

NUTRINET-MX: Evaluación de la dieta en la población

Dra. Otilia Perichart Perera



El proyecto Nutrinet-MX pretende explorar las asociaciones entre diferentes factores del estilo de vida (dieta, conductas alimentarias, actividad física, espiritualidad) y el riesgo de obesidad y otras enfermedades en la población Mexicana. El proyecto incluirá varios estudios epidemiológicos, cuyo objetivo compartido es el evaluar factores de riesgo (clínicos, sociodemográficos, nutricios y del estilo de vida) con diferentes cuestionarios (antropométrico, estado de salud, conducta alimentaria, alimentación, actividad física-IPAQ, espiritualidad) que se aplican a través de una plataforma digital, permitiendo llegar a una muestra de personas muy grande y resolver diferentes preguntas de investigación. El proyecto es una colaboración con Francia, y la plataforma se construyó de acuerdo al proyecto de Nutrinet-Santé (Francia).

En cuanto al cuestionario de alimentación, este se realiza de manera digital, utilizando la metodología del Recordatorio de 24 horas de pasos múltiples (R24), adaptada a la aplicación virtual del instrumento. Cada usuario deberá llenar tres R24, cuya fecha de llenado será asignada aleatoriamente, asegurando el reporte individual de dos días entre semana y un día de fin de semana.

El listado de alimentos y bebidas introducidos en la plataforma incluyó una primera lista de alimentos consumidos por la población Mexicana de acuerdo a los reportes de la ENSANUT 2012 (INSP). La lista se complementó con la lista de

alimentos publicada en las Tablas de Composición de Alimentos del INCMNSZ (2016), así como con algunos alimentos industrializados y nuevos platillos.

La metodología de recolección de la información comprende los siguientes pasos generales:

1. Selección del tiempo de comida (comidas principales y colaciones o refrigerios).
2. Ingreso de un listado rápido de alimentos sin detallar tamaño de porción, lugar de consumo y otros.
3. Detallado de porciones, lugar de obtención y de consumo de los alimentos, así como adición de sal.
4. Detallado de posibles acompañamientos en cada comida.
5. Lista de alimentos olvidados para registrar posibles omisiones.
6. Reporte de resultados.

Para el detalle de la cantidad de alimentos y bebidas consumidas, se realizó una búsqueda de fotografías existentes que hubieran sido diseñadas para el reporte de consumo por individuos, y se tuviera estandarizado el peso de las porciones en cada fotografía. Se utilizó el álbum de fotografías de alimentos Mexicanos de la Universidad de Guadalajara (UDG), el cual fue validado (Vizmanos, Bernal). También se utilizaron algunas fotografías utilizadas en el sitio original de Nutrinet-Salud Francia, así como algunas fotografías proporcionadas por el Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes (Pérez-Lizaur). Algunos alimentos no cuentan con fotografía, y el usuario puede reportar la cantidad consumida en medidas caseras y comunes (tazas, Cdas, cditas, piezas, etc).

El análisis nutrimental utilizará dos bases de datos, la del INCMNSZ, cuya información nutrimental proviene en su mayoría de datos bromatológicos de los

alimentos, y la del INSP, en donde la principal fuente de información fue del *United States Department of Agriculture* (USDA). Algunos platillos fueron recalculados utilizando el programa *Food Processor*, que permite la introducción de recetas y su análisis nutrimental. Dicho programa incluye bases de datos de diferentes países, incluyendo la del USDA.

Finalmente, la plataforma permite el análisis inmediato del contenido de energía y nutrimentos consumidos en promedio durante los tres días reportados. Estos resultados pueden utilizarse dentro de los diferentes proyectos de investigación que sean incluidos en el proyecto Nutrinet-MX.

El trabajo realizado para lograr el funcionamiento del cuestionario de alimentación ha involucrado la participación de diversas instituciones y grupos de trabajo, entre los cuales están:

- Instituto Nacional de Medicina y Nutrición Salvador Zubirán
- Instituto Nacional de Salud Pública
- Instituto Nacional de Perinatología
- Universidad de Guadalajara
- Universidad Iberoamericana, Cd de México
- Instituto Nacional de Cardiología
- Universidad Autónoma de Guadalajara



-Instituto Mexicano del Seguro Social

-Universidad de Montemorelos

REFERENCIAS

Tablas de Composición de Alimentos y Productos Alimenticios Mexicanos (Versión Condensada). Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Ciudad de México, México. 2016. ISBN:978-607-7797-19-7

Vizmanos-Lamotte B, López-Uriarte P. et. al. Álbum fotográfico de alimentos Mexicanos: Manual para la estimación visual de cantidades. Ediciones de la noche. 2015. Pp. 1-207 (ISBN 978-607-96709-1-7).

Bernal-Orozco M.F, Vizmanos-Lamotte B, et. al. Validation of a Mexican food photograph album as a tool to visually estimate food amounts in adolescents. British Journal of Nutrition. 2013 Mar 14;109(5):944-52. doi: 10.1017/S0007114512002127

Pérez-Lizaur A.B., Palacios-González B, et. al. Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes. FNS: Fomento de Nutrición y Salud. 4ª. Edición. México, 2014.

U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, USDA Nutrient Data Laboratory. 2011. USDA National Nutrient Database for Standard Reference, Release 24