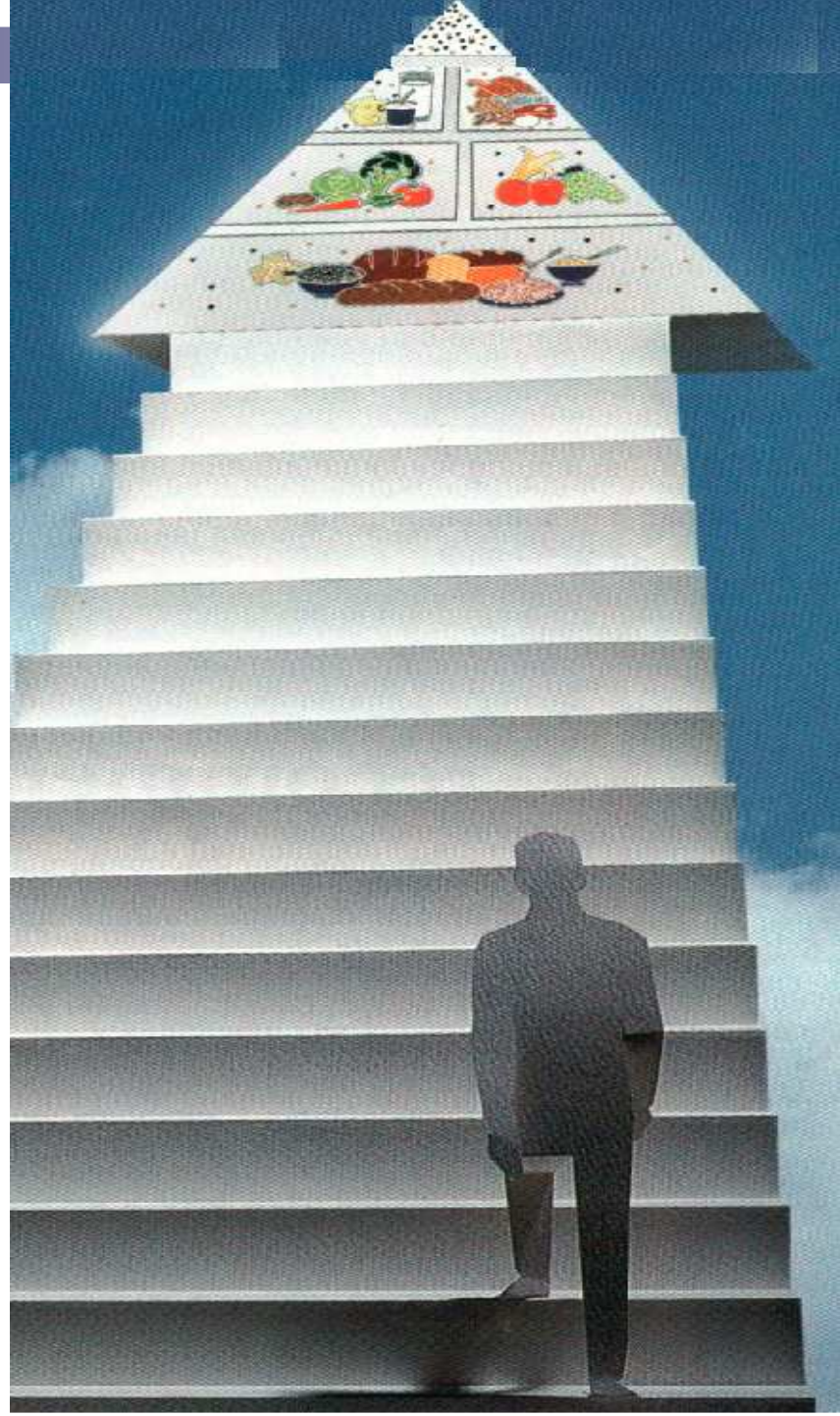


Colectivos Profesionales Implicados

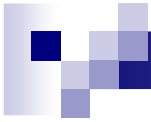
- **Trabajadores sociales**
- **Sociólogo**
- **Psicólogo**
- **Médico**
- **Farmacéutico**
- **Personal enfermería**

- **Estadístico**
- **Epidemiólogo**
- **Agrónomos**
- **Dip. Dietética y Nutrición**
- **Nutriólogo**
- **Veterinario**
- **Podólogo**
- **Personal administrativo**

Nutrición



Comunitaria



jaranceta@unav.es