
PROGRAMAS DE ALIMENTACION LABORAL Y LA CONDUCTA ALIMENTARIA



Dr. Manuel Espinoza
Asociación Chilena de Seguridad

INSTRUMENTOS PARA LA IMPLEMENTACION DE PAL

Educación como instrumento en los programas de alimentación: 217 programas de educación revisados en los últimos 10 años en Estados Unidos concluye que si no esta asegurada el compromiso afectivo de los educandos, hay muy poca incidencia en cambios conductuales (Incap 2005):

La información nutricional, particularmente a través del etiquetado de los alimentos o en cartas menú de restaurantes no interesa y/o no entienden la gran mayoría de los consumidores (*J. of the Am. Dietetic Association Junio 2006*)

Los instrumentos económicos revelan cierta capacidad para reorientar consumos, pero no hay demostración científica que determinen consumos según objetivos y *los estudios no demuestran sustentabilidad en el tiempo* (OMS, Julio2006, www.euro.who.int/document/e88909.pdf).

INSTRUMENTOS PARA LA IMPLEMENTACION DE PAL

La pirámide alimentaria

El fenómeno Desnutrición-Obesidad

Evaluaciones:

Colesterol Total vs. Colesterol HDL

Índice de masa corporal vs. diámetro de cintura



INSTRUMENTOS PARA LA IMPLEMENTACION DE PAL

1.- La dieta Mediterránea

2.- El fenómeno de la alimentación en faenas mineras:

- De las 7000cal/día a fines de los 70 a menos de la mitad hoy
- Seguimiento de 5 años en trabajadores de altura vs. nivel del mar (1980-1985)
- Evaluación de sistema de atención personalizada y libre demanda en Collahuasi 1993.
- La adaptación a la altura, estrés oxidativo y radicales libres
- Implementación de libre demanda en Potrerillos (2000)

Apetencia y Alimentación

- **La Apetencia Alimentaría es la necesidad de consumir lo que se requiere, se origina cuando un individuo tiene necesidad de uno o más nutrientes y su metabolismo lo manifiesta como deficitario.**
- **Satisfacción Alimentaría que es la necesidad de armonía que tiene cada individuo, y que se traduce en mejor operar de los sistemas biológicos**

Algunas observaciones de alimentación de poblaciones

Trabajadores en faena minera con régimen de 15x4, 52 Hrs semanales.
Comparación de peso después de 5 años (1980-1985)

N°	GRUPO DE EDAD	EDAD PROMEDIO	TALLA CMS	PESO INICIAL KGS \pm d.s.	PESO A 5 AÑOS KGS \pm d.s	P
17	20- 29	24,6	167 \pm 6	67.8 \pm 4.5	68.0 \pm 6.1	<0.05
20	30-39	35.7	170 \pm 8	73,5 \pm 4.3	68.2 \pm 3.1	>0.05
13	40-49	44.2	168 \pm 5	72,4 \pm 3.8	67.3 \pm 3.3	>0.05

Algunas observaciones de alimentación de poblaciones

Trabajadores en faena en Santiago con régimen de 48 Hrs. Semanales.
Comparación de peso después de 5 años (1980-1985)

N°	GRUPO DE EDAD	EDAD PROMEDIO	TALLA CMS	PESO INICIAL KGS \pm d.s.	PESO A 5 AÑOS KGS \pm d.s.	P
16	20- 29	24,1	168 \pm 4	67.2 \pm 4.2	72.5 \pm 4.1	>0.05
18	30-39	36.2	170 \pm 5	70.8 \pm 3.3	75.2 \pm 3.1	>0.05
13	40-49	45.0	169 \pm 4	72,1 \pm 3.8	74.8 \pm 3.3	<0.05

Algunas observaciones de alimentación de poblaciones

Programa de consumo de frutas y vegetales en Escuela Noruega.

ANTECEDENTES.

La disponibilidad/accesibilidad de frutas y vegetales se reporta como uno de los más importantes determinantes en el consumo de frutas y vegetales en niños y adolescentes,

ESTUDIO:

En 38 escuelas, 795 niños entre 11y 12 años.

CONCLUSIÓN

Proveer frutas y verduras de libre consumo determina el aumento del consumo de estas (1.1 porción sobre 0.2 de grupo sin oferta de libre consumo).

Elling Bere , Medicine Preventive 41.(2005) 463-470

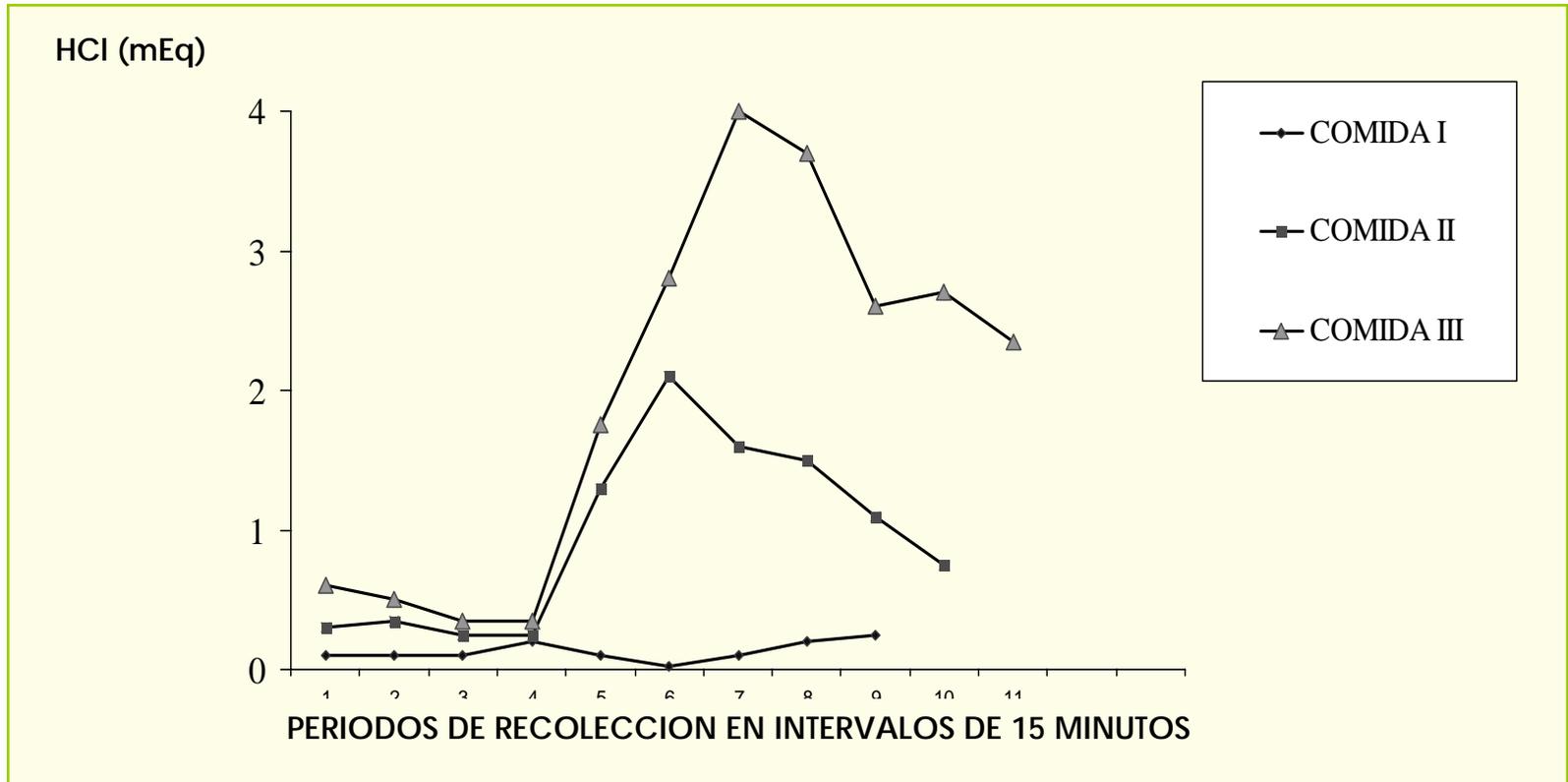
Respecto de la lactancia materna de libre demanda

“Se ha demostrado una asociación entre el volumen ingerido y el contenido calórico de la dieta, lo que demuestra que el niño es capaz de controlar la ingesta en forma natural evitando la sobrenutrición”

J. Alvear. Rev. Chil. vol 28, En.2001.

Satisfacción y Alimentación

Respuesta ácida promedio a comida ficticia en una persona con fístula gástrica



GASTROENTEROLOGY 1950



ALIMENTACIÓN Y SATISFACCIÓN

Estudios en monos revelan que con dietas restrictivas hay mayor consumo de cocaína que con dietas con alimentación libre. De igual manera ocurre al comparar la administración de solución de glucosa versus agua pura. Se calcula que una alimentación adecuada y azúcares disminuyen entre un 40 a un 50% el consumo de cocaína. Este porcentaje aumentaría a un 80 a 90% cuando se consume alimentación adecuada y medicamentos.

Carroll, 1999. Universidad de Minnesota

Lactancia materna de libre demanda



Consumo por alimentos de los trabajadores de la ACHS Casa Central en su servicio de alimentación

	Usuarios por mes	Consumos Cárneos	Consumo Frutas Verduras	Consumo Pan
Período		Grs día/usuario	Grs día/usuario	Grs día/usuario
Mayo 1999 – Octubre 1999	8791 ± 688	156 ± 12	383 ± 23	67 ± 17
Mayo 2000 – Octubre 2000	8755 ± 619	141 ± 14	451 ± 26	40 ± 3
Mayo 2002 – Octubre 2002	8688 ± 691	126 ± 16	489 ± 32	39 ± 5

Un control reciente (4 al 8 /09/2006) 120 grs. 486 grs. 40

Firma convenio ACHS- SOFOFA



PROMOCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN LABORAL COMO UNA HERRAMIENTA PARA EL FOMENTO DE LA SALUD DEL TRABAJADOR

- Que la Alimentación a nivel laboral cada vez ha ido adquiriendo mayor importancia tanto por la cobertura que tiene (más de un millón de trabajadores diariamente en Chile reciben algún servicio de alimentación en su trabajo), como por las posibilidades de intervenir las características de los insumos alimentarios para mejorar la calidad de vida de los trabajadores;
- Y que los servicios de alimentación laboral pueden favorecer y fomentar la salud de los trabajadores, ya que pueden contribuir a reducir los riesgos de salud del trabajador como son el sobrepeso, obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares y algunos tumores cancerosos, entre otros.

Firma convenio ACHS- SOFOFA



CONVIENEN:

PRIMERO:

La Asociación Chilena de Seguridad y la Sociedad de Fomento Fabril establecen una alianza estratégica cuyo objetivo es promover Programas de Alimentación Laboral comprometidos con el bienestar físico, psíquico y en armonía con el medio social y familiar de los trabajadores, colaborando con el logro de mejores indicadores de salud así como la contribución a una mejor calidad de vida de los mismos.































Desarrollo de un proyecto



Desarrollo de un proyecto



Desarrollo de un proyecto





EL PAL EN NÚMEROS

- 1.- Hoy día un poco más de un millón de trabajadores tienen asegurado la alimentación en el trabajo por su empleador
- 2.- Podrían ser 3.500.000.
- 3.- Por cada 25 trabajadores que se alimentan, uno trabaja para ello en forma directa y otro en forma indirecta, por lo tanto se necesitarían alrededor de 200.000 manipuladores de alimentos, para alimentar 2.500.000 de trabajadores.
- 4.- 2,500.000 debieran comer por los menos unos 400 grs. de verduras diarias, esto es 1000 ton/día +200 ton/día por el millón actual de trabajadores, en resumen la producción primaria debiera ser unos 500.000 ton/año (un 20% de la producción anual)
- 5.- Salud, mejor calidad de vida, menor obesidad, mayor longevidad, etc.
- 6.- Costo U\$1,5 a U\$2 por día y por trabajador, financiamiento compartido público-privado, equivalente a la capacitación, etc.
- 7.- Desarrollo tecnológico, mayor competitividad del sector para exportar.