

Programa d'Alimentació i Nutrició. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya. Breve recorrido histórico

Gemma Salvador

Dietista
Programa
d'Alimentació i Nutrició
Departament de Salut
Generalitat
de Catalunya

Resumen

La autora relata como en 1985 el Departamento de Sanidad y Seguridad de Cataluña creó el Programa de Alimentación y Nutrición para establecer las recomendaciones nutricionales y disponer de un sistema de vigilancia nutricional y alimentaria de la población catalana, tanto adulta como infantil, con el objetivo de mantener la alimentación mediterránea y evitar la morbi-mortalidad por enfermedades relacionadas con la nutrición. Las actividades realizadas dentro del programa son campañas informativas, seminarios, elaboración de protocolos dietéticos, etc. Entre 1987 y 2003 se llevaron a cabo tres encuestas nutricionales para observar la relación entre ingesta alimentaria inadecuada y disminución de la actividad física con el incremento de sobrepeso y obesidad.

Resumè

L'auteur raconte comme en 1985, le Département de Santé y de Sécurité de Catalogne avait crée le Programme d'Alimentation et Nutrition, pour établir les recommandations nutritionnelles et pour disposer d'un système de contrôle nutritionnel et alimentaire de la population catalane, tant adultes comme infantile. Le but était de maintenir l'alimentation méditerranéenne et d'éviter la morbi-mortalité liée aux maladies dues à la nutrition. Les activités réalisées au sein du programme sont : des campagnes informatives, séminaires, élaboration des protocoles diététiques, etc. Entre 1987 et l'an 2003, des enquêtes nutritionnelles se sont déroulées enfin d'étudier la relation entre l'ingestion alimentaire inapproprié et la diminution de l'activité physique avec l'augmentation du surpoids et de l'obésité.

Summary

The author tells the story of the development of the Food and Nutrition Program of the Department of Health of Catalonia, since its creation in 1985. Among other objectives, from the beginning the program tried to formulate nutrition recommendations and to establish a food and nutrition surveillance system for the population of Catalonia, children and adults, with the aim of preserving the traditional Mediterranean Diet and prevent nutrition related morbidity and mortality. Activities have

focused on information campaigns, seminars, protocols for diabetic patients, etc. Between 1987 and 2003 three population nutrition surveys were carried out which show the relationship between inadequate food intake and low physical activity and the increase in overweight and obesity in the population.

Considerada y valorada la importancia que los hábitos alimentarios de la población pueden tener sobre el estado de salud sobre el incremento de morbi-mortalidad por enfermedades relacionadas con la nutrición, sobre la prevención y potencial ahorro de intervenciones sanitarias y sobre el bienestar y calidad de vida global de la población¹, en 1985, el *Departament de Sanitat i Seguretat Social* inició una serie de acciones para la creación del *Programa d'Alimentació i Nutrició*, (PAN) ubicado dentro de la estructura organizativa de la Dirección General de Salud Pública, junto a otros programas de promoción de la salud.

Las directrices prioritarias de trabajo en el inicio se centraron en:

- Establecer las recomendaciones nutricionales para la población catalana, para lo que se constituyó una comisión de expertos que durante 1985-1986 redactó el *Manual de recomanacions nutricionals per a la població catalana*². Este documento recoge los estándares nutricionales o patrones de referencia nutricional para diferentes grupos de edad.
- Disponer de un sistema de vigilancia nutricional y alimentaria como recurso imprescindible para iniciar procesos de intervención dentro de la política sanitaria de la comunidad. Concretamente, para poder evaluar los objetivos de Plan de Salud de Catalunya.

Para establecer el diagnóstico nutricional de la comunidad, en 1987 se llevó a cabo la primera encuesta nutricional de Catalunya ENCAT-1987³. Con los resul-

Correspondencia:
Gemma Salvador
E-mail:

GEMMA.SALVADOR@gencat.net

tados obtenidos en este primer diagnóstico nutricional, se planificaron y ejecutaron, en colaboración con otros departamentos de la *Generalitat*, ayuntamientos y otras entidades locales, toda una serie de actividades informativas, educativas y formativas dirigidas tanto a la población adulta, como infantil de Catalunya, con el objetivo de conseguir el mantenimiento de la alimentación mediterránea⁴, incidiendo en:

- El aumento del consumo de alimentos ricos en hidratos de carbono complejos y la disminución del consumo de azúcares simples, especialmente en menores de 24 años (donde se detectó un consumo más elevado).
- La disminución del consumo de alimentos ricos en grasa, particularmente de origen animal, es decir, grasas ricas en ácidos grasos saturados.
- El incremento del consumo de fibra mediante la ingesta de verduras, hortalizas, frutas y legumbres.
- El fomento en la variedad de elección y consumo de alimentos.

Algunas de las estrategias utilizadas a partir de ENCAT 87 fueron, en primer lugar, una campaña informativa de sensibilización sobre la importancia de los hábitos alimentarios y la alimentación equilibrada en relación a la salud, que consistió en la elaboración de un periódico mensual dirigido a amas de casa y a población general, de distribución gratuita⁵, edición de material educativo, póster sobre los grupos de alimentos y guía para docentes, ruedas de prensa, información a sectores implicados, programa radiofónico enlazado con actividades en las escuelas. Paralelamente a estas actividades se inició un programa de formación continuada sobre alimentación y nutrición dirigido a profesionales sanitarios (médicos y enfermeras) de atención primaria, en colaboración con el *Institut d'Estudis de la Salut (IES)*.

En estos momentos, sigue siendo una actividad prioritaria del programa ofrecer seminarios de formación sobre alimentación y nutrición a los profesionales de los centros de atención primaria de salud. Actualmente se diseñan y realizan, a demanda y en el propio centro, un promedio de 10 a 12 seminarios por año.

A continuación y detectando la demanda por parte de los profesionales sanitarios de contar con mayor soporte en relación al consejo alimentario que deben ofrecer a los pacientes, se constituyeron 4 grupos de trabajo para la elaboración de protocolos dietéticos para la Atención Primaria, dirigidos a las 4 patologías crónicas de mayor prevalencia (diabetes, hipertensión arterial, obesidad y dislipemias)⁶.

Los grupos de trabajo estuvieron constituidos por 20 profesionales expertos en cada una de las patologías y representantes tanto del ámbito de la atención primaria como de la asistencia especializada.

El citado protocolo se distribuyó a todos los centros de atención primaria de Cataluña, así como a las consultas externas hospitalarias. En estos momentos se encuentra en fase de revisión y reedición.

Durante el período de 1992-1993, se llevó a cabo la segunda encuesta nutricional de Catalunya ENCAT 1992-1993, que incremento considerablemente la muestra de estudio e incorporó más elementos, como parámetros antropométricos y bioquímicos⁷.

Se inició durante este período una estrecha colaboración con el *Departament d'Ensenyament*, concretamente con el *Programa d'Educació per a la Salut a l'Escola*, (PESE). La colaboración se centra principalmente en la valoración conjunta de las programaciones de menús correspondientes a los comedores escolares de todas las escuelas de Catalunya que lo solicitan. En estos momentos está a punto de publicarse una *Guia per a l'alimentació saludable en l'etapa escolar*⁸, en la que se incluyen las orientaciones básicas para una adecuada programación de menús en las escuelas. Durante estos años el PAN ha colaborado con el PESE, tanto en la formación de docentes, como en la elaboración de material educativo distribuido en las escuelas, sobre alimentación y nutrición, así como en el diseño y puesta en práctica de programas de sensibilización e información sobre alimentación saludable (ej. programa *Gaudeix del menjar, mou-te i fes salut*).

Durante el período 2002-2003, se realizó la tercera encuesta nutricional de Catalunya, ENCAT 2002-2003, utilizando la misma metodología y tamaño de muestra que la anterior. Los resultados preliminares de este estudio no están aún publicados, pero están disponibles en la página web del Departamento de Salud.

La evidencia que estos y otros estudios apuntan en relación al binomio ingesta alimentaria inadecuada y disminución de los niveles de actividad física, (tanto a nivel laboral como durante en tiempo libre) sobre el incremento de enfermedades crónicas, especialmente sobre el incremento de sobrepeso y de obesidad, está sensibilizando de forma importante a las administraciones sanitarias (Tablas 1-4).

En este sentido, el *Programa d'Alimentació i Nutrició del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya* mantiene la mayor parte de las actividades descritas hasta el momento (evaluación nutricional de la población, detección de tendencias,

Tabla 1.
Prevalencia de obesidad*
en Cataluña según el
estudio ENCAT
"2002-2003"

Grupo de edad	hombres	mujeres
10-14 años	11,1%	9,5%
15-24 años	6,7%	11,5%

*Se ha definido la Obesidad con el percentil >97 y con el IMC ≥ 30 en los de más de 18 años.

Tabla 2.
Prevalencia de obesidad
y sobrepeso* en Cataluña
en escolares de 4-5 años

	Niños	Niñas
Sobrepeso	10,8%	12,8%
Obesidad	11,0%	8,5%

*Sobrepeso (P85) Obesidad (95) Fuente: Programa de Salut Materno Infantil (N: 3237 niños y niñas de 4-5 años).

Tabla 3.
Prevalencia de obesidad
en España según el
estudio ENKID 2000

Grupo de edad	hombres	mujeres
6-14 años	22,6%	9,7%
15-24 años	12,2%	13,6%

Tabla 4.
Evolución
de la prevalencia
de obesidad en España
en el grupo de edad
de 6 a 12 años

	1984 ¹	2002 ²
Obesidad	4,9%	16,2%

¹1984 estudio PAIDOS. ²2002 estudio ENKID. Fuente: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. SENC 2004.

elaboración de material educativo, formación de profesionales sanitarios y docentes, elaboración de protocolos de actuación...) pero incorpora una prioridad planteada también a nivel del Ministerio y de la Organización Mundial de la Salud (OMS)⁹ en relación a la prevención de la obesidad. Se trata del *Pla estratègic per a la prevenció de l'obesitat infantil a Catalunya*, sobre el que ya hemos empezado a trabajar, tanto a nivel autonómico, como colaborando en las comisiones de trabajo del Ministerio. Este documento basa sus propuestas tanto en acciones referidas al incremento de actividad física, como en la mejora de hábitos alimentarios.

El Programa d'Alimentació i Nutrició junto al Programa d'Activitat física i promoció de la Salut ha elaborado un documento que plantea una serie de estrategias agrupadas en distintos ámbitos (comunitario, educativo, sanitario, medios de comunicación, legislativo). Este documento ha sido presentado a un consejo asesor constituido por reconocidos exper-

tos en ambos campos para que evalúen y prioricen las acciones propuestas.

El Programa d'Alimentació i Nutrició cuenta con los siguientes profesionales:

- Conxa Castell i Abat. Especialista en Endocrinología y Nutrición.
- Jaume Serra i Farro. Licenciado en Medicina. Master en Nutrición Comunitaria.
- Gemma Salvador i Castell. Técnico Superior en Dietética. Diploma en Dietética por la Universidad de Nancy I.

Asesor del Programa:

Profesor Lluís Serra i Majem. Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

Merece una especial mención, el Dr. Gonçal Lloveras i Vallès, que fue impulsor y director del Programa d'Alimentació i Nutrició, desde su inicio y hasta su fallecimiento, el pasado año 2003.

Bibliografía

1. U.S. Department of Health and Human Resources. *Surgeon General's Report on Nutrition and Health*. Government Printing Office. Rackville, Maryland, 1988.
2. Comitè de Recomanacions Nutricionals. *Manual de Recomanacions Nutricionals per a la població de catalana*. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. Barcelona, 1988.
3. Jiménez A, Cervera P, Sentís J, et al. *Llibre blanc: Hàbits i consum alimentari a Catalunya*. Servei de Promoció de la Salut. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. Barcelona, 1988.
4. Servei de Promoció de la Salut. *Llibre Blanc: Recomanacions alimentàries*. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. Barcelona, 1988.
5. Servei de Promoció de la Salut. Departament de Sanitat i Seguretat Social. *Taula i Salut* núms. 1, 2, 3. Barcelona, 1988.
6. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. *Protocols dietètics per a l'atenció primària*. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Barcelona: Generalitat de Catalunya 1992.
7. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. *Llibre blanc: Avaluació de l'estat nutricional de la població catalana (1992-1993)*. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Barcelona: Generalitat de Catalunya. 1996.

8. Departament d'Educació. Departament de Salut. Departament de Comerç, Consum i Turisme. *Gaudeix del Menjar, mou-te i fes salut*. Barcelona: Departament d'Educació, 2004.
9. WHO. Global strategy on diet, physical activity and health. Resolución, *WHA57.17.WHO*. Geneve, 2004.

