

I CONGRESO DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

EL DIETISTA-NUTRICIONISTA: PRO-MOTOR DE SALUD PÚBLICA



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



Colegio Profesional de
Dietistas-Nutricionistas
de Aragón



www.renhyd.org

RESÚMENES DE PONENCIAS

11 de noviembre de 2017 | MESA REDONDA

Entornos saludables, un enfoque multidisciplinar de la alimentación en la comunidad

Ponencia 4

Efectividad de un programa de intervención para la promoción del consumo de fruta y verdura en población infantil



Víctor Manuel Rodríguez Rivera^{1,2,*}, M Arrizabalaga^{1,2}, Rada D³, Mauleón JR⁴, F Gómez⁵, Portillo MP^{1,2},

¹Grupo Nutrición y Obesidad, Dpto. de Farmacia y Ciencias de los Alimentos, Facultad de Farmacia UPV/EHU, Vitoria, España. ²Ciber Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBERobn), Instituto de Salud Carlos III, Madrid, España. ³Dpto. de Medicina Preventiva y Salud Pública, Facultad de Medicina y Enfermería UPV/EHU, Leioa, España. ⁴Dpto. de Sociología II, Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación UPV/EHU, Leioa, España. ⁵Dpto. Medio ambiente y Espacio Público Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, España.

*bittor.rodriguez@ehu.eus

Para combatir la alarmante prevalencia de sobrepeso y obesidad en el colectivo infantil son prioritarias tanto políticas, acciones y herramientas efectivas, como programas de fomento del consumo de frutas y verduras (FV). Sin embargo, la mayoría de programas de nuestro entorno al respecto no se abordan desde la perspectiva científica (intervenciones comunitarias) y los realizados desde esa perspectiva en diferentes países europeos han tenido un efecto moderado y breve¹.

La hipótesis de partida fue que programas de intervención basados en teorías del comportamiento y destinados a aumentar el consumo de FV entre escolares, son capaces de modificar los determinantes del comportamiento alimentario incrementando la ingesta de FV. Con el objetivo de evaluar su efectividad entre estudiantes de 8 a 10 años, se diseñó un programa de intervención diseñado en base a la Teoría del Comportamiento Planificado (*Theory Planned Behaviour*, TPB)² para pilotarlo en un ensayo comunitario aleatorizado controlado.

El programa constaba de 14 sesiones de 50 minutos.

Las diferentes sesiones estaban orientadas a trabajar los siguientes determinantes del comportamiento alimentario²:

- 4 sesiones dedicadas a fomentar una actitud positiva hacia el consumo de FV (motivos de salud y de placer).
- 8 sesiones dedicadas a fomentar un control percibido positivo o autonomía para consumir FV (trabajo de conocimientos y actividades que favorecen alcanzar un mayor consumo: conocer las recomendaciones y trucos para acercarse a la misma, actividades que favorecen el consumo de FV como cultivar, elegir y comprar o cocinar).
- 6 actividades intercaladas entre las sesiones para fomentar unas normas subjetivas o presión del entorno para el consumo de FV (participación de la familia, del profesorado y mediante la herramienta "frutómetro"). Se elaboraron diversos materiales: un guion, una presentación audiovisual y una ficha del alumno para cada sesión, un álbum de pegatinas con lemas/objetivos de aprendizaje, y una agenda de objetivos. Se crearon canales de comunicación con las familias (youtube y página web).

Las sesiones restantes se correspondían con una sesión de presentación y una sesión dedicada a la fiesta final del programa.

Se estimó mediante el programa GPower un tamaño muestral de 100 participantes tanto en el grupo intervención como en el control para detectar modificaciones de la ingesta de FV moderadas (de 0,5 raciones FV/día) con una potencia estadística del 90%.

Las variables de estudio fueron: ingesta de FV (datos recogidos mediante registro alimentario validado³ y recordatorios de 24 horas); determinantes del comportamiento alimentario (mediante cuestionario TPB adaptado y validado)^{4,5} y variables sociodemográficas (cuestionario sociodemográfico). Todas las medidas se realizaron en los grupos intervención y control antes (septiembre); durante (enero) y tras (mayo) la intervención que tuvo lugar durante un curso escolar.

El programa fue aprobado por el Comité de ética de Investigación con Seres Humanos de la UPV/EHU (CEISH/262/2014).

En el piloto participó un colegio de Vitoria-Gasteiz en el que, tras la obtención de los consentimientos informados, se designaron aleatoriamente dos aulas de 3º (8–9 años) y dos de 4º (9–10 años) de educación primaria al grupo intervención y otras tantas al grupo control, empleando un cegamiento simple.

El grupo control recibió un taller breve de 2 horas de duración sobre la importancia del consumo de FV, mientras que el grupo intervención recibió quincenalmente una sesión del programa, implementada por dietistas-nutricionistas previamente formadas y que tuvieron lugar tanto en el aula como en explotaciones agrícolas locales, mercados locales y en la cocina del colegio.

Tras el programa, el consumo de FV era significativamente superior al del grupo control (0,5 raciones FV/día; $p < 0,001$), observándose un incremento mayor en la ingesta de frutas, lo que coincide con la bibliografía¹. Actualmente se están analizando el resto de variables y la inercia del programa.

A la vista de los resultados el programa es efectivo y logra incrementar el consumo de FV entre escolares de 8 a 10 años.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores expresan que no hay conflictos de interés al redactar el manuscrito.

REFERENCIAS

- (1) Diep C, Chen T, Davies VF, Baranowski JC, Baranowski T. Influence of Behavioral Theory on Fruit and Vegetable Intervention Effectiveness Among Children: A Meta-Analysis. *J Nutr Educ Behav*. 2014; 46(6): 506-46.
- (2) Ajzen, I. From intentions to actions: a theory of planned behavior. Berlin y New York: J. Huhl, & J. Beckman (Eds.) Springer; 1985.
- (3) Rodríguez VM, Elbusto-Cabello A, Alberdi-Albeniz M, De la Presa-Donado A, Gómez-Pérez de Mendiola F, Portillo-Baquedano MP, Churrua-Ortega I. New pre-coded food record form validation. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2014; 18(3): 118-26.
- (4) Francis J, Eccles MP, Johnston M, Walker AE, Grimshaw JM, Foy R, Kaner EFS, Smith L, Bonetti D (2004). Constructing questionnaires based on the theory of planned behaviour: A manual for health services researchers [internet] Newcastle upon Tyne, UK: Centre for Health Services Research, University of Newcastle; 2009 [acceso el 27 de mayo de 2017] Disponible en: <https://goo.gl/k3HvAx>
- (5) I Ajzen. Constructing a theory of planned behavior questionnaire [Internet] 2006 [acceso 27 de mayo de 2007] Disponible en: <https://goo.gl/hNF2Vm>

