



PERÚ

Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social

SERIE ESTUDIOS ESPECÍFICOS

Valoración de la ingesta total y el aporte nutricional del desayuno en escolares usuarios del Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma

DOCUMENTO DE POLÍTICA



Resumen

En el marco de la cadena de valor e indicadores de resultado inmediato del tablero de control del PNAEQW, el documento analiza (i) la valoración de los niveles de ingesta total reciente de energía y nutrientes de acuerdo con los estándares del Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN), y (ii) el aporte de energía y nutrientes del desayuno, según los lineamientos del PNAEQW, en una muestra específica de escolares que formaron parte de la evaluación de impacto del PNAEQW.

La información fue recopilada en 2018 mediante la aplicación del Recordatorio de Consumo de 24 horas (R24) en las regiones de Áncash, Cusco, Huancavelica, Ica, Lambayeque, Lima y Loreto. Las edades de los usuarios del PNAEQW incluidos en el análisis están entre los 12 y 13 años.

Se encontró que la ingesta total reciente de los escolares usuarios del PNAEQW, principalmente de hierro, es baja entre los escolares, según estándares del CENAN. Asimismo, de acuerdo con los lineamientos del PNAEQW, el consumo del desayuno no cubriría los requerimientos y recomendaciones mínimos establecidos, por lo que el desayuno consumido en el hogar serviría como un complemento energético y nutricional de esta ración.

Recomendaciones

- Identificar el nivel de aceptabilidad de las raciones entregadas y el consumo efectivo entre los escolares.
- Evaluar si la composición de las raciones entregadas es adecuada a las necesidades de los escolares.
- Adecuar el sistema de monitoreo de las escuelas para verificar el cumplimiento de la entrega oportuna y la ingesta del desayuno de los estudiantes antes del inicio de la jornada escolar.
- Ajustar el alcance del componente educativo para llegar con recomendaciones nutricionales, tanto a los escolares como a los miembros del hogar, a fin de promover hábitos y conductas alimentarias saludables.
- Diseñar e implementar una estrategia dirigida a los padres de familia, enfatizando la importancia de una alimentación rica en hierro, sobre todo, en niñas a partir de los 11 años de edad.

Introducción

El PNAEQW es un programa adscrito al MIDIS, creado para brindar un servicio alimentario progresivo, adecuado a los hábitos de consumo locales, cogestionado con la comunidad, de calidad, sostenible y saludable para los escolares de instituciones educativas públicas. El servicio alimentario del PNAEQW se entrega según requerimientos calóricos y nutricionales mínimos diarios establecidos en los lineamientos del Programa. Esto, a fin de tener una adecuada ingesta de calorías y nutrientes, que permita al escolar incrementar sus niveles de atención en clase y memoria de corto plazo, a fin de lograr un nivel satisfactorio en su aprendizaje.

La evaluación de impacto del PNAEQW, realizada entre 2018 y 2019, mostró algunos resultados sobre la ingesta reciente de los escolares después de aplicarse el cuestionario del Recordatorio de 24 horas a un grupo de escolares. Un primer resultado fue que la ingesta promedio de macro y micronutrientes, a partir del desayuno del PNAEQW, es menor a los requerimientos sugeridos por el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN), con excepción del consumo de grasas. Por otra parte, el aporte del desayuno preparado en casa sí estaría, en promedio, cubriendo los requerimientos mínimos de proteínas, grasas y hierro sugeridos, con excepción de las calorías, las cuales alcanzarían niveles adecuados si son complementadas con las calorías que aporta el desayuno del PNAEQW. A raíz de estos resultados y, dado que un alto porcentaje (70%) de los escolares usuarios del Programa consume desayuno en casa, surge la necesidad de conocer si la ingesta del desayuno de los escolares es adecuada en términos del aporte de macro y micronutrientes necesarios para desarrollar sus actividades diarias.

El presente estudio analiza la valoración de la ingesta total reciente de energía y nutrientes de los escolares usuarios del PNAEQW, así como el aporte de energía y nutrientes establecidos para el desayuno según los lineamientos del Programa, a partir de información recopilada con el Recordatorio de Consumo de 24 horas, en una población específica de escolares de 12 a 13 años, de instituciones educativas públicas de siete regiones del país, que fueron parte de la evaluación de impacto del PNAEQW. Este estudio se enmarca en la medición de los indicadores de resultado inmediato de la cadena de valor del PNAEQW, aprobada en julio de 2020.

Metodología

Técnica cuantitativa a partir de un diseño de encuesta bajo la técnica del Recordatorio de Consumo de 24 horas. Análisis mediante estadística descriptiva de los resultados de la encuesta.

Resultados

• Ingesta total

Con relación a la ingesta de energía, 39% de escolares de 12 a 13 años tiene una ingesta considerada en la literatura como aceptable o buena, aunque es importante no perder de vista que un tercio de escolares estaría con ingesta excesiva. Otro hecho saltante es que la mitad de escolares de Loreto tiene un consumo energético por debajo del 70% del GET, lo que es considerado en la literatura como un consumo deficiente.

Gráfico 1: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de energía total según sexo, edad y ámbito (2019)

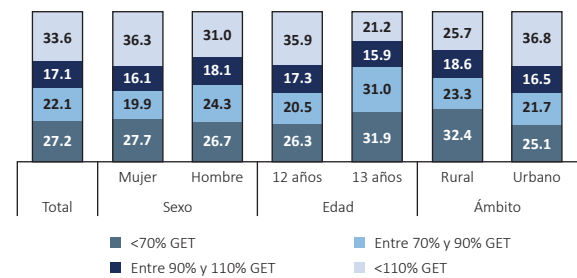
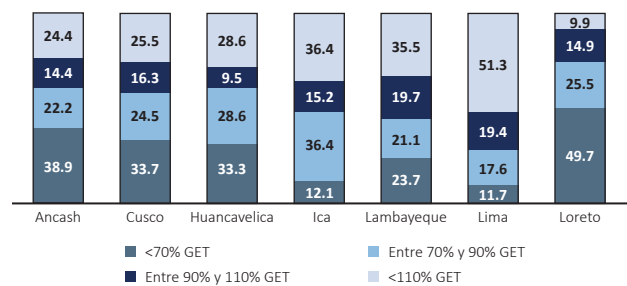
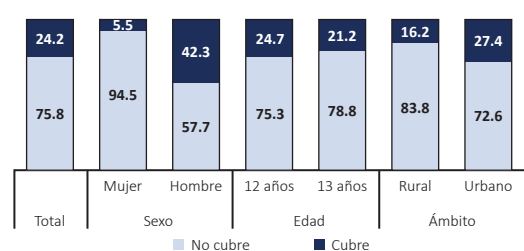


Gráfico 2: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de energía total según región (2019)



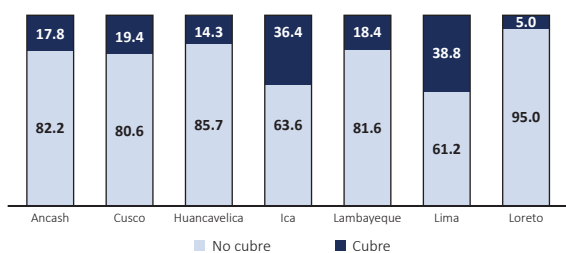
En relación a la ingesta de nutrientes, el hallazgo más saltante es la deficiente ingesta de hierro entre las mujeres¹, solo el 5.5% de ellas tiene una ingesta adecuada para su edad, situación que podría ser preocupante en caso de que no exista un subconsumo de las raciones que entrega el PNAEQW, ya que ello podría generar el riesgo de desarrollar anemia y sus consecuencias para el estado nutricional y desarrollo de las escolares. Asimismo, las posibles deficiencias de hierro podrían ser mayores entre los escolares de zonas rurales en relación con los que residen en zonas urbanas. También se observa una mayor proporción de escolares con una ingesta deficiente de hierro en las regiones de Loreto y Huancavelica.

Gráfico 3: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de hierro total según sexo, edad y ámbito (2019)



¹ En la sección 2.4 del estudio descriptivo, se precisa que la población en análisis comprende a mujeres adolescentes de 12 y 13 años (menstruantes) cuyos requerimientos de hierro son mayores. Si bien la anemia por deficiencia de hierro en la adolescencia puede originarse por un déficit en la ingesta de dicho nutriente, es un problema que requiere mayor estudio a fin de determinar todas sus causas y plantear intervenciones efectivas que apunten a resolver dicho problema

Gráfico 4: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de hierro total según región (2019)



• Aporte del desayuno

En cuanto al aporte de la ingesta del desayuno, en base a los parámetros establecidos por el PNAEQW en sus lineamientos, una proporción importante de escolares (entre 50% y 95%) no cubriría los aportes nutricionales establecidos para el consumo del desayuno. Esta situación contrasta con un mayor aporte nutricional del desayuno entre los escolares que consumen desayuno en el hogar y aquellos que consumen ambos desayunos. El déficit en el aporte del desayuno del PNAEQW necesita estudiarse con mayor profundidad teniendo en cuenta que podría deberse a un subconsumo de la ración.

Gráfico 5: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de energía establecido por el PNAEQW para el desayuno, según origen del consumo (2019)

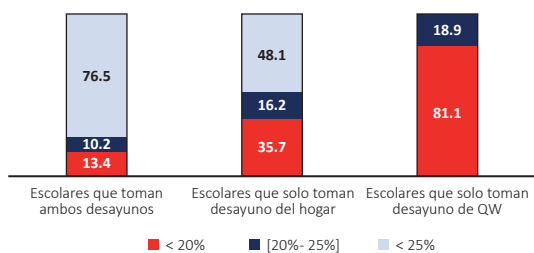


Gráfico 6: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de proteína establecido por el PNAEQW para el desayuno, según origen del consumo (2019)

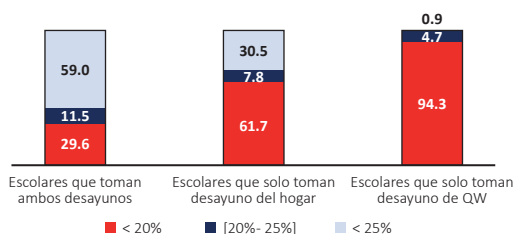
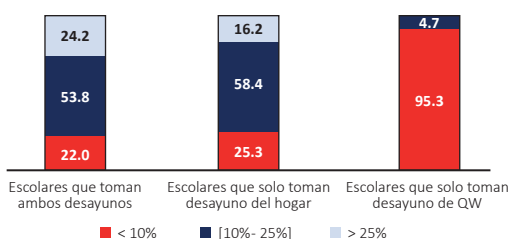


Gráfico 7: Proporción de escolares de 12-13 años que cubre su requerimiento de hierro establecido por el PNAEQW para el desayuno, según origen del consumo (2019)



Otro factor que podría estar asociado al mencionado déficit, es el desfase entre los indicadores de adecuación de la ingesta de nutrientes según edad y el diseño del aporte de las raciones del Programa según nivel educativo, por lo que los escolares que están en extra edad por distintos factores (repitencia, nacimiento después de la fecha establecida por el Ministerio de Educación para el ingreso a 1° grado, entre otros) podrían estar consumiendo raciones que no necesariamente se adecúan a sus necesidades.

En relación con las diferencias de consumo entre escolares de 12 y 13 años de edad, tanto para la ingesta de calorías y nutrientes en el día como para la ingesta de calorías y nutrientes en el desayuno, se encontró que los escolares de 12 años tienden a presentar una mediana de ingesta mayor al de los escolares de 13 años, lo cual podría deberse a diferencias regionales, pues, los escolares de 12 años se encuentran más concentrados en la región Lima, la cual presenta consumos y adecuaciones más altas que el resto de las regiones. Por otra parte, los escolares de 13 años de edad se encuentran más concentrados en la región de Loreto, región que presenta los consumos y adecuaciones más bajos en relación con las demás regiones. En ese sentido, la diferencia entre las medianas de consumo entre escolares de 12 y 13 años, no necesariamente podría deberse a la edad, sino al lugar de donde provienen.

Conclusiones

- Los indicadores reportados en el presente documento son indicadores de resultado inmediato de la cadena de valor aprobada por el PNAEQW en julio de 2020, con lo cual los hallazgos constituyen una primera estimación en una muestra de escolares de 12 a 13 años en 7 regiones del país, con el fin de contribuir con la medición de dichos indicadores en el marco de la elaboración de su tablero de control.
- Los hallazgos muestran que existe un déficit calórico y de nutrientes en escolares que consumen únicamente la ración del PNAEQW, en comparación con aquellos que adicionalmente consumen desayuno en el hogar. Asimismo, en cuanto a la ingesta total reciente, existe un alto déficit de hierro en escolares mujeres, así como una deficiente adecuación de nutrientes en la mayoría de escolares.
- Una limitación del estudio es que aún no es posible extrapolar los resultados a toda la población atendida de nivel primaria, ya que se trata de una muestra específica generada para la evaluación de impacto del Programa y que, además, el recojo de información mediante el R24 se realizó una sola vez, por lo que los resultados no necesariamente muestran la ingesta habitual de los escolares, sino la ingesta reciente.



Recomendaciones

- A fin de desarrollar mediciones de la ingesta nutricional de la población usuaria del PNAEQW, se recomienda aplicar el R24, u otro instrumento que mida la adecuación nutricional de la ingesta, en muestras representativas de los escolares usuarios del servicio alimentario en los niveles de inicial, primaria y secundaria para generar indicadores de resultado inmediato con los niveles de inferencia requeridos en el tablero de control del PNAEQW.
- Las deficiencias en la ingesta de energía y nutrientes identificadas en la muestra analizada requieren que el PNAEQW: i) identifique el nivel de aceptabilidad de las raciones entregadas y el consumo efectivo entre los escolares, ii) evalúe si la composición de las raciones entregadas es adecuada a las necesidades de los escolares, en particular, las necesidades diferenciadas de hierro de las niñas y las necesidades según la edad de los escolares, y que iii) adecúe el sistema de monitoreo de las escuelas para verificar el cumplimiento de la entrega oportuna y la ingesta del desayuno de los estudiantes antes del inicio de la jornada escolar, según lo dispuesto en la RVM N° 083-2019-MINEDU que aprueba la normativa para la cogestión del servicio alimentario del PNAEQW.
- Desde un enfoque preventivo de trabajo con las familias, se recomienda ajustar el alcance del componente educativo para llegar con recomendaciones nutricionales tanto a los escolares como a los miembros del hogar, a fin de promover hábitos y conductas alimentarias saludables. Se sugiere el diseño e implementación de una estrategia dirigida a los padres de familia que enfatice la importancia de una alimentación rica en hierro, y las mayores necesidades de ingesta de hierro de las niñas a partir de los 11 años de edad. Asimismo, se podría elaborar los menús de manera participativa con los monitores locales, los miembros del CAE y otros actores de la comunidad escolar; para maximizar la aceptación de los menús, también se podría planificar talleres virtuales informativos sobre la importancia de la ingesta de hierro en las niñas adolescentes, reuniones virtuales para coordinar los tipos de alimentos que consumirán los escolares que padecen obesidad, entre otros temas.