

Informe de acción

# Elaboración y generación de las guías alimentarias basadas en sistemas alimentarios en Costa Rica

País: Costa Rica

Temas: Intervenciones específicas de nutrición

Date: Octubre 2022



## Resumen



Las Guías Alimentarias Basadas en Sistemas Alimentarios (GABSA) de Costa Rica son documentos nacionales cuyo objetivo es dar recomendaciones específicas para el contexto nacional en materia de alimentación y estilos de vida saludables y sostenibles. Constituyen la base de los programas educativos y las políticas nacionales en materia de alimentación y nutrición, así como los aspectos transversales que involucran a múltiples actores, como la gobernanza, el desarrollo sostenible, la igualdad de género y la mejora continua.

El Ministerio de Salud, junto con la Comisión Intersectorial de las Guías Alimentarias (CIGA) y el apoyo técnico de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), implementó una metodología basada en datos que

permite integrar las prioridades en nutrición y salud con el contexto nacional de sistemas alimentarios a fin de brindar recomendaciones técnicas nutricionales y multinivel dirigidas a los diferentes sectores y actores del sistema alimentario.

En Costa Rica, las GABSA para la población mayor de 2 años se orientan a abordar las problemáticas principales que aquejan a este segmento de la población: el sobrepeso, la obesidad, la diabetes mellitus, el cáncer y las enfermedades cardiovasculares, especialmente la hipertensión arterial. Además, tienen un enfoque centrado en los sistemas alimentarios que permite abordar de forma integral todos los aspectos que inciden en la alimentación, desde la cadena de producción agroalimentaria hasta el consumidor, por lo que contribuyen a establecer una base para las políticas públicas relacionadas con la alimentación y la nutrición que se pueden elaborar desde los distintos sectores del sistema institucional. Se espera que los lineamientos de las GABSA sean utilizados en la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades no transmisibles por diferentes sectores, incluidos actores del sector público y privado. Como objetivos generales, las GABSA buscan:



- Brindar recomendaciones nutricionales sencillas y factibles con un enfoque basado en sistemas alimentarios sostenibles para la población mayor de 2 años en Costa Rica.
- Guiar al consumidor en la selección y la adopción de un patrón alimentario que contribuya a desarrollar un estilo de vida saludable y sostenible.
- Orientar la educación nutricional para la población mayor de 2 años en Costa Rica.
- Brindar mensajes para la promoción de una adecuada alimentación y prevención de enfermedades no transmisibles en la población mayor de 2 años de Costa Rica.



## Objetivos del informe de acción

- Las GABSA con un enfoque centrado en los sistemas alimentarios son una herramienta nacional desarrollada interinstitucionalmente para brindar recomendaciones alimentarias y nutricionales y consejos prácticos dirigidos a la población con el propósito de promover una alimentación saludable y sostenible desde un punto de vista nutricional, ambiental, económico, social y cultural.
- Destacar la importancia de comenzar con las GABSA para una población sensible, prioritaria y vulnerable que son los primeros 1000 días para luego pasar a los mayores de dos años.
- El enfoque propuesto basado en los sistemas alimentarios representa una innovación y la necesidad global de reorientar el sistema alimentario hacia un modelo más justo, saludable y sostenible que incluye medidas como el acortamiento de la cadena de abastecimiento, la concienciación de los consumidores para revalorizar los productos locales y el fomento de la articulación estatal, entre otros.
- La intersectorialidad y la integración de los sectores entre la cultura, la agricultura, la salud y la academia es fundamental. Se evidencia la evolución de la intersectorialidad dentro del Gobierno con el concepto de «salud pública».



## Período cubierto

La elaboración y la generación de las Guías Alimentarias para los mayores de dos años comienza en agosto de 2021 con la conformación de la Comisión Intersectorial y finaliza con su presentación en el Día Mundial de la Alimentación, el 16 de octubre de 2022. El proceso de actualización de las Guías Alimentarias basadas en Sistemas Alimentarios comienza en junio 2019 con la elaboración de las GABSA para los primeros 1000 días, financiado por el Fondo Común del Movimiento SUN.





## ¿Qué se ha hecho?

Se empleó una adaptación de la metodología propuesta por la sede de la FAO en el desarrollo de las GABSA para la población mayor de 2 años, utilizando diferentes informes.

El proceso comienza con la definición de los antecedentes:

- Revisión de las políticas de alimentación y nutrición del país;
- Elaboración de mapeo de las personas con poder de decisión y los accesos a ellas;
- Participación del ministerio o la organización principal (en este caso, el Ministerio de Salud lideró el proceso de actualización de las GABSA desde la CIGA);
- Obtención de la aceptación multisectorial;
- Desarrollo de una estrategia para involucrar a otros actores;
- Definición de los insumos necesarios, las funciones y los plazos;
- Definición de las metas y los objetivos iniciales para las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos.

El proceso de análisis de la situación en alimentación y nutrición en la población mayor de 2 años incluye los siguientes pasos:

1. Identificación de las problemáticas en salud y nutrición
2. Descripción de la alimentación y su relación con las problemáticas epidemiológicas
3. Descripción de la situación de los sistemas alimentarios
4. Cuantificación de la dieta
5. Identificación de recomendaciones técnicas: definición de recomendaciones técnicas nutricionales y multinivel y adaptación de mensajes para la población adulta y adolescente
6. Identificación y caracterización del marco legal y políticas relativas a la alimentación y sistemas alimentarios en Costa Rica

La Comisión Intersectorial de las Guías Alimentarias elaboró el Plan de acción multisectorial para la implementación de las Guías Alimentarias basadas en Sistemas Alimentarios 2023-2028. Este instrumento permitirá coordinar el trabajo nacional relativo al uso de las recomendaciones de las GABSA gracias a un marco de referencia político y técnico. Varios indicadores permitirán efectuar el seguimiento de la implementación de las recomendaciones a nivel nacional.



## ¿Qué haría de forma diferente?

Si bien se considera que el proceso ha sido un éxito y a pesar de haber utilizado un enfoque participativo, hay algunas cosas que se podrían haber hecho de manera diferente, tales como:

- La inclusión de los dirigentes políticos: la articulación de los técnicos resultó fácil. Es necesario involucrar de lleno a los dirigentes para que conozcan el tema y lo respalden políticamente para garantizar la continuidad del proyecto.
- La socialización del conocimiento dentro de la construcción por parte de los consultores, ya que debe haber familiarización con la metodología y con los criterios de exigencia. Es fundamental contar con una visión de desarrollo de capacidades, sobre todo en las instituciones públicas. También debe darse la integración del equipo de personas de la institución.
- Lograr el compromiso de las instituciones, de forma que se incluyan las GABSA en los programas operativos institucionales.

En cuanto a los desafíos:

- Se podrían anticipar técnicamente los escenarios de críticas.
- Garantizar la continuidad de la implementación, con cambios de los cuerpos técnicos.
- Dar sostenibilidad a la experiencia de gestión de conocimiento y del trabajo intersectorial.
- Evaluación y monitoreo del plan a futuro.





## Adaptación y Aplicabilidad

- Es importante seguir una metodología y adaptarla al contexto local teniendo en cuenta la pertinencia cultural.
- Igualmente, se debe contar con un equipo diverso que pueda trabajar en el proceso. Establecer un plan de trabajo, un calendario, periodicidad de reuniones.
- Oficializar los procesos, idealmente, de manera formal. En el caso de las GABSA hay un acta y un grupo de expertos nombrados de forma oficial.
- Es fundamental involucrar a los altos mandos y a los dirigentes en el proceso.
- Tener visión clara para avanzar con apertura y claridad, para no perder el enfoque de brindar acceso a la población a nutrición saludable.
- El gran reto, en último término, es la implementación. Por eso se debe acompañar con una buena campaña de divulgación, comunicación, con un mismo mensaje. Si en el plan se logra que

todos vayan con un mismo mensaje, el poder es enorme.

En cuanto a los factores esenciales, es importante considerar:

- La escala a nivel nacional y la territorialización, así como las consultas que se hicieron en las regiones.
- Para la construcción, la implementación y la evaluación de las GABSA se requiere la participación de actores del sector público y privado, así como los principios establecidos en el marco normativo nacional e internacional, incluidas la legislación, las políticas, los programas y los proyectos relacionados.
- La promoción del enfoque sistémico de intervención para las GABSA que pretende dar una idea del abordaje sistémico y holístico que debe considerar el proceso de desarrollo nacional, que presupone la posibilidad de abordar cierta realidad como un todo, considerando sus componentes y los distintos estados de interacción entre ellos.





## Próximos pasos

- Es imperativo efectuar el seguimiento del Plan de acción multisectorial para la implementación de las Guías Alimentarias basadas en Sistemas Alimentarios 2023-2028, considerando los cuatro ejes estratégicos del plan: Gobernanza, Trabajo colaborativo, Generación y transferencia del conocimiento, y Seguimiento y evaluación.
- Cubrir el rango etario faltante de población de escolares y preescolares.
- Planificar y asegurar la asignación de recursos para financiar campañas de promoción de las GABSA.
- Promover una campaña a nivel nacional que tenga un componente de divulgación regional, municipal y local.
- Continuar en la línea de elaboración del manual para los facilitadores que incluya divulgación a los educadores de la salud.
- Desarrollar una estrategia integral de comunicación dirigida a los dirigentes gubernamentales para promocionar las GABSA.



© FAO



## Información adicional



<https://www.ministeriodesalud.go.cr/guiasalimentarias/>

Estas guías son el esfuerzo coordinado entre distintas instituciones que trabajan para mejorar la nutrición del país, como la CCSS, el Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud (INCIENSA), la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (CENCINAI), la Universidad de Costa Rica (UCR), el Ministerio de Educación Pública (MEP), Ministerio de Cultura y Juventud, el Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG) y el Movimiento para el Fomento de la Nutrición (Movimiento SUN).

ScalingUp  
NUTRITION

INVOLUCRAR • INSPIRAR • INVERTIR

**Scaling Up Nutrition Movement**  
c/o SUN Movement Secretariat  
Villa Le Bocage, Palais des Nations  
CH-1211 Geneva, Switzerland  
+41 (0) 22 917 7283  
info@scalingupnutrition.org  
www.scalingupnutrition.org