

## **DOCUMENTO DE CONSENSO Y CONCLUSIONES METODOLOGÍA DE ENCUESTAS ALIMENTICIAS, ESTUDIOS SOBRE NUTRICIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA Y OTROS ESTILOS DE VIDA**

### ***CONSENSUS DOCUMENT AND CONCLUSIONS. METHODOLOGY OF DIETARY SURVEYS, STUDIES ON NUTRITION, PHYSICAL ACTIVITY AND OTHER LIFESTYLES***

Aranceta Bartrina J, Varela Moreiras G, Serra Majem L, Pérez Rodrigo C, Abellana R, Ara I, Arijia V, Aznar S, Ávila JM, Belmonte S, Blasco R, Caldeiro J, Carrillo L, Corella D, López ML, Garaulet M, García Luna PP, García Perea A, Gil A, Gómez Candela C, González Gross M, Granado de la Orden S, López Pardo M, Marcos A, Martínez de Victoria E, Morán L, Ordovás JM, Ortega RM, Palacios N, Polanco Allué I, Ramón JM, Ribas L, Riobó P, Castell GS, Serrano C, de Torres ML, Urrialde R, Zamora S

Con respecto al Consenso celebrado en Laguardia (España), del 17 al 19 de septiembre de 2014, quisiéramos poner énfasis en el alto nivel científico de las distintas contribuciones y la gran implicación personal de los profesionales participantes que han proporcionado una amplia actualización de la metodología y los diferentes factores que deben ser considerados al momento de establecer estudios nutricionales en nuestro país. En el presente, consideramos una síntesis de los aspectos más relevantes en el formato de un documento de Consenso Laguardia 2015:

**1.** En los estudios poblacionales sobre nutrición, actividad física y estilo de vida es esencial conocer cuáles son los objetivos de interés y los recursos disponibles para decidir que métodos válidos o métodos son los más adecuados en cada circunstancia.

**2.** Existen numerosas fuentes de información sobre consumo de alimentos en Europa y España. Sin embargo, es necesario continuar trabajando a nivel europeo en la estandarización de la recolección de datos con el fin de llevar a cabo estudios comparativos más precisos y el análisis de las tendencias evolutivas dado que el desarrollo y uso de nuevos productos alimenticios afecta a estos recursos a ser adaptados e incluir información sobre sus correspondientes características.

**3.** Los desechos de alimentos principalmente no son considerados en las fuentes de información disponibles y la recolección de datos en las instituciones ha sido rechazada ampliamente.

**4.** Todos los métodos de evaluación de consumo de alimentos tienen sus ventajas y desventajas que

deben ser consideradas al momento de decidir cuál es la más adecuada según objetivos, población y recursos. Se recomienda la combinación de más de un método para los estudios de vigilancia alimentaria.

**5.** Las nuevas tecnologías deben contribuir a mejorar la calidad de los procedimientos disponibles, su validez y precisión.

**6.** Los bebés, poblaciones de niños en edad escolar, los ancianos, grupos con necesidades especiales, deportistas y aquellos con bajos recursos socioeconómicos, entre otros, requieren de enfoques metodológicos específicos según sus características.

**7.** Son puntos claves del proceso el diseño cuidado del protocolo, la selección y entrenamiento de aquellos responsables de la investigación, estudio piloto y uso de las tablas de composición de alimentos acordadas utilizando datos documentados actualizados y representativos de los alimentos consumidos en el centro de investigación.

**8.** Los estudios nutricionales deberán incluir información medida sobre gasto de energía por medio de actividad física, y por lo tanto, evaluar principalmente el equilibrio de energía en el grupo de estudio.

**9.** La evaluación de la actividad física y la cuantificación del estilo de vida sedentario deberán realizarse utilizando la combinación de instrumentos y cuestionarios de auto-evaluación que son considerados más adecuados según los objetivos, la población y los recursos. Debe tenerse en cuenta que la cuantificación del gasto de energía a través de cuestionarios puede ocasionar cierta imprecisión y sobre-estimación de los resultados.

**10.** Se deberán evaluar las diferentes categorizaciones de actividad física según aspectos como género, edad, estatus socioeconómico y nivel educativo, entre otros. Asimismo se deberá evaluar el patrón de comportamiento incluyendo factores tales como el tipo, duración, frecuencia e intensidad de la actividad física realizada.

**11.** En todos los estudios que incluyen la evaluación del consumo de alimentos existen personas que presentan un informe demasiado parcial o exagerado de su ingesta de alimentos. Este problema es aún más importante en ciertos grupos poblacionales y debería considerarse al diseñar el proyecto y procesamiento de datos para mitigar su impacto en los resultados.

**12.** La evaluación del consumo de alimentos y bebidas deberá considerar aspectos sociales relacionados a la ingesta, que incluyen "cuándo", "dónde", "qué", "cómo" y "con quién".

**13.** Sería deseable contar con balanzas validadas de evaluación de inseguridad alimentaria que permitan la detección de las dificultades que familias e individuos puedan experimentar para acceder a una dieta variada, suficiente y adecuada. Esta sección es especialmente importante en los entornos en desventaja y en períodos de crisis.

**14.** La evaluación y cuantificación de la actividad física se relaciona a más aspectos físicos que hacen la evaluación más específica que en el caso de las encuestas de consumo de alimentos.

**15.** Para la evaluación del estado nutricional de individuos o poblaciones se requieren herramientas específicas para su uso en centros institucionales, de salud y clínicos o a nivel poblacional.

**16.** Los instrumentos de evaluación pueden ser útiles para identificar individuos o grupos con riesgo nutricional o desnutrición en centros de atención primaria u otros centros de salud. Es también interesante el desarrollo de herramientas de auto-evaluación.

**17.** La evaluación de la calidad de la dieta, el estatus nutricional y los diferentes biomarcadores relacionados requieren la selección de valores de referencia y criterios de evaluación estándar.

**18.** La medición de datos antropométricos permite calcular la composición corporal de un individuo pero la complejidad de estos indicadores hace esencial considerar el índice de masa corporal, circunferencia de la cintura y porcentaje de valores de grasa corporal como un todo y no como un componente individual permitiendo realizar los ajustes necesarios según la edad y el estado fisiológico. Al utilizárselos en combinación, la exactitud del peso será mucho mayor.

**19.** Los estudios que incluyen datos antropométricos, ingesta de alimentos, nivel de actividad física y otras variables relacionadas facilitan que estos factores multidisciplinarios puedan ser abordados globalmente; y los expertos de diferentes áreas del conocimiento de las ciencias de la salud están involucrados en los procesos determinantes, cuantificación y evaluación de datos.

**20.** Es necesario promover periódicamente este tipo de reuniones científicas sobre temas monográficos en el campo de la nutrición, la actividad física y la salud. La selección de los participantes deberá permitir un enfoque riguroso y multidisciplinario teniendo en cuenta una atmósfera física y humana que favorezca la comunicación, el intercambio de contenidos y el debate. El desafío a futuro será evaluar el impacto de este Consenso en mejorar la calidad y comparabilidad de la información nutricional en España y los estilos de vida asociados a ella.

*Nutrición Hospitalaria 2015; 31 (Supl. 3): 9-12, doi:10.3305/nh.2015.31.sup3.8745*