



Artículo Traducido

## **Estrategias para que los niños coman más frutas y verduras: una revisión sistemática**

M<sup>a</sup> Paz González Rodríguez. EAP Manzanares el Real. Área 5. Madrid (España). Correo electrónico: paz.gonzalez@ctv.es

Los autores del artículo original no se hacen responsables de los posibles errores que hayan podido cometerse en la traducción del mismo

Evid Pediatr. 2007; 3: 85      doi: vol3/2007\_numero\_3/2007\_vol3\_numero3.10.htm

### Cómo citar este artículo

González Rodríguez MP. Estrategias para que los niños coman más frutas y verduras: una revisión sistemática. Traducción autorizada de: Knai C, Pomerleau J, Lock K, McKee M. Getting children to eat more fruit and vegetables: A systematic review. University of York. Centre of Reviews and Dissemination (CRD). Database of Abstracts of Review of Effects (DARE) [fecha de consulta: 28-7-2007]. Disponible en: <http://www.crd.york.ac.uk/CRDWeb/ShowRecord.asp?View=Full&ID=12006001030> . Evid Pediatr. 2007; 3: 85.

Para recibir Evidencias en Pediatría en su correo electrónico debe darse de alta en nuestro boletín por medio del ETOC <http://www.aepap.org/EvidPediatr/etoc.htm>

Este artículo está disponible en: [http://www.aepap.org/EvidPediatr/numeros/vol3/2007\\_numero\\_3/2007\\_vol3\\_numero3.10.htm](http://www.aepap.org/EvidPediatr/numeros/vol3/2007_numero_3/2007_vol3_numero3.10.htm)  
EVIDENCIAS EN PEDIATRIA es la revista oficial del Grupo de Pediatría Basada en la Evidencia de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria. © 2005-06. Todos los derechos reservados

## Estrategias para que los niños coman más frutas y verduras: una revisión sistemática

Autora de la traducción: M<sup>a</sup> Paz González Rodríguez. EAP Manzanares el Real. Área 5. Madrid (España).

Correo electrónico: paz.gonzalez@ctv.es

Los autores del artículo original no se hacen responsables de los posibles errores que hayan podido cometerse en la traducción del mismo

### PROCEDENCIA

University of York. Centre for Reviews and Dissemination (CRD). Database of Abstracts of Reviews of Effects (DARE). Copyright © 2006. University of York. Traducción autorizada

Autores de la revisión sistemática: Knai C, Pomerleau J, Lock K, McKee M. URL del original en inglés disponible en: [http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?orig\\_db=PubMed&db=PubMed&cmd=Search&term=%22Preventive%20medicine%22%5BJour%5D%20AND%20Knai%20%5Bfirst%20author%5D](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?orig_db=PubMed&db=PubMed&cmd=Search&term=%22Preventive%20medicine%22%5BJour%5D%20AND%20Knai%20%5Bfirst%20author%5D)

Autores del resumen estructurado: Revisores del CRD. URL del artículo original en inglés disponible en: <http://www.crd.york.ac.uk/CRDWeb/ShowRecord.asp?View=Full&ID=12006001030>

### Artículo traducido:

Estrategias para que los niños coman más frutas y verduras: una revisión sistemática.

Knai C, Pomerleau J, Lock K, McKee M.

Origen: Preventive Medicine

Año de publicación: 2006

Volumen 42(2)

Páginas: 85-95

### Resumen del CRD:

Esta revisión bien diseñada evaluó las intervenciones orientadas a promover el consumo de frutas y verduras en niños. Los autores concluyen que es necesaria más investigación y que la evidencia es mayor en cuanto a las intervenciones de varios componentes. Las conclusiones hay que mirárlas con precaución pues fue difícil evaluar si las conclusiones fueron debidas a la evidencia disponible o son las únicas conclusiones posibles.

### Tipo de documento:

Este informe es un resumen estructurado escrito por revisores del CRD. El artículo original reúne una serie de criterios de calidad. Desde septiembre de 1996 los resúmenes son enviados a los autores para su comentario. La información adicional importante se añade al documento. Se anota como (A:....).

### Objetivos de los autores:

El objetivo de los autores fue revisar los estudios publicados y no publicados de las intervenciones orientadas a promover el consumo de frutas y verduras

en los niños.

### Tipos específicos de estudios primarios incluidos en esta revisión:

Fueron seleccionados para su inclusión aquellos estudios relacionados con intervenciones relacionadas con el consumo de frutas y verduras, o programas en los que se promocionase el consumo de los mismos. Se incluyeron intervenciones orientadas al consumo de frutas y verduras a gran escala, educación nutricional e información, comercialización y aumento de producción (cultivo en casa). Se seleccionaron intervenciones individuales o basadas en la población. Las intervenciones realizadas en los estudios incluidos se basaron en el aula, la escuela, políticas de nutrición y comedor escolar, dirigidos a los profesores, compañeros, miembros del servicio de cocina de la escuela, padres o la comunidad (mercados, medios locales), o una combinación de estos componentes. Todas las intervenciones fueron basadas en la escuela, excepto una.

### Participantes incluidos en la revisión:

Se seleccionaron estudios realizados con niños y adolescentes. Se excluyeron los realizados en enfermos agudos o en pacientes en instituciones. Los estudios incluidos fueron dirigidos a niños en edad escolar de la escuela primaria y secundaria con edades comprendidas entre 5 y 18 años y realizados principalmente en Estados Unidos.

### Resultados en salud valorados en la revisión:

Los estudios debían de describir el consumo de frutas y verduras. La revisión describió los resultados como tamaño del efecto (raciones por día) o como no significativos.

### Diseño de los estudios incluidos en la revisión:

Se consideraron para su inclusión estudios en los que el seguimiento se realizó al menos durante 3 meses. Se excluyeron aquellos estudios en los que las intervenciones realizadas para aumentar el consumo de frutas y verduras no se podían separar de otras intervenciones. La mayoría de los estudios fueron ensayos clínicos aleatorios (ECAs). Los periodos de seguimiento de los estudios incluidos oscilaron entre 3 meses y 4 años.

### ¿En qué fuentes se realizó la búsqueda para identificar los estudios primarios?

La búsqueda se realizó en PubMed, los resúmenes de CAB, la Cochrane Library, Web of Knowledge, IBSS, PsycINFO (vía BIDS), EMBASE, AGRICOLA, LILACS, ID21, ERIC, SIGLE e Ingenta desde abril del 2004 (véase otras publicaciones de interés). Los autores refieren que realizaron una búsqueda de la literatura gris y contactaron con expertos

en el tema.

### **Análisis de la validez:**

Se realizó una valoración detallada, teniendo en cuenta los siguientes aspectos: selección de los participantes, diseño del estudio, factores de confusión, cegamiento, método de recogida de datos, pérdidas, integridad de la intervención y análisis.

Dos revisores valoraron de forma independiente la calidad de los estudios. Los desacuerdos se resolvieron mediante debate.

### **¿Cómo se tomaron las decisiones sobre la idoneidad de los estudios primarios?**

Los autores no describen como se seleccionaron las publicaciones para la revisión, o cuantos revisores realizaron la selección.

### **¿Cómo se obtuvieron los datos de los estudios primarios?**

Dos revisores recogieron los datos de forma independiente. Los desacuerdos se resolvieron mediante discusión. Los revisores calcularon el tamaño del efecto midiendo la diferencia entre los grupos en cuanto a la variación del consumo de frutas y verduras o la diferencia del consumo entre los grupos durante el periodo de seguimiento.

### **Número de estudios incluidos en la revisión:**

Cumplieron los criterios de inclusión quince estudios. (n mayor de 7.912; no se describió el número exacto). Hubo 11 ECAs (n mayor de 6.343) y 4 ensayos clínicos no aleatorizados (n mayor de 1.569).

### **¿Cómo se asociaron los estudios?**

Los estudios se asociaron en forma de revisión narrativa.

### **¿Cómo se investigaron las diferencias entre los estudios?**

La revisión describió los resultados clasificados según la edad, el tipo de intervención y las características de la misma.

### **Resultados de la revisión:**

Diez de los 15 estudios seleccionados describieron un efecto significativo del tamaño del efecto que osciló entre 0,3 a 0,99 raciones diarias. Ningún estudio describió que la intervención produjese un efecto negativo en cuanto al consumo de frutas y verduras. Mientras que en la escuela primaria se demostraron efectos positivos en 9 de los 11 estudios, en la escuela secundaria únicamente en 1 de 4 estudios aumentó el consumo de frutas y verduras de forma significativa. La proporción de estudios describiendo efectos significativos no dependió del diseño del estudio.

### **Conclusiones de los autores:**

Es necesario realizar investigaciones adicionales en cuanto a las estrategias de intervención para incrementar el consumo de frutas y verduras; existe evidencia elevada a favor de intervenciones con múltiples componentes.

### **Comentarios del CRD:**

Esta revisión se basó en una pregunta claramente definida y criterios de inclusión igualmente claros. Los autores realizaron una búsqueda amplia. Se describieron las medidas para reducir los errores y los sesgos en cuanto a la recogida de los datos y la valoración de la calidad. Este no fue el caso del proceso de selección de los estudios, aunque dos revisores participaron en la selección de los artículos completos para la revisión de las intervenciones con adultos (véase Otras Publicaciones de Interés), así que puede que se hubiese realizado pero que no haya sido descrito. Únicamente se aportó una mínima información acerca de algunos estudios incluidos: por ejemplo no se describió el número de participantes incluidos en los estudios o los resultados se resumieron bajo el epígrafe "sin efectos significativos". Las conclusiones se deben interpretar con precaución: no está claro si es necesario realizar más investigaciones primarias o análisis más apropiados de la evidencia disponible; es difícil obtener conclusiones en cuanto a la complejidad de las intervenciones, hay dificultad para realizar un seguimiento y analizar el éxito de las intervenciones complejas tales como "5 frutas y verduras diarias, fuente de energía", ya que varían considerablemente entre los diferentes estudios.

### **¿Cuáles son las consecuencias de la revisión?:**

Práctica: los autores declaran que se debe promocionar un entorno que facilite el consumo de frutas y verduras. Investigación: los autores declaran que son necesarias investigaciones adicionales para analizar, con más profundidad y durante periodos de seguimiento más prolongados, la eficacia y la rentabilidad de las intervenciones que promueven el consumo de frutas y verduras. Los países en vías de desarrollo deberían promocionar y apoyar diseños, realizar y evaluar intervenciones orientadas a promover el consumo de frutas y verduras. Las nuevas iniciativas deberían incluir una evaluación de la eficacia. Además es necesario realizar nuevas investigaciones en lo referente a la cantidad que se debe consumir y valorar la eficacia de los aspectos específicos de las intervenciones. También se deberían investigar los efectos y las barreras existentes entre los diferentes países.

### **Otras publicaciones relacionadas de interés:**

Pomerleau J, Lock K, Knai C, McKee M. Interventions designed to increase adult fruit and vegetable intake can be effective: a systematic review of the literature. *J Nutr* 2005;135:2486-95.

### **Índice de descriptores utilizado y procedimiento de asignación:**

Descriptores temáticos de la NLM. Asignación de términos por la propia NLM.

Adolescent; Child; Child-Nutrition; Child,-Preschool; Food-Habits; Fruit; Health-Promotion/mt [methods]; Intervention-Studies; Vegetables; World-Health

**Organismo patrocinador de la revisión:**

Organización Mundial de la Salud

**Número de acceso:** 12006001030

**Fecha de entrada en la base de datos:** 31 de Diciembre de 2006

**Idioma de la revisión:** Inglés.

**Dirección para correspondencia con los autores de la revisión original:**

C Knai, 235 Rue de la Convention, 75015 Paris, Francia.  
Correo electrónico: Cecile.Knai@lshtm.ac.uk

**Enlace con la cita en PubMed:** 16375956