

SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE LA UNIVERSIDAD ABIERTA DE ADULTOS MAYORES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO DESDE UN ABORDAJE INTERDISCIPLINARIO

Cecilia Lucía Rossi, Eduardo Rodolfo Blotta, Susana Esther Di Fulvio,
Guillermo Pablo Scarinci, Sandra Noemí Marcos

Docentes Escuela de Enfermería. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Nacional Rosario
correo electrónico: clrossi2@hotmail.com

RESUMEN

La Seguridad Alimentaria Nutricional es un estado en el cual las personas tienen en todo momento acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica; considerándose un derecho humano y siendo los adultos mayores uno de los grupos más vulnerables. Proyecto cuantitativo con diseño descriptivo - transversal y cualitativo con técnica de grupo focal que busca describir algunos aspectos que permitan alcanzar la Seguridad Alimentaria y Nutricional en estudiantes del Programa de la Universidad Abierta de adultos mayores- Universidad Nacional Rosario, desde intervenciones interdisciplinarias. Perspectiva cuantitativa se aplicó encuesta semiestructurada (n21) y utilización técnicas antropométricas. El 100% sexo femenino, edad promedio 66 años. Los resultados evidenciaron 63 % nivel de educación terciario completo, 54 % consideró al almuerzo como el momento alimentario más importante, 62% consumía lácteos descremados y el 67% tres porciones diarias. El 48% consumía dos porciones diarias de verduras, 33 % tres porciones diarias de frutas, 52% prefería carne vacuna, 71% consumía poca sal y 67% consumía líquidos. El 48% se consideró con peso normal. El 95% decía tener pleno derecho a una alimentación adecuada. La valoración antropométrica evidenció 48 % peso normal. Perspectiva cualitativa implementación técnica de grupo focal: la mayoría expresó contar con ingresos suficientes, no presentar limitaciones físicas y realizar cuatro comidas diarias siendo la cena la de menor consumo calórico. Todos manifestaron la importancia del bajo consumo de sal por ser hipertensos. Este estudio nos interpela como profesionales de la salud, por qué a pesar de sus capacidades educativas, los hábitos y costumbres alimentarias distan para que se obtenga una plena Seguridad Alimentaria y Nutricional.

Palabras clave: Seguridad Alimentaria y Nutricional, Anciano, Universidades, Estudiantes, Dominios Científicos

SUMMARY

Nutritional Food Security is a state in which people have physical, economic and social access at all times to the food they need, in quantity and quality, for its proper consumption and biological use; considering itself a human right and the elderly being one of the most vulnerable groups. Quantitative project with a descriptive - transversal and qualitative design with a focus group technique that seeks to describe some aspects that allow achieving Food and Nutritional Security in students of the Open University Program for older adults - Rosario National University, from interdisciplinary interventions. Quantitative perspective, a semi-structured survey (n21) and anthropometric techniques were used. 100% female, average age 66 years. The results showed 63% complete tertiary education level, 54% considered lunch as the most important eating moment, 62% consumed skim milk and 67% three daily servings. 48% consumed two daily servings of vegetables, 33% three daily servings of fruits, 52% preferred beef, 71% consumed little salt and 67% consumed liquids. 48% were considered normal weight. 95% said they had the full right to adequate food. The anthropometric assessment showed 48% normal weight. Qualitative perspective technical implementation of a focus group: the majority expressed having sufficient income, not presenting physical limitations and eating four meals a day, dinner being the one with the lowest caloric consumption. All stated the importance of low salt intake for being hypertensive. This study challenges us as health professionals, why despite their educational capacities, eating habits and customs are far from achieving full Food and Nutritional Security.

Keywords: Food and Nutrition Security, Aged, Universities, Students, Scientific Domains

INTRODUCCIÓN

Según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá, la Seguridad Alimentaria Nutricional “es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve el logro de su desarrollo”.¹

En la Cumbre Mundial de la Alimentación de 1996, dirigentes de 185 países y de la Comunidad Europea reafirmaron, en la Declaración de Roma sobre la Seguridad Alimentaria Mundial, el derecho

de toda persona a tener acceso a alimentos sanos y nutritivos, en consonancia con el derecho a una alimentación apropiada y con el derecho fundamental de toda persona a no padecer hambre.²

En la Universidad Nacional de Rosario existe la Universidad Abierta para Adultos Mayores; institución que ofrece cursos, talleres y otras actividades educativas y culturales a cargo de docentes universitarios; cuyas temáticas son afines al contexto disciplinar de la oferta académica de la Universidad. Desde esta visión se persigue una construcción conjunta de acciones para abordar complejas realidades sociales desde distintas incumbencias disciplinares.

En las personas mayores, la nutrición incorrecta puede estar causada por acceso limitado a los alimentos, dificultades socioeconómicas, falta de conocimientos e información sobre nutrición, incorrecta selección de alimentos, enfermedades y uso de medicamentos, pérdida de piezas dentarias, aislamiento social y discapacidades cognitivas o físicas que inhiban la propia capacidad para comprar alimentos y prepararlos, situaciones de emergencia y falta de actividad física.³

Si bien la vejez genera algunas limitaciones a los sujetos, también genera potenciales únicos y distintivos: serenidad de juicio, experiencia, madurez vital, perspectiva de historia personal y social, es por esto que nos posicionamos desde una visión de envejecimiento activo como proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen.⁴

El cuidado de los adultos mayores es posiblemente uno de los campos más complejos en el abordaje interdisciplinario, requiere de una perspectiva distinta de aquella que se utiliza en la evolución de las personas más jóvenes. Continuando con una línea de trabajo interdisciplinario; desde enfermería proponemos un modelo teórico de cuidado a partir de la concepción de ser humano, que tenga las características de las personas que van a ser objeto de cuidado adhiriendo a la Teoría de Orem del autocuidado.

OBJETIVOS

General: Describir algunos aspectos que permiten alcanzar la Seguridad Alimentaria y Nutricional en estudiantes del Programa de la Universidad Abierta de adultos mayores de la Universidad Nacional Rosario, desde intervenciones interdisciplinarias

Específicos: Caracterizar la población de estudio, valorar estado nutricional por métodos antropométricos y alimentarios; explorar las realidades socioculturales de los sujetos participantes, comprender los hábitos y costumbres de la población seleccionada.

MATERIAL Y MÉTODOS

Investigación con método mixto, para el enfoque cuantitativo con diseño descriptivo transversal, se aplicó encuesta semiestructurada validada a través de una prueba piloto; utilizándose además técnicas antropométricas. Para enfoque cualitativo se aplicó la técnica de grupo focal. Los datos se recolectaron durante el ciclo lectivo 2019. La población fueron estudiantes del Programa de la Universidad Abierta para Adultos Mayores de la Universidad Nacional de Rosario a partir de los 60 años de edad. En el estudio se tuvo en cuenta la ley 25326 de protección de datos personales.

RESULTADOS

La encuesta aplicada sobre el total de la población (n 21) reveló: 100% sexo femenino, edad 60 a 75 años, promedio 66 años. Nivel educación: 63 % terciario completo. Momento alimentario más importante: 46 % desayuno y el 54% almuerzo. Calidad y frecuencia de consumo de alimentos Lácteos: 62% consume descremados y 67% consume tres porciones diarias. Verduras: 48% consume dos porciones por día, 52% prefiere carne vacuna. Frutas: el 33% consume tres porciones diarias. Consumo de sal: 71% poca sal. Aceite y grasas: 57% considera consumo suficiente. Líquidos: 67% consume lo recomendado. Percepción de peso corporal: 48% lo considera normal. El 95% considera tener pleno ejercicio al derecho a una alimentación adecuada a su situación socioeconómica y de salud. Valoración antropométrica: 48% peso normal, 34% bajo peso y 18% sobrepeso.

La técnica de grupos focales (n10) seleccionados por muestreo intencional. El análisis de contenido involucró deconstrucción de transcripciones, buscando significados en texto, generando categorías y luego unidades de significado llegando a consenso en la saturación de los datos. Los resulta-

dos arrojados fueron: la mayoría expresó contar con ingresos suficientes que les permiten adquirir y proveerse de alimentos [...] una sola manifestó “solo cuento con la jubilación mínima para subsistir, hay alimentos que me indicó el endocrinólogo que no puedo comprar”. La mayoría no presenta limitaciones físicas para proveerse de alimentos; una manifestó [...] “yo no puedo bajar las escaleras sola y ni, aunque pudiera no me dejan salir”. La mayoría mujeres (8/10). Todos descendientes de italianos excepto una de origen español-francés. Nivel educacional: 4 universitarios, 3 secundario, 3 primario completo [...] “cuando entré a trabajar no exigían el secundario, tenía primario completo, después de grande lo hice en una Escuela de Enseñanza Media para Adultos”. Alimentación diaria: la mayoría realizan cuatro comidas al día, siendo la cena el momento de menor consumo calórico, todos consumen carnes de diferentes tipos siendo la vacuna de menor preferencia. Consumen verduras y frutas, poca ingesta de agua [...] “no como frituras ni grasas, escasas carnes rojas, pescado una o dos veces por semana, pollo, verduras crudas o cocidas y frutas”. Todos conocen lo importancia del bajo consumo de sal por ser hipertensos; algunos de ellos saben beneficios de una alimentación saludable; información obtenida por su médico, curso realizado o entornos virtuales.

DISCUSIÓN

De acuerdo a los resultados arrojados en la presente investigación, se pueden describir algunos aspectos de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en los estudiantes adultos mayores, observándose que las enfermedades influyen en los hábitos alimentarios, como lo reconoció una parte de la población que manifestó “comer con poca sal por ser hipertensos”. Se observó en mayor medida una inadecuada selección de los alimentos, lo que pone en riesgo la calidad de vida de esta población. Sobre el estado nutricional en el adulto mayor al igual que la investigación de Janery Tafur C. et al; se encontraron varios factores significativos, los cuales demuestran que los adultos mayores están expuestos a diferentes riesgos nutricionales que afectan su salud de manera directa e indirecta. Los factores predisponentes que inciden en el estado nutricional en los adultos mayores son los biológicos, psicológicos, sociales, económicos y ambientales⁽⁵⁾.

La mayoría considera gozar del pleno derecho a una alimentación adecuada a su situación socio-económica y su salud. Esta percepción no se relaciona con el resultado de estado nutricional, ya que el 52% presentó algún tipo de malnutrición (por déficit o por exceso). Todos descendientes de italianos excepto una de origen español-francés; razón por la cual influencias culturales conducen a diferencias en el consumo habitual de determinados alimentos y en las costumbres de preparación de los mismos. Diversos autores afirman que la etiología de la malnutrición no se debe a un solo factor, sino que es multifactorial, constatándose que existen una serie de variables facilitadoras o asociadas, consideradas como factores que afectan al estado nutricional de las personas mayores. De ahí que, para llevar a cabo estrategias de prevención y tratamiento precoz de la malnutrición, tome especial importancia la valoración y detección temprana de estos factores.

Estas estrategias nos lleva a considerar la importancia de la implementación de espacios de reflexión y de aprendizaje desde un abordaje interdisciplinario, donde la Educación Alimentaria y Nutricional, y el conocimiento de sus derechos, sean pilares para esta población.

CONCLUSIÓN

Este estudio nos sigue interpelando como sociedad y profesionales de la salud, por qué en personas, que en su mayoría tienen acceso al conocimiento y formación de nivel terciario, los hábitos alimentarios y sus consecuencias sanitarias, distan mucho de ser ideales dificultando el acceso a la Seguridad Alimentaria y Nutricional. El nivel de educación puede influir en la conducta alimentaria durante la edad adulta siendo necesario que existan políticas de Estado para fomentar esta tarea educativa. Estamos convencidos que se requiere de procesos educativos contextualizados en alimentación y nutrición, que motiven a los adultos mayores y a su entorno; a conocer los beneficios de una alimentación saludable en el proceso vital y su contribución al bienestar y a la calidad de vida individual y colectiva.

Los resultados, permiten formular estrategias, donde la palabra de los participantes del estudio con el acompañamiento del equipo de salud se constituye en un espacio de intercambio e interacción tendiente a optimizar la Seguridad Alimentaria y Nutricional sobre la población intervenida.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Programa Especial para la Seguridad Alimentaria-PESA-Centroamérica Proyecto Food Facility Hondura. Seguridad alimentaria y nutricional. Conceptos básicos. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [en línea] 2002 [acceso 18 noviembre 2020]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a-at772s.pdf>
2. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Seguridad alimentaria y nutricional en Centroamérica y la República Dominicana: explorando los retos con una perspectiva sistémica. CEPAL [en línea] 2017 [acceso 18 noviembre 2020]. URL Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/42588-seguridad-alimentaria-nutricional-centroamerica-la-republica-dominicana>
3. Restrepo MSL, Morales GRM, Ramírez GMCa, López LMV, Varela LLE. Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud. Scielo Rev chil nutr [en línea]. 2006 Dic [acceso 2020 Sep. 27]; 33(3): 500-510. URL Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182006000500006&lng=es.%20http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182006000500006
4. Ramos Monteagudo AM, Yordi García M, Miranda Ramos M. El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas. Scielo AMC [en línea] 2016 [acceso 2020 Oct 02]; 20(3): 330-337. URL Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552016000300014&lng=es.
5. Tafur Castillo J. Factores que afectan el estado nutricional de los adultos mayores. Latinoamericana de Hipertensión.[en línea] 2018 [acceso 18 noviembre 2020]. URL Disponible en: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_lh/article/view/15939