

## **Calidad de la dieta en mujeres con condición de desplazamiento forzado.**

**Girón, Santander. Colombia, 2004**

\* \* \* \* \*

### **Autores:**

**Óscar Fernando Herrán F.**  
ND, Esp. MSc. Epidemiología

**Gloria Esperanza Prada G.**  
gprada@uis.edu.co  
ND; Esp. Mg. Desarrollo Rural.  
Escuela de Nutrición y Dietética. Grupo de investigación "Observatorio Epidemiológico de Enfermedades Cardiovasculares". Grupo A de Colciencias Universidad Industrial de Santander

**Rosario Ortiz C.**  
Trabajadora Social, Esp. Salud Ocupacional.  
Hospital San Juan de Dios, Girón

### **Palabras clave:**

Evaluación nutricional, dieta; recordatorio de 24 horas, desplazados, conflicto armado, mujeres.

### **Resumen**

El conflicto armado en Colombia produce desplazamiento de familias marginadas del Estado,

constituyéndose en tragedia humanitaria. Las mujeres en estas familias son muy vulnerables y su dieta es una expresión de miseria. Se analizó el consumo dietario en 102 madres con tres años de desplazamiento forzado, a través de un recordatorio del consumo de las últimas 24 horas. La energía disponible es deficitaria para todas, y hay imbalance en la dieta; el 71% de la energía/día proviene de carbohidratos, 12% de proteínas y 20% de grasa. La adecuación (%) entre lo consumido y lo requerido para todos los macro y micronutrientes, está por debajo de niveles considerados como aceptables; mínimo calcio (mg) 30,8% IC (27,4 a 34,7); máximo ácido ascórbico 81,5% IC (71,1 a 93,4). Las cifras de déficit según el índice de masa corporal son tres veces mayores que en la población pobre. Intervenciones por mejorar la dieta son deseables, pero es necesario además involucrar soluciones de tipo estructural, para evitar que esta tragedia se haga cada vez más crónica y endémica, violentando el derecho básico a la alimentación.