

Evaluación del impacto de un ensayo comunitario sobre el consumo de frutas y verduras en Colombia

* * * * *

Autores:

Gloria Esperanza Prada G.
ND, Mg. Desarrollo Rural, Esp.
Investigación Social.
Escuela de Nutrición y Dietética
Grupo de investigación "Observatorio
Epidemiológico de Enfermedades
Cardiovasculares" COLCIENCIAS A. UIS

Lucía Yalile Dubeibe B.
ND, Esp. Gerencia Social.
ICBF. Regional Santander

Óscar Fernando Herrán F.
ND, MSc. Epidemiología. Esp.
Docencia Universitaria

Martha Herrera Anaya
ND, Esp. Gerencia Social.

Palabras clave:

Consumo de alimentos, frutas, verduras, educación nutricional.

Resumen

Objetivo: evaluar el impacto de una intervención alimentaria sobre la frecuencia de consumo de frutas y verduras (FV), en el municipio de Girón, Santander, Colombia.

Material y métodos: se realizó un ensayo comunitario durante diez meses, en 66 familias usuarias de 14 hogares comunitarios que recibieron una intervención alimentaria, basada en estrategias educativas; 63 familias de 12 hogares comunitarios sirvieron como grupo control.

La frecuencia del consumo de frutas y verduras fue evaluada en mediciones repetidas con un cuestionario de frecuencia de consumo. La evaluación se realizó en dos niveles, familiar y hogar. El Método de Bland y Alman fue utilizado para determinar el impacto intra-grupo y entre-grupos. Un modelo de regresión lineal múltiple permitió evaluar el efecto de la intervención sobre la frecuencia de consumo de frutas y verduras ajustado por variables sociodemográficas.

Resultados: la frecuencia de consumo de frutas aumentó en promedio 1.3 veces por semana IC (0.3, 1.8), $p = 0.040$. Esto se logró cuando la probabilidad de contar con una licuadora fue mayor del 75% (R^2 para el modelo 0.33. $n = 26$). La frecuencia del consumo de verduras no aumentó.

Conclusiones: En poblaciones pobres puede lograrse un incremento en el consumo de frutas a través de estrategias de tipo educativo, sin embargo, el acceso limitado a equipos de transformación y conservación de alimentos es determinante del resultado final.