

Hay poca evidencia sobre las intervenciones preventivas relacionadas con la nutrición en adolescentes de países de ingresos medios y bajos



La evidencia sobre las intervenciones preventivas relacionadas con la nutrición en adolescentes de países de ingresos medios y bajos es demasiado limitada como para obtener implicancias concluyentes que se puedan poner en práctica.

¿Cuál es el objetivo de esta revisión?

Esta revisión sistemática Campbell resume los hallazgos de 10 estudios sobre intervenciones preventivas relacionadas con la nutrición en adolescentes de países de ingresos medios y bajos.

La desnutrición es una de las causas más comunes de morbilidad y mortalidad entre los adolescentes de los países de ingresos medios y bajos (PByMI). Entre las medidas preventivas figuran los servicios educativos y el asesoramiento en materia de nutrición; los suplementos/fortificación de micronutrientes y los suplementos de macronutrientes. Existen pocos estudios que evalúen los programas de suplementos de micronutrientes y de fortalecimiento de alimentos. Los estudios existentes son de baja calidad y por lo general no encuentran efectos.

No existen estudios sobre otras medidas preventivas, i.e., los suplementos de macronutrientes o los servicios educativos y de asesoramiento en materia de nutrición.

¿Cuál es el tema que trata esta revisión?

La desnutrición es una de las causas más comunes de morbilidad y mortalidad entre los adolescentes y actualmente se considera uno de los mayores factores de riesgo responsables de la carga mundial de morbilidad, junto con una dieta deficiente. Esta revisión evalúa el impacto de las intervenciones preventivas en materia de nutrición (incluyendo los servicios de educación y asesoramiento en nutrición; los suplementos/fortificación de micronutrientes y los suplementos de macronutrientes) para mejorar la salud y el estado nutricional de los adolescentes de 10 a 19 años en los países de ingresos medios y bajos (PByMI).

¿Qué estudios se incluyen?

Para ser elegibles para su inclusión, los estudios debían ser ensayos controlados aleatorizados (ECA), estudios cuasiexperimentales, estudios controlados del tipo antes-después o estudios de series temporales interrumpidas que evaluaran la efectividad de las intervenciones nutricionales preventivas en adolescentes de entre 10 y 19 años provenientes de PByMI.

La revisión resume la evidencia de 10 estudios de 15 escritos publicados, que incluyeron 10.802 participantes. Todos los estudios incluidos son ECA que evalúan los suplementos y la fortificación con micronutrientes. Las adolescentes fueron el grupo de intervención de todos los estudios incluidos, excepto uno.



¿Cuán actualizada es esta revisión?

Los autores de la revisión usaron estudios publicados hasta febrero de 2019.

¿Qué es Campbell Collaboration?

Campbell Collaboration es una red de investigación internacional, voluntaria y sin fines de lucro que publica revisiones sistemáticas. Resumimos y evaluamos la calidad de la evidencia con respecto a las políticas, programas y prácticas sociales y económicas. Nuestro objetivo es ayudar a que las personas elijan mejores opciones y tomen mejores decisiones sobre Políticas.

Acerca de este resumen

Este resumen fue preparado por Howard White basado en la revisión sistemática Campbell: Salam, RA, Das, JK, Irfan, O, Ahmed, W, Sheikh, SS, Bhutta, ZA. Effects of preventive nutrition interventions among adolescents on health and nutritional status in low- and middle-income countries: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*. 2020; 16:e1085. <https://doi.org/10.1002/cl2.1085>.

Agradecemos el apoyo financiero de American Institutes for Research para la producción de este resumen. La traducción al español de este documento es cortesía de CAF-banco de desarrollo de América Latina.



No se encontraron estudios que evaluaran los suplementos de macronutrientes o los servicios educativos y de asesoramiento en materia de nutrición.

¿Los suplementos y la fortificación de micronutrientes mejoran los resultados en materia de salud y nutrición?

En general, la mayoría de las intervenciones evaluadas no tuvieron un efecto positivo significativo en los resultados evaluados, aunque esta conclusión se basa en unos pocos estudios de baja o muy baja calidad.

Específicamente, no hubo un impacto positivo en ninguno de los siguientes resultados:

- Anemia: Ningún efecto de los suplementos de hierro, con o sin ácido fólico, administrados diaria o semanalmente
- IMC: Ningún efecto de alguno de los suplementos de calcio/vitamina D, suplementos de hierro con o sin ácido fólico, suplementos de zinc, fortificación con diversos micronutrientes

Se encontraron efectos positivos para los suplementos de calcio/vitamina D en el nivel sérico 25(OH) D, mientras que los suplementos de sólo calcio y los suplementos de calcio y vitamina D también mostraron algún efecto positivo en la densidad mineral ósea total del cuerpo.

¿Qué significan los resultados de esta revisión?

La evidencia sobre las intervenciones preventivas relacionadas con la nutrición en adolescentes de PByMI es demasiado limitada como para obtener implicaciones concluyentes para poner en práctica. Las pruebas existentes se limitan sólo a los suplementos/fortificación de micronutrientes. No hay evidencia sobre los servicios educativos y de asesoramiento en materia de nutrición ni sobre la administración de suplementos de macronutrientes a los adolescentes.

Los estudios futuros que evalúen las intervenciones preventivas en materia de nutrición entre los adolescentes de PByMI se deberían centrar en los servicios educativos sobre nutrición y la administración de suplementos de macronutrientes. Los estudios futuros se deben diseñar con períodos de seguimiento y evaluar también cualquier efecto adverso.

Es necesario realizar evaluaciones de programas de intervención en materia de nutrición a gran escala en los entornos de los PByMI. Los programas dirigidos a adolescentes en los PByMI también deberían informar sobre los factores contextuales de la planificación, la ejecución y la evaluación en vista de los elementos básicos del sistema de salud de la OMS. Futuros estudios deberían focalizarse en adolescentes de ambos sexos.