UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Programa de nutrición celebra aniversario con balance positivo

22 NOV 2010 Sociedad

La actividad de aniversario contó con la participación de niños y niñas preescolares, madres de los programas de lactancia y adultos mayores que se han beneficiado de la información del Preanu (foto Jorge Carvajal).

El Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario (Preanu) de la Universidad de Costa Rica (UCR) celebró su primer aniversario en sus nuevas instalaciones, con un balance de 179 niños, niñas y adolescentes atendidos, 330 personas adultas que recibieron consultas y 500 personas evaluadas.

El Preanu, se enfoca en el fomento de nutrición saludable, promoción de la lactancia materna y el aporte de información sobre alimentos y nutrición. Para eso se trabaja educación y consultas nutricionales con mamás embarazadas, lactantes, niños y niñas, adolescentes, personas adultas y adultas mayores. Este año, del total de personas atendidas, 161 correspondían a personas con sobrepeso.

La coordinadora del programa, la Dra. Patricia Sedó, explicó que las clínicas de nutrición universitaria han realizado una gran labor, pues a lo largo del año atendieron a niños, adultos mayores y personas con factores de riesgo como obesidad, diabetes e hipertensión. El Preanu también mantiene una alianza con el Programa Integral de Atención en Salud (PAIS) y el Programa Integral del Adulto Mayor (PIAM) para ampliar la cobertura de servicios nutricionales.

Para poder llevar los servicios a las distintas poblaciones, el Preanu ha contado con el apoyo de un equipo de nutricionistas, profesores de educación física y psicólogos. La generación de material gráfico e informativo para la divulgación, se realiza con la colaboración de diseñadores e informáticos. Éstos últimos profesionales desarrollan actualmente un *software* para el cálculo de dietas.

La coordinadora del Preanu, Dra. Patricia Sedó, anunció que el programa sacará un planificador 2010 con consejos nutricionales (foto Jorge Carvajal).

El Preanu también ha cumplido funciones de educación, por eso, además de las evaluaciones nutricionales realizan talleres, cursos gratuitos y un programa radiofónico a través de la emisora 870 UCR. Otro logro importante fue que lograron la definición de sus funciones y procedimientos para mejorar sus servicios. La asesoría administrativa fue brindada por la Facultad de Odontología de la UCR.

Una nutrición saludable todo el año

Como parte de su material informativo, el Preanu desarrolló un planificador mensual 2011 titulado "Una buena nutrición, más salud", el cual además de ser un tipo de agenda contiene información nutricional y consejos para cada mes. Por ejemplo, se proponen

temas como control del apetito, consejos de seguridad para la cocina, nutrición para personas con obesidad o gastritis y fomento de la lactancia materna. También se incluye información sobre picadillos costarricenses y como preparar recetas para llevar a los paseos.

El programa también espera lanzar pronto un sitio web llamado “Nutrición para vivir mejor”, donde se continuará con la asesoría y educación en materia nutricional.

Ana Georgina Velasquez Vazquez
Periodista Oficina de Divulgación e Información
odi.prensa@ucr.ac.cr