

INTRODUCCIÓN

La Conferencia Internacional sobre Nutrición convocada por la FAO/OMS, celebrada en Roma en 1992, adoptó la inclusión de metas para la eliminación del hambre, la desnutrición crónica, las muertes relacionadas con el hambre, la deficiencia de micronutrientes y las enfermedades transmisibles y no transmisibles relacionadas con los alimentos. Esto último se destacó para promover una dieta adecuada y un estilo de vida saludable. En la Conferencia se puso de manifiesto que las Guías Alimentarias constituyen un instrumento eficaz para mejorar las prácticas dietéticas y para contribuir a solucionar los problemas de Salud Pública relacionados con la dieta.

Una Guía Alimentaria es un instrumento educativo que adapta los conocimientos científicos sobre requerimientos nutricionales y composición de alimentos en una herramienta práctica que facilita a diferentes personas la selección de una alimentación saludable.

En 1995 se establecieron por un grupo de Expertos del Instituto de Nutrición de Centro-América y Panamá (INCAP) los Lineamientos Generales para la Elaboración de las Guías Alimentarias y en un taller celebrado en Caracas en noviembre de 1995 se instó a todos los países de la región a que elaboraran sus Guías Alimentarias.

En 1996, motivado por los resultados relevantes en el campo de la salud logrados con la aplicación de las Guías Alimentarias, se celebró en Chipre la Primera Reunión de Expertos de la FAO/OMS para confeccionar el Informe titulado: “Elaboración y uso de las guías alimentarias”.

En el Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos se dieron, desde 1990, los primeros pasos para el desarrollo de las guías alimentarias en Cuba. Se establecieron las recomendaciones nutricionales para la población cubana y se elaboraron las primeras guías alimentarias sobre la base del cuadro de salud y su relación con la dieta. Sin embargo, estas guías no tuvieron en cuenta otros factores de importancia, los mensajes no fueron validados con la población y solamente participó en ella el sector de Salud Pública.

En 1998 se comenzó a elaborar la estrategia para desarrollar las guías alimentarias, en un marco multisectorial y multidisciplinario, con todos los lineamientos y bases establecidas por la FAO/OMS; en esta ocasión se celebró el Primer Taller Nacional con la participación de 100 especialistas de diferentes sectores e instituciones del país con responsabilidad en la alimentación de la población. En noviembre del 2001 se celebró el 2^{do} Taller, que tuvo como objetivo presentar las guías y las bases técnicas empleadas en su desarrollo y se trazó también la estrategia para su implementación y evaluación. En el marco de un 3^{er} Taller realizado en octubre del 2002 se concretaron las acciones a realizar por cada institución u organismo para iniciar la implementación. En 2009 se actualizan algunos temas como consecuencia del resultado de las investigaciones. En este sentido se incorporan aspectos de las nuevas recomendaciones nutricionales para la población cubana, así como de la actividad física como complemento esencial del propósito de lograr un peso saludable.

Estas guías se elaboraron sobre la base del cuadro de salud en relación con la dieta; la disponibilidad y accesibilidad a los alimentos; los resultados de la Primera Encuesta Nacional de Consumo, Gustos y Preferencias Alimentarias; los resultados de algunas encuestas realizadas sobre conocimientos en alimentación y nutrición; así como se tuvieron en consideración otros aspectos antropológicos y socio-culturales de la alimentación.

Las guías se expresan en forma de gráficos y mensajes sencillos que se validaron en amplios sectores de la población con representatividad de los diferentes niveles de enseñanza.

La implementación de las guías alimentarias estará dirigida fundamentalmente a la Atención Primaria de Salud (APS), la Agricultura, la Alimentación Social, Industria Alimentaria, Comercio y Gastronomía, la Capacitación a nivel institucional (Sistema Nacional de Educación, ya sea mediante programas curriculares o extracurriculares, Biblioteca Virtual, Programa Audiovisual de creación reciente, y otros), y a la población (medios de difusión y comunicación y acciones demostrativas comunitarias).

Se diseñaron para esta labor diferentes materiales educativos, que son los básicos para iniciar la implementación y divulgación de las guías:

- Folleto con las guías alimentarias
- Sistema de cálculos en EXCEL para la evaluación o planificación de dietas sanas, suficientes y equilibradas (DIETARAP), con los principios de las guías alimentarias.
- Cartel
- Plegable

El desarrollo e implementación de las guías alimentarias se encuentra insertado dentro del Subprograma de Cultura Alimentaria perteneciente al Programa Nacional de Salud y Calidad de Vida del Ministerio de Salud Pública de Cuba (MINSAP) y además a los acuerdos del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros para la reducción de la Obesidad y el incremento de la cultura alimentaria en la población cubana.