

# RECOMENDACIONES ALIMENTARIAS PUBLICADAS EN REVISTAS PARA NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS Y SU ADECUACIÓN CON LAS GUÍAS ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN INFANTIL

**Cintia Eliana Martin - Velia Peralta\***

**RESUMEN:** En el presente trabajo se evaluó la adecuación de los mensajes sobre alimentación y nutrición en artículos de revistas dirigidos a padres de niños de 0 a 2 años, con las pautas recomendadas por las Guías Alimentarias para la Población infantil (GAPI) de la República Argentina.

Para cumplir con este objetivo, fueron analizados los artículos referidos a la nutrición y alimentación del niño de la edad etárea antes mencionada, en revistas dirigidas a padres y tutores. Con respecto a la adecuación a las recomendaciones para niños de 0 a 2 años impartidas por los Nutricionistas de la República Argentina a través de las GAPI, se observó que del total de los artículos analizados, la mayoría resultaban adecuados. En relación a la fuente, un alto porcentaje de los artículos no contienen, y en los artículos cuya fuente es un profesional de la salud, solo en un bajo porcentaje cita a un nutricionista o Licenciado en Nutrición, siendo un médico la gran mayoría restante. Ninguno de los artículos encontrados hizo referencia a las Guías Alimentarias para la Población Infantil como su recurso en la publicación.

Los medios de comunicación tienen un rol fundamental como promotores de la Educación Alimentario Nutricional. Para la realización de la citada acción, es de suma importancia el asesoramiento de profesionales capacitados en comunicación en salud, que los ayuden a incorporar en sus agendas mediáticas la mejor información al respecto.

**Palabras clave:** alimentación, infantil, nutrición, comunicación, guías alimentarias, educación alimentaria nutricional.

**ABSTRACT:** *Food recommendations published in journals for children under 2 years old and its adequacy with the food guides to the children's population.*

In this paper it was stipulated to know the adequacy of the messages on food and nutrition in articles of magazines addressed to parents of children under 2 years, with the guidelines recommended by the Dietary Guidelines for Children in Argentina.

To meet this objective, the articles on nutrition and feeding of the child of the above-mentioned age were analyzed in magazines addressed to parents and guardians. With respect to the adaptation to the recommendations for children from 0 to 2 years of age provided by the Nutritionists of the Argentine Republic through the Dietary Guidelines for the Childhood Population, it was observed that of the total of articles analyzed that the majority were appropriate. In relation to the source, a high percentage of articles do not contain, and in articles whose source is a health professional, only a low percentage cites a nutritionist or Nutrition Degree, being a doctor the vast majority remaining. None of the articles found referred to the Dietary Guidelines for the Child Population as their resource in the publication.

The Mass Media have a fundamental role as promoters of Nutritional Food Education. In order to carry out the aforementioned action, it is of the utmost importance the advice

---

\* *Cintia Eliana Martin* es Licenciada en Nutrición y Alimentación por la Universidad Nacional de Salta (UNSa). Profesor Adjunto Cátedra: Educación Nutricional en UCEL. E-mail: [cintia.martin@gmail.com](mailto:cintia.martin@gmail.com)

*Dra. Velia Peralta*. Médica Pediatra. Vicedirectora Hospital de niños Victor J. Vilela. Consejera en Lactancia Materna.

of professionals trained in communication health to help them incorporate the best information in their mediatic agendas.

**Keywords:** feeding, nutrition, communication, children, dietary guidelines, nutritional and food education.

## INTRODUCCIÓN

La población infantil debe recibir una adecuada alimentación para lograr un desarrollo, un crecimiento óptimo y un estilo de vida saludable. Entendiendo que la salud no es la ausencia de enfermedad, sino que “*es un estado de completo bienestar físico, mental y social*” según lo declara la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946).

Esta definición ha llevado a múltiples discusiones a través del tiempo y al análisis de la misma de acuerdo a distintas concepciones, entre las que se encuentran no tan sólo la somático-filológica, sino también los conceptos en el área psíquica y cultural, entre otras. Estos estudios multidisciplinarios han dado a luz un concepto de salud más abarcativo, que se traduce en esta relación entre los estilos de vida (que incluyen factores ambientales, socio-culturales, etc.) y la calidad de vida que posee el individuo (Aguirre P, 2004).

Para favorecer el desarrollo de un ambiente saludable en toda sociedad, se deben adoptar la mayor cantidad de herramientas comunicacionales que se encuentren al alcance, siempre anhelando una correcta divulgación de hábitos, costumbres y conocimientos de salud que permitan cambios cualitativos en las personas. En este proceso de aprendizaje intervienen diferentes agentes socializadores, entre ellos el grupo familiar, la escuela, los amigos y los medios de comunicación. Estos constituyen una herramienta imprescindible a la hora de lograr este objetivo (Jambrina Hernández R, 2002; Calderón Astorga N, 2004).

Desde su existencia, estos medios han cumplido un rol primordial en el acceso a la información general por parte de la población. Pero en los últimos tiempos es más marcada aún la dependencia de los consumidores hacia los consejos o recomendaciones brindados por éstos. Se puede observar como ciertas modas o programas emitidos por los diferentes medios predisponen positiva o negativamente sobre la sociedad y en muchos casos, sin necesariamente una distinción de clase social o nivel de educación (Gerbner G, 1993).

La alimentación considerada como un hecho complejo, como un evento que no es exclusivamente biológico ni tampoco social en su totalidad, donde lo biológico se une a lo cultural de una manera que difícilmente se pueda separar. El acto alimenticio debe ser entendido en su carácter multidimensional (FAO, 2009).

Podríamos decir que la alimentación está inserta en una multitud de agentes que interactúan con ella y entre sí. Por esto, si bien el acto alimenticio es un evento en sí mismo, con principio y fin, forma parte del proceso alimentario que confluye con factores socio-culturales, emocionales, etc. y que se prolonga en el tiempo. La alimentación no es un tema de excepción cuando de influencia cultural y social se trata (Longo E, Lema S, Lopresti A, 2000).

En la actualidad, la tendencia a seguir una “alimentación saludable” ha dado lugar a personas que brindan sus recomendaciones nutricionales sin fundamento científico estimulando el consumo de determinados alimentos y suprimiendo otros en función de supuestos beneficios para la salud, o para la presunta evolución benigna de ciertas enfermedades. Estas afirmaciones tienen su raíz en un conocimiento popular, siendo estos conocimientos vulgares propagado de generación en generación y basado en creencias legendarias o experimentales (que si bien no siempre son erróneas, el desconocimiento en profundidad sobre el tema puede dar lugar a conclusiones falsas). Muchas veces estas creencias que no poseen fundamento científico son modas que se instalan, y en la mayoría de ellas juegan un papel importante la publicidad y los medios masivos de comunicación. Los medios de comunicación, para cumplir con el correcto proceso de divulgación del tema nutricional, deberían contar con el asesoramiento de profesionales capacitados en comunicación y salud que los ayuden a incorporar en sus agendas mediáticas la mejor información al respecto (Ander Egg E, 1992).

Mundialmente existen al menos dos problemas nutricionales crónicos durante la niñez: la desnutrición y la obesidad. El primero de dichos flagelos se debe a la ingesta insuficiente y/o deficiente de alimentos, mientras que el segundo, es debido al consumo excesivo o desmedido de los mismos. Para la prevención de estas enfermedades y de otros problemas alimentarios, es necesaria la promoción de una alimentación saludable (Longo E, Lema S, Lopresti A, 2000).

*“Es indiscutible que, en las primeras etapas de la vida, la nutrición tiene una marcada influencia tanto en el desarrollo de las potencialidades del hombre así como en la prevención de enfermedades aún en la edad adulta. Las necesidades nutricionales de los lactantes y niños son muy altas debido a su velocidad de crecimiento y desarrollo. Por tanto, los errores en su alimentación tienen consecuencias en un plazo mucho mas corto que en los adultos.” (Torresani ME, 2001).*

Hasta los 2 años de edad, la alimentación de los niños, es responsabilidad absoluta de los padres y/o tutores. Por esta razón, la información que estos reciban, por parte de los profesionales competentes, familia, amigos y medios de comunicación, es clave en el proceso de desarrollo integral de niño. A raíz de lo comentado surge la necesidad de evaluar la información alimentaria publicada de medios gráficos de publicación (revistas) y compararla con las recomendaciones brindadas por los nutricionistas de la Republica Argentina y avaladas por el Ministerio de Salud de la Nación, Dirección Nacional de Salud Materno Infantil. (Longo, ME 2009).

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Key words Se realizó una revisión bibliográfica, ejecutando una lectura intensiva y reflexiva de los artículos con el fin de localizar, identificar y acceder a la información general sobre alimentación y nutrición en niños. Luego de la obtención de los conocimientos necesarios para el proceso de investigación antes detallado,

se realizó una lectura selectiva, que permitió conocer el contenido de los mismos y así se pudo seleccionar artículos según criterios de inclusión y exclusión respectivamente. Sobre los artículos seleccionados se llevó a cabo una lectura de tipo interpretativa, analítica y crítica, a fin de extraer los conceptos alimentario-nutricionales en este grupo etéreo.

Por la diversidad de medios de comunicación, se utilizó exclusivamente la información publicada en artículos de revistas.

Una vez seleccionados los artículos, se aplicó la “Técnica de Análisis de Contenidos” a fin de compararlos con las recomendaciones publicadas en las guías alimentarias para la población infantil, estableciendo así su nivel de adecuación según las variables anteriormente definidas.

Los datos que se obtuvieron del análisis fueron volcados en tablas de codificación, expresados en porcentajes y presentados en gráficos.

### **Técnicas de análisis de contenido:**

El análisis de contenidos es un método de investigación para hacer inferencias válidas y confiables de material narrativo cualitativo respecto a su contexto, es un procedimiento que incluye cuantificación, dicho análisis puede aplicarse tanto a comunicaciones orales como escritas.

La técnica de análisis de contenido utiliza un número de controles designados para obtener información objetiva y sistemática, permitiendo analizar el contenido según las reglas formuladas explícitamente, de manera que se permite que dos o más personas analicen los mismos materiales y obtengan los mismos resultados. El análisis es sistemático porque incluye o excluye materiales de acuerdo con un criterio de selección previamente establecido.

El análisis del contenido se efectuó por medio de la codificación, proceso en virtud del cual las características relevantes del contenido de un mensaje son transformadas a unidades que permiten su descripción y análisis. A continuación se describirán los pasos que se llevaron a cabo para el análisis del contenido:

- 1) Definir población y muestra.
- 2) Establecer y definir las variables de análisis.
- 3) Establecer y definir las categorías y/o subcategorías que presenten las variables de investigación.
- 4) Elaborar las hojas de codificación.
- 5) Tabulación de datos.
- 6) Análisis de los resultados.
- 7) Elaboración de conclusiones.

### **Análisis Estadístico:**

El análisis estadístico consiste, en primer lugar, de un análisis descriptivo de los datos obtenidos. El mismo consta de gráficos de las variables en estudio. Dichos gráficos exhibirán la información resumida en las tablas anteriores y permitirán así

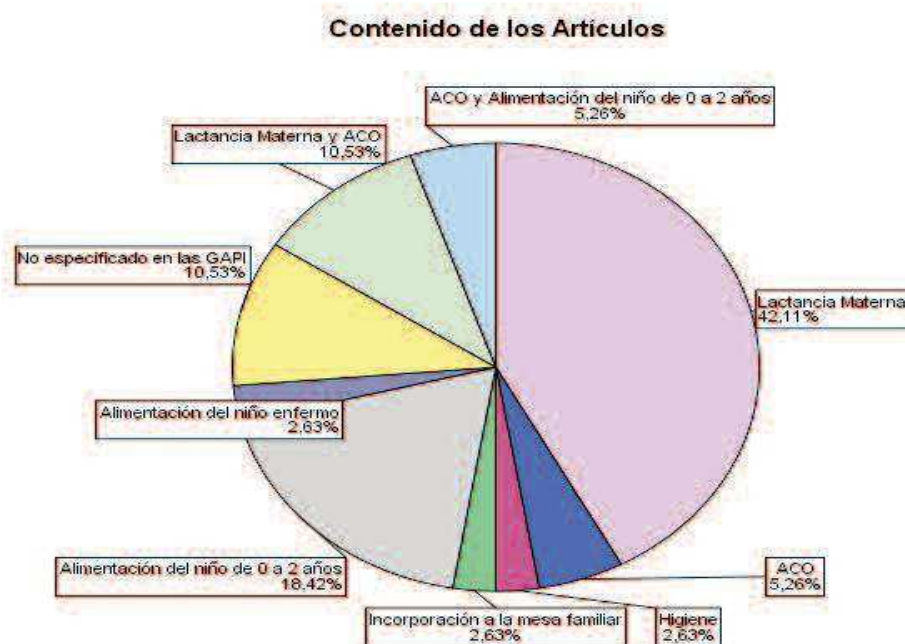


conocer las características del conjunto de datos bajo estudio en relación a las variables medidas.

Se procedió a la identificación de los mensajes referidos a la información alimentario-nutricional que consta en los artículos posibilitando así el análisis del contenido de dichos artículos seleccionados. Se calculó además, las medidas de adecuación de la información seleccionada a los consejos difundidos por el Ministerio de Salud de la Nación a fin de realizar la comparación entre ambos grupos de recomendaciones.

## RESULTADOS

La población de revistas que contienen información sobre la alimentación del niño de 0 a dos años constituye un total de 12 revistas. Las mismas pertenecen a las publicaciones de la marca comercial “Ser Padres Hoy” de frecuencia mensual y “Para Ti Mamá” de tiraje bimestral. Dentro de estas ediciones se clasificaron 38 artículos que incluyen los mensajes antes mencionados. Teniendo en cuenta que los mismos corresponden a ocho ediciones de la revista “Ser Padres Hoy” y cuatro de “Para Ti Mamá”, podemos ver que la revista “Para Ti Mamá” tiene en la mitad de ejemplares, la misma cantidad de artículos referidos al la alimentación y nutrición en la edad etárea seleccionada.



*Figura 1: Distribución porcentual del total de Artículos según Contenido*  
*Abreviaturas: ACO (alimentación complementaria oportuna)*

En las 12 revistas analizadas se identificaron bajo la variable “contenido del artículo” que del total de 38 artículos seleccionados la mayor frecuencia pertenece a Lactancia Materna, representando el 42%. Dentro de este tópico se encuentra referencia

a la forma de amamantamiento (preparación de mamas y formas de realización de la lactancia materna; frecuencia, duración y beneficios de la misma, etc.).

El contenido del 18% de los artículos es sobre la alimentación del niño de 0 a 2 años, y se puede observar la importancia de la incorporación de verduras, de la ingesta de calcio, de incluir todo tipo de alimentos (Pirámide Nutricional) y también educación del niño en relación a los alimentos (premios y castigos). Luego le sigue en orden de mayor a menor porcentaje, la Lactancia Materna y alimentación complementaria oportuna (ACO) (11%), ACO (5%), y ACO y alimentación general del niño de 0 a 2 años con el mismo porcentaje. Se observa de esta forma, que el 21% de los artículos analizados posee algún material de ACO, sea en forma exclusiva o combinado con algún otro tema inherente a la alimentación del niño de la edad establecida anteriormente para este análisis.

En referencia al primer porcentaje (Lactancia Materna y ACO), se citan temas como la importancia de la lactancia materna en sentido profiláctico y la variedad de alimentos en la prevención de problemas alimentarios.

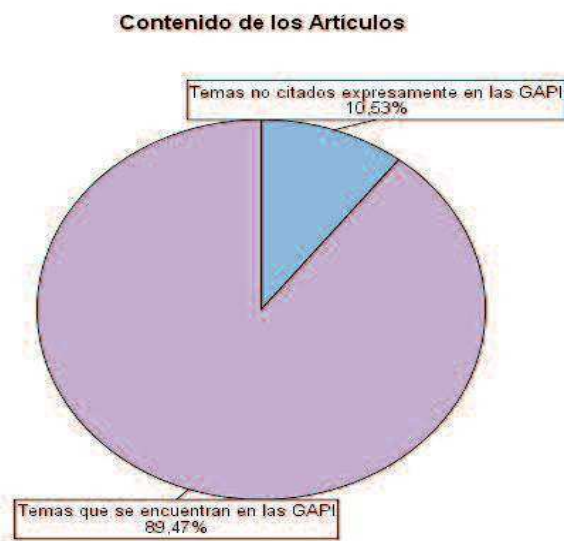
En cuanto a la alimentación complementaria oportuna (5%), se consideran la forma de preparación e incorporación de nuevos sabores en esta etapa. Se hace referencia a la introducción de sólidos a partir del sexto mes, en forma paulatina, comenzando con cantidades pequeñas y observando que no exista intolerancia o alergia alimentaria. También se detalla la importancia a nivel psicosensorial, ya que los nuevos olores, gustos, colores y texturas lo desarrollan. En el 5% restante de los artículos, se hace referencia a sugerencia a los menús y la importancia de la ingesta de agua. Con el menor porcentaje encontramos la higiene, la incorporación a la mesa familiar y la alimentación del niño enfermo.

En cuanto a la higiene y esterilización se refiere a la importancia estas acciones, a la forma y la frecuencia de realizarlas, haciendo énfasis en los chupetes y mamaderas. También hace referencia a la preparación de alimentos según consejos de la OMS: formas de higiene, cocido, consumo, guardado y recalentado de alimentos; aseo personal, de la cocina y su relación con insectos y animales.

En relación a la incorporación a la mesa familiar, se refiere a mantener un horario en las comidas, sentarlo junto al resto de la familia, no enojarse si ensucia o no agarra bien los utensilios, evitar usar la comida para tranquilizarlo, premiarlo o castigarlo y respetar sus periodos de inapetencia.

En cuanto a la alimentación del niño enfermo, la publicación se refiere al alivio de la tos, haciendo énfasis en abundante líquido y pocos alimentos irritantes (ácidos como naranjas o vinagre) o de alta disgregación (tostadas o galletitas).

El resto fueron contenidos no pautados (figura 2) y los temas se distribuyeron en la alimentación en verano; hábitos saludables: menos televisión, realizar actividad física; publicidades y leyenda de los envases. La adecuación de los artículos a las guías alimentarias para población infantil se observa en la figura 3.



*Figura 2: Distribución porcentual de Artículos según Contenido de temas citados y no citados en las GAPI.*



*Figura 3: Distribución porcentual del total según adecuación a las GAPI.*

Con respecto a la adecuación de los artículos a las guías alimentarias para la población infantil se observa que la mayoría resulta adecuado o parcialmente adecuado, siendo muy bajo el contenido no adecuado o no pautado.

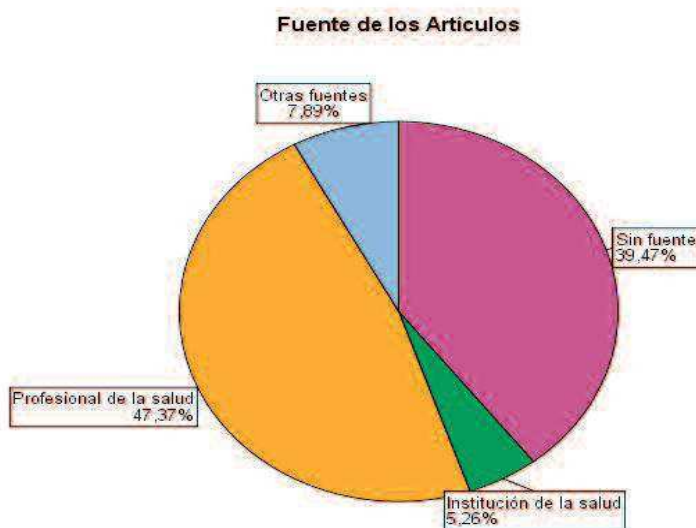
Dentro del análisis de parcialmente adecuado se identificó la referencia a temas como: el destete a partir del sexto mes; preparación de platos sencillos para lograr la incorporación de verduras a la alimentación infantil; la realización de platos calóricos en referencia a la época invernal; dieta de verano; la lactancia en temporada estival;

la elección de comidas rápidas y otros alimentos como gaseosas y golosinas; la pirámide de la alimentación; la atención a las etiquetas de los productos y a la publicidad en forma crítica y la falta de apetito en los niños.

Como no adecuado se encontró un artículo que hace referencia a las características anatómicas del niño en sus primeros años de vida.

Entre los no pautados encontramos artículos referentes a que si no se otorga al bebé una alimentación complementaria oportuna variada antes del décimo mes cursan con problemas alimentarios a los siete años; también se halló que el no brindar el chupete a los recién nacidos aumentaría el período de lactancia materna.

En la figura 4 se observa la fuente de los artículos y en la 5 la distribución que tienen cuando es profesional de la salud.



*Figura 4: Distribución porcentual según fuente de los artículos.*

En relación a la fuente, se observa que un alto porcentaje de los artículos no contienen fuente, casi la mitad de los artículos tiene como fuente a un profesional de la salud, un bajo porcentaje refiere una institución de la salud u otro tipo de fuente. Dentro de las instituciones de Salud figura la Organización Mundial de la Salud, entre otras. Refiriéndonos a otras fuentes encontramos por ejemplo instituciones como Universidades de distintas partes del mundo.

En el marco de los Profesionales de la Salud se realizó la discriminación entre Médicos y Nutricionistas (Figura 5).



Referencia de los Artículos cuya Fuente es un Profesional de la Salud

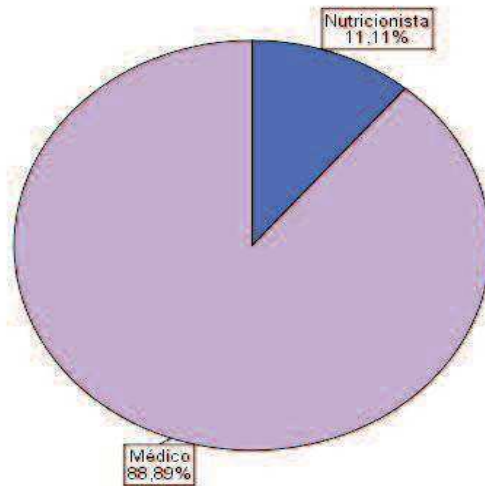


Figura 5: Distribución porcentual de artículos cuya fuente es un profesional de la salud.

Adecuación de los Artículos según Fuente

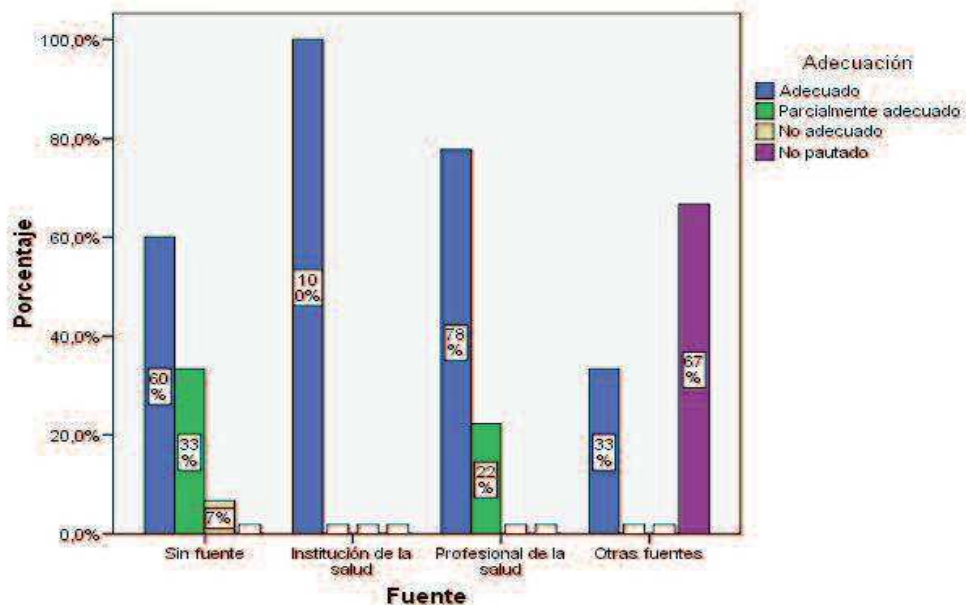


Figura 6: Adecuación de los artículos según fuente con respecto a las GAPI.

De los artículos que no contienen fuente la mayoría son adecuados a las guías alimentarias para la población infantil, más de un tercio son parcialmente adecuados y un bajo resultó no adecuados. Todos los artículos cuya fuente es una institución de la salud son adecuados. De los artículos cuya fuente es un profesional de la salud la ma-

yoría resultaron adecuados y un porcentaje mejor parcialmente adecuados, y respecto a los artículos con otras fuentes la mayoría resultó no pautado.

## DISCUSIÓN

En cuanto al proceso de comunicación, si bien la teoría de la comunicación primeiramente formulada se centraba exclusivamente en la transmisión de señales y mensajes con el objeto final de lograr que el receptor tenga determinados hábitos o actitudes, o sea, la modificación de un comportamiento o el logro del mismo, fue el autor Paulo Freire quien consideraba dos formas de entender el término comunicación. El antes mencionado con base en el verbo COMUNICAR y otra forma de comprensión del término, mediante la enunciación de que ésta acción conlleva en sí misma al diálogo e intercambio de mensajes. Es la relación de compartir con el o los otros, de hallarse en correspondencia, en reciprocidad. Esta tiene, en cambio, el verbo: COMUNICARSE como base de la misma. (Kaplún M, 1998)

Luego del modelo básico antes mencionado se formula un modelo teórico. En este modelo los mensajes se intercambian como producto del trabajo conjunto de las partes. El mismo consta de los componentes: Interlocutor – Medio - Interlocutor (I.M.I). Básicamente la diferencia entre el modelo E.M.R e I.M.I radica en el inicio del proceso. Al primer modelo le importa empezar por lo que necesita y quiere obtener el Emisor, en cambio el segundo modelo se inicia con la prealimentación que le permite conocer al interlocutor conociendo así sus expectativas y escuchando sus impresiones. En este inclusive se le cambia el nombre al receptor por interlocutor, que no solo recibe la información sino es parte de la misma siendo satisfechas sus necesidades y analizadas sus experiencias. El segundo resulta ser el más adecuado en los procesos de comunicación, ya que el modelo E.M.R es un modelo puramente comercial, que es utilizado como marketing social, en cambio este modelo de Comunicación es más eficiente porque posiciona a los dos interlocutores en el mismo plano y aumenta la capacidad de realizar estos procesos de producción personal, procesamiento de la información obtenida, conservación y reproducción de mensajes destinados a compartir el saber. (Calvelo Ríos JM, 2002).

Los artículos seleccionados serán en su mayoría del modelo E.M.R. ya que no se da lugar a la prealimentación, es básicamente la transferencia de información sin una búsqueda de apropiación de los contenidos expuestos. En reiteradas ocasiones los contenidos no son completamente comprendidos por los receptores que no tienen roles de interlocutores ya que no participan del proceso comunicativo brindando sus opiniones abiertamente.

Como nutricionista concuerdo con la definición antes citada por Paulo Freire, en concordancia a que la Mario Kaplún en su libro “Una pedagogía de la comunicación” ya que considero que la base de la comunicación es el diálogo y no la mera transmisión de mensajes. En esta definición se produce un intercambio de creencias ideológicas, acciones concretas, etc. donde estas a su vez pueden ser modificadas por acción de los interlocutores en su proceso comunicativo; proceso que, según considero, favorece al aprendizaje de los participantes en dicho proceso. El citado autor

dejo plasmada expresiones como “se aprende al comunicar”, “conocer es comunicar” o “del educando oyente al educando hablante”, y afirmaba: “educarse es involucrarse y participar en un proceso de múltiples interacciones comunicativas” (Kaplún M, 1992).

De estas afirmaciones surge que así como la educación afecta el contexto social que la rodea, la comunicación es también parte en el proceso de cambio social. Consecuentemente se puede ver el rol tan importante de los medios públicos, aquellos que informan y proponen contenidos que refuerzan los valores humanos y los derechos colectivos, y aquellos medios, los comunitarios, que a partir del derecho a la comunicación construyen comunidades de dialogo y participación. La búsqueda inicial que hacemos entre los destinatarios de nuestros medios de comunicación para que nuestros mensajes los representen y reflejen es denominada prealimentación (feed-forward). Debido a lo antes enunciado, no es posible poner al destinatario sólo al final del esquema, sino también al inicio de los mensajes como fuente de inspiración.

El hecho de ser parte de una sociedad, se produce por el denominado proceso de “Socialización” donde el individuo aprende normas y formas pertenecientes a la realidad en la que se desenvuelve, logrando de esta forma las capacidades necesarias para la interacción con su ambiente. La cultura tiene un papel preponderante, ya que la misma incluye normas de comportamiento y sistemas de creencias que influyen al individuo con las reglas que esta establece. La sociedad, junto a sus creencias y mitos, repercute en la salud, en la forma de alimentación de la población, por lo tanto en el rol nutricional. Esto se debe por ejemplo a las creencias transmitidas sin asidero científico, algunas comunidades aborígenes en Argentina (wichi) suprimen un alimento tan protéico como el queso, por considerarse nocivo a un infante, siendo que el mismo resultaría nutritivo para el niño. De esta forma, un niño mal alimentado constituye un grado elevado de predisposición a diferentes patologías, afectando así al sistema de salud y especialmente al nutricionista que deberá desmitificar tal concepto. La Interculturalidad se refiere a la interacción entre culturas de una forma respetuosa, donde se favorece la integración y convivencia de las partes. En la misma se distingue un respeto a la diversidad y el enriquecimiento mutuo. Este accionar puede darse entre dos personas de diferentes nacionalidades así como entre dos personas de distintas clases sociales, etc. Por supuesto que se consideran algunos obstáculos comunicativos como la lengua, jerarquizaciones sociales marcadas, sistemas económicos exclusionistas, entre otros. En la Multiculturalidad, o sea, la coexistencia y cohesión social de diferentes culturas en un mismo país, por ejemplo.

En el ámbito de la educación alimentaria también es sumamente importante ya que la cultura se halla en la parte inconsciente del individuo, por eso resulta tan difícil de cambiar un hábito culturalmente aceptado. El hecho de estar insertos en una sociedad con estas características, conlleva a que la cultura se vea afectada, con ella la socialización y finalmente la sociedad en general. El proceso de comunicación educativa en salud, como su nombre lo indica contiene áreas en su proceso entre las cuales se encuentran: la comunicación, educación y salud, siendo esta última el área que incumbe al rol del nutricionista. Una de las funciones de este se lleva a cabo en el ámbito de

la educación. Es necesario destacar la importancia de la educación en el proceso de comunicación, ya que es dentro del concepto de las mediaciones que la escuela o ente que realiza educación sobre otro sujeto es capaz de promover y acompañar el aprendizaje, promoviendo en los educandos la tarea de realizar distintas actividades mentales que los lleven a construir y apropiarse de sí mismos y la realidad circundante.

Luego de ser internalizado este aprendizaje, es consecuente el cuidado personal que va acompañado de la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud. La OMS en 1984 elaboró un documento en el que constaba la participación de los profesionales de la salud en la promoción de la misma (OMS, 1984). De este lineamiento clave se desprende el rol del nutricionista en la participación de consejería en Alimentación y Nutrición. Según Edith Henderson Grotberg el término de resiliencia es la capacidad del ser humano para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecidos o transformado por experiencias de la adversidad. Si bien esto incumbe a los modelos de prevención y promoción de la salud, está comprometida íntimamente con el segundo modelo, ya que quiere maximizar el potencial y el bienestar propio de los individuos y en su relación con los demás, no solo enfocándose en la prevención de desórdenes de salud propiamente dichos, sino también en la calidad de vida.

Vemos también que aparece el concepto de empoderamiento, utilizado en el contexto de la necesidad de que las personas se fortalezcan en su capacidad de controlar su propia vida. Este concepto se incentiva cuando se fomentan la autoconfianza, seguridad en sí mismo, el poder para tener autoridad para tomar decisiones, realizar cambios y resolver problemas, y la capacidad de organizarse con otras personas para alcanzar una meta común. De esta forma, el sujeto se convierte en un agente activo se fortaleciendo la acción comunitaria, generando espacios de participación comunitaria a individuos y agrupaciones, siendo esto resultado de la antes mencionada transferencia de poder. Para fortalecer la acción comunitaria, se tendrá como base el modelo comunicacional IMI, donde se encuentra la oportunidad de dialogar, de hallar reciprocidad, es decir de compartir con el otro. Brindando espacios de participación comunitaria a individuos y agrupaciones, se logrará que las personas puedan verse como parte de la solución de los problemas que consideren y se organicen con otros, según los intereses en común, logrando así el empoderamiento antes mencionado.



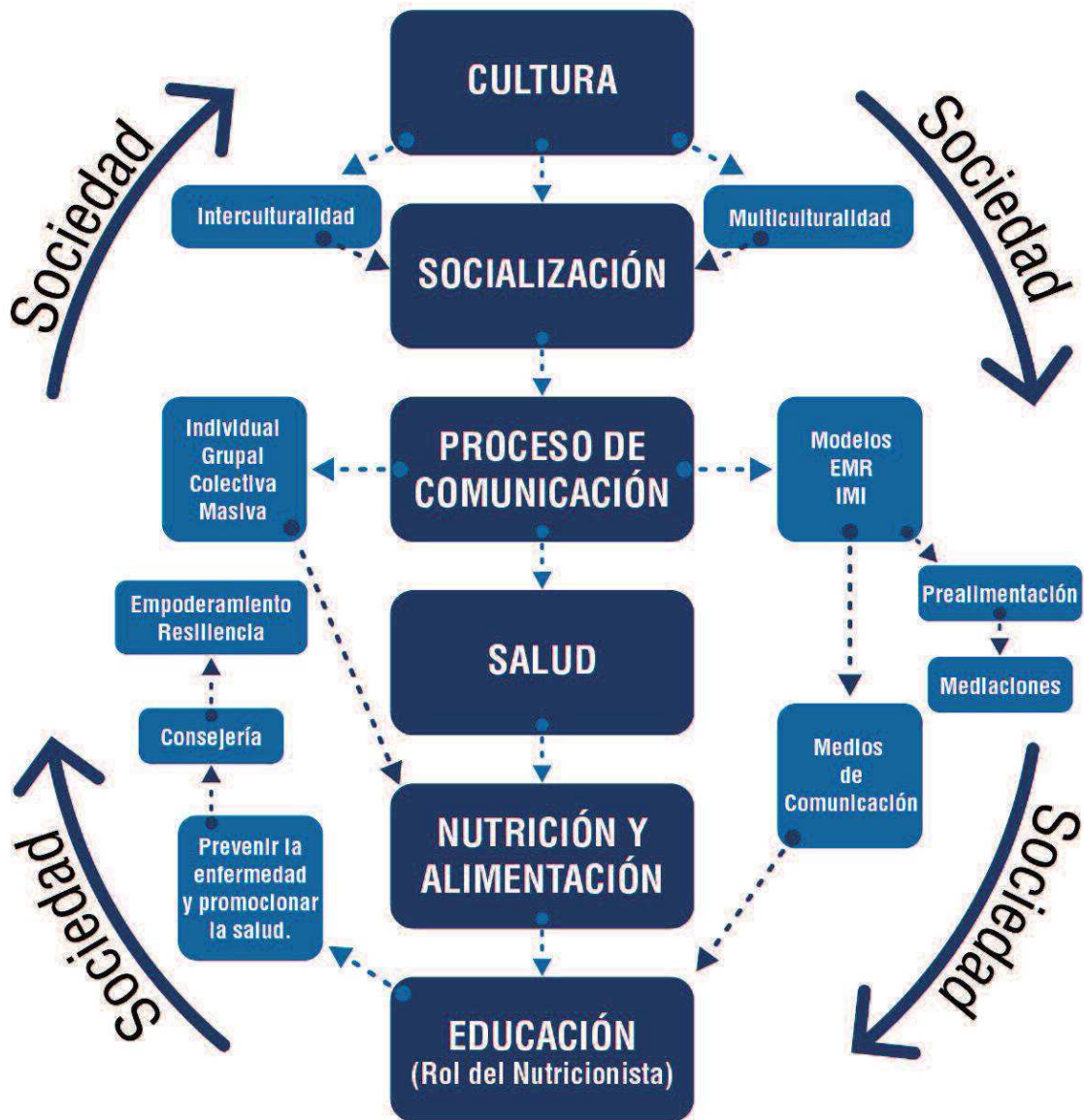


Figura 7: Diagrama del proceso de comunicación

En cuanto a la adecuación a las recomendaciones para niños de 0 a 2 años impartidas por los nutricionistas de la República Argentina a través de las GAPI, se observó que la mayoría de los artículos analizados resulta adecuado. La mayor frecuencia respecto al contenido pertenece a Lactancia Materna y en segundo lugar con la alimentación en general del niño de cero a dos años, temas como: la importancia de la incorporación de verduras, de la ingesta de calcio, de incluir todo tipo de alimentos (Pirámide Nutricional) y también educación del niño en relación a los alimentos (premios y castigos). Luego le sigue en orden de mayor a menor porcentaje, la Lactancia Materna, ACO y alimentación general del niño de 0 a 2 años. Con el menor porcentaje encontramos la higiene, la incorporación a la mesa familiar y la alimentación del niño enfermo. Se observa que una alta relación entre las temáticas abordadas en los artículos con las abordadas en las Guías Alimentarias para la Población Infantil.

Al observar que en solo dos artículos analizados fueron consultados Nutricionistas, se destaca que este es un ámbito donde el Licenciado en Nutrición no es reconocido y aún no ha logrado aún ingresar para interactuar en equipos interdisciplinarios con pediatras, obstetras y otras especialidades junto con las cuales se podría optimizar la información brindada. Éste aspecto de comunicación de la salud y educación alimentario-nutricional es un área fundamental a trabajar por los nutricionistas en pos de la promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Se observa también que al no estipular el origen de la información, se podría caer en errores mitológicos, experimentales u otras aseveraciones sin base científica. Dentro de las fuentes no fue encontrado ningún artículo que haga referencia a las Guías Alimentarias para la Población Infantil como su recurso en la publicación. En referencia al proceso de comunicación y educación, en los analizados artículos se explicitan conceptos no accesibles al conocimiento de la población en general, siendo relevante en dichos casos la definición del mismo a fin de obtener una mayor comprensión de parte del lector.

La Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas elaboró las Guías Alimentarias que proveen información para que las personas seleccionen los alimentos necesarios para desarrollarse y funcionar en condiciones óptimas de salud y bienestar. De esta publicación surge la elipse u ovalo nutricional y luego el plato saludable, que es una forma gráfica de presentar los diversos grupos de alimentos y su frecuencia. Dado que este gráfico fue diseñado para la población Argentina, sería conveniente que los artículos usen el mismo en lugar de la pirámide nutricional. Sería de suma importancia que se traten recomendaciones alimentarias para afecciones de patología y no de síntomas aislados. Algunas enfermedades como diabetes, cáncer, celiaquía, alergias e intolerancias alimentarias, hiperlipidemias y otras tienen una estrecha relación con la dieta habitual, pudiendo ser impartidos numerosos consejos para el beneficio en el curso de las mismas.

## **CONCLUSIÓN**

La mayoría de los artículos analizados resultaron adecuados a las recomendaciones para niños de 0 a 2 años. En relación a la fuente, un alto porcentaje de los artículos no contienen, y en los artículos cuya fuente es un profesional de la salud,

solo en un bajo porcentaje cita a un nutricionista o Licenciado en Nutrición, siendo un médico la gran mayoría restante. Ninguno de los artículos encontrados hizo referencia a las Guías Alimentarias para la Población Infantil como su recurso en la publicación. Los medios de comunicación tienen un rol fundamental como promotores de la Educación Alimentario Nutricional. Para la realización de la citada acción, es de suma importancia el asesoramiento de profesionales capacitados en comunicación en salud, que los ayuden a incorporar en sus agendas mediáticas la mejor información al respecto.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre P. Ricos flacos y Gordos pobres. La alimentación en crisis. Buenos Aires. Capital Intelectual. 1° Edición 2004.
- Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, 1946 (Official Records of the World Health Organization, N° 2, p. 100).
- Sociologicus. Aspectos sociológicos de la Institución Familiar: la función de la familia. 2001. <http://www.sociologicus.com/portemas/familia/familiayeducacion.html>
- “El desarrollo de la autonomía personal en Educación Infantil” Revista Digital “de rincón en rincón” Sección “A pie de aula” Ricardo Jambrina Hernández. Psicología <http://www.profes.net/> agosto 2002. DL: M-1-1-3-254 ISSN: 1576-8651.
- Psicología para Padres y Profesionales. La socialización como elemento fundamental en la vida. Colaboración: Master Natalia Calderón Astorga. 2004. <http://www.psicopedagogia.com/socializacion>
- Society’s Storyteller: How TV Creates the Myths by which we Live by George Gerbner. Global Communication: For the Powerful or the People? Winter 1993. [http://www.medialit.org/reading\\_room/article439.html](http://www.medialit.org/reading_room/article439.html)
- Educación Alimentaria y Nutricional. FAO - Ministerio de Educación Argentina. Año 1 Libro para el docente 2. <http://www.fao.org/ag/humannutrition/18911-0e9d667b8f44311838da9796b52996b86.pdf>
- Guías alimentarias para la población argentina. Manual de Multiplicadores. Asociación de Dietistas y Nutricionistas Dietistas. Longo, Elsa; Lema, Silvia; Lopresti, Alicia.
- Ander Egg, Ezequiel. Las técnicas de comunicación al servicio del trabajo social. Instituto de Ciencias Sociales aplicadas a la Comunicación. 1992.
- Cuidado Nutricional Pediátrico. María Elena Torresani. Eudeba Editorial Universitaria de Buenos Aires. 2001. Prologo.
- Guías Alimentarias para la población infantil. Ministerio de Salud Argentina. Presidencia de la Nación. Lic. Elsa Longo. Año 2009. <http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000000308cent-A05.%20Guas%20Alimentarias%20-%20Familia.pdf>
- Una Pedagogía de la comunicación. Ediciones de La Torre. Madrid 1998. Mario Kaplún. Pág. 60.
- Los Modelos de Información y de Comunicación. El Modelo de Interlocución: un Nuevo Paradigma de Comunicación J. Manuel Calvelo Ríos. Director de la Especialización en comunicación para el desarrollo de la Universidad Nacional de Tucumán. <https://carmonje.wikispaces.com/file/view/U5.1-03+Los+modelos+de+informaci%C3%B3n+y+comunicaci%C3%B3n.pdf>
- “A la educación por la comunicación: la práctica de la comunicación educativa”. UNESCO, OREALC, Santiago de Chile, 1992. Mario Kaplún.
- La salud y enfermedad: aspectos biológicos y sociales. Editorial Aique. Ana Lía Kornblit Y Ana María Mendes Diz. Pág. 41.
- Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. Editorial Paldos Tramas Sociales. Aldo Melillo. Elbio Néstor Suárez Ojeda. Pág. 26