

# ENCUESTA NUTRICIONAL PEDIÁTRICA

ADRIANA OSORNO, N.D.<sup>1</sup>

## RESUMEN

Luego de los años setenta, y a partir de la experiencia norteamericana, en varios países, se comienza a medir el estado alimenticio de la población y los cambios a través del tiempo. La encuesta nacional, con el fin de ofrecer información periódica y actualizada, permite desarrollar, monitorear y establecer políticas en relación a la salud y nutrición de la población infantil. Entre los métodos de encuesta nutricional más utilizados están el recordatorio de 24 horas, el registro diario de alimentos, peso directo de los alimentos y frecuencia semi-cuantitativa.

**Palabras claves:** Encuesta nutricional, Recordatorio de 24 horas, Registro diario de alimentos, Niños

## INTRODUCCIÓN

La primera encuesta sobre nutrición se remonta a los años sesenta, cuando en el Noventa Congreso Norteamericano, se agregó una enmienda a la Secretaría del Departamento de Salud, Educación y Bienestar Social, con el fin de llevar a cabo la encuesta sobre "Incidencia y localización de la desnutrición", que fue elaborada entre los años 1968-1970 en los hogares de familias urbanas y rurales de los estados de New York, Massachusetts, Michigan, California, Washington, Kentucky, Virginia, Louisiana, Texas y el Sur de Carolina de los Estados Unidos. Esta encuesta incluyó un examen físico, dental, bioquímico y antropométrico, además de información relacionada a la alimentación en el hogar a través de un recordatorio de 24 horas en niños desde los 36 meses de edad hasta los 16 años. Los resultados de la encuesta revelaron datos sobre el estado nutricional de la población, así como la necesidad de investigar el desarrollo de métodos y estándares útiles para valorar el estado nutricional de los niños, toda vez que la desnutrición se identificó en un gran número de menores. Es así, como a partir de estos hallazgos, se da énfasis a la nutrición y el estado de salud, debido a su estrecha relación y a través del *National Center for*

## SUMMARY

After the seventies, and from the American experience in several countries, begin to measure the nutritional status of the population and changes over time. The national survey, in order to provide regular and updated information, can develop, monitor and develop policies in relation to health and nutrition of children. Among the nutritional survey methods most used are the 24-hour recall, the journal of food, live weight of food and often semi-quantitative.

**Key words:** Nutrition survey, 24 hours recall, Daily food, Children

*Health Statistics* (NCHS) de la Secretaría del Departamento de Salud, Educación y Bienestar y el Sistema Nacional de Vigilancia de la Nutrición de los Estados Unidos, se comienza a medir el estado alimenticio de la población norteamericana y los cambios a través del tiempo. Una de las principales recomendaciones de este trabajo se hizo con relación al desarrollo de un sistema de vigilancia continuo, que incluyera observación clínica y evaluación profesional, así como el registro de patrones de consumo alimentario<sup>1</sup>.

## CARACTERÍSTICAS

Hoy en día, la encuesta nacional se lleva a cabo en varios países del mundo, con el fin de ofrecer información periódica y actualizada que permita desarrollar, monitorear y establecer políticas en relación a la salud y nutrición de la población infantil, teniendo en cuenta que la alimentación es un derecho fundamental que contribuye en la calidad de vida de todo ser humano. En Colombia, por ejemplo, durante los últimos años, se ha realizado la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN) durante los años 2005<sup>2</sup> y 2010<sup>3</sup>.

Uno de los principales objetivos de la encuesta nutricional pediátrica, incluye, recolectar información sobre la ingesta de alimentos y nutrientes; con el fin de determinar la prevalencia de anemia, deficiencia de hierro, zinc, vitamina A, vitamina B12, entre otros; uso

---

<sup>1</sup>Candidata a especialización en Nutrición Infantil. Hospital Infantil de México Federico Gómez. Ciudad de México, México

Recibido para publicación: enero 15, 2012  
Aceptado para publicación: julio 15, 2012

de suplementos, hábitos alimentarios, prácticas en la preparación de los alimentos, valoración del estado nutricional, cuestionario de salud, además de aspectos demográficos, socio-económicos, ambientales, de estilos de vida y de salud-enfermedad que estén asociados con el estado nutricional.

La encuesta alimentaria debe ser acuciosa, en especial si la impresión general orienta a un trastorno nutricional ya sea por deficiencia o por exceso. Sin embargo, dada la imposibilidad para conocer de manera exacta la composición de cada alimento, es preferible utilizar el término estimación, más que evaluación.

### MÉTODOS, VENTAJAS Y DESVENTAJAS

Es importante conocer los diferentes métodos de recolección de los datos, la validez, el uso, las ventajas y limitaciones, además del previo entrenamiento y la estandarización para la recolección de los datos<sup>4,5</sup>. Entre los métodos de encuesta nutricional más utilizados están

el recordatorio de 24 horas, el registro diario de alimentos, peso directo de los alimentos y frecuencia semi-cuantitativa (Tablas 1-4).

**Lactante y niño menor.** En el lactante, la menor variabilidad de la dieta facilita la obtención de datos que reflejen la ingesta habitual, pero la información proporcionada por la madre no siempre es precisa, ya que los datos obtenidos pueden corresponder a lo que ella cree que debe recibir el niño y no a lo que efectivamente está recibiendo, o bien, puede no ser la madre quien prepare la alimentación, o haber errores en el tipo de instrumentos de medición usados (cucharitas en vez de medidas o viceversa). Se deberá indagar sobre duración de la lactancia, edad de la alimentación complementaria (tipo, cantidad, preparación), cantidad de fórmula infantil recibida en el día (volumen y composición detallada con respecto a tipo y cantidad de ingredientes), total de fórmula infantil recibida en el día, suplementos vitamínicos y minerales e impresión de la madre acerca del apetito del niño<sup>6</sup>.

**Tabla 1**  
Características, ventajas y desventajas del recordatorio de 24 horas

CARACTERÍSTICAS	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Consiste en solicitar a la unidad muestral que recuerde lo que ha consumido el día anterior a la entrevista o al autoregistro. Las cantidades de alimentos registradas deben expresarse en medidas comunes o caseras.	La ingesta puede cuantificarse.	Depende de la memoria.
Este tipo de encuesta se usa para caracterizar la ingesta promedio de un grupo.	El trabajo del entrevistado es escaso, se precisa un único contacto. No modifica los patrones dietéticos del individuo. Alto rendimiento. Bajo costo.	El tamaño de las porciones es difícil de calcular con precisión. Se necesitan entrevistadores bien entrenados. No mide ingesta habitual.
	Poca carga para los investigados. Es fácil y rápida de hacer. Debido a su inmediatez se recuerda la mayoría de los alimentos	

**Tabla 2**  
Características, ventajas y desventajas del registro diario de alimentos

CARACTERISTICAS	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Se registran sistemáticamente los alimentos que consume la unidad muestral durante un número determinado de días. Las cantidades de alimentos pueden ser registradas en medidas caseras o en gramos.	Suministra información cuantitativa precisa del consumo de alimentos durante el período de registro.	Se necesita motivación del evaluado y que esté alfabetizado.
	No se basa en la memoria del entrevistado.	El encuestado puede variar la dieta para facilitar el registro.
	Pueden medirse las porciones con mayor exactitud.	La exactitud de los alimentos consumidos fuera del hogar puede ser menor.
	La omisión de alimentos es mínima.	Puede influenciar hábitos.
	Permite cuantificar.	Se necesita un segundo contacto.
	Múltiples días permiten conocer la ingesta habitual.	

**Preescolar y escolar.** En niños mayores es importante consignar el número de comidas, horario, cantidad y variabilidad de alimentos consumidos, incluyendo jugos, bebidas, golosinas y extras ingeridos entre comidas, persona que sirve los alimentos y compañía a la hora de comer, asistencia a la guardería y alimentación

que consume en ésta, alimentos que conforman la lonchera, características del apetito y factores que influyen en forma positiva o negativa.

**Adolescentes.** En adolescentes, es importante conocer aspectos sobre la conducta alimentaria,

**Tabla 3**  
Características, ventajas y desventajas del registro de pesos y medidas

CARACTERISTICAS	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Se basa en el registro directo del peso o volumen de los alimentos ingeridos a lo largo de diversos periodos (de uno a siete días). Es necesario pesar y medir todos los alimentos que el individuo se sirve y después pesar los sobrantes, para obtener por diferencia el total de alimentos.	Es uno de los métodos más precisos para evaluar el consumo de alimentos en los ámbitos individual y familiar, una vez que el entrevistado se ha acostumbrado al registro que realiza el observador.	Es poco práctico cuando se trata de individuos que realizan comidas fuera de casa. El encuestado puede variar su consumo habitual de alimentos para facilitar el registro o para "impresionar" al encuestador, o simplemente por la incomodidad de tener un intruso en casa.

**Tabla 4**  
Características, ventajas y desventajas del registro semicuantitativo de alimentos

CARACTERÍSTICAS	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Indaga mediante una entrevista estructurada el número de veces que ciertos alimentos son consumidos por un individuo durante un período determinado.	Permite medir la ingesta habitual.	Es necesario recordar patrones de alimentación pasados.
	No modifica patrones de alimentación.	El período de recuerdo puede ser impreciso.
	Permite categorizar los individuos según su ingesta dietética.	Puede ser imprecisa por error en los cálculos.
	Permite estudiar la relación entre dieta y enfermedad.	

jornada escolar, ingesta de comidas rápidas, dulces y golosinas, preferencias y rechazos alimentarios, ambiente familiar a la hora de comer, apetito; además de estar alerta a la presencia de hábitos alimentarios anárquicos y a detectar conductas que orienten a trastornos del apetito.

**Niño hospitalizado.** En el niño hospitalizado puede obtenerse información más precisa a través del balance de ingesta, el cual no está sujeto a las imprecisiones de la encuesta alimentaria y es de gran ayuda para el apoyo nutricional<sup>7</sup>.

Los resultados de la encuesta nutricional o del balance de ingesta deben compararse con los requerimientos estimados del niño para establecer su adecuación. Es importante consignar antecedentes socioeconómicos y culturales, por su relación con la disponibilidad de alimentos o con patrones dietéticos específicos. Si bien es cierto que la anamnesis nutricional proporciona información determinante en la evaluación del estado

nutricional del niño, no constituye un medio diagnóstico por sí sola.

## REFERENCIAS

1. Lowe CU, Forbes GB, Garn S, Owen GM, Smith NJ, Weil WB, et al. The Ten-State Nutrition Survey: A pediatric perspective. *Pediatrics* 1973; 51:
2. Instituto Colombiano del Bienestar Familiar, Ministerio de la Protección Social, Instituto Nacional de Salud, Profamilia. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia ENSIN 2005
3. Instituto Colombiano del Bienestar Familiar, Ministerio de la Protección Social, Instituto Nacional de Salud, Profamilia. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia ENSIN 2010
4. Hernández M. Tratado de nutrición. 1999
5. Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá INCAP/OPS. Manual de instrumentos de evaluación dietética. Guatemala 2006
6. Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Manual práctico de nutrición pediátrica. Madrid: Ergon 2007
7. Restrepo MT. Estado nutricional y crecimiento físico. Medellín : Universidad de Antioquia 2009: 100-126