

# Recomendaciones Dietéticas Globales: indicador simple del consumo de frutas y verduras en niños chilenos (N°1835)

Barisione Biso G<sup>1</sup>, Rebolledo N<sup>2</sup>, Corvalán C<sup>2</sup> y Martínez-Arroyo A<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Centro de Investigación del Comportamiento Alimentario (CEIC), Facultad de Farmacia, Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Valparaíso.

<sup>2</sup> Centro de Investigación en Ambientes Alimentarios y Prevención de Enfermedades Crónicas Asociadas a la Nutrición (CIAPEC), Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Universidad de Chile.

## Introducción

Las recomendaciones dietéticas internacionales, como el consumo de **frutas y verduras (FV)**, son clave para prevenir enfermedades crónicas desde la infancia. Sin embargo, evaluar el consumo alimentario es desafiante; las encuestas tradicionales son costosas y complejas metodológicamente. Se requieren métodos sencillos para monitorear la alimentación, como por ejemplo, el **Cuestionario de Calidad de la Dieta (DQQ)**. Este instrumento es rápido, fácil de aplicar y permite estimar **indicadores de calidad de la dieta** basados en las **Recomendaciones Dietéticas Globales (GDR)** de la OMS, como, por ejemplo el subindicador **GDR-FV**.

**Objetivo:** Evaluar el desempeño de un nuevo indicador cualitativo del consumo de frutas y verduras (GDR-FV) estimado desde el instrumento DQQ; comparándolo con el consumo obtenido desde un instrumento cuantitativo tradicional como es el recordatorio de 24 horas (R24H) en niños y niñas chilenas.

## Materiales y Métodos

**Participantes:** Cohorte chilena de ambientes alimentarios **FECHIC-CIAPEC INTA (2016)**. Esta cohorte fue creada para evaluar cambios en la alimentación pre y post implementación de la Ley 20.606. Está conformada por preescolares de NSE medio-bajo, del sector suroriente de Santiago  
Se utilizaron datos secundarios de **799 escolares** con R24H y medición antropométrica (peso y talla) recolectados en el año 2018.

**Instrumento:** El DQQ utiliza preguntas binarias (si/no) sobre 29 grupos de alimentos consumidos el día anterior. 6 de estos grupos preguntan por el consumo de FV, utilizando **alimentos centinelas** que permiten captar al menos el 95% del consumo del grupo en la población.  
**Datos dietéticos:** Clasificación de **10.778** alimentos y bebidas  $\geq 15$  g según grupos del DQQ.  
**Consumo total de FV (g/d)** calculado a partir del R24H mediante sumatoria.

**Cálculos:** **Prevalencia** de consumo grupos FV, **GDR-FV Score** (0–6; cumplimiento  $\geq 3$ ), **Indicador Cero consumo de FV y Cumplimiento recomendación de la OMS** consumo  $\geq 400$  g/d de FV (si/no).  
**Análisis estadístico:** Para evaluar el desempeño del GDR-FV, se realizaron análisis de correlación de Spearman y se calcularon odds ratios, considerando un nivel de significancia de  $p < 0.05$ . Software Stata v18.

## Resultados

Edad promedio de 6.2 (0.5 DE) años, la mitad fueron mujeres (51.3%) y uno de cada dos niños presentó exceso de peso (50,3%).

Figura 1. Proporción de consumo de grupos de frutas y verduras del DQQ en niños y niñas de la cohorte FECHIC

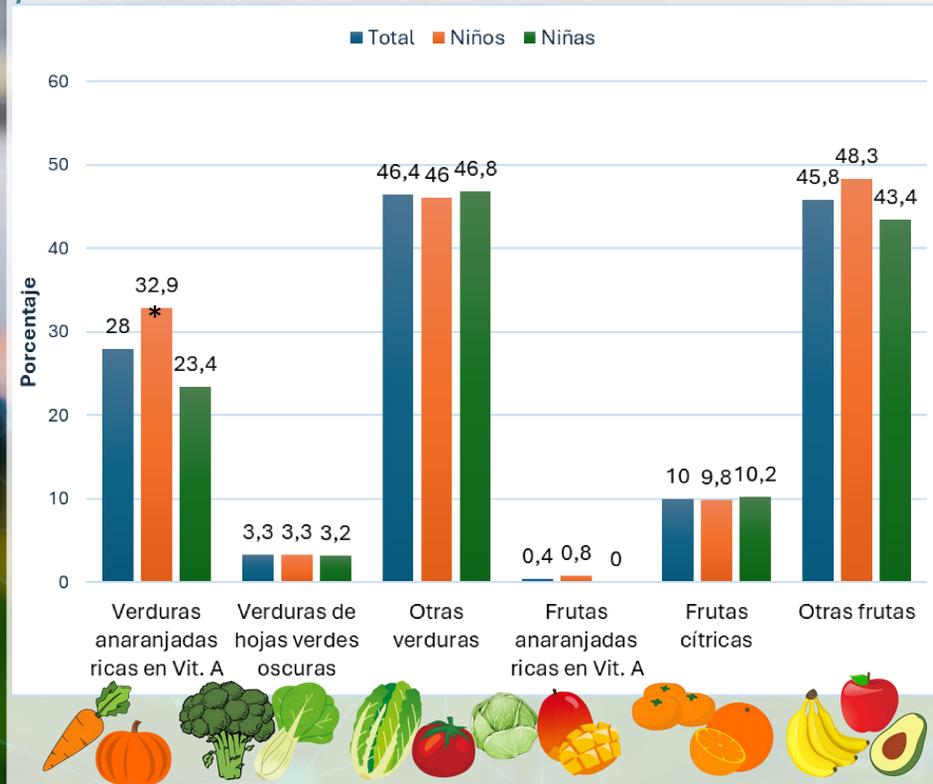


Tabla 1. Consumo de frutas y verduras e indicadores de calidad de la dieta de los participantes en niños y niñas de la cohorte FECHIC

	Total (n=799)
<b>Consumo cuantitativo</b>	<b>Mediana (RIC)</b>
Consumo de verduras, g/d	43.1 (0-100)
Consumo de frutas, g/d	35 (0-115)
Consumo total de FV, g/d	101.8 (35-199)
<b>Indicadores</b>	
Cero consumo de FV, n (%)	184 (23)
Recomendación OMS de FV (si), n (%)	35 (4.4)
GDR-FV score	1 (1-2)
Cumplimiento GDR-FV score (si), n (%)	108 (13.5)

GDR, Recomendaciones Dietéticas Globales; FV, Frutas y verduras; OMS, Organización Mundial de la Salud.

Tabla 2. Asociación entre GDR-FV score, el consumo cuantitativo y el cumplimiento de la recomendación en niños y niñas de la cohorte FECHIC

	GDR-FV score
<b>Consumo total de FV, g/d<sup>a</sup></b>	0.81*
<b>Recomendación OMS <math>\geq 400</math> g/d<sup>b</sup></b>	3.59*

<sup>a</sup> Coeficiente de correlación de Spearman. <sup>b</sup> Odds ratios. \* Indica diferencias significativas ( $p < 0.01$ ).

## Conclusión

Los **alimentos centinelas del DQQ Chile** capturan adecuadamente el consumo de frutas y verduras en niños y niñas. El **GDR-FV** es un **indicador simple de calcular** y presenta una buena correlación con el consumo cuantitativo de FV. El **GDR-FV** destaca por su potencial para monitorear la dieta a nivel poblacional y apoyar la evaluación de políticas públicas de salud.

**Financiamiento:** FONDECYT de Iniciación #11241201, FONDECYT Regular #1161436, IDRC # 108180.

## Referencias

- Herforth, AW et al.. Development of the Diet Quality Questionnaire for Measurement of Dietary Diversity and Other Diet Quality Indicators. Curr Dev Nutr. 2024;8(18):103798.
- Ma S, Herforth AW, Vogliano C, Zou Z. Most Commonly-Consumed Food Items by Food Group, and by Province, in China: Implications for Diet Quality Monitoring. Nutrients. 2022;14(9).
- Hanley-Cook GT, Gie SM, Parraguez JP, Hoogerwerf S, Padula de Quadros V, Balcerzak A, et al. Cross-context equivalence and agreement of healthy diet metrics for national and global monitoring: a multicountry analysis of cross-sectional quantitative 24-hour dietary intake studies. Am J Clin Nutr. 2024; 120:1093-104.
- Pastori G, Brouwer ID, Feskens EJM, Huang LT, Samuel FO, Xuan LTT, et al. A simple fruit and vegetable score is a valid tool to assess actual fruit and vegetable intake. Br J Nutr. 2023;130(11):1942-9.