Boletín Nº20 Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles

Alimentación

Día Mundial de la Alimentación

Lanzamiento Manual de Implementación de las GAPA

Día Nacional de Lucha contra la obesidad

Basavilbaso: estado nutricional de sus escolares

COORDINACIÓN DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRONICAS NO TRANSMISIBLES

INTRODUCCIÓN

El Área de Alimentación Saludable, inserto en la Coordinación de Prevención de ECNT es creada a partir del año 2011, en el Ministerio de Salud de la Provincia de Entre Ríos. El marco de trabajo han sido las estrategias poblacionales dirigidas a la prevención y/o tratamiento de Enfermedades crónicas no transmisibles como así también la gestión y colaboración en el desarrollo de políticas saludables entorno a la alimentación.
Las estrategias se desarrollan con alcance poblacional; con el Objetivo de Promover hábitos de alimentación saludable para la prevención y/o tratamiento de Enfermedades crónicas no transmisibles en la población de Entre Ríos.

Recordemos que ***"Una alimentación saludable es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana".***

Alimentarnos saludablemente además de mejorar la calidad de vida en todas las edades, ha demostrado prevenir el desarrollo de enfermedades, destacándose el grupo de las ECNT.
Por eso es tan importante proveer a los niños y adultos herramientas necesarias para generar diversas experiencias de aprendizaje que faciliten la adopción voluntaria de conductas alimentarias saludables que perduren en el tiempo y puedan ser transmitidas de generación en generación, que conduzcan a tener un estilo de vida saludable y el bienestar tanto individual como de sus pares, siempre reconociendo que los hábitos alimentarios forman parte de la identidad cultural de las personas.

En este Boletín presentaremos el manual de implementación de las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA), instrumento educativo que adapta los conocimientos científicos sobre requerimientos nutricionales y composición de alimentos en una herramienta práctica que orienta a la población para una correcta selección y consumo de alimentos.
También trataremos el tema de obesidad teniendo en cuenta que más de la mitad de la población de Entre ríos (55,5%) tiene exceso de peso en algún grado, 4 de cada 10 adultos tiene sobrepeso y 2 de cada 10 obesidad, y 3 de cada 10 niños y adolescentes presentan exceso de peso en nuestra provincia. Y que la obesidad puede prevenirse mediante la transformación del ambiente obesogénico actual en oportunidades para promover un consumo mayor de alimentos nutritivos y un aumento de la actividad física.

Día Mundial de la Alimentación, 16 de octubre de 2017

La FAO celebra el Día Mundial de la Alimentación el 16 de octubre de cada año para conmemorar la fundación de la Organización en el año 1945.

Estos eventos promueven la concientización y la acción a escala mundial para aquellos que padecen hambre y la necesidad de garantizar la seguridad alimentaria y dietas nutritivas para todos.

El Día Mundial de la Alimentación es una oportunidad para demostrar nuestro compromiso con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 2 – Alcanzar la meta del Hambre Cero en 2030.

Invertir en sistemas alimentarios sostenibles y desarrollo rural significa emprender algunos de los principales desafíos globales - de alimentar a la creciente población mundial a proteger el clima mundial, y abordar algunas de las causas fundamentales de la migración y el desplazamiento.

A continuación Compartimos Imágenes de Municipios que han trabajo sobre producción propia de alimentos, a partir de la huerta.

El Municipio de Libertador San Martín trabajó la propuesta de "Huerta KIDS"

El Municipio de San José trabajó sobre capacitación e implementación de huertas en uno de sus barrios vulnerables, "El Brillante"

"Día Nacional de Lucha contra la Obesidad"

A través del decreto 330/2017 publicado en el Boletín Oficial, Argentina tuvo a partir de este año el "Día Nacional de Lucha contra la Obesidad" el tercer miércoles del mes de octubre y Nuestra provincia adhiere a esta iniciativa.
La creación de esta fecha busca instalar la problemática en la agenda pública y sensibilizar a la población sobre la importancia de la prevención y el control. Tanto a nivel Nacional como provincial el exceso de peso se observa en 1 de cada 2 adultos y en 3 de cada 10 niños y adolescentes.
Las personas con sobrepeso y obesidad presentan mayor riesgo de sufrir enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, cáncer, entre otras, y lo más importante es que muchas de estas complicaciones se pueden evitar si se previene la obesidad.
El aumento del sobrepeso y la obesidad en la población está mayormente relacionado a una alimentación inadecuada producto del aumento del consumo de alimentos y bebidas procesado, rico en grasas, azúcar y sal.

A partir del decreto la cartera sanitaria busca instalar la problemática de la obesidad en la agenda pública, aumentar el compromiso y la participación comunitaria en todos los niveles— desde la escuela hasta los ámbitos barriales, hospitales y centros de salud— y sensibilizar a la población sobre la importancia de la prevención y el control de esta enfermedad.

Por tal motivo el día 1 de de noviembre se realizó una jornada de Lucha contra la obesidad, con intervención de diferentes áreas, con el fin de visibilizar este grave y creciente problemas de salud.

De la Jornada participaron niños de 4to y 5to grado, de escuelas de Paraná, durante el desarrollo de la Jornada se realizaron actividades físicas, lúdicas, baile, arte y merienda saludable (frutas y agua).

Presentación del Manual de Aplicación de Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) y Guía de Práctica Clínica de Obesidad.

En el Marco del día Mundial de la Alimentación y el Día Nacional de Lucha contra la Obesidad, el pasado 19 de octubre se llevó a cabo el lanzamiento del Manual de Implementación de Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) y Guía de Práctica Clínica de Obesidad, en el Centro Municipal de Convenciones de la Ciudad de Gualeguaychú. El mismo fue organizado de manera conjunta por el Programa Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de la Obesidad del Ministerio de salud de Nación, El Área de Alimentación Saludable de Coordinación de Prevención de ECNT del Ministerio de Salud de Entre Ríos y Por la Secretaría de Desarrollo Social y Salud. Municipio de Gualeguaychú.

"…Las Guías Alimentarias son un instrumento educativo que adapta los conocimientos científicos sobre requerimientos nutricionales y composición de alimentos en una herramienta práctica que orienta a la población para una correcta selección y consumo de alimentos. A través de 10 mensajes principales acompañados por sus mensajes secundarios y una gráfica que sintetiza la información, se busca alentar un mejor perfil de consumo de alimentos, mejorando los hábitos y promoviendo la salud de la población. Si bien la Población Argentina contaba Guías Alimentarias, se realizó una actualización debido a la transición epidemiológica nutricional que ha ocurrido en los últimos años en nuestro país…"

La jornada se desarrolló desde las 9:30 hs hasta las 16:30hs con 160 asistentes, equipo de salud de CAPS, Hospitales y Municipios de diferentes puntos de la provincia y estudiante de último año de la carrera de Nutrición Facultad de Bromatología, (UNER).
Por la mañana se realizó la apertura por parte de las autoridades, Silvia Blaiotta referente Provincial Región Centro Ministerio de Salud de Nación, Lic. Soledad Garcilazo. Coordinación de Prevención de ECNT. MS de Entre Ríos y Martin Piaggio Secretaría de Desarrollo Social y Salud. Municipio de Gualeguaychú. Luego las disertaciones a cargo de la Lic. Andrea Bustos Nutricionista del Programa Nacional de Alimentación Saludable y Prevención de la Obesidad. y Lic. Paola Bichara. Dirección de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades no Transmisibles.

Por la tarde se realizaron talleres con el equipo de salud, sobre estrategias de comunicación y multiplicación de las Guías Alimentarias para la población argentina desde los efectores de salud y resolución de casos clínicos.

Además se presentó una Mesa redonda de

Ministerio de Salud de Entre Ríos:

- Situación del Sobrepeso y obesidad en Entre Ríos: *Lic. en Nutrición Evelyn Baraballe*. Área Alimentación Saludable. Coordinación de ECNT. Ministerio de salud de Entre Ríos.
- Fortalecimiento Nutricional: una estrategia para el acercamiento de la población al efector. *Lic. en Nutrición María de la Paz Spoturno*. Programa de Apoyo Nutricional de la Dirección Materno Infanto Juvenil. Ministerio de Salud de Entre Ríos.
- Entornos favorecedores en Municipios. Estrategias poblacionales de Prevención de ECNT. *Lic. en Nutrición Laura Lonardi*. Municipio de Larroque. *Lic. en Nutrición Eleonora Salas.* Municipio Basavilbaso. *Lic. Hugo Gimenez* .Municipio de Gualeguaychú
- Modelo de atención del paciente crónico en el CAPS. *Lic. en Nutrición Verónica Ronconi*. CS JJ Franco. Gualeguaychú
- Adaptación de Menues escolares*. Lic. en Nutrición Lucas Latorre.* Dirección de Comedores. Desarrollo Social.
- Experiencia Curso Virtual EAN. *Lic. en Nutrición Laura Ceballos*. Coordinación de ECNT. Ministerio de Salud de Entre Ríos.

Las Guías Alimentarias para la Población Argentina se acompañan de la siguiente Gráfica y 10 mensajes.

- **MENSAJE 1:** Incorporar a diario alimentos de todos los grupos y realizar al menos 30 minutos de actividad física.
- **MENSAJE 2:** Tomar a diario 8 vasos de agua segura.

- **MENSAJE 3:** Consumir a diario 5 porciones de frutas y verduras en variedad de tipos y colores.
- **MENSAJE 4:** Reducir el uso de la sal y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio
- **MENSAJE 5:** Limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido de grasas, azúcar y sal.

- **MENSAJE 6:** Consumir diariamente leche, yogur o queso, preferentemente descremados
- **MENSAJE 7:** Al consumir carnes quitarle la grasa visible, aumentar el consumo de pescado e incluir huevo.
- **MENSAJE 8:** Consumir legumbres, cereales preferentemente integrales, papa, batata, choclo o mandioca.
- **MENSAJE 9:** Consumir aceite crudo como condimento, frutas secas o semillas.
- **MENSAJE 10:** El consumo de bebidas alcohólicas debe ser responsable. Los niños, adolescentes y mujeres embarazadas no deben consumirlas. Evitarlas siempre al conducir.

Curso de Educación Alimentaria Nutricional y Actividad Física

Durante la última semana de Octubre se realizó el cierre del curso en todos los departamentos de la provincia, con un encuentro presencial y entrega de certificados.
El curso fue organizado desde el área de Alimentación Saludable de la Coordinación de ECNT, y dirigido a docentes, con el objetivo de mejorar el entorno respecto a la nutrición y la actividad física en establecimientos escolares, como estrategia de prevención del sobrepeso y obesidad.
Considerando **la Educación Alimentaria Nutricional como una herramienta fundamental para promover la salud de los niños, brindando beneficios que Perduraran de por vida**; Siendo las escuelas un área natural y unos de los principales contextos sociales en los cuales se desarrollan estilos de vida y los niños son un canal natural de comunicación, y transmiten mensajes que benefician a toda la familia.

"Un niño que recibió educación alimentaria nutricional, está mejor nutrido y esto en los primeros años de vida está directamente relacionado con la capacidad de aprendizaje, con la formación de la autoestima y el sostenimiento de hábitos saludables en la adultez"

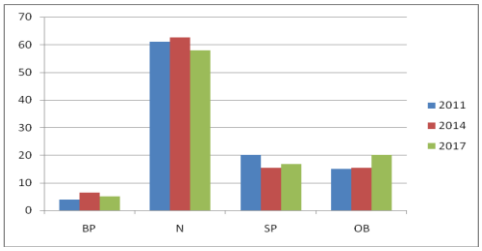
El curso se realizó mediante un acuerdo Interministerial, Salud-Educación, se desarrolló en la Plataforma ATAMA del Portal @prender del Consejo de Educación.

Durante el mes de junio se realizó la formación de las tutoras en "tutoría virtual", luego en el mes de julio se abrió la inscripción en simultaneo en todos los departamentos de la provincia, y para nuestra sorpresa en apenas 2 días se completaron los cupos 1500 docentes, y además se sumaron los supervisores de comedores escolares de toda la provincia.
El curso es tutoreado y coordinado por Licenciadas en Nutrición. La primera semana de Agosto comenzó el curso con una instancia presencial en cada departamento, y a partir de allí se desarrollo de manera virtual durante 3 meses, en el cual los docentes fueron participando en diferentes foros y actividades, algunos de los temas fueron, obesidad, alimentación saludable, actividad física, buenos hábitos desde el comienzo, arrancar con energía, el calcio, la subjetividad en el niño, grasas ¿buenas o malas? , kiosco saludable, alimentos seguros, soberanía alimentaria, rotulado y recreos activos.
Los docentes además de trabajos prácticos, participación en foros, debieron presentar un proyecto institucional para aplicar los contenidos en la escuela.

Estado nutricional según I.M.C. de chicos escolarizados de la ciudad de Basavilbaso

Desde el Área de Prevención Promoción e Investigación del Hospital Sagrado Corazón de Jesús, Equipo del Servicio de Alimentación A cargo de las Lic. En Nutrición, Lic Cristina Possidoni, Lic. Eleonora Salas y Lic. Adriana Perez. Se realizaron mediciones antropométricas en niños escolares (nivel inicial y primario) de las 5 escuelas de la ciudad de Basavilbaso.
Como se ha realizado en 3 períodos (2011, 2014 y 2017) en las mismas instituciones nos permite realizar una comparación, donde se observa principalmente el incremento de sobrepeso (SP) y obesidad (OB).
A continuación se muestras los gráficos comparativos de cada escuela

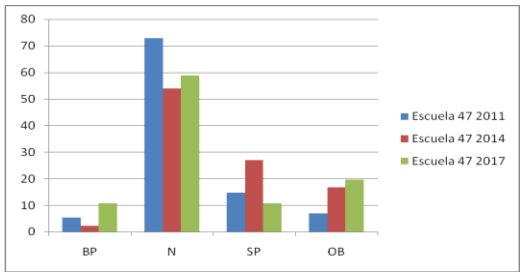
Comparación de Estado Nutricional de los alumnos de la Escuela 33 Justo José Urquiza. Años 2011, 2014, 2017



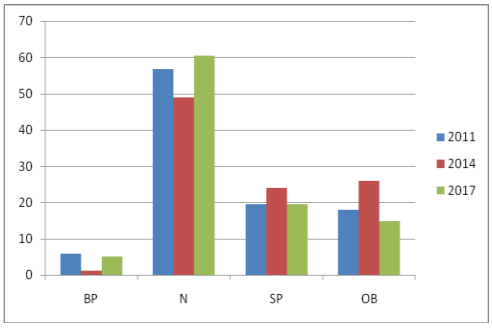
Comparación de Estado Nutricional de los alumnus de la Escuela 9 Matías Zapiola **Años 2011, 2014, 2017**

Comparación de Estado Nutricional de los alumnus de la Escuela 91 La Pampa **Años 2011, 2014, 2017**

Comparación de Estado Nutricional de los alumnos de la Escuela 47 Maestro Isaías Torres **Años 2011, 2014, 2017**



Comparación de Estado Nutricional de los alumnos de la Escuela 76 Cristo Rey **Años 2011, 2014, 2017**



Referencias

1-Día Mundial de la Alimentación, 16 de octubre de 2017. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura.

http://www.fao.org/world-food-day/2017/about/es/

2-Manual para la aplicación de las guías alimentarias para la población argentina. Ministerio de salud de la nación http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001011cnt-2017-09_manual-aplicacion-alimentaria-poblacion-arg.pdf

3- Guías alimentarias para la población Argentina .Ministerio de Salud de la Nación . http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001007cnt-2017-06_guia-alimentaria-poblacion-argentina.pdf

Contacto:

Domicilio Postal

Calle Alem N°423-Paraná-Entre Ríos

Teléfono: 0343-4840210

coordinaciondeecnt@gmail.com

http://www.entrerios.gov.ar/msalud/prevencion-de-enfermedades-cronicas-no-transmisibles-2/

Ministro de Salud

Mg. Sonia Velazquez

Coordinación de Fortalecimiento Institucional

Bioing. Hernán Goncebat

Coordinación de Prevención de ECNT

Lic. Soledad Garcilazo

Área Alimentación Saludable

Lic. Evelyn Baraballe

Equipo de Certificación

Lic. Laura Ceballos
Tec. Cynthia Wolosko
Tec. Mariana Schneider

Área Actividad Física

Profesores: Alejandra Pérez, Damián Benedetich, Sofía Laporta, Lucas Ramírez Bidart, Julia Gainza.

Programa Municipios y Comunidades Saludables

Bqca. Diana Mernes

Programa Provincial de Detección y Control de Enfermedad Celíaca

Dr. Alejandro Pais

Programa de Diabetes

Tec. Pamela Vesco

Área Administrativa

Hernán Hatt
Natasha Sagra