

# Referentes de significado de la alimentación durante el periodo gestacional

Sandra L. Restrepo<sup>1</sup>  
Natalia J. Zapata<sup>2</sup>  
Johanna Santa<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ND. Mag Salud Colectiva  
Esp. en NH  
Profesora Escuela de  
Nutrición y Dietética  
Grupo de Investigación  
Alimentación y  
Nutrición Humana  
<sup>2</sup>Nutricionista  
Dietista  
<sup>3</sup>Antropóloga  
Aspirante a Mg en Salud  
Colectiva  
Profesora Facultad  
de Química Farmacéutica  
Grupo de Investigación  
Medioambiente  
y Sociedad  
Universidad de Antioquia

## Resumen

**Fundamentos:** El desconocimiento de los factores socio-culturales que inciden en la alimentación en el periodo gestacional impide a los profesionales del área de la salud articular el saber científico, con el saber popular. Con esta investigación se indagó acerca de los referentes de significados de la alimentación durante la gestación para contribuir a fortalecer la atención en salud.

**Métodos:** Se realizó un estudio cualitativo bajo la perspectiva de etnografía focalizada, la población de estudio fueron las gestantes participantes del programa MANA para la vida.

**Resultados:** La alimentación de las gestantes se ve influenciada por la situación económica que condiciona la disponibilidad de alimentos en el hogar. El proceso educativo del cual participaron las gestantes del estudio contribuyó a que éstas tuvieran una mejor selección de los alimentos en comparación con embarazos pasados. La mayor parte de las maternas coincidieron en afirmar que el sabor es la primera razón que las conduce a preferir los alimentos, la causa principal de las aversiones es la remembranza de algún recuerdo y la característica común de los antojos es no pertenecer al inventario cotidiano.

**Conclusión:** Se concluye que la situación económica fue el principal condicionante para determinar la cantidad y calidad de los alimentos que consumen las gestantes.

**Palabras clave:** Gestación. Alimentación. Nutrición. Educación para la salud. Cultura alimentaria. Conducta alimentaria.

## Summary

**Background:** The lack of knowledge of the social and cultural factors affecting the feeding during the gestation period impedes to the health professional, to articulate scientific knowledge, with common knowledge. By this study, it was investigated the references of the nutrition importance during the gestation period to contribute to reinforce the attention in health.

**Methods:** A qualitative study was realized under the perspective of ethnography focalized, the study population were pregnant women who were participating of the program "MANA for the life".

**Results:** The pregnant women feeding are influenced by the economic situation that determines the food availability in the hearth. The educational process that the pregnant

women received, contributed to they to have a better selection of the food compared to past pregnancies. Most of the mothers coincided in affirming that the taste is the first reason that drives them to prefer the food, the principal cause of the distastes is the remembrance of some memories and the common characteristic of the whims is not to belong to the daily inventory. Conclusion: Is a conclusion that the economic situation was the principal determinant to influence the quantity and quality of the food that the pregnant consume.

**Key words:** Gestation. Feeding. Nutrition. Education for the Elath. Food culture. Food conduct.

## Introducción

La importancia de las exploraciones cualitativas radica en que tradicionalmente la atención en salud se ha focalizado en el modelo biomédico, el cual no trasciende más allá del concepto fisis-patológico del proceso salud-enfermedad; lo anterior no permite tomar al paciente como un ser social dotado de cultura, en el cual hay factores emergentes que influyen positiva o negativamente sobre su estado de salud.

Las gestantes hacen parte de un contexto social y cultural, el cual influye sobre el consumo de alimentos, y por consecuente en el estado nutricional. No se puede olvidar que el comportamiento alimentario del hombre no está guiado por su instinto, sino por su cultura en la cual se aprende a comer según las reglas que operan en la sociedad. Por lo anterior, esta aproximación tuvo como propósito indagar cuales son los referentes de significado que rodean la alimentación durante la gestación.

## Materiales y métodos

Se realizó un estudio cualitativo<sup>1</sup> bajo la perspectiva de la etnografía<sup>2,3</sup> focalizada<sup>4</sup>, la cual hace referencia

### Correspondencia:

Sandra Lucia Restrepo Mesa  
Carrera 75 N° 65-87  
Bloque 44 Oficina 109  
Ciudadela Universitaria  
de Robledo  
Medellín. Colombia  
E- mail: sanres@pijaos.udea.  
edu.co.

al estudio de un aspecto específico de un grupo, en el cual la observación participante no requiere de un año o más, sino que bastan unas semanas de observación para cumplir los objetivos del trabajo. El estilo focalizado es aquel en el cual, el etnógrafo investiga un solo aspecto de la cultura, en un corto periodo de tiempo<sup>5</sup>.

Las técnicas para la recolección de información fueron la observación participante, la construcción de diario de campo, la entrevista grupal semiestructurada<sup>6,7</sup> y la entrevista individual<sup>7</sup> las cuales se grabaron y transcribieron para su análisis con su respectivo código.

Para el desarrollo de la investigación se realizó un muestreo intencional<sup>8</sup>, por medio de éste se seleccionaron casos que resultaron ser típicos y que aportaran a los objetivos del estudio<sup>9</sup>. El número de personas a entrevistar se seleccionó de manera dinámica, de acuerdo con el propósito y las necesidades de la investigación hasta que se presentó la saturación de la información<sup>10</sup>.

La población estuvo constituida por 55 gestantes, distribuidas en 7 grupos de los municipios del Bagre, Taraza, Necoclí, Apartado, Belmira, Carolina del Príncipe, Santa Rosa de Osos del Departamento de Antioquia, Colombia. Todas ellas participantes del programa "MANA para la vida"<sup>\*</sup>.

El procesamiento de los datos se realizó en forma computarizada utilizando el Software para análisis de datos cualitativos Atlas ti. Versión 5.0<sup>\*\*</sup>. Una vez obtenidos los textos, se procesaron y analizaron mediante el método inductivo. Para el análisis se realizó primero una codificación abierta, asignando a los párrafos códigos vivos y emergentes, posteriormente éstos se agruparon para establecer relaciones entre ellos y elaborar categorías más generales de orden primario, secundario o terciario en relación a una mayor generalidad y abstracción de las categorías. Una vez se saturó el sistema categorial y se cumplió con las cualidades de exhaustividad, mutua exclusión, coherencia y plausibilidad de los hallazgos, se hizo la estructura del análisis e interpretación de los resultados, los cuales fueron contrastados con la revisión documental, para consolidar el establecimiento de relaciones de similitud y diferencia entre las categorías emergentes y la teoría de otros autores<sup>11</sup>. Para garantizar la validez y confiabilidad de los datos se

realizó la triangulación de las fuentes de datos y observadores<sup>11</sup>.

Las implicaciones éticas de la investigación se circunscriben en el establecimiento de relaciones humanas mediante la interacción personal con las participantes, sin incluir procedimientos experimentales que pusieran en riesgo la salud tanto materna como fetal.

Es de anotar que la presencia de extraños en la vida cotidiana del otro genera impactos cuyas consecuencias son impredecibles, por ello las investigadoras tuvieron en cuenta los principios éticos fundamentales: respeto por las personas, beneficencia y justicia<sup>12</sup>, así las relaciones instauradas con las gestantes estuvieron mediadas por el respeto por sus creencias, valores y prácticas cotidianas; el uso de la información está regido por la finalidad de generar beneficios, manteniendo un manejo discreto de la información al guardar el anonimato. Las mujeres gestantes dieron su consentimiento informado para la participación en el estudio.

## Resultados y discusión

La mujer ocupa un importante papel en la sociedad. Además de la reproducción biológica, ha asumido la responsabilidad de la "reproducción social", es decir, el cuidado y la crianza de los hijos; por lo anterior el proceso reproductivo no sólo debe ser visto como un trabajo únicamente biológico; si no también social por los riesgos, costos, y responsabilidades que este "trabajo" tiene para la sociedad. La "rentabilidad social" es altísima: si la vida comienza bien, el nuevo individuo tiene mejores posibilidades de llegar a ser un adulto sano, que se integrará adecuadamente a su familia y a la sociedad<sup>13</sup>.

Desde el concepto de reproducción biológica, se entiende la gestación como un proceso complejo, en el que se llevan a cabo importantes cambios en la mujer, tanto a nivel fisiológico como psicológico, y en el cual el medio ambiente familiar y el entorno social cumplen roles trascendentales para la salud del binomio madre-hijo<sup>14</sup>. Es una experiencia nueva que produce ansiedad y niveles elevados de estrés condicionados por las demandas sociales ante esta

\* Programa de la Dirección Seccional de Salud de Antioquia, Colombia, el cual ofreció a las gestantes complementación alimentaria, suplemento de hierro y ácido fólico y educación alimentaria y nutricional.

\*\*Atlas Ti es una herramienta informática cuyo objetivo es facilitar el análisis cualitativo de grandes volúmenes textuales. Su foco de atención es el análisis cualitativo, no pretende automatizar el proceso de análisis, si no simplemente ayudar al intérprete humano agilizando considerablemente muchas de las actividades implicadas en el análisis y la interpretación.

nueva situación a la que debe acomodarse<sup>15</sup>. Uno de los testimonios de las gestantes entrevistadas, es el mejor ejemplo para ilustrar lo anterior:

*"Con este embarazo ajusto 4 hijos, y en todos se sienten emociones diferentes: uno es el miedo a que el bebé nazca con algún defecto, o enfermito. Mire, uno siente mucha alegría pero es como con temor..., además a uno también le angustia el pensar si serán o no buenos muchachos, si sí se dejaran criar, si uno sí será capaz de educarlos..."* (GSRO)\*.

Para sosegar estos temores, principalmente los relacionados con la salud del bebé, las gestantes intentan adaptar su realidad, buscando aquellos medios que aseguren a su hijo una prospera salud y una mejor calidad de vida, y es la alimentación un medio para el logro de este objetivo.

*".. Pues pienso que cuando se está en embarazo la mamá come es por el bebé, se preocupa es por él, a veces cuando se está haciendo algo y llega la hora de la comida, uno dice: ahhh tengo que ir a comer, porque tengo que darle alimento al bebé, si uno no está en embarazo sigue haciendo lo que estaba haciendo, sin importarle nada, porque no tiene que cuidar ni velar por nadie..."* (GSRO).

El grupo de gestantes entrevistadas reconocen desde sus vivencias la importancia de la alimentación durante este periodo: *"Yo creo que la alimentación si es muy importante,... porque de ésta es que depende como va a ha nacer el bebé...porque vea, por ejemplo con la niña mayor casi no me alimenté bien, y me nació muy bajita de peso, además el parto fue muy difícil"* (GSRO).

Diferentes investigaciones reportan que la alimentación, antes y después del parto es una de las herramientas que utilizan las mujeres para garantizarle al infante una salud duradera<sup>16</sup>. Desde esta perspectiva se ha comprobado que durante la gestación, el crecimiento del bebé se ve directamente influenciado por la alimentación de la madre<sup>17-19</sup>, una dieta insuficiente puede tener consecuencias en la formación y desarrollo del recién nacido<sup>20,21</sup>, mientras que una dieta balanceada, adecuada y nutritiva es un fundamental para el desarrollo del futuro ser. Sin embargo la alimentación de la gestante es más que un acto biológico, el introducirse un alimento en la boca, pone en marcha procesos fisiológicos, psicológicos, económicos y culturales marcados por experiencias pasadas y

por la vivencia de la misma gestación, todos ellos, constituyen los condicionantes del comportamiento en este periodo<sup>22</sup>.

"Desde la condición básica del ser vivo, es menester nutrirse, podría decirse que buscar comida es un acto instintivo que garantiza la existencia". La cultura cruza todas las esferas del ser humano, entre ellas la alimentación, la cual se compone tanto de nutrientes como de significados, cumpliendo una función fisiológica y social al mismo tiempo. La comida adquiere significados, de acuerdo con quien se coma, quien la prepare, el tipo de comida que sea y la forma de comerla<sup>23</sup>.

En esta investigación se encontró que la alimentación de las maternas esta condicionada por múltiples factores, especialmente la situación económica. *"Para decidir qué voy hacer de almuerzo o de comida dependo de los alimentos que tengo en mi casa"* (GSRO). En la literatura se ha reportado que el determinante principal de lo que se come probablemente sea la accesibilidad, aspecto que en buena medida resulta independiente del comportamiento del individuo<sup>24</sup>, por lo anterior se afirma que aunque el ser humano tiende a comer lo que prefiere y le gusta, esto depende de la disponibilidad, el precio del alimento y la conveniencia del consumo del mismo<sup>25</sup>. La Organización para la Agricultura y la Alimentación (FAO), hace hincapié en que el problema de la mala nutrición en América latina no reside en la falta de capacidad para producir alimentos, si no en las posibilidades de acceso a éstos<sup>26</sup>.

Se encontró también, que factores como compañía, estado emocional y la región donde se habite, tuvieron influencia sobre la forma como se alimenta la gestante: *"Hace dos años yo vivía con mi mamá y mis hermanos..., como todos nos sentábamos a comer, yo comía bien; pero me fui a mi casa con mi esposo y mi hija, él al trabajo, la niña a la guardería, entonces uno solo, que pereza comer..."* (GB).

"El compartir la comida tiene significados especiales, comer crea lazos de afecto y amor, es alrededor de la comida que se convoca la familia", de las actividades cotidianas el cocinar tiene una alta valoración cultural por congregarse y conjugar relaciones sociales<sup>23</sup>. Autores, como Dorothy Shack, afirman que el hecho de compartir la comida contribuye al fortalecimiento de las relaciones, de la aceptación social y de la cordialidad<sup>27</sup>.

\*Tabla de códigos: GEB: Gestante el Bagre – GT: Gestante Taraza – GCP: Gestante Carolina del Príncipe – GB: Gestante Belmira - GA: Gestante Apartadó – GN: Gestante Necoclí – GSRO: Gestante Santa Rosa de Osos

El tipo de alimentos que se consumen depende también de la región donde se vive, las prácticas alimentarias tienen un arraigo territorial, que se manifiesta en las tendencias alimentarias, en las cuales se suele detectar la conservación de hábitos convencionales<sup>23</sup>. *“Yo soy del Caqueta, ahora como arroz y queso, o arroz, queso y plátano frito, o arroz, carne frita y plátano; o sea eso fue lo que vi que comían cuando llegué aquí [refiriéndose al Municipio de Necolí], entonces me toco acostumbrarme a comer esos alimentos...”* (GN).

Al indagar cuáles eran las personas de mayor influencia para la toma de decisiones en relación a la alimentación de las gestantes, se encontró que era la nutricionista dietista del programa “MANA para la vida”, sin embargo aparecen otras figuras: *“¿A mi quien me aconseja para la alimentación?: haber.... prácticamente todo el mundo que ya haya tenido un hijo: mi mamá, mis tías, mi suegra, incluso hasta las vecinas; pero yo sólo le hago caso a la nutricionista de acá del control prenatal, pues ella es la que sabe de alimentos”* (GSRO).

La gestante, está influenciada por agentes internos y externos que, unidos a su conducta alimentaria habitual, la llevan a tomar decisiones con las cuales busca su salud y el bienestar de su futuro hijo. Ellas representan una población objeto de las prescripciones alimentarias, dado que encierran el hecho existencial del nacimiento. “Las cuales oscilan entre lo imaginario y lo científico, lo tradicional y lo nuevo, lo deseado y lo saludable, las preferencias y los rechazos”<sup>23</sup>. Es así como muchas mujeres cambian sus hábitos alimentarios durante la gestación, basadas en consejos médicos o en aspectos idiosincrásicos o culturales.

### **Patrón de alimentación actual**

Con relación a los hábitos de alimentación se encontró que las gestantes de alguna manera cambian su alimentación cotidiana; en la mayoría de los casos encaminados hacia prácticas alimentarias más saludables: *“Yo ahora me tomo todo el tiempo para comer, primero no, antes comía muy rápido, a mí no me importaba nada, pero ahora ya sí me importa...”* (GSRO).

Al indagar por las diferencias entre el patrón de alimentación que tenían en los embarazos anteriores y en el actual, la mayoría hizo referencia a que esta gestación en particular fue diferente a las demás, ya que el proceso de educación alimentaria y nutricional del cual participaron les permitió dimensionar la importancia de una adecuada alimentación durante el periodo gestacional. *“Es que de pronto en los otros*

*embarazos no consumía lo que debía consumir; pero ahora uno acá viendo las capacitaciones va aprendiendo de que alimentos debe comer más, y de cuales debe comer menos”* (GN).

La educación alimentaria y nutricional es un instrumento para la promoción de la salud que pretende facilitar información para potenciar cambios de comportamientos hacia conductas saludables y generar reflexiones para eliminar factores de riesgo<sup>28-30</sup>, tiene como objetivo la adquisición de conocimientos y el desarrollo de hábitos que fomenten estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar y el desarrollo personal, familiar y de la comunidad<sup>31</sup>.

Las preferencias y los rechazos alimentarios en las gestantes, están marcados por su periodo fisiológico y por aspectos individuales: *“a mí lo que más me gusta es la carne de cerdo, la sopa de lentejas y las papas fritas, antes del embarazo la carne y las lentejas casi no me gustaban, ahora es que me ha dado por comerlos”* (GSRO). *“con el embarazo me dio por comer mucha ensalada con carne, si por mí fuera todo el día comiera ensalada”* (GSRO).

Los testimonios anteriores coinciden en que prefieren esos alimentos por el sabor conferido, coincidiendo con estudios similares a éste, donde aseveran que el sabor constituye la primera razón que conduce a las madres a seleccionar ciertos alimentos, y a preferir ciertas formas de prepararlos<sup>23,32</sup>. Sin embargo, se encontraron testimonios de madres que preferían alimentos por ser tradicionales en su patrón de alimentación, o por su valor nutricional.

Con respecto a los rechazos alimentarios algunas gestantes manifestaron: *“A mí no me gusta el jugo de tomate de árbol, porque cuando estaba en mi casa me dieron un purgante con este jugo, ¡gas! yo no soporto eso”* (GSRO). *“pues yo la yuca no la puedo ver, me acuerdo que un día en que mi papá se sentó con una correa al pie mío y me la obligo a comer,”* (GSRO).

Para entender el complejo mundo de las preferencias y rechazos alimentarios, es necesario estudiarlos desde una perspectiva psicobiológica, donde se requiere analizar sistemáticamente lo que motiva a las personas a aceptar o rechazar la comida ya que desde la infancia los seres humanos adoptan un conjunto de creencias y actitudes en relación a ésta. Se ha concluido entonces, que existen tres tipos básicos de razones para aceptar o rechazar los alimentos, cada una de ellas motiva la aceptación y en la forma opuesta el rechazo, tal como lo plantea Paul Rozin<sup>25</sup> estas razones son: factores afectivos - sensoriales, factores ideales y consecuencias anticipadas.

Los factores afectivo-sensoriales se refieren al efecto sensorial que los alimentos producen en la boca, al gustar o no gustar. Los factores ideales hacen referencia a la idea que cada persona se hace de determinado alimento, debido al desconocimiento de lo que son y de donde proceden y las consecuencias anticipadas hacen referencia a lo que la persona cree que el alimento le va a producir, como las náuseas o el sentimiento placentero.

El consumo de un alimento por parte de una gestante se encuentra determinado tanto por el periodo biológico que vive como por aspectos ecológicos, psicológicos, económicos, y culturales<sup>23</sup>. El hecho que una mujer antes de quedar en embarazo coma a menudo algunos alimentos que son de su agrado, y estos mismos dejen de gustarle e incluso le generen aversión, forman parte de los cambios que experimentan los sentidos en un ambiente hormonal propicio como es el embarazo. Hay mujeres que experimentan un aumento de la agudeza visual, otras experimentan un incremento importante a la hora de percibir los olores, otras un incremento en el gusto de los alimentos<sup>33</sup>.

Los antojos hacen parte de la experiencia de la gestación y son fuente de creencias y construcciones simbólicas, para algunas la no satisfacción de un antojo puede traer efectos negativos para la madre y el niño<sup>23</sup>. Se encontraron relatos como: “yo me he antojado de muchas cosas, soy súper antojada: de morcilla, de helado, de mango biche con sal, guayaba con sal y limón, salpicón, hamburguesas, perros, pizzas” (GSRO).

La característica común de los antojos es no pertenecer al inventario cotidiano de alimentos consumidos, así lo demuestran las preparaciones referidas por las maternas, que van desde los más tradicionales, hasta los más modernos<sup>32</sup>, se podría pensar que representan una manera de variar la dieta<sup>34</sup>.

Finalmente es importante retomar como lo plantea Graciela Torres, *et al.*<sup>35</sup> que la conducta alimentaria o sea el conjunto de acciones y decisiones tendientes a la satisfacción de una necesidad biológica de nutrición, es el resultado de un conjunto de estrategias definidas colectivamente desde una inserción social, económica y ambiental dada. Cada grupo humano desde el lugar y la situación en que se encuentra inserto, dispone de un espectro de determinadas opciones alimentarias, que lo lleva a considerar la oferta alimentaria, discriminando la disponibilidad y accesibilidad de la misma, como dos instancias que no siempre son coincidentes<sup>35</sup>.

## Conclusiones

La selección de los alimentos en la gestación está determinada por factores como la compañía, la región donde se reside y en especial por la condición económica que determina la cantidad y calidad de los alimentos que consumen.

Los alimentos son preferidos por el sabor conferido, por ser tradicionales en el patrón de alimentación y porque representan un bienestar para la madre y el futuro bebé, mientras que las aversiones alimentarias se caracterizan por aspectos individuales y experiencias pasadas en torno a la alimentación.

La mayoría de las gestantes que ya habían tenido un embarazo previo coincidieron en afirmar que durante esta gestación se alimentaron de manera más saludable y adecuada, en comparación con las gestaciones pasadas. El programa de educación nutricional contribuyó a la selección de alimentos que tienen un papel importante en el proceso gestacional y en la formación del futuro bebé.

## Agradecimientos

Los investigadores agradecen a la Gerencia Departamental de Seguridad Alimentaria y Nutricional por el aporte financiero. A la Escuela de Nutrición y Dietética por el apoyo logístico para el desarrollo del proyecto. A las Empresas Sociales del Estado, sus gerentes y funcionarios que hicieron posible cada una de las actividades y de manera especial a las gestantes, sujetos centrales de este proyecto.

## Bibliografía

1. De la Cuesta C. Características de la investigación cualitativa y su relación con la enfermería. *Rev Invest educ enferm* 1997;15(2):13-23.
2. Santana L, Gutiérrez L. *La investigación etnográfica: Experiencias de su aplicación en el ámbito educativo*. [Documento en Internet] URL: <http://www.revistaparadigma.org.ve/Doc/Paradigma96/doc2.htm>. Fecha de consulta 22 de Noviembre 2006.
3. Romo M, Castillo C. Metodologías de las ciencias sociales aplicadas al estudio de la nutrición. *Rev Chil Nutr* 2002;29(1):14-22.
4. Valles SM. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: *Técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional*. España: Síntesis 1997;89-96.

5. Boyle J. Estilos of ethnography. En: Morce J (ed). *Issues in cualitativa research*. Washington: New bur park 1993;172.
6. Taylor S, Bogdan R. *Ir hacia la gente: Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de los significados*. Barcelona: Paidós 1998;15-9.
7. Alcaraz G, Restrepo S. La investigación cualitativa y sus aportes prácticos a la alimentación y nutrición humana. En: *Memorias del 11º Simposio Nacional de Nutrición Humana*. Medellín: Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética 2006;67-78.
8. Pardo G, Cedeño M. *El muestreo en pocas palabras*. Santa Fé de Bogotá: McGraw Hill Interamericana SA 1997;125-6.
9. Padua J. *Técnicas de investigación aplicada a las ciencias sociales*. México: Fondo de cultura Económica de México 1987;63-85.
10. Rodríguez G, Gil F, García E. El análisis en la secuencia de la investigación. En: Rodríguez G, Gil F, García E (ed). *Metodología de la investigación cualitativa*. España: Ediciones Aljibre 1996;142-65.
11. Restrepo S. Percepciones frente a la alimentación y nutrición del escolar. *Persp en Nutr Hum* 2007;9(1):23-35.
12. Francisco Jose. *El Informe De Belmont. Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación*. Comisión Nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento. USA. Abril 1979. [sitio en Internet] URL: [http://www.bioeticaweb.com/index2.php?option=com\\_content&do\\_pdf=1&id=1060](http://www.bioeticaweb.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=1060). Fecha de acceso: 22 de abril 2008.
13. Castro R. La Gestación. En: Montecino S, Castro R, De la Parra MA (ed). *Mujeres: Espejos y fragmentos: Antropología del género en el Chile del siglo XXI*. Primera edición. Chile: C&C Aconcagua 2003.
14. Olivar A. Cambios biológicos, psicológicos y sociales durante el embarazo. *Rev adontol colomb* 2002;201:37.
15. Sánchez AI, Bermúdez MP, Buela-Casal G. Efectos del estado de gestación sobre el estado de animo. *Revista electrónica de motivación y emoción*. Volumen 2, número 2-3. [sitio en Internet] URL: [reme.uji.es/articulos/abuelg316251199/texto.html](http://reme.uji.es/articulos/abuelg316251199/texto.html). Fecha de acceso: 2 de abril 2007.
16. Argote LA, Vasquez ML. "La dieta" como camino para asegurar un hijo sano: una mirada desde el mundo urbano de las adolescentes. *Colomb med* 2005;36(Supl 2):58-64.
17. Manjares LM. Cambios en el aporte de energía y nutrientes en un grupo de mujeres gestantes participantes del programa MANA para la vida. En: Restrepo SL (ed). *Alimentación y Nutrición de la Mujer Gestante: Diagnóstico y lineamientos para la acción*. 1 ed. Medellín: Divegraficas 2007;152-61.
18. Fagen C. Nutrición durante el embarazo y la lactación. En: Mahan K, Escott-Stump S (ed). *Nutrición y Dietoterapia de Krause*. Décima edición. Philadelphia: McGraw-Hill Interamericana 2001;182-3.
19. Ministerio de Protección Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. *Guías alimentarias para gestantes y madres en lactancia. Bases Técnicas*. Bogotá: Icbf 2006;6.
20. Restrepo M. Evaluación del crecimiento intrauterino y del recién nacido. En: Restrepo M (ed). *Estado nutricional y crecimiento físico*. 1ed. Medellín: Universidad de Antioquia 2000;167-8.
21. González T, Sanin L, Hernández M, Rivera J, Hu H. Longitud y peso al nacer: el papel de la nutrición materna. *Salud Púb Méx* 1998;40(2):119-26.
23. Resumen de la antropología de la alimentación: los principales condicionantes de la alimentación. [Sitio en Internet] URL [club.telepolis.com/torrefdz/antropusi40.htm](http://club.telepolis.com/torrefdz/antropusi40.htm). Fecha de consulta: 28 de noviembre 2006.
24. Arboleda R. La buena mesa: Cultura alimentaria en la mujer gestante. En: Restrepo S, Manjarrés LM, Arboleda R (ed). *El pan de las nueve lunas: Alimentación y estado nutricional de la mujer gestante*. 1 ed. Medellín: Biogénesis 2002;13-64.
25. Rozin P. Preferencias y Aversiones alimentarias: Perspectivas psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En: Contreras J (ed). *Alimentación y cultura: Necesidades, gustos y costumbres*. Primera edición. Barcelona: Universitat Barcelona 1995;101.
26. Rozin P. Preferencias y Aversiones alimentarias: Perspectivas psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En: Contreras J (ed). *Alimentación y cultura: Necesidades, gustos y costumbres*. Primera edición. Barcelona: Universitat Barcelona 1995;85-109.
27. FAO. *Informe Final Vigésimo Novena Conferencia Regional de la FAO para América Latina y el Caribe*. Apéndice G: Iniciativa "América Latina y El Caribe Sin Hambre 2025": Estrategia De Implementación [Documento electrónico] URL: <http://www.fao.org/docrep/meeting/011/j8120s/j8120s07.htm> Fecha acceso: 20 de septiembre de 2005.
28. Shack DN. El gusto del catador: Determinantes sociales y culturales de las preferencias alimentarias. El simbolismo de la comida compartida. En: Contreras J (ed). *Alimentación y cultura: Necesidades, gustos y costumbres*. Primera edición. Barcelona: Universitat Barcelona 1995;123.
29. Restrepo S. La promoción de la salud, un dinamizador de los procesos en alimentación y nutrición. *Rev Invest educ enferm* 2005;23(1):110-7.
30. ¿Qué significa la promoción de la salud? [Sitio en Internet]. URL <http://www.ua-cc.org/educacion3.jsp>. Fecha de consulta: 12 de abril de 2007.
31. Educación para la salud y viceversa. [Sitio en Internet]. URL <http://www.educaweb.com/EducaNews/Interface/asp/web/NoticiasMostrar.asp?NoticialD=2037>. Fecha de consulta: 12 de abril de 2007.

32. Educación para la salud. [Sitio en Internet]. URL <http://www.mec.es/cide/jsp/plantilla.jsp?id=inn03>. Fecha de consulta: 12 de abril de 2007.
33. López RN. *El ritual de los anteojos: Estudio con mujeres gestantes en el municipio de Rionegro – Antioquia*. [Trabajo de grado]. Medellín: Universidad de Antioquia, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas 2002;87-8.
34. Cabero L. *¿Qué son los anteojos?* [Sitio en Internet]. URL [http://www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?ID\\_CATEGORIA=2043&RUTA=1-2-46-120-2043](http://www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?ID_CATEGORIA=2043&RUTA=1-2-46-120-2043). Fecha de consulta: 5 de marzo de 2007.
35. Programa Frontera Selva. *Estudio etnográfico rápido sobre salud comunitaria: Informe final*. Perú: Instituto apoyo 2001;16-7.
36. Torres GF, Santoni ME, De Zito LM, Romero L. El elemento mitológico: uno de los factores intervinientes en las elecciones alimentarias: El caso de Los Matacos del Pilcomayo. Dto. Rivadavia, Provincia de Salta. [Documento en Internet] URL: <http://www.educ.ar/educar/site/educar/kbee:/educar/content/portal-content/taxonomia-recursos/recurso/d1bae9e9-7a56-4f7c-9809-ffa4bc3f32c6.recurso/658fb944-e135-45a6-b5a0-b50238026340/0912UNSA.pdf>. Fecha de acceso: 23 de febrero 2007.

#### Fe de erratas:

En la Revista Española de Nutrición Comunitaria 2008;14(Supl 1) la información relativa al póster P4\_36 no era la correcta. Debía constar lo siguiente:

#### **P4\_36. Eficiencia y eficacia de placas Rodac y membranas de nitrocelulosa en el análisis microbiológico de superficies en los servicios de restauración de la Universitat de València**

**Rubert J<sup>1</sup>, Sospedra I<sup>1</sup>, Soler C<sup>2</sup>, Soriano JM<sup>1</sup>, Mañes J<sup>1</sup>.**

<sup>1</sup>Área de Nutrición y Bromatología. <sup>2</sup>Tecnología Alimentaria. Facultad de Farmacia. Universitat de València.

**Objetivo:** En la actual legislación alimentaria no existen criterios de control microbiológico para las superficies en contacto con los alimentos pese a que muchos estudios demuestran la presencia de microorganismos en alimentos, manipuladores, utensilios y superficies que pueden dar lugar a contaminaciones cruzadas durante la elaboración de alimentos. El objetivo de este estudio consistió en la comparación de 2 métodos de muestreo de superficies con el fin de evaluar la contaminación microbiana ambiental en los servicios de restauración colectiva.

**Material y métodos:** Utilizamos placas Rodac (PR) y membranas de nitrocelulosa (MN) para estudiar las superficies. Se consideró que las manos del manipulador, el paño de cocina, la tabla y la mesa de trabajo eran posibles transmisores de microorganismos.

**Resultados:** Según nuestras observaciones y resultados las MN tenían mayor eficiencia que las PR. Las PR son las más utilizadas por su fácil manejo y rapidez, aíslan correctamente en superficies planas, secas y no muy contaminadas. El coste de PR es superior respecto las MN, pero las MN requieren preparación de medios y trabajar con utensilios asociados. Las MN funcionaron correctamente en superficies planas, rugosas, secas, húmedas y muy contaminadas debido a su crecimiento por absorción se pueden aislar las colonias y diferenciar fácilmente. Los alimentos muestreados que prestaron mayor contaminación microbiana se manipularon con superficies muy contaminadas, en la mayoría de los casos paño y tabla eran los transmisores mayoritarios.

**Conclusión:** El uso de las MN permite un mejor aislamiento a un coste más bajo.