La promoción de la autonomía alimentaria y salud nutricional en la intervención social

Estudio bioantropológico en la Asociación Sortarazi

Misión

- En Sortarazi trabajamos por **la inclusión social** de las personas en situación o en riesgo de exclusión en Bizkaia a través del **desarrollo integral de sus capacidades** para el fomento de su **dignidad y autonomía desde un enfoque comunitario**.

Programas Sortarazi

Vulnerabilidad social

Formación ocupacional

- C ertificados de Profesionalidad
- Cursos de acceso a Certificados

LANBIDE,LANBERRI
Leioa,Getxo (San Martin).

Orientación laboral

- Gestión demandantes LANBIDE

Getxo (San Martin), Leioa y Bilbao

Intermediación Laboral

- Contactos con empresas
- Gestión Ofertas
- Bolsa de Empleo
- Agencia Colocación

Getxo (San Martin), Leioa

Hazia, Acompañamiento Social

- Cobertura de necesidades básicas (reparto alimentos y Ayudas económicas)
- Talleres Socioeducativos
- Orientación Prelaboral

Leioa y Getxo (San Nicolás)

Exclusión social

Itzalaberri

- Atención social y comunitaria.
- Higiene y lavandería.

Bilbao

Uribenea, S. diurno foral

- Servicio de atención a necesidades sociales

Itsasbegi, Caridad 10, Getxo

Antxeta, S. diurno comarcal

- Estancia e intervención socioeducativa.
- Comida, higiene...

Itsasbegi, Caridad 10, Getxo

Argitzean, S. nocturno comarcal

- Alojamiento, consigna, lavanderia, aseo, desayuno y cena.

Itsasbegi, Caridad 10, Getxo

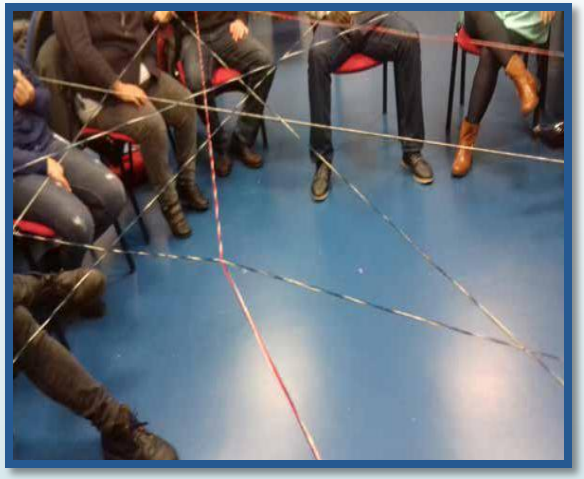
Acompañamiento social, Hazia

2011-Actualidad en Leioa

2016 – Actualidad en San Nicolás (Algorta)

Objetivo

Facilitar **diferentes apoyos** a las **personas y familias** que por motivos personales, sociales y/o económicos se encuentran en una situación de **vulnerabilidad o riesgo** de exclusión; a través del **acompañamiento psico-social** y la cobertura de sus necesidades básicas: contención emocional, ayudas económicas, talleres pre-laborales, orientación pre-laboral, **reparto de alimentos**.



Actividades Desarrolladas 2018

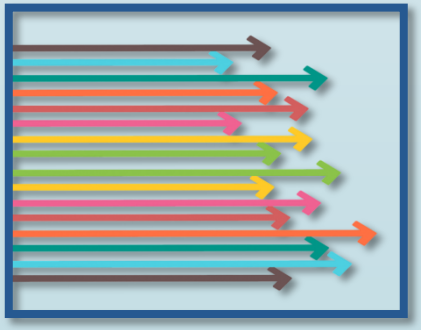
Acompañamiento social, Hazia

ACTIVIDADES REALIZADAS 2018	TOTAL GENERAL FAMILIAS / PERSONAS	LEIOA N°FAMILIAS/ PERSONAS	GETXO N° FAMILIAS/ PERSONAS	ERANDIO N°FAMILIAS/ PERSONAS	BERANGO N°FAMILIAS/ PERSONAS	RESTO MUNICIPIO N°FAMILIAS PERSONA
Acogida y diagnóstico	**567**	195	191	170	10	1
Acompañamiento personalizado	**52**	8	31	6	1	0
Necesidades de alimentación familiar	529	189	165	167	8	0
Higiene y alimentación infantil	75	23	25	26	1	0
Apoyo económico (adelanto ayudas municipales y fondo perdido)						
· Apoyo económico con adelanto de ayudas sociales	**51**	8	40	2	0	0
· Apoyo económico a fondo perdido	**46**	9	19	16	1	0
· Apoyo a la Alimentación en Vacaciones Escolares (Leioa)	**47**	47				
Talleres formativos pre-laborales	**70**	20	37	11	2	0
Orientación pre-laboral	**71**	28	25	16	2	0

Estrategias de intervención ante la exclusión: promoviendo una autonomía alimentaria

Buscamos:

- Acceso económico (autonomía)
- Suficiente y estable
- A alimentos saludables
- Y adecuados a las necesidades nutricionales y a las preferencias socioculturales. (Escajedo L. 2017)



Urban Elika

En este contexto y dadas las sinergias existentes con algunas líneas de investigación afines llevadas a cabo en la **Universidad del País Vasco (UPV-EHU)**, se crea el grupo de investigación multidisciplinar denominado '**Urban Elika**', en **2014** mediante un **convenio entre la Universidad y la ONG Sortarazi**.

Este grupo se dedica principalmente a **estudios sobre alimentación y sociedad**, centrándose especialmente en el **uso responsable de los alimentos desde las perspectivas de la salud, la sostenibilidad y la justicia.**

Urban Elika

En la actualidad el grupo está formado **por investigadoras e investigadores de siete Facultades y Escuelas de la UPV/EHU** (Relaciones Laborales y Trabajo social, Ciencia y Tecnología, Magisterio, Farmacia, Ciencias Sociales y de la Comunicación, Derecho y Ciencias Económicas y Empresariales), así como por **miembros procedentes de entidades sociales**.

Estrategias de intervención ante la exclusión: promoviendo una autonomía alimentaria

ELIKADURA EGOKIRANTZ. La promoción de la autonomía alimentaria y salud nutricional en la intervención social: detección de necesidades y activación de buenas prácticas.

1.- Hacer visible la situación de las personas que sufren pobreza alimentaria en nuestro entorno y reivindicar para ellas una atención que nazca no de la caridad, sino desde el reconocimiento de sus derechos humanos.

2.- Definición de las prácticas de acompañamiento alimentario que empoderen a las personas usuarias. Es decir, prácticas que promueven la normalización e inclusión, de acuerdo con las estrategias establecidas en la política vasca.

3.- Testar herramientas destinadas a que el acompañamiento alimentario contribuya a la autonomía y a la salud nutricional de las personas.

Estrategias de intervención ante la exclusión: promoviendo una autonomía alimentaria

- **Valorar** cómo se **encuentran nutricionalmente** las personas que reciben el apoyo alimentario del Programa Hazia.
- **Análisis** de las **pauta**s alimentarias y de los **hábitos** diarios que influyen en su salud.
- **Información personalizada** de la situación de cada persona.
- **Concienciar** a las personas participantes de la importancia de una **buena alimentación y hábitos de vida saludables.**

Metodología

- Reunión Sortarazi y Urban Elika → valoración de necesidades especificas y logísticas
- No entorpecer el trabajo de los voluntarios y facilitar la participación
  - Se realiza los mismos días y a la misma hora que el reparto habitual de alimentos
  - La persona que realiza el estudio informa a los participantes (Trato personal)
    - Hoja informativa breve y accesible + información verbal
- Espacio habilitado → privacidad
- Consentimiento informado

Metodología
Recogida de datos

- Datos antropométricos y tensión arterial → barato, no invasivo
  - Estatura
  - Peso
  - Perímetros corporales (brazo r., brazo f., cintura mínima, cintura cadera-fémur, pantorrilla media)
  - Pliegues grasa subcutánea (bíceps, tríceps, subescapular, suprailiaco, abdominal, pantorrilla media)
  - Diámetros corporales (biepicondilar del humero, biepicondilar del fémur)
  - Tensión arterial

  - IMC, %MG, ICC, SF6,
  - Somatotipo (endomorfia, mesomorfia, ectomorfia)

Metodología
Recogida de datos

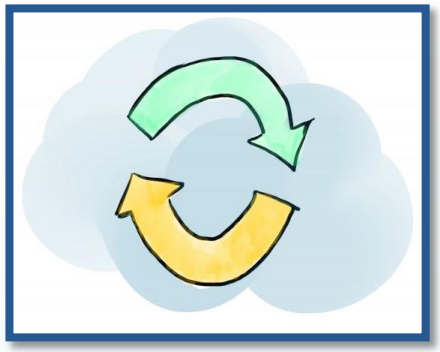
- Datos socioeconómicos y estilo de vida.
  - Historia personal y familiar (sexo, edad, procedencia, enfermedades y/o tratamientos)
  - Sedentarismo y ejercicio (Actividad física diaria, descanso, sueño)
  - Dieta (hábitos alimentarios)
  - Nivel socioeconómico (ocupación, nivel de estudios, vivienda)

  - La misma persona realiza las preguntas, asegurando una buena comunicación e interpretación de las mismas

Metodología
Recogida de datos

- Recuento 24h. Requiere la recogida de una gran cantidad de información muy concreta.
  - Cantidad, forma de preparación, marcas…
  - Dificultades recuento 24h → tiempo, idioma, cultura, recursos…
- Registro de alimentos consumidos
  - Día previo a la realización del estudio
  - No tiene en cuenta cantidad ni modo de preparación

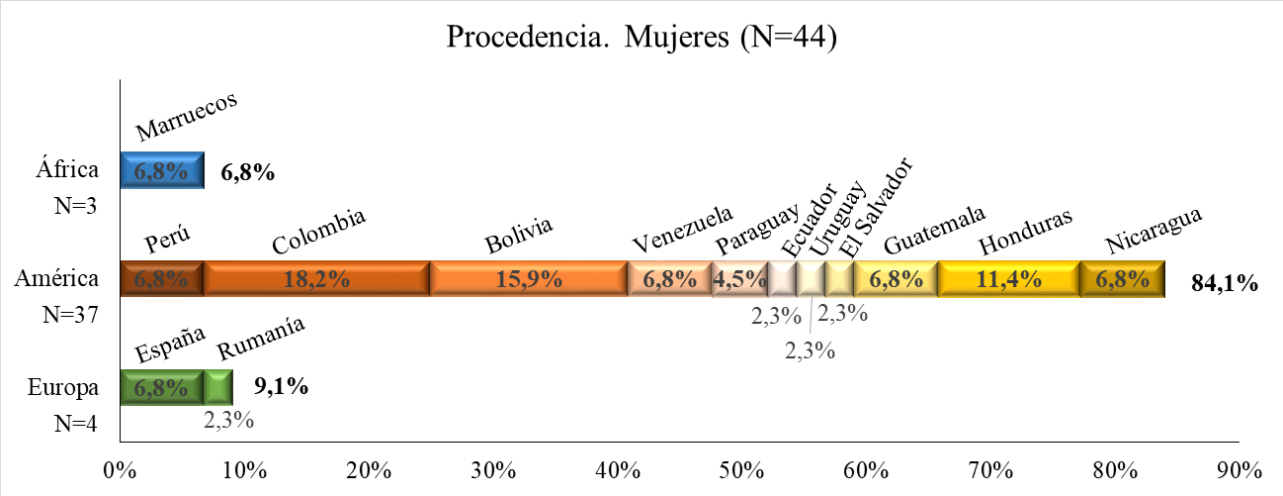
Metodología

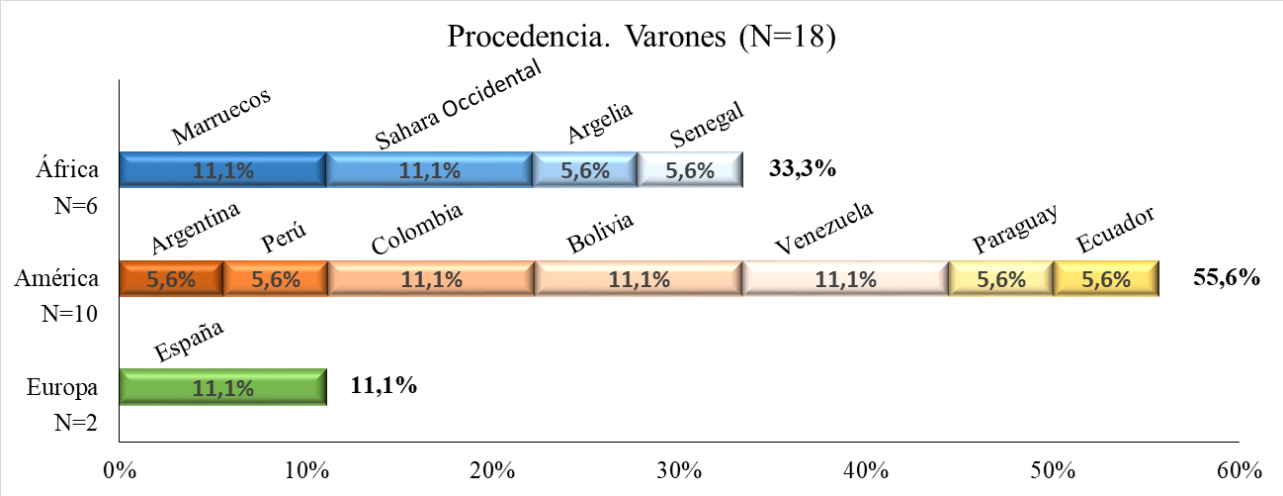


- Informe individual.
  - Estado nutricional actual y
  - Recomendaciones generales básicas para unos buenos hábitos alimentarios

  - Contacto personal con los usuarios
  - Feedback
  - Promover el autoconocimiento
  - Concienciación sobre la importancia de una buena alimentación

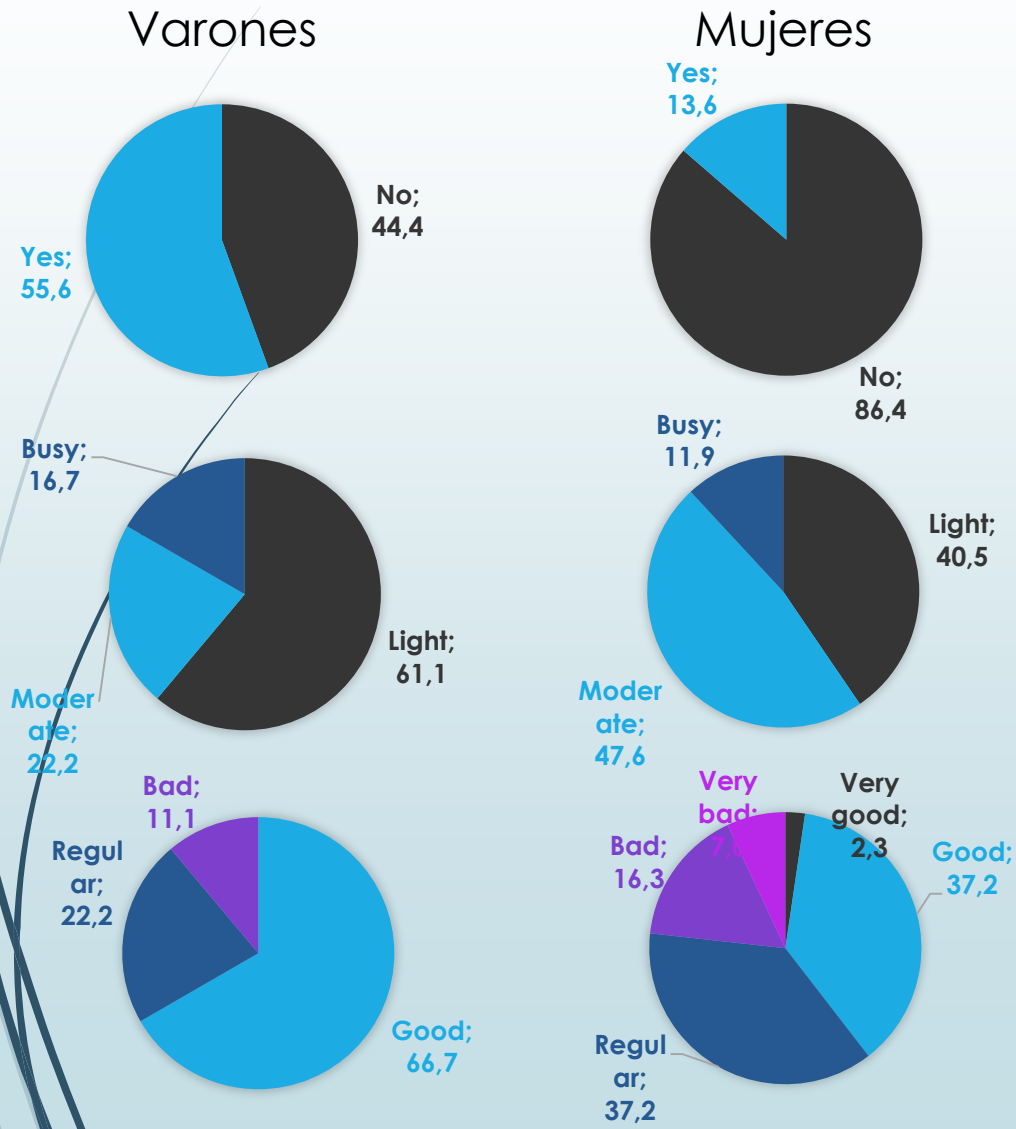
Resultados y Discusión





- 62 usuarios
  - 44 Mujeres
  - 18 Varones
- Residentes en el País Vasco
- Latinoamérica. Mayoría de Mujeres y Varones
  - Colombia
  - Bolivia
- África. Mayor representación masculina
  - Norte

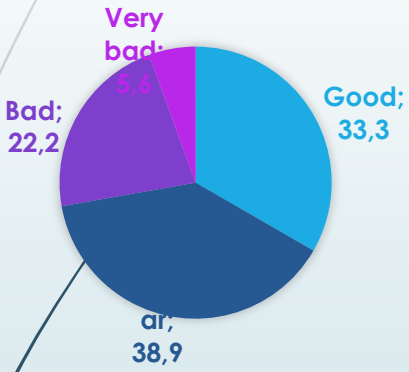
Resultados y Discusión



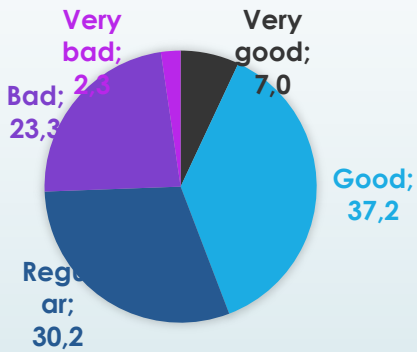
- Deporte: Hacer algún tipo de deporte es mas común en varones
- Intensidad física diaria: La mayoría de los varones la perciben como ligera. Las mujeres perciben un mayor grado de actividad
- Percepción forma física: Peor percepción en mujeres (cansancio, dolor…)

Resultados y Discusión

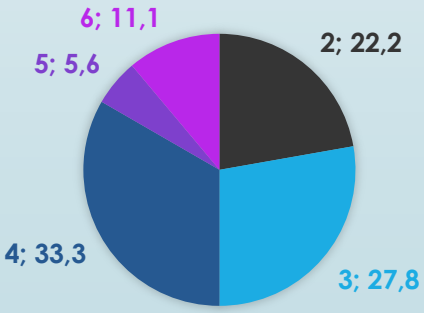
Varones

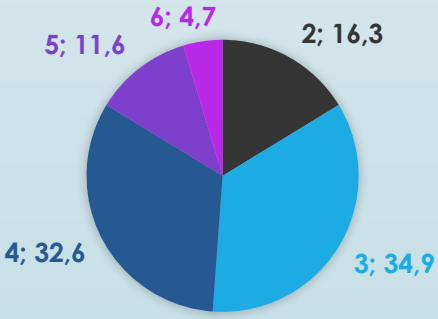


Mujeres



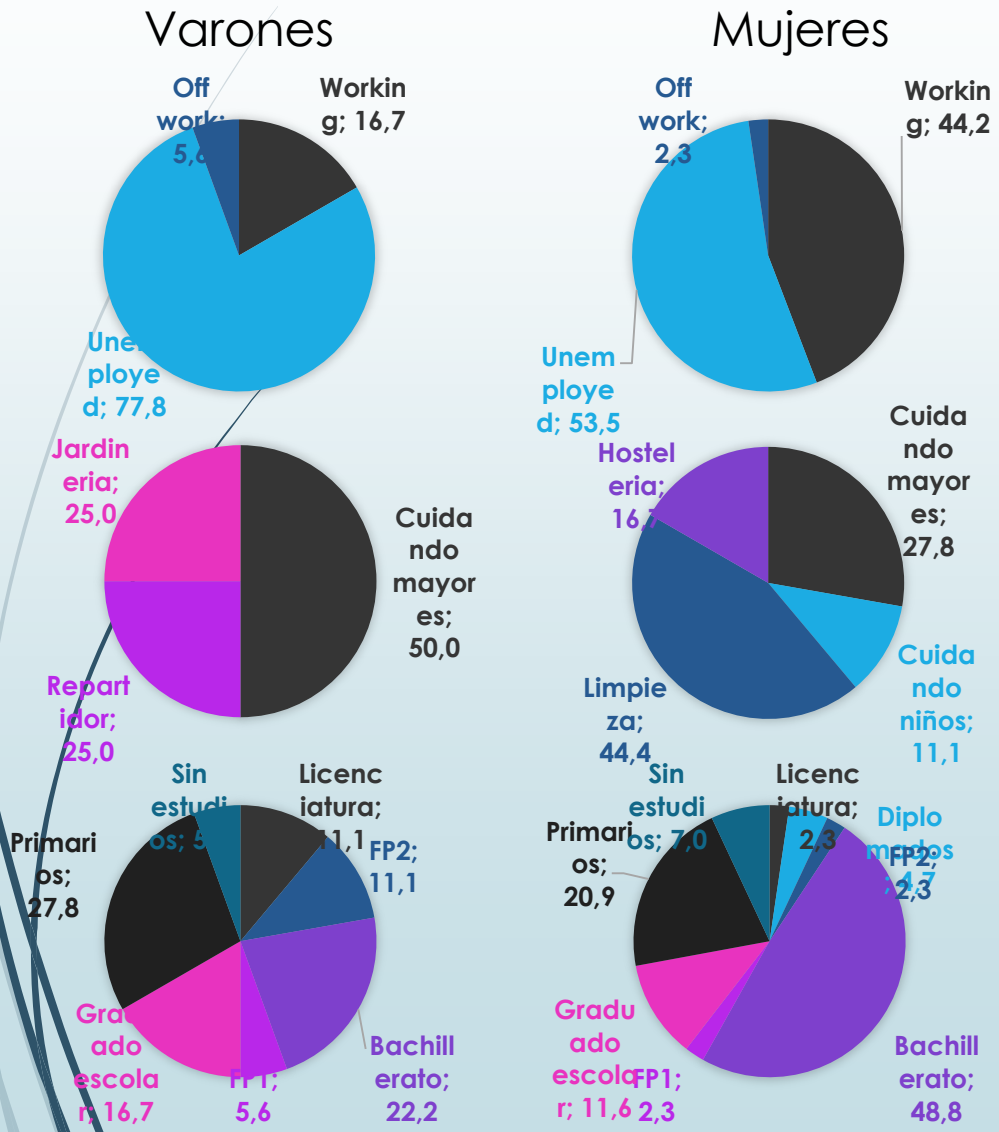
- Calidad del sueño: Menos de la mitad reporta dormir bien. Varones ligeramente peor que las mujeres





- Nº Ingestas: La mayoría realiza entre 3 y 4 ingestas diarias.

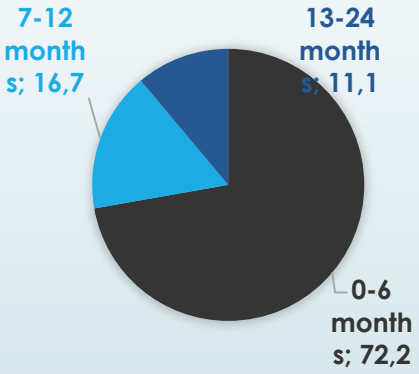
Resultados y Discusión



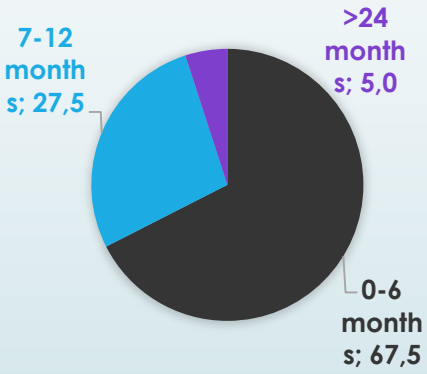
- Ocupación: La mayoría no realiza ninguna actividad laboral. Porcentaje alto de mujeres con algún tipo de ocupación.
- Tipo de trabajo: La ocupación mayoritaria en varones es el cuidado de mayores y en mujeres la limpieza.
- Educación. Porcentaje importante de personas sin graduado escolar. Bachillerato, nivel mas habitual en mujeres

Resultados y Discusión

Varones



Mujeres



- Tiempo como usuarios de los puntos de reparto de alimentos. Tanto en Mujeres como en varones, la mayoría lleva menos de 7 meses recibiendo alimentos. Un porcentaje pequeño de mujeres lleva mas de un año.

Resultados y Discusión

- Edad media similar entre mujeres y varones
- Mujeres menor peso y estatura
- Según los criterios de la OMS, la muestra esta en sobrepeso. Mas marcado en mujeres.
- Grasa abdominal y distribución de grasa adecuada
- % Masa Grasa elevado en mujeres (obesidad). Normal en varones (limite superior
- Tensión arterial normal (En varones, limite superior)

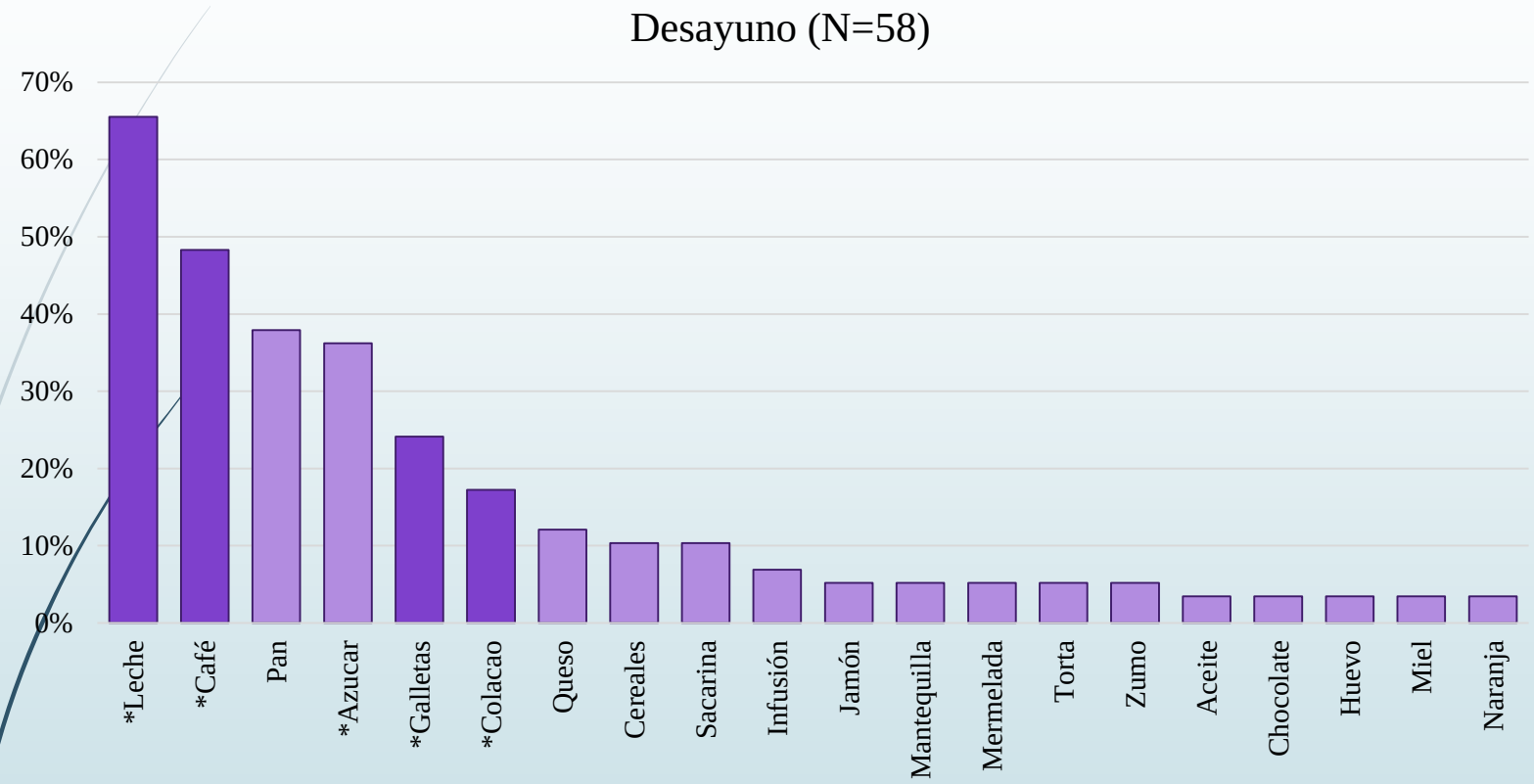
	Mujeres (N=44)		Varones (N=18)	
	Media	**D.E.**	**Media**	**D.E.**
Edad	37,67	11,16	38,16	14,56
Peso	71,82	15,95	77,22	10,53
Estatura	156,18	6,78	170,89	8,58
BMI	29,33	5,59	26,60	4,35
WC	88,43	12,05	90,76	10,60
WHR	0,84	0,06	0,90	0,07
TER	1,82	0,48	2,77	0,45
CI	1,20	0,07	1,24	0,08
WHtR	0,57	0,08	0,53	0,08
SF6	130,58	36,53	87,41	27,05
FM	34,64	4,73	22,07	5,16
Endo	6,85	1,64	4,45	1,37
Meso	6,20	1,69	5,63	1,50
Ecto	0,56	0,93	1,42	1,13
T. Sistolica	123,57	16,24	137,28	12,95
T. Diastolica	74,84	11,93	79,72	8,24

Resultados y Discusión

- Personas de América Latina mayor IMC
- Los varones de África y América Latina tienen la tensión en el limite de la hipertensión

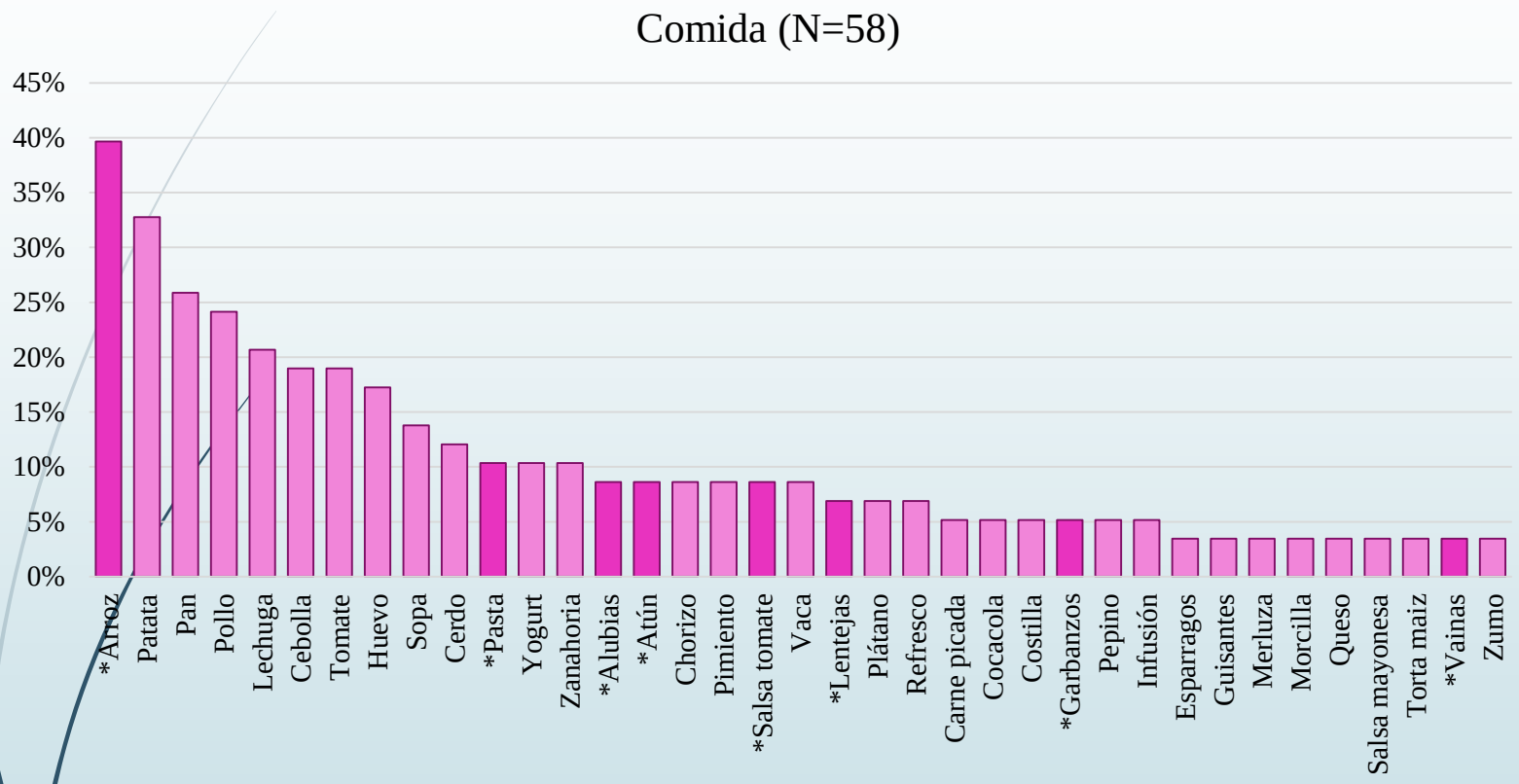
	Mujeres (N=44)						Varones (N=18)					
	Africa (N=3)		America (N=37)		Europa (N=4)		Africa (N=6)		America (N=10)		Europa (N=2)	
	Media	D.E	Media	D.E.	Media	D.E.	Media	D.E.	Media	D.E.	Media	D.E.
Edad	45,16	9,08	36,51	11,21	42,74	10,73	32,92	10,62	38,32	15,03	53,10	19,91
Peso	66,80	16,62	72,95	16,06	65,15	16,32	75,20	9,00	78,44	12,10	77,20	11,17
Estatura	153,50	3,74	156,11	6,92	158,88	7,65	173,72	8,65	169,24	9,31	170,65	4,74
BMI	28,18	5,71	29,80	5,48	25,83	6,71	24,89	2,00	27,62	5,22	26,65	5,31
WC	80,85	10,39	89,66	12,05	80,83	10,92	86,07	6,39	93,02	12,92	93,50	1,84
WHR	0,84	0,10	0,85	0,06	0,83	0,03	0,86	0,05	0,92	0,08	0,93	0,09
TER	1,88	0,86	1,87	0,44	1,37	0,47	2,78	0,45	2,90	0,42	2,19	0,23
CI	1,21	0,12	1,21	0,07	1,16	0,02	1,20	0,05	1,25	0,09	1,28	0,08
WHtR	0,54	0,08	0,57	0,08	0,51	0,08	0,50	0,03	0,55	0,10	0,55	0,03
SF6	128,50	40,31	134,79	33,89	95,75	48,42	80,83	18,65	91,11	30,25	90,50	47,38
FM	34,76	1,71	34,92	4,80	32,04	5,05	20,65	4,26	22,50	5,98	24,21	4,18
Endo	6,88	1,96	7,04	1,47	5,09	2,37	4,13	0,79	4,59	1,52	4,69	2,71
Meso	5,43	1,76	6,44	1,58	4,87	2,23	4,95	0,88	6,30	1,63	4,67	1,54
Ecto	0,42	0,44	0,48	0,92	1,37	1,08	1,66	0,83	1,31	1,30	1,27	1,65
T. Sistol	116,67	3,51	123,92	17,19	125,50	13,13	138,67	14,61	138,30	13,26	128,00	2,83
T. Diastol	71,67	8,74	74,84	12,00	77,25	15,56	74,83	6,82	82,10	8,79	82,50	3,54

Resultados y Discusión



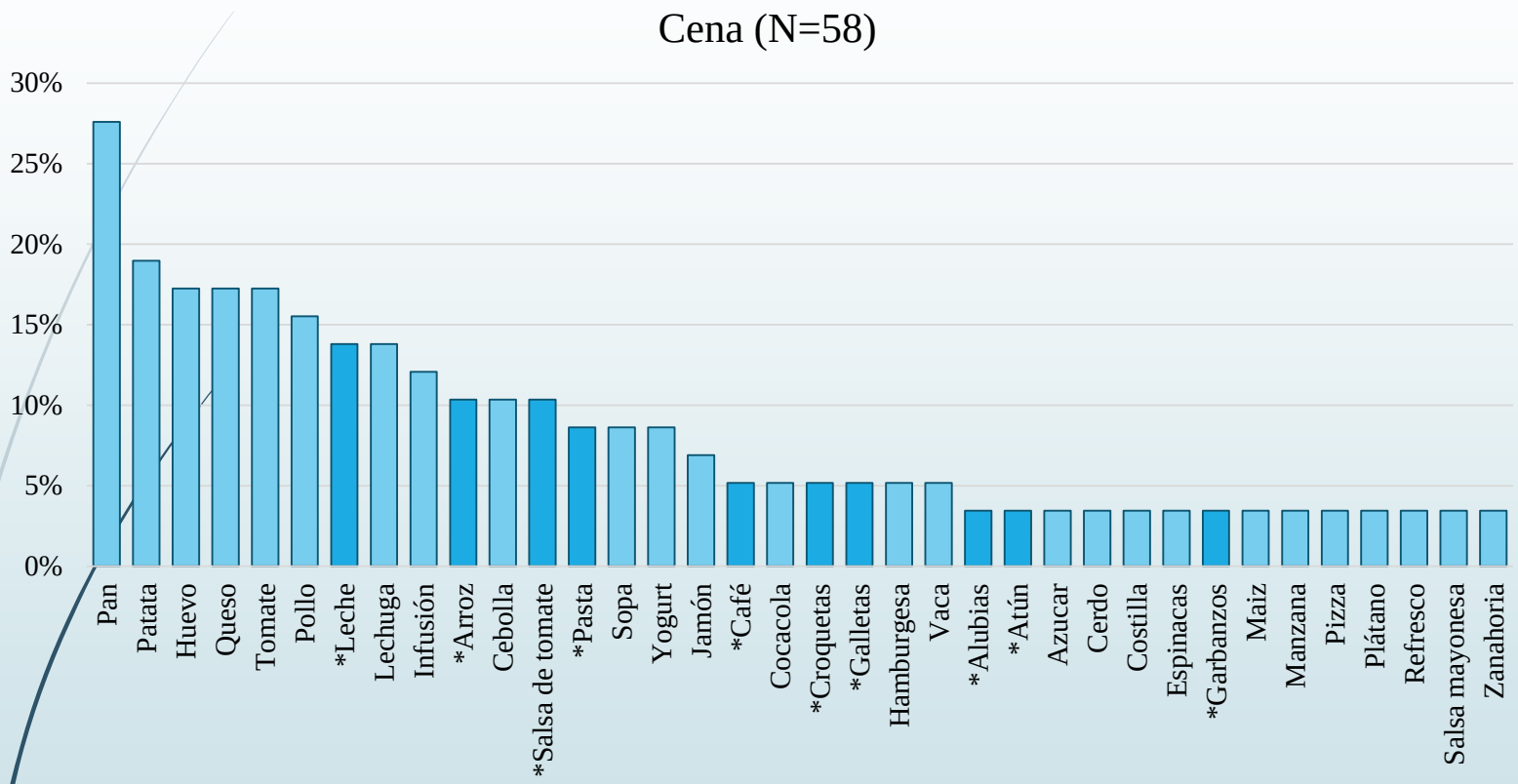
- Bajo consumo de fruta en el desayuno
- Presencia importante de los alimentos procedentes del programa de reparto.

Resultados y Discusión



- Elevado consumo: Arroz, patata, pan, pollo. Ensalada. Legumbres
- Bajo consumo: Pescado y verduras
- Poca fruta (Excepto plátano)

Resultados y Discusión



- Elevado consumo: Pan, patatas, huevo
- Ensalada y pollo
- Manzana y plátano

Conclusiones del Estudio

- **Muestra en sobrepeso**. Concretamente las mujeres **en el límite de la obesidad.**
- Relativamente **poca actividad física** diaria**. Escasa calidad del sueño.**
- **Elevado consumo**: Arroz, patata, pan, pollo. Ensalada. Legumbres.
- **Bajo consumo**: Pescado y verduras. Poca fruta (Excepto plátano)
- **Presencia importante de los alimentos procedentes del programa de reparto**

SATISFACCIÓN de las personas

- las personas han estado **muy satisfechas** con su participación en el estudio, valorando la **recogida individual** y discreta de los datos, el **buen trato** recibido y la **emisión del informe final.**

¡MUCHAS GRACIAS!
ESKERRIK ASKO!

EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

SORTARAZI

urban elika taldea

eman ta zabal zazu
Universidad del País Vasco
Euskal Herriko Unibertsitatea