

"El papel de los bancos de alimentos para una alimentación segura y saludable en la población vulnerable"

Macarena Carranza Pérez-Tinao

Farmacéutica, Nutricionista, MSc

Docente VcM Escuela de Nutrición y Dietética

#DiálogosUNIA

Seminario virtual
sobre el cambio social
tras el coronavirus



**UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN**
FACULTAD DE CIENCIAS PARA
EL CUIDADO DE LA SALUD

Contexto Chile

Inseguridad alimentaria es la falta de acceso físico, social y/o económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos.

Se mide mediante la Escala de Inseguridad Alimentaria (FIES) de FAO

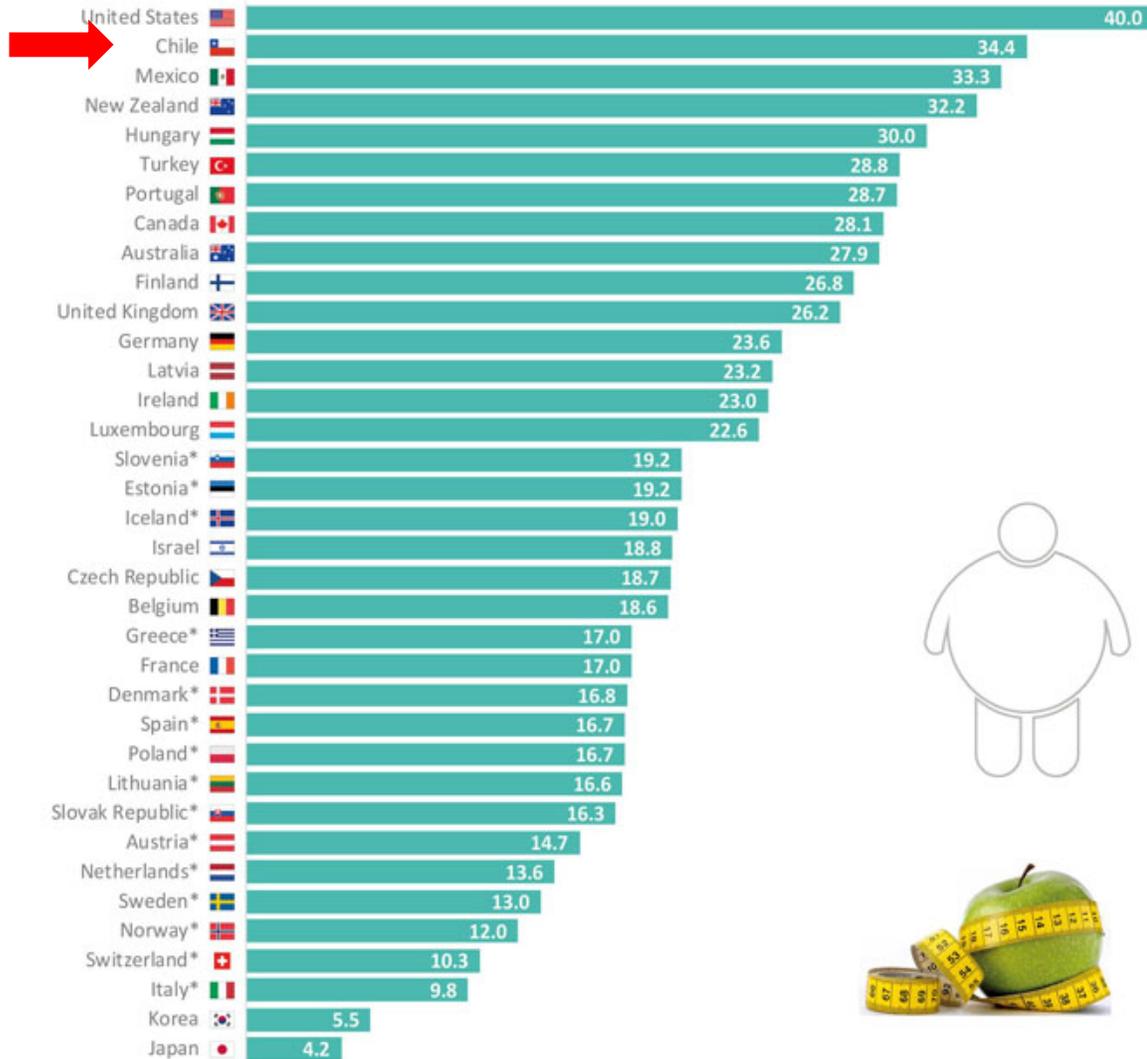


FAO “Hasta 1 millón de personas en Chile estarían en situación de inseguridad alimentaria severa por la pandemia



Obesity rates

As % of total adult population (aged 15 years and over), 2016 or latest year



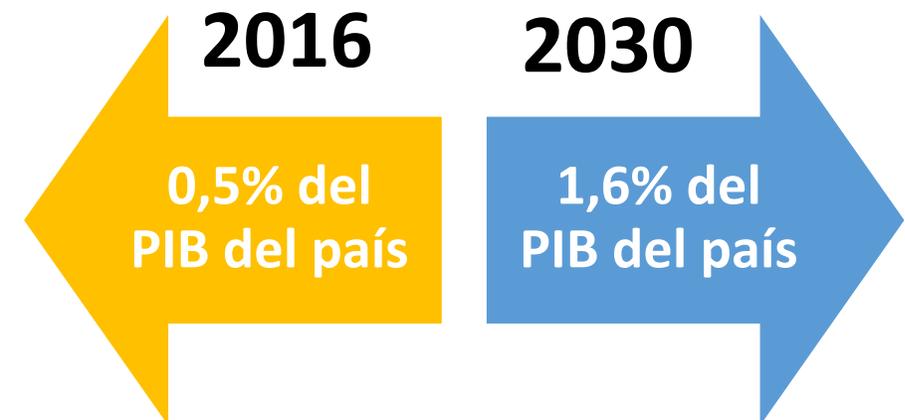
Note: * means that self-reported height and weight data are used in these countries, while measured data in other countries.
 Source: OECD (2018), OECD Health Statistics 2018
www.oecd.org/health/obesity-update.htm

menos alimentos disponibles y de baja calidad nutricional



Importancia de acceder a una alimentación equilibrada como una de las medidas para evitar **complicaciones graves por COVID-19¹**.

Costos de la obesidad²



¹Rodríguez Osias, L.2020. ²Fuente: Cuadrado-Nahum, C. A. , 2014.



CuidémonosEntreTodos



PLAN DE ACCIÓN

CORONAVIRUS

COVID-19

SEGUNDA ENTREGA ALIMENTOS PARA CHILE

3 millones de nuevas canastas se sumarán a las **2,6 millones ya entregadas** en la primera etapa.

- Alimentos
- Artículos de aseo
- Artículos de higiene personal



**Alimentos
Para Chile**

Más información www.gob.cl/coronavirus

#AlimentosParaChile

Análisis Nutricional Caja de Alimentos entregada por el Gobierno de Chile

- Daniela Marabolí Ulloa, Paulo Silva Ocampo, Jessica Moya Tillería.
- Académicos Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad San Sebastián
- Junio, 2020



¿Qué incluye la caja?

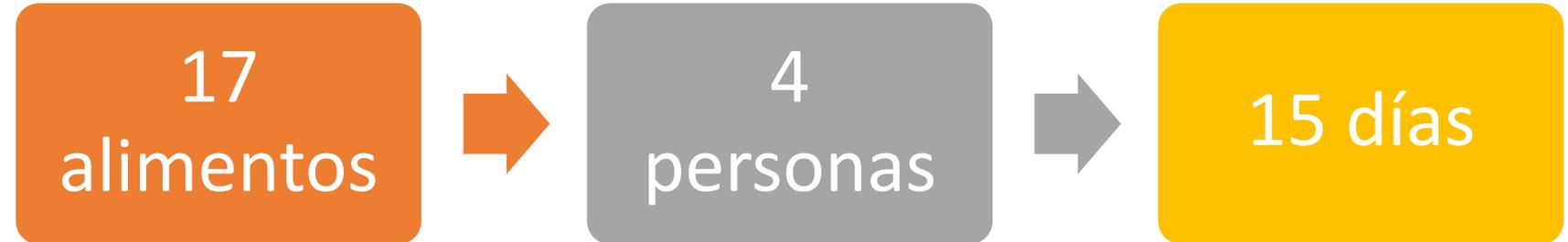
Alimento	Total caja (Kg/lt)
Harina	2,00
Fideos	1,20
Tallarines	1,20
Arroz largo	2,00
Leche en polvo	0,90
Puré de papas	0,25
Salsa de tomate	1,20
Atún	0,34
Jurel al natural	0,60
Porotos	1,00
Lentejas	1,00
Garbanzos	1,00
Aceite vegetal	0,90
Azúcar	2,00
Mermelada	0,25
Sal yodada	0,13
Te	0,20



Metodología

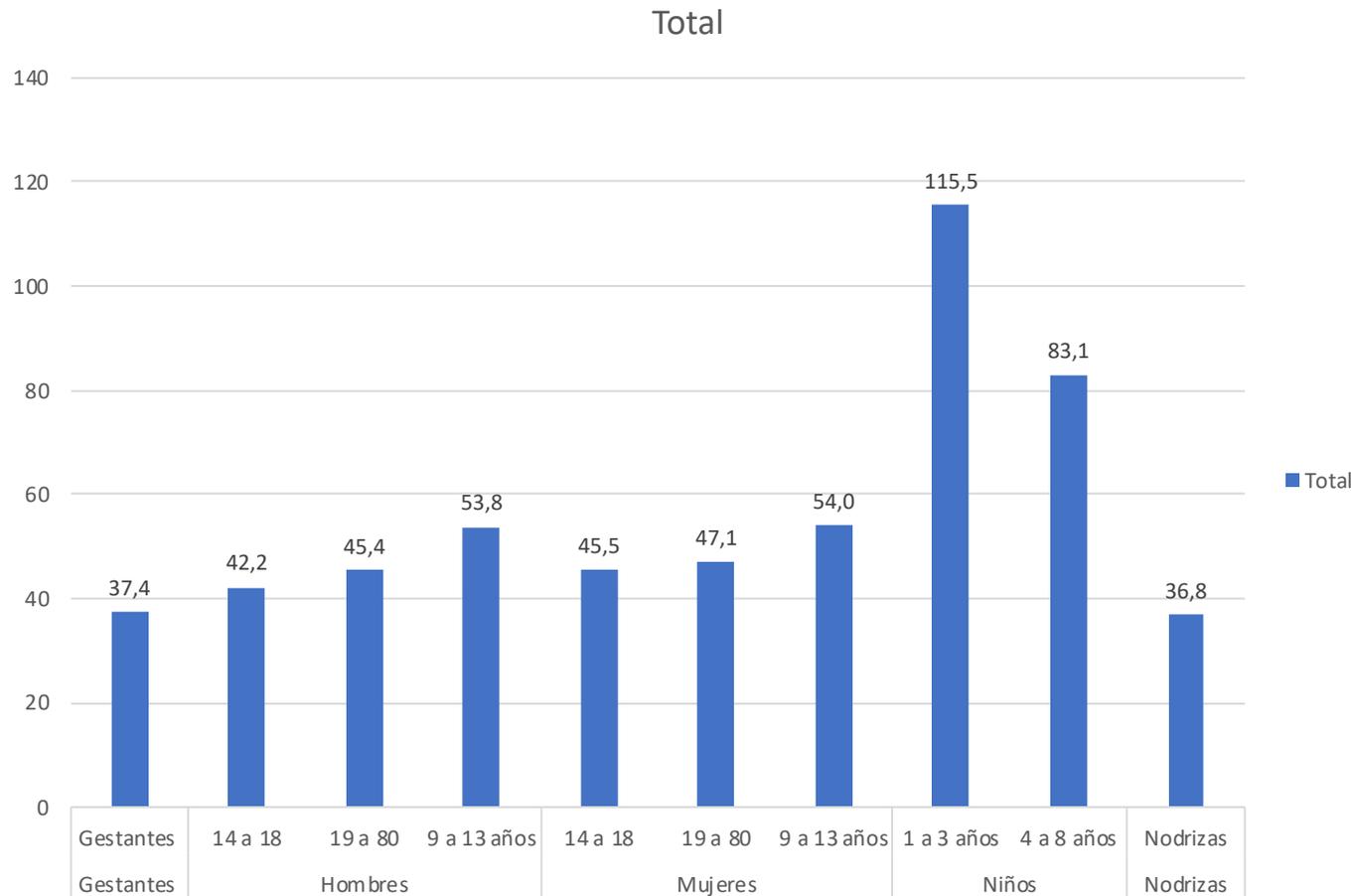


Análisis de la
suficiencia nutricional:



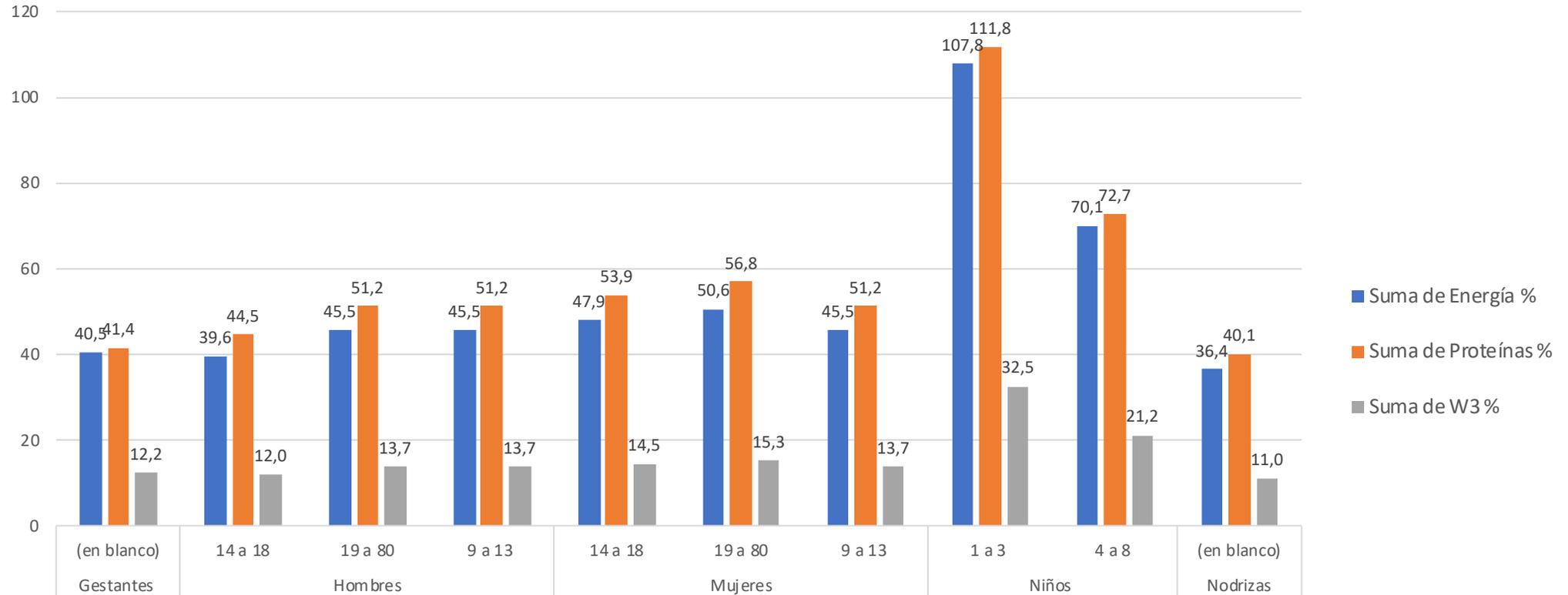
- La Suficiencia Nutricional (SN), se expresó como el porcentaje en que el aporte de los alimentos cubre las necesidades de cada nutriente, considerando:
 - Para **energía y macronutrientes**, el estándar promedio de requerimiento para la edad y sexo.
 - Para **micronutrientes** (vitaminas A, D, E, K, B1, B2, B3, B6, B9, B12; minerales: Ca, Cu, Fe, Mg, P, Se, Zn), el estándar la EAR (Estimated Average Requirement), para cada uno de ellos, en cada grupo de personas.
- Se determinó la **calidad de proteínas mediante análisis PDCAAS** (score aminoacídico corregido por digestibilidad de proteínas).

Resultados. Adecuación total promedio



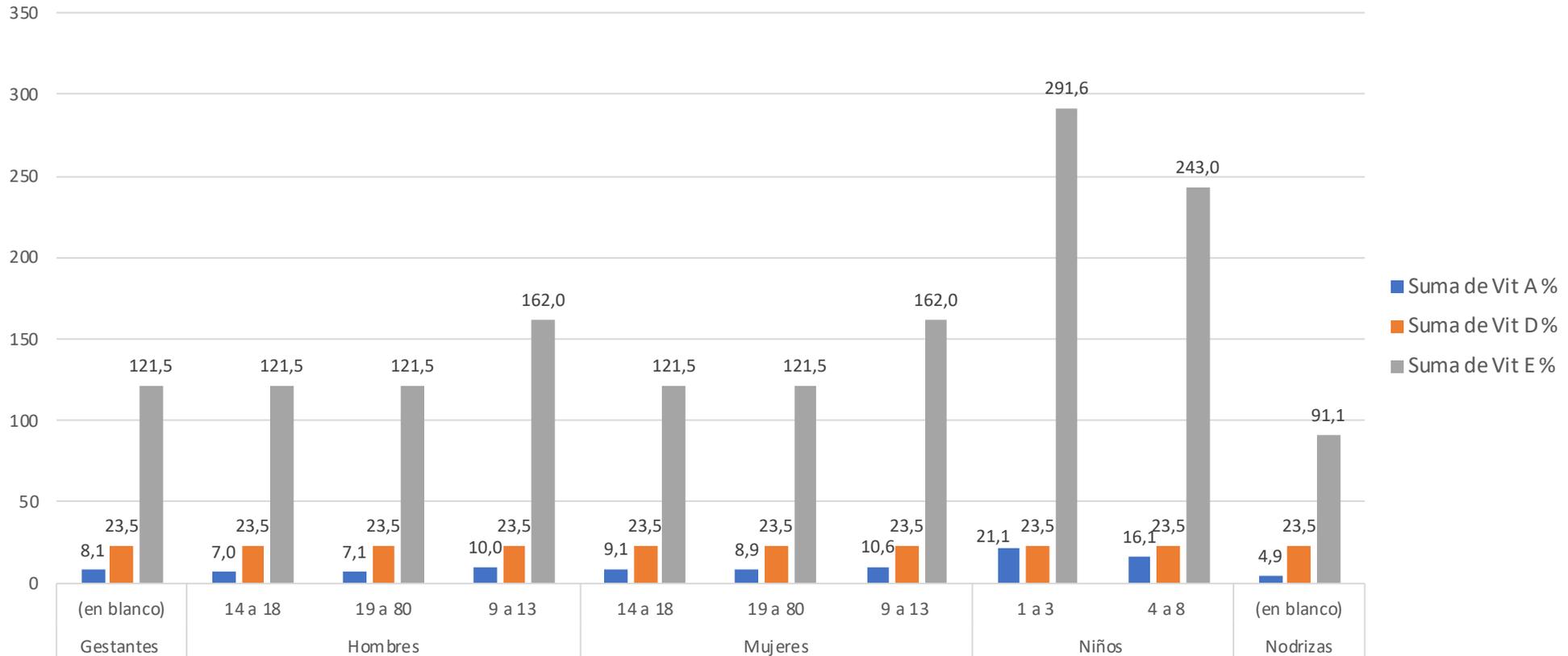
- SN para el total de nutrientes y energía, considerando el promedio por grupo de personas, por edad y sexo.
- Para todos los grupos, exceptuando niños, los **nutrientes y energía** de los alimentos contenidos en la caja, **cubren el 50% de las recomendaciones.**

Resultados. Adecuación de energía y macronutrientes



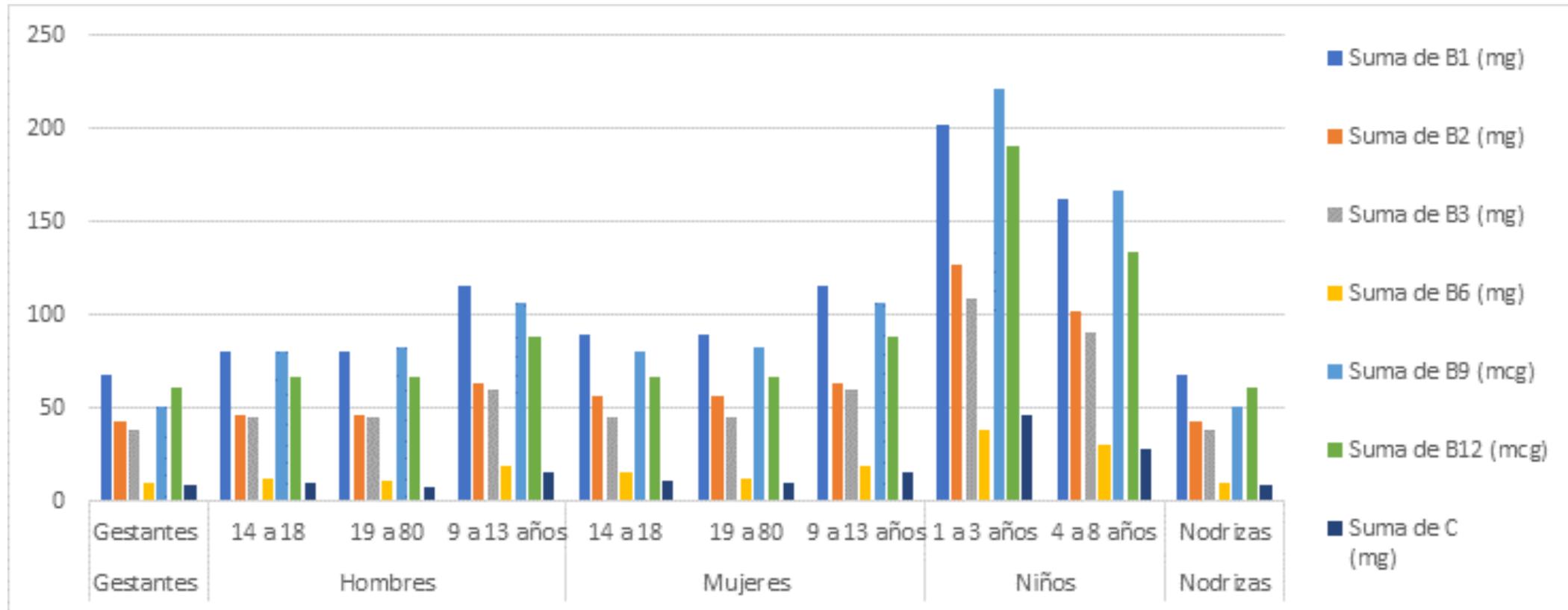
- La SN para energía, exceptuando los niños, se encuentra entre el 36,4% y el 50,6%.
- La SN para proteínas, exceptuando los niños, se encuentra entre el 40,1% y el 56,8%.
- La SN para ácidos grasos omega 3, se encuentra entre el 11,0% y el 32,5%.

Resultados. Adecuación de vitaminas liposolubles: A, D y E



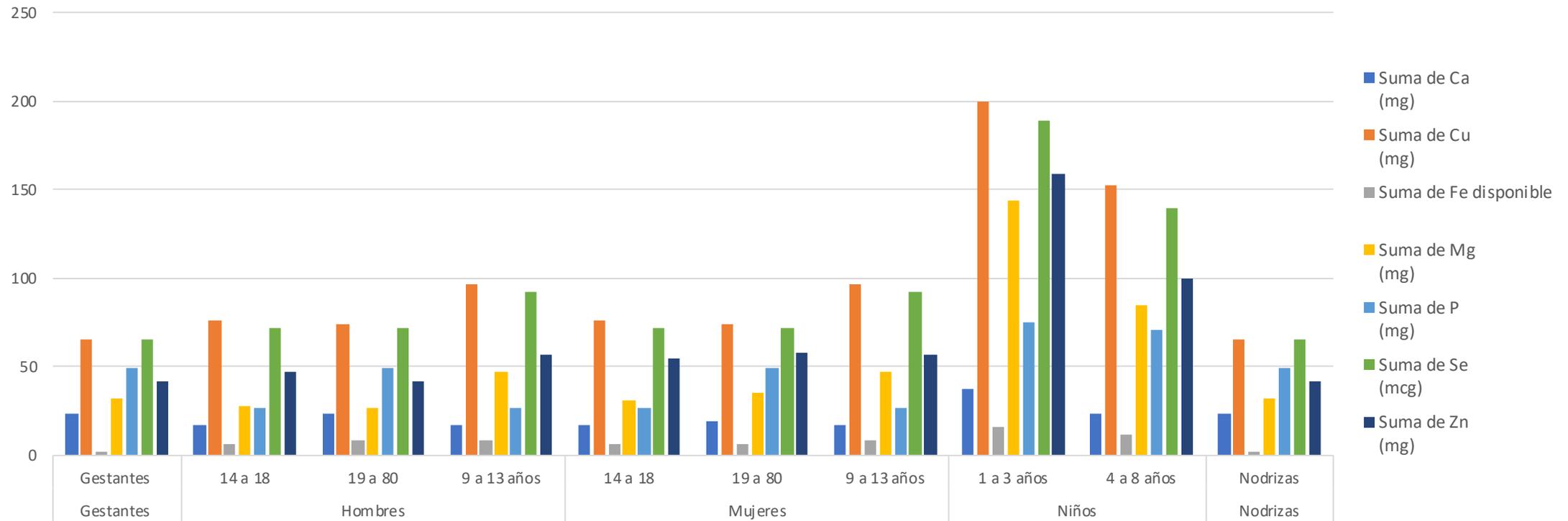
- La SN para vit A, es menor al 10% para todos los grupos, exceptuando en niños donde no supera el 22%.
- La SN para vit D, es del 23,5% para todos los grupos.
- La SN para vit E, está por encima del 120% en todos los grupos.

Resultados. Adecuación de vitaminas hidrosolubles



- La SN para Tiamina, Ácido fólico y B12 está sobre el 50% en todos los grupos.
- La SN para B2, está sobre el 50%, exceptuando en gestantes y nodrizas, que cubre sólo el 40%.
- La SN para Niacina está sobre el 40% en todos los grupos.
- La SN para B6 y vitamina C, está por debajo del 20% en todos los grupos.

Resultados. Adecuación de minerales



- La SN para Calcio y Magnesio, cubre menos del 25% en todos los grupos.
- La SN para Cobre y Selenio es superior al 50% en todos los grupos.
- La SN para Hierro, es sobre el 100%, sin embargo, el hierro disponible no alcanza una SN del 20% en todos los grupos.
- La SN para Fósforo es menor al 50% en todos los grupos.
- La SN para Zinc es superior al 30% y menor al 40% en todos los grupos.

Resultados. Calidad de proteínas

GRUPO	lys	saa	Thr	Trp	PDCAAS
nacimiento a 6 meses	80,3	95,5	84,3	94,9	80,3
6 meses a 3 años	97	117	120	190	97
niños mayores de 3 años, adolescentes y adultos	115	137	148	244	115

- ✓ A pesar de no alcanzar las recomendaciones diarias de proteínas, la calidad es buena para todos los grupos etarios (medida en la presencia de aminoácidos esenciales críticos).
- ✓ Se exceptúan los niños hasta 6 meses con score de 80%, lo que puede ser complementado a través de la alimentación de nodriza, o ser corregido por fórmula de inicio.

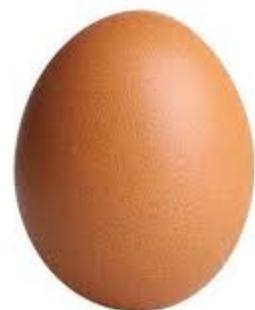
Conclusiones

- Muy buena ayuda → **cubre aproximadamente el 50%** de las necesidades de energía, macro y micronutrientes, en **promedio para todos los grupos etarios.**
- De acuerdo al análisis de contenido de aminoácidos según digestibilidad, se puede concluir que la caja de alimentos es **adecuada en aporte de proteínas** para todos los grupos etarios.
- Aumentando la cantidad de ciertos alimentos entregados, → **75% de la energía, macro y micronutrientes.**
 - ✓ 2 kg más de porotos, garbanzos, lentejas o arvejas
 - ✓ 1 Kg de leche en polvo
 - ✓ 2 tarros de jurel



Propuesta

1. **Reforzar** transversalmente la entrega y utilización de los **alimentos del PNAC** (Leche Purita Mamá, Leche Purita Fortificada y Leche Purita Cereal) y **PACAM** (Crema y Bebida láctea Años Dorados).
2. Implementar entrega de **tarjetas** para la obtención de **alimentos perecibles**:
 - Verde, para la obtención de frutas y verduras
 - Roja, para la obtención de alimentos cárnicos
3. **Caja de alimentos como base** para la planificación alimentaria del hogar, complementándola con los siguientes alimentos por integrante del grupo familiar cada día:



¡Muchas gracias!

#DiálogosUNIA

Seminario virtual
sobre el cambio social
tras el coronavirus

Macarena Carranza Pérez-Tinao

macarena.carranza@uss.cl



**UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN**
FACULTAD DE CIENCIAS PARA
EL CUIDADO DE LA SALUD