

ÍNDICES DE LA CALIDAD DE LA DIETA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 6 MESES A 19 AÑOS

MELANIE ÁLVAREZ, VICTORIA DE MARCO, LAURA DÍAZ, JULIETA HERNÁNDEZ, CLARA RODRÍGUEZ, AGUSTINA VALIANTE

Tutora: Prof. Agdo. Alejandra Girona ¹ Cotutora: Prof. Agdo. Gabriela Fajardo ²

1 Dpto. Nutrición Básica, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay

2 Dpto. Nutrición Poblacional, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay

*E-mail: alegirona2@gmail.com

INTRODUCCIÓN

Los índices o indicadores de calidad de la dieta proveen información acerca de las características de la alimentación como también determinan la efectividad de intervenciones tanto nutricionales como sociales, siendo de gran utilidad dada la situación de doble carga de malnutrición existente a nivel nacional e internacional. Conocer la calidad de la dieta en ciertas etapas de la vida es de vital importancia, así como en la primera infancia o la adolescencia por ser períodos de crecimiento acelerados y de alta vulnerabilidad nutricional, o la edad escolar, donde se incrementa la exposición a ciertas influencias, que pueden incidir en su alimentación.

METODOLOGÍA

Revisión Narrativa

Período de búsqueda: Dos primeras semanas de junio del año 2021.

Utilizando las bases de datos: Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (Lilacs) y MedLine a través de PubMed.

Sintaxis de búsqueda: *Feeding Behavior AND Diet, Healthy OR Nutritive Value OR Health Status Indicators.*

Criterios de inclusión: Idioma español e inglés, acceso libre, texto completo, edad: 6 meses a 19 años y antigüedad máxima: 10 años.

Criterios de exclusión: Revisiones narrativas y sistemáticas, notas editoriales, opiniones de expertos y tesis.

Total de artículos hallados: 2053.

OBJETIVO

Analizar la evidencia científica actual con relación a los índices o indicadores internacionales usados para medir la calidad de la dieta en niños y adolescentes de 6 meses a 19 años.

RESULTADOS

Se incluyeron 25 artículos.

Los métodos de medición se clasifican en:

Métodos validados y referenciados extensamente.

- Adaptaciones de los mismos.
- Índices e indicadores que no son ni validados ni referenciados extensamente.
- Otros métodos de medición de calidad de la dieta.

Los índices más utilizados a nivel mundial fueron Índice de alimentación saludable (HEI) (n:4) e Índice de diversidad alimentaria (DDS) (n:4).

Métodos de medición más utilizados por continente

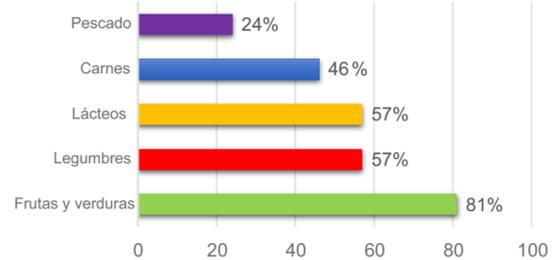


Las herramientas para la recolección de datos de ingesta encontradas fueron:

- Recordatorio de 24 horas (48%),
- Frecuencia de consumo (28%),
- Registro dietéticos y otros cuestionarios (24%).

De los métodos de medición encontrados, se observó que el 59% evalúa alimentos, el 38% tanto alimentos como nutrientes y el 3% solo nutrientes.

Grupos de alimentos que contienen nutrientes críticos y de importancia nutricional en niños y adolescentes (evaluados en los métodos de medición)



Métodos de medición	Evalúa	No evalúa
ALIMENTOS		
BHEI-R; IES; IQD-R; HEI 2005 *	"Leche" con "otros lácteos" y "carnes y legumbres" con "huevos".	Sin aspectos a destacar
DDS	Mide la diversidad dietética a través de 12 grupos de alimentos	No mide cantidades de alimentos
MDS	Pescado individualmente, alcohol, además de carnes, productos cárnicos, y aves de corral que se le asigna una puntuación desfavorable	Lácteos descremados
KIDMED	Pescado individualmente, jugo de frutas, cereales de desayuno, galletitas, golosinas y caramelos.	Bebidas alcohólicas, carnes y productos cárnicos, aves de corral, lácteos según contenido graso
DQI- AD	Pescado individualmente, azúcar	Nutrientes críticos, sodio
ALIMENTOS Y NUTRIENTES		
HEI	Verduras y legumbres de color verde oscuro y naranja, azúcar, alcohol, grasas saturadas, sodio y fuente de hierro, calcio y zinc	Pescado y lácteos discriminados (solo leche como lácteos)
AHEI	Bebidas endulzadas con azúcar, fuentes de hierro y zinc, aportes de omega 3 y sodio.	Lácteos
P-MDS	Fuentes de hierro, zinc y omega 3, además de ácidos grasos saturados, azúcares y ultraprocesados, a través de distintos grupos de alimentos.	Otras bebidas alcohólicas excepto el vino, lácteos y sodio.
HDI	Ácidos grasos saturados, poliinsaturados, colesterol, azúcar refinada, proteínas, fibra, frutas y vegetales.	Nutrientes críticos y alimentos de consumo habitual.
NUTRIENTES		
DQI- AA	Nutrientes críticos, agua.	Pescado individualmente, sodio.
DASH	Ácidos grasos saturados, grasas totales, colesterol, sodio, potasio, calcio, y demás nutrientes vinculados a HTA	Sin aspectos a destacar

CONCLUSIONES

Se encontraron diferentes tipos de métodos de medición de calidad de la dieta, estos permiten conocer el consumo de alimentos fuente de nutrientes críticos y de importancia nutricional en niños y adolescentes, así como también identificar posibles factores dietéticos de riesgo en estas etapas. La selección del método debe basarse en las Guías Alimentarias del país en donde será aplicado, abarcando los grupos de alimentos de consumo habitual y considerando las distintas culturas alimentarias de la población. Se considera de gran importancia implementar en Uruguay métodos de medición como los encontrados en esta revisión, contemplando las modificaciones necesarias con el fin de evaluar la calidad de la dieta de los niños y adolescentes uruguayos.