



Nivel de conocimientos de médicos generales integrales de Colombia sobre nutrición humana

Level of knowledge of comprehensive general practitioners in Colombia about human nutrition

Artículo | Article

RESUMEN

La nutrición humana es un instrumento imprescindible a la hora de realizar intervenciones de salud, para ello se requiere de profesionales con un nivel adecuado de conocimientos sobre esta materia. **Objetivo:** caracterizar los niveles de conocimientos sobre nutrición humana que tienen los especialistas y los residentes en medicina general integral. **Metodología:** Se realizó un estudio observacional, descriptivo, transversal, en el municipio Colombia, en el período comprendido entre septiembre de 2022 y febrero de 2023. La muestra quedó conformada por 162 profesionales, a los que se les aplicó un cuestionario estructurado en cinco temas. Se realizó el análisis porcentual de los resultados. **Resultados y Discusión:** el 56,2% demostró conocimientos en los niveles medio y alto, el resto evidenció insuficiencias significativas (71 profesionales). Por el tipo de pregunta, el 49,4% (80 profesionales) reveló dificultades en diferentes aspectos que constituyen generalidades de nutrición humana. En contraste con ello, el 62,3% demostró niveles de conocimientos medios y altos acerca del empleo de la nutrición en la prevención y tratamiento de enfermedades. Por temas, las deficiencias se centraron en: Aspectos generales y Alimentos, con el 51,2 y 58,7%, respectivamente. **Conclusión:** los profesionales incluidos en el estudio existieron un discreto predominio de los que poseen niveles de conocimientos medios y altos sobre nutrición humana. Las mayores deficiencias cognoscitivas estuvieron al relacionar los nutrientes con los alimentos y en aspectos generales de nutrición, que es necesario tener presente a la hora de promocionar estilos de vida saludables.

Palabras clave: Nutrición humana; terapia nutricional; nivel de conocimientos.

ABSTRAC

Human nutrition is an essential instrument when carrying out health interventions; this requires professionals with an adequate level of

Autores

Reiner Rodríguez Monteagudo^{1,3}
Alexandra Cristina Esperanza Martínez^{2,4}

Correspondencia

moreraramirezcarlos6@gmail.com

Presentado

2 de abril de 2025

Aceptado

18 de noviembre de 2024

1. Ministerio de Salud Pública, Havana, Cuba
2. Universidad Salvadoreña Alberto Masferrer
3. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2136-2494>
4. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4296-4483> 2494

<https://hdl.handle.net/20.500.14492/32144>

<https://doi.org/10.66778/SI.vo3no1.o2>

Cómo citar este artículo:

Rodríguez Monteagudo R, Esperanza Martínez AC. Nivel de conocimientos de médicos generales integrales de Colombia sobre nutrición humana. SI [Internet]. 2025 Jun. 11;3(1):35-9. <https://doi.org/10.66778/SI.vo3no1.o2>

Este contenido está protegido bajo la licencia CC BY
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Plataforma digital de la revista: <https://revistas.ues.edu.sv/index.php/si/>

knowledge on this subject. **Objective:** To characterize the levels of knowledge about human nutrition that specialists and residents in comprehensive general medicine have. **Method:** An observational, descriptive, cross-sectional study was carried out in the municipality of Colombia, in the period between September 2022 and February 2023. The sample was made up of 162 professionals, to whom a questionnaire structured in five topics was applied. The percentage analysis of the results was carried out. **Results:** 56.2% demonstrated knowledge at medium and high levels, the rest showed significant insufficiencies (71 professionals). Due to the type of question, 49.4% (80 professionals) revealed difficulties in different aspects that constitute generalities of human nutrition. In contrast, 62.3% demonstrated medium and high levels of knowledge about the use of nutrition in the prevention and treatment of diseases. By topic, the deficiencies focused on: General aspects and Food, with 51.2 and 58.7%, respectively. **Conclusions:** Among the professionals included in the study, there was a slight predominance of those with medium and high levels of knowledge about human nutrition. The greatest cognitive deficiencies were in relating nutrients to food and in general aspects of nutrition, which must be kept in mind when promoting healthy lifestyles.

Key words: Human nutrition; nutritional therapy; level of knowledge.

CONTEXTO

La investigación se desarrolla como parte de la formación para la obtención del título de Especialista de Segundo Grado en Medicina Familiar y del Proyecto de investigación de la Universidad de Ciencias Médicas de Las Tunas relacionado con la Atención Primaria de Salud

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la nutrición humana ha cobrado gran relevancia debido a su papel esencial en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Al respecto, Porrata-Maury (2009) durante los últimos años ha retomado con gran interés el tema de la nutrición humana, ya que es esencial para la salud. La nutrición es fundamental en la preparación del organismo para prevenir enfermedades y también forma parte del tratamiento de estas, si ya están presentes. Conocer a profundidad la composición de cada alimento y los elementos que contienen, así como el beneficio o daño que reportan, permite una selección que, además de placer, garantiza salud. La nutrición significa mucho menos riesgo para el organismo que el consumo evitable de medicamentos. Existen pruebas importantes de que los hábitos alimentarios influyen en la incidencia y gravedad de muchas enfermedades, como es el caso de las enfermedades crónicas degenerativas. Se pueden evitar o modificar complicaciones debilitantes, atendiendo al estado y deficiencias nutricionales.

Para el autor Barrera-Cruz (2013) el organismo humano tiene la capacidad de sintetizar endógenamente gran número de moléculas orgánicas, no así las inorgánicas, que solo obtiene por la dieta y son esenciales para la nutrición. No puede sintetizar varios aminoácidos, ácidos grasos, las vitaminas y los elementos minerales, todos necesarios para el mantenimiento de la vida y que deben ser adquiridos mediante la dieta.

En ese sentido, Bombak (2014) señala que factores como el crecimiento poblacional, la demanda de alimentos, el desarrollo industrial en la producción de los mismos y la globalización de estilos de vida dominados por el estrés y una vida muy dinámica, se han ido incrementando hábitos nocivos de alimentación. Escaso consumo de frutas, verduras, granos integrales, cereales, y legumbres, unido al consumo relativamente alto de alimentos ricos en grasas saturadas, azúcares y sal, cereales refinados y los alimentos procesados industrialmente componen realidades en la alimentación de la población mundial.

Como resultado, Romero-Martínez (2013) resalta que estas características de la alimentación constituyen un factor clave en el desarrollo de las enfermedades crónicas. La obesidad, hipertensión arterial, diabetes y otras muchas son solo ejemplos que dominan los cuadros de salud de numerosos países y, según el régimen alimentario y el modo de vida pueden contribuir a la prevención o al retraso en la aparición de estas afecciones. Las enfermedades crónicas asociadas con el sobrepeso corporal ocupan los primeros lugares en las estadísticas de morbilidad y mortalidad en Cuba.

Ante este panorama, Ball (2023). Subraya la necesidad de abordar los problemas de alimentación y nutrición debe contribuir a mejorar la situación de salud antes señalada. Urge contribuir de forma efectiva a un desarrollo humano sostenible, mediante el mejoramiento de la salud y el estado nutricional de las poblaciones, todo ello dentro del más profundo respeto al entorno. Se hace necesario el diseño e implementación de acciones educativas a toda la población, fundamentalmente entre sectores poblacionales más expuestos a estos riesgos, como los niños y jóvenes.

En el caso de Cuba, Hernández Triana (2009) informa que el Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos realizó un estudio sobre los gustos y preferencias alimentarias de la población. Tanto el consumo real, como el deseado, se caracterizaron por una insuficiente calidad nutrimental, el desequilibrio y la poca variedad en la dieta. A estos resultados hay que agregar la contaminación creciente del país por los efectos de la llamada globalización alimentaria, dominada por la comida rápida y los alimentos-chatarra, que se distinguen por su elevada densidad energética, pero pobre contenido nutricional; además del irrespeto por los horarios de comida. Estas características de la alimentación actual se han constituido en factores importantes de riesgo de desarrollo de la obesidad y enfermedades no transmisibles, asociadas o no a la insulinoresistencia y que podrían empeorar el mapa cubano de

salud de no intervenir oportunamente.

Para enfrentar esta compleja situación se requiere de profesionales de la salud preparados, que promuevan estilos de vida saludables, en los que la nutrición juegue un papel protagónico. De esta manera, Quintero Fleites et al., (2009) destaca que dentro del perfil de salida del médico general integral (MGI) se encuentra el tratamiento desde el punto de vista dietético de numerosas enfermedades, así como, promover hábitos alimenticios y estilos de vida saludables. En un estudio piloto, realizado en nuestra provincia a especialistas y residentes en MGI, se pudo constatar la existencia de problemas cognoscitivos sobre nutrición humana. Esto, unido a la alta incidencia de enfermedades que pueden prevenirse mediante una nutrición adecuada y con el propósito de aumentar la calidad de vida de los pacientes ya enfermos, constituyeron motivaciones para esta investigación, que tiene como objetivo general determinar el nivel de conocimientos del MGI, tanto especialistas, como residentes, en temas relacionados con la nutrición, para el tratamiento y la prevención de diferentes afecciones de salud en la población.

OBJETIVO

Caracterizar los niveles de conocimientos sobre nutrición humana que tienen los especialistas y los residentes en medicina general integral.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio observacional, descriptivo, transversal, en el municipio de Colombia, en el período comprendido entre septiembre de 2022 y febrero de 2023. El objetivo de la investigación estuvo enfocado a la caracterización de los niveles de conocimiento que tienen especialistas y residentes en MGI sobre nutrición humana. La muestra de estudio estuvo conformada por 162 profesionales, seleccionados al azar y que dieron el consentimiento para participar en el estudio.

Se midió el nivel de conocimientos a través de la aplicación de un cuestionario. Las preguntas se agruparon en cinco temas: Aspectos generales, Alimentos, Nutrientes, Nutrición en la prevención de enfermedades y Nutrición para el tratamiento de enfermedades. En cada uno de los cinco temas existieron preguntas generales de nutrición propias del mismo, preguntas que exploraban los conocimientos sobre alimentos propios de nuestro país y los nutrientes fundamentales presentes en ellos. El cuestionario se diseñó teniendo en cuenta los contenidos de los programas de las asignaturas de MGI y Morfofisiología Humana, que se imparten desde el primer año de la carrera de Medicina. Los resultados del cuestionario se procesaron mediante la obtención de nota calificativa por cada pregunta independiente, según las categorías de 2, 3, 4 y 5. Se definió como nivel de conocimientos alto, si el evaluado aprobaba (calificación de 3 o superior) más del 80% de las preguntas, nivel medio, si este valor oscilaba entre 60 y 79,9%

y nivel bajo, si fue menor que 60%. Los resultados se analizaron de forma integral, por el tipo de pregunta y según cada tema, siempre utilizando la estadística porcentual y fueron expresados mediante tablas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la Tabla 1 se muestra la distribución de los 162 especialistas y residentes en MGI que formaron parte del estudio, según los resultados integrales obtenidos al aplicar el cuestionario sobre nutrición humana. El 56,2% de los médicos demostró conocimientos en los niveles medio y alto; sin embargo, un número importante de profesionales, (71) que representan el 43,8% de la muestra, evidenció insuficiencias cognoscitivas importantes.

La variedad de preguntas, incluidas en el cuestionario aplicado, permitió que se pudieran dividir de diferentes formas. Una fue

Tabla 1

Distribución de los MGI según su nivel de conocimientos sobre nutrición humana

Nivel de conocimientos	No	%
Alto	34	21,0
Medio	57	35,2
Bajo	71	43,8
Total	162	100

Nota: Tabla de elaboración propia

en preguntas de generalidades de nutrición humana y preguntas relacionadas con el empleo de la nutrición en la prevención y tratamiento de algunas enfermedades. Los resultados correspondientes a este análisis se pueden observar en la Tabla 2.

El 49,4% (80 profesionales) evidenció insuficiencias de conocimientos en diferentes aspectos que constituyen generalidades de nutrición humana. Entre ellas se pueden resaltar: desconocimiento acerca de qué alimentos disponibles por la población pueden aportar cantidades importantes de nutrientes específicos; dificultades para confeccionar propuestas de dietas sanas para la población de su comunidad; falta de conocimientos en otros aspectos generales, como las combinaciones de diferentes alimentos, momentos y frecuencia en el consumo de agua y sustancias líquidas, entre otras.

Tabla 2

Nivel de conocimientos de los MGI sobre nutrición humana, según el tipo de pregunta realizada

Nivel de conocimientos	Generalidades		Tratamiento	Prevención
Alto	27	16,7 %	42	25,9 %
Medio	55	33,9 %	59	36,4 %
Bajo	80	49,4 %	61	37,7 %

Nota: Tabla de elaboración propia

Los resultados fueron diferentes al analizar los conocimientos acerca del empleo de la nutrición en la prevención y el tratamiento de las enfermedades. El 62,3% demostró niveles de conocimientos medios y altos.

Se analizaron los resultados a las preguntas del cuestionario agrupadas por temas, tabla 3. Los resultados fueron muy buenos para los temas de: Nutrientes, Nutrición en la prevención de enfermedades y Nutrición para el tratamiento de enfermedades, donde los médicos con niveles de conocimientos medios y altos sumaron el 89,5% para el primero de estos temas y el 83,3% en cada uno de los otros dos. Las deficiencias se centraron en los temas: Aspectos generales y Alimentos, con el 51,2 y 58,7% de la muestra, respectivamente, clasificados con niveles bajos de conocimientos. Ello coincide con el análisis realizado en líneas anteriores, al discutir la tabla 2.

Los médicos generales integrales reciben formación en nutrición humana desde los primeros años de su carrera de pregrado; esta formación se mantiene y profundiza durante el transcurso de sus estudios, especialmente cuando cursan la especialidad médica correspondiente; sin embargo, en el presente estudio se han detectado y descrito ciertas deficiencias que, en términos fundamentales, señalan la necesidad de contextualizar los conocimientos a la realidad de las comunidades. Por ello, es necesario incluir un mejor conocimiento sobre la composición

Tabla 3

Nivel de conocimientos de los MGI sobre nutrición humana, según el tema abordado

Temas	Nivel de conocimiento					
	Alto		Medio		Bajo	
Aspectos generales	22	13,6 %	57	35,2 %	83	51,2 %
Alimentos	29	17,9 %	38	23,4 %	95	58,7 %
Nutrientes	69	42,6 %	76	46,9 %	17	10,5 %
Nutrición en la prevención de enfermedades	58	35,8 %	77	47,5 %	27	16,7 %
Nutrición para el tratamiento de enfermedades	58	35,8 %	77	47,5 %	27	16,7 %

Nota: Tabla de elaboración propia

nutricional de los alimentos más comunes presentes en dichas comunidades, así como realizar las adecuaciones de las dietas según las estaciones del año. Además, un aspecto fundamental consiste en llevar a cabo la valoración nutricional de toda la población de la comunidad, la cual debe servir como referente clave para promover estilos de vida saludables.

A tal efecto, Porrata-Maury (2009) indica que, en los últimos años, se ha observado un incremento sostenido en el número de personas con obesidad, así como en la prevalencia de hipertensión arterial, diabetes y otras afecciones crónicas estrechamente vinculadas a la nutrición.

En esta línea, Ball (2023) destaca que la alimentación humana es una herramienta única e inigualable de intervención salubrista ante los desafíos del presente y el futuro. Una cultura alimentaria que promueva el consumo de fibra dietética, cereales integrales, vegetales, frijoles, y productos naturales, frescos, no procesados industrialmente y con poca participación de las grasas en el contenido energético total, ha demostrado ser efectiva en la reducción y mantenimiento del peso corporal, la reducción y prevención de la hiperglicemia y las dislipidemias, el control de la tensión arterial e, incluso, la prevención de ciertas formas de cáncer.

No obstante, para promover una cultura alimentaria, Hernández Triana (2009) señala para que para realizar estas intervenciones de salud, se requiere de profesionales capacitados y con un nivel adecuado de conocimientos sobre nutrición humana. Los resultados obtenidos en este estudio constituyen una llamada de atención a la necesidad de resolver las insuficiencias cognoscitivas detectadas. Para identificar mejor las deficiencias se profundizó en el análisis de los resultados.

Según Quintero Fleites et al., (2009) las principales deficiencias identificadas estuvieron relacionadas con la conexión entre los nutrientes y los alimentos en los que están presentes, así como con la capacidad de contextualizar estos conocimientos en función de los alimentos disponibles para la población cubana. Además, se evidenció una falta de actualización en el empleo de las recomendaciones nutricionales adaptadas a las necesidades y realidades de población en mención.

Desde esta perspectiva, De Pinho et al., (2013) indica que existe un único estudio nacional publicado acerca del consumo y preferencias alimentarias de la población cubana mayor de 15 años, realizado por el Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos y en el cual fueron incluidos en la muestra representantes de todas las provincias del país, entre ellos 223 tuneros. Ese estudio evidenció la existencia de problemas nutricionales en la población cubana, agravados por los gustos y preferencias alimentarias, declaradas por los participantes. En ese contexto tienen que ejercer sus funciones los profesionales de la salud de la comunidad. Las deficiencias cognoscitivas encontradas en el presente trabajo requieren de ser resueltas para que los profesionales de la salud puedan cumplir adecuadamente con sus funciones como promotores de salud.

CONCLUSION

Se determinaron los niveles de conocimiento sobre nutrición humana en una muestra de especialistas y residentes de medicina general integral. Existió un discreto predominio de los médicos con niveles de conocimientos medios y altos. Las mayores deficiencias cognoscitivas se evidenciaron al relacionar los nutrientes con los alimentos donde están presentes, siendo más perceptible esta situación en el caso de los alimentos disponibles por la población cubana. Otras carencias se relacionaron con conocimientos acerca de aspectos generales de nutrición, que es necesario tener

presente a la hora de promocionar estilos de vida saludables. Muchos profesionales no están actualizados en el empleo de las recomendaciones nutricionales para la población cubana, emitidas por el ministerio de salud pública. Las dificultades encontradas en este estudio deben constituir un necesario punto de partida para accionar en función de incrementar los conocimientos sobre nutrición humana en el personal de la salud, para luego revertir esta formación en beneficio de la salud de la población.

Romero-Martínez, M. (2013). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012: Diseño y cobertura. *Salud Pública de México*, 55 (Suplemento 2), S332-S340. <https://www.scielosp.org/pdf/spm/v55s2/v55s2a33.pdf>

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ball, L. (2023). Health professionals' views of the effectiveness of nutrition care in general practice setting. *Nutrition & Dietetics*, 80 (1), 35-41. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12824>
- Barrera-Cruz, A. (2013). Prevención, diagnóstico y tratamiento del sobrepeso y la obesidad exógena. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 51 (3), 344-357. https://revistamedica.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista_medica/article/view/796
- Bombak, A. (2014). Obesity, health at every size, and public health policy. *American Journal of Public Health*, 104 (2), e60–e67. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2013.301486>
- De Pinho, L., Moura, P. H. T., Silveira, M. F., De Botelho, A. C. C., & Caldeira, A. P. (2013). Development and validity of a questionnaire to test the knowledge of primary care personnel regarding nutrition in obese adolescents. *BMC Family Practice*, 14 (1). <https://doi.org/10.1186/1471-2296-14-102>
- Hernández Triana, M. (2009). Recomendaciones nutricionales para la población cubana. *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*, 19 (2), 1-9. https://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=So864-03002009000200001&script=sci_arttext
- Porrata-Maury, C. (2009). Consumo y preferencias alimentarias de la población cubana con 15 y más años de edad. *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*, 19 (1), 87-105. https://revalnutricion.sld.cu/index.php/rcan/article/view/821/pdf_164
- Quintero Fleites, E., Saraza Muñoz, N., Álvarez León, I., & Alegret Rodríguez, M. (2009). Estrategia para promover salud desde edades tempranas. *Medicentro*, 13 (3). <https://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/278>