INCLUSIÓN DE LA MATERIA “ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS” EN EL PLAN DE ESTUDIOS DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN DE LAS UNIVERSIDADES ARGENTINAS

Autores: Nta. María Paz Orrego - Nta. Juan Manuel Esteche - Nta. Nicol de la Vega

Publicado en Internet el día 23 noviembre de 2023

PALABRAS CLAVE
Educación;
Plan de estudios;
Alimentación basada en plantas;
Universidades

Resumen
Objetivo. Identificar la inclusión de materia única “alimentación basada en plantas” (ABP) o que la mencione en alguna materia de la carrera de Nutrición en las universidades argentinas públicas y privadas. Diseño. Estudio documental, descriptivo, transversal. Participantes. Universidades argentinas que imparten la carrera de Nutrición. Metodología. Se realizó una revisión completa del plan de estudios de la carrera de Nutrición de las 46 universidades argentinas que la imparten, a considerar 17 públicas y 29 privadas.
Resultados. El 4,34% del total de universidades argentinas, es decir sólo 2 de 46, incluye la ABP como asignatura base en la carrera de Nutrición, si consideramos “Alimentación vegetariana” como una asignatura que brindará suficientes conocimientos sobre la ABP, una tercera universidad la ofrece como materia optativa. Todas ellas en el ámbito privado. Por otro lado, el 34,78% del total de universidades, es decir 16 de 46 (5 públicas y 11 privadas), tiene dentro del plan de estudios alguna unidad de materia que ofrece un mínimo conocimiento sobre la ABP. Conclusiones. Existe deficiente oferta académica a nivel de grado relacionada con la alimentación basada en plantas en las universidades argentinas.

© 2023 ONG Animal Libre LATAM.

*Autor para correspondencia
Correo electrónico: mariapaz@animallibre.org

Abstract Objective: This study aims to identify the incorporation of the unique subject "plant-based nutrition" (PBN) or its explicit mention within the curriculum of Nutrition degree programs in both public and private Argentine universities. Design: A documentary, descriptive, cross-sectional approach was employed for this investigation. Participants: The study encompassed universities in Argentina offering Nutrition programs. Methodology: A thorough examination of the curriculum of Nutrition degree programs was conducted across all 46 Argentine universities, comprising 17 public and 29 private institutions. Results: Merely 4.34% of Argentine universities, specifically 2 out of 46, have integrated PBN as a core subject within the Nutrition program. Considering "Vegetarian Nutrition" as a subject that imparts adequate knowledge about PBN, a third university offers it as an elective subject, all within the private sector. Furthermore, 34,78% of universities, totaling 16 out of 46 (5 public and 11 private), have included coursework providing foundational knowledge about PBN in their curriculum. Conclusions: This study reveals a significant deficiency in the academic offerings at the undergraduate level pertaining to plant-based nutrition in Argentine universities. © 2023 Animal Libre LATAM NGO.

KEYWORDS
Education;
Curriculum;
Plant-Based Diet;
Universities

INTRODUCCIÓN

La alimentación basada en plantas (ABP) y su evidencia sienta sus bases en la Academia de Nutrición y Dietética de EE.UU. Junto con su postura menciona que *"las dietas vegetarianas adecuadamente planificadas, incluidas las dietas totalmente vegetarianas o veganas son saludables* [(1)], *nutricionalmente adecuadas* [(2)] *y pueden proporcionar beneficios para la salud en la prevención* [(3)] *y en el tratamiento* [(4)] *de ciertas enfermedades".* La palabra "Saludable" se refiere a una alimentación que incluye en su contenido altas cantidades de alimentos y nutrientes protectores y una menor cantidad de alimentos o nutrientes que podrían ser potencialmente peligrosos para la salud del individuo. El concepto de adecuación de una ABP planificada no solo se ha explicado según la Academia de Nutrición y Dietética, en 2003 junto con los nutricionistas de Canadá, sino también según el Departamento de Agricultura de los EE.UU. o USDA por sus siglas en inglés, que en sus Pautas Dietéticas ya hace algún tiempo que ha incluido las dietas vegetarianas en el capítulo de Pautas Alimentarias Saludables. Por otro lado, los estudios científicos sobre las dietas vegetarianas que abordan los efectos en la salud de la nutrición vegetariana son cada vez más numerosos. Los estudios sobre las personas vegetarianas, en los países occidentales

Todos los Derechos Reservados

(ingleses, alemanes y americanos) indican una reducción general en el riesgo de muchas enfermedades crónicas y degenerativas en estos sujetos.

En la bibliografía existe información contundente que muestra que las personas que llevan una ABP poseen, en comparación con los que no llevan este estilo dietético, un menor nivel de colesterol en plasma, una tensión arterial más baja, una menor incidencia de hipertensión, una menor incidencia de diabetes mellitus tipo 2, un menor índice de masa corporal, una menor incidencia de muerte por enfermedad isquémica del corazón y una menor incidencia de cáncer de próstata y otros tipos de cáncer. Además, se puede encontrar en la bibliografía ensayos clínicos en los que se explica que la ABP se ha utilizado para el tratamiento de las siguientes enfermedades: enfermedad coronaria, Diabetes mellitus tipo 2, Sobrepeso-obesidad y Artritis reumatoide.

Muchas personas además llevan una ABP por motivaciones ambientales ya que la producción de alimentos de origen animal es en realidad muy perjudicial debido a los contaminantes que genera (gases de efecto invernadero como el CO2, N2 y metano, químicos, residuos y excrementos altamente contaminantes) y los recursos utilizados (tierra, energía, agua), siendo la ganadería y la agroindustria que la alimenta los principales responsables de la pérdida de bosques, selvas y biodiversidad en los últimos 50 años [5,6,7,8,9].

Incluso la Academia de Nutrición y Dietética, en un informe titulado ***"Food and Nutrition Professionals Can Implement Practices to Conserve Natural Resources and Support Ecological Sustainability"*** argumenta que "es necesario fomentar las prácticas respetuosas con el medio ambiente, capaces de conservar los recursos naturales, minimizar la cantidad de residuos generados, y promover la sostenibilidad ecológica del sistema de producción de alimentos agrícolas, en cuanto a los procesos de producción, transformación, distribución, acceso y consumo de alimentos" [10] (AND 2007).

Un número cada vez mayor de personas de los países occidentales toma la decisión de cambiar a una ABP en países en los que la norma es una dieta rica en productos de origen animal. Las motivaciones para tomar esta decisión son variadas como el respeto por los animales, más tarde, la gente comenzó a elegir una ABP por razones de salud. Se estima que la población de personas que llevan una ABP sigue creciendo en países occidentales.

En la India, un 35% de la población lleva una dieta vegetariana debido a las tradiciones religiosas-culturales, en Reino Unido y Estados Unidos se estima que el 3% de la población es vegetariana, en cambio en Alemania llegaría al 1,6%, en Chile el 4% se clasificaría como persona vegana o vegetariana [11]. A su vez, también va en aumento la venta de productos que no contienen ningún derivado de origen animal y en Chile particularmente la oferta de productos veganos ha crecido un 8% en los últimos 4 años [12], alza que responde a una mayor demanda de los consumidores e innovadoras soluciones desde la industria alimentaria. En Argentina, la Unión Vegana Argentina presentó en noviembre de 2020 los resultados de un estudio (13) que arrojó que *"el 12% de la población de Argentina es vegana*

Todos los Derechos Reservados

o vegetariana. Marcando un aumento del 3% con respecto al año pasado. Este año la medición amplió sus límites e incluyó la medición de personas que han bajado sustancialmente el consumo de carne, los que se conocen como flexitarianos y el resultado arrojó que otro 12% de la población se declara como practicante de este hábito. Por lo tanto un 12% es vegano o vegetariano y otro 12% es flexitariano. Esto demuestra el aumento concreto de una población que decide cambiar de hábitos alimenticios y ha dejado de comer carne, mientras que otros han bajado mayormente su consumo."

La Sociedad Argentina de Nutrición (SAN), avalada por la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires, ha fijado un posicionamiento desde 2014 (14) que avala la ABP a partir de la declaración antes mencionada de lo que era la *American Dietetic Association* (ADA), hoy AND. Esta declaración por parte de la institución argentina no ha sido actualizada, y por ende, subestima de alguna manera el enorme peso de la evidencia científica en favor de una ABP, no deja en claro el perjuicio del consumo de carnes y tampoco brinda los datos actuales de la cantidad de población vegetariana/vegana argentina. En cambio, sí es completa en cuanto a los nutrientes críticos.

A fecha de 2023, en Argentina, los programas de estudio de cada universidad deben ser evaluados y aprobados por el Ministerio de Educación. El CONEAU (Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria), organismo del Ministerio, pone los estándares que deben cumplir dichos programas para que éste los apruebe. En los últimos años se evaluaron y recientemente aprobaron estos estándares. En breve, todas las carreras, incluida la de Nutrición, deberán acreditar sus planes de estudio frente a la CONEAU. Una vez cumplidos los estándares base mínimos obligatorios, cualquier universidad puede agregar la materia que desee. Por ello, la decisión de incluir una asignatura llamada "Alimentación vegetariana o basada en plantas" es factible en la actualidad tanto para universidades públicas como privadas, ambas están bajo el control del Estado Nacional.

Considerando el auge obtenido por este tipo de alimentación, su aceptación por parte de la población, la necesidad imperiosa de crear políticas gubernamentales y la evidencia científica con que se sustentan su aplicación y desarrollo, más la creciente necesidad de formar a futuros nutricionistas que estén alineados no sólo con la alimentación tradicional sino con una alimentación basada en plantas es el porqué se realiza este trabajo, de manera tal de identificar la inclusión de una ABP como materia base en el plan de estudios de la carrera de nutrición de las universidades argentinas.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio descriptivo, analítico y transversal con el objetivo de identificar la inclusión de la materia Alimentación Basada Plantas (ABP) o alguna similar (alimentación vegetariana también) como materia única en el plan de estudios de la carrera de Nutrición de las universidades argentinas en el periodo comprendido desde finales de octubre y principios de noviembre, año 2023. El universo estuvo constituido por las 46 universidades argentinas que imparten la carrera de Nutrición como Licenciatura en Nutrición; 17

Todos los Derechos Reservados

universidades públicas y 29 universidades privadas (ver listado en el ANEXO). Para la obtención de la información se ingresó a la página web de cada universidad para conocer la existencia de la materia ABP o alguna de similares características o, materia que la mencione en alguna de sus unidades, además de enviar correos electrónicos y mensajes por telefonía celular a los distintos departamentos de las universidades. La ausencia de respuesta luego de dos semanas de espera se consideró como una respuesta negativa a la inclusión de la ABP en sus respectivos planes de estudio. La información se recopiló usando una matriz de recolección de datos creada para la investigación. Con la información obtenida se confeccionó una base de datos (SPSS-PC en su versión 18.5 Windows). La información fue resumida mediante frecuencias absolutas y porcentajes. Los resultados se declararon en tablas y gráficos para facilitar su comprensión.

RESULTADOS

De 46 universidades públicas y privadas que imparten la carrera de Nutrición en Argentina, 17 de ellas corresponden al sector público y 29 universidades al sector privado. Con relación a estas, se observó que dos universidades del sector privado ofrecen la materia única Alimentación Basada en Plantas (ABP) o con un nombre similar.

La tabla 1 menciona que el 34,8% (16 de 46) de las universidades públicas y privadas tienen una materia o varias que dentro de sus unidades mencionan a la ABP y un 4,3% (2 de 46) de universidades que poseen una materia en su plan de estudios con el nombre de “Alimentación vegetariana” o similar que profundiza en “Alimentación Basada en Plantas”. Por lo tanto hay un 39,1% de universidades que le dan algún grado de importancia a la alimentación basada en plantas, a diferencia del resto, que ni siquiera la menciona, esto alcanza un 60,9%.

Tabla 1 Carrera de Nutrición en Argentina con presencia de materia ABP y materia que la menciona en su plan de estudios (2023)

Materia que la mencione en unidad		*Materia única*		*Total n: 46*	
N.º	%	N.º	%	N.º	%
16	34,8	2	4,3	18	39,1

Fuente: Elaborada a partir de la web institucional de las universidades. $p < 0,05$.

La tabla 2 como se mencionó arriba, solo un 4,3% de las universidades, del sector privado, integran la materia como asignatura única.

Tabla 2 Universidades argentinas públicas y privadas de la carrera de Nutrición y Dietética que integren la materia *ABP* en su plan de estudios (2023)

	Pública	*Privada*	*Total n: 46*

AnimalLibre.org
Todos los Derechos Reservados

	N.	%	N.	%	N.	%
	0	-	2	4,3	2	4,3

Fuente: Elaborada a partir de la web institucional de las universidades. p < 0,05.

La tabla 3 muestra que el 10,9% del total de universidades que mencionan la ABP corresponden al sector público, y un 23,9% corresponden al sector privado. Considerando entonces, que un 34,8% de universidades tienen dentro de sus planes de estudio alguna asignatura que menciona a la alimentación basada en plantas.

Tabla 3 Universidades argentinas públicas y privadas de la carrera de Nutrición y Dietética que *mencionan en una materia a la ABP* (2023)

	Pública		*Privada*		*Total n: 46*	
	N.	%	N.	%	N.	%
	5	10,9	11	23,9	16	34,8

Fuente: Elaborada a partir de la web institucional de las universidades. p < 0,05.

Vale destacar que existe una universidad que tiene la ABP como una materia optativa, por tal motivo depende de la voluntad del alumno en inscribirse o no en ella para recibir el contenido objeto de este estudio. Por ello, no podemos considerarla de la misma manera que las otras dos universidades que sí la incluyen con obligatoriedad dentro de su plan de estudios. Considerando la relativa importancia que se le ha dado a la ABP, a esta universidad se la ha considerado dentro de las 16 que mencionan a la ABP dentro de alguna materia.

DISCUSIÓN

La cantidad de personas a nivel mundial que llevan una alimentación basada en plantas por distintos motivos, ya sean éticos (respeto animal), de salud o por cuestiones ambientales aumenta de manera exponencial, conforme a ello también va en aumento, como es lógico, la venta de productos que no contienen ningún derivado de origen animal.

En Argentina, la población vegetariana y vegana sigue la misma tendencia, y la oferta de productos basados en plantas acompaña ese crecimiento, con dos súper empresas que se posicionan como líderes del mercado, una de ellas multinacional, tanto en súper e hipermercados como en almacenes más pequeños. Asimismo, los comercios de alimentos saludables (legumbres, cereales, semillas, frutos secos, entre otros) conocidos popularmente como “dietéticas”, se han multiplicado en todas las ciudades gracias al impulso de una demanda más consciente. Por otro lado y en consonancia, la oferta de “fast

AnimalLibre.org
Todos los Derechos Reservados

food” vegano donde se imita con precisión el sabor de la carne o los quesos a través de hamburguesas o sándwiches, también comienza a multiplicarse, y varias empresas ya tienen más de un local, en un escenario en el que pareciera no haber límites de crecimiento para los inversores.

La industria láctea argentina, con un leve retroceso en los últimos años por diferentes factores, ahora se enfrenta a decenas de marcas de leches vegetales. Incluso, la principal empresa láctea del país sacó su versión de leche de almendras y quesos crema untables a base de plantas, para no quedarse fuera del mercado.

Nos preguntamos si con toda esta evidencia de que un sector de la población adopta conductas alimenticias que la alejan del consumo de productos animales, cómo es que las empresas rápidamente lo han entendido y la educación superior no. Si del total de 46 universidades que imparten la carrera de Nutrición, sólo dos ofrecen la materia “Alimentación vegetariana”, y una tercera la ofrece como optativa, podríamos advertir que ese vacío implicaría un retroceso en el conocimiento de los futuros egresados de Nutrición. Estos resultados aún son peores si ponemos la vista sólo en las universidades públicas, dónde ninguna ofrece esta materia.

Por otro lado, 16 de 46 universidades (5 públicas y 11 privadas), tienen dentro del plan de estudios alguna unidad de una asignatura que ofrece un mínimo conocimiento sobre la ABP, ya sea por única vez o en el transcurso de la carrera en varias. Ante este escenario, nos hacemos una segunda pregunta, ¿puede una sola unidad dentro de una asignatura, que en muchos casos implica una sola clase en toda una carrera, satisfacer la totalidad de contenidos de los saberes e implicancias múltiples de una ABP? Desde nuestra perspectiva, como nutricionistas y personas veganas, creemos que no. Exceptuando una de ellas, la Universidad Adventista del Plata, que respondió que la ABP tiene mucho más protagonismo en su universidad que en la mayoría del resto debido a motivos religiosos, ya que es reconocida la adopción al vegetarianismo de las personas adventistas, a pesar de no tener una materia con el nombre “ABP”.

En otro sentido, las asignaturas “Bioética” y “Salud y Medio ambiente” (o sus variantes de nombres), no suelen hacer referencia a las implicancias del veganismo para la primera, entendiendo que el veganismo es una postura ética, ni de una ABP para la segunda, conociendo el tremendo impacto perjudicial al ambiente de la ganadería y la agroindustria que la alimenta. Dejando así un enorme vacío de formación humanitaria, comunitaria y ecológica en cada futuro profesional de la salud. De aquí nace la tercera pregunta que nos hacemos, ¿cuán alejados de la crisis ética, climática y ecológica con relación a lo que llevamos al plato se seguirá manteniendo a los profesionales de la Nutrición? ¿Es esto admisible en los difíciles y cruciales tiempos que vivimos? La gravedad de la situación requiere medidas urgentes que no se están tomando por parte del Estado.

Acorde a los tiempos presentes y venideros, es importante que no solo los nuevos avances tecnológicos se incorporan en los planes de estudio de las carreras universitarias, por una

Todos los Derechos Reservados

cuestión esencial del ser humano, que es el derecho al conocimiento y hace al empoderamiento de todos los profesionales de la Salud y la Nutrición respecto a una ABP, ética, sostenible a nivel local y global, y a la elección del paciente a decidir el tipo de alimentación que quiere realizar. Ante esto último, los profesionales de la nutrición no deberían cuestionar ni criticar la decisión de sus pacientes o familias veganas, o intentar siquiera sugerir o imponer en muchos casos, el consumo de carnes, lácteos o huevos, comprendiendo y aceptando su elección. De lo contrario, se estaría incurriendo en una mala praxis, es decir, mal ejercicio de la profesión. El vacío de contenidos sobre ABP en la carrera de nutrición sería en gran medida, responsable de estos tristes episodios que a menudo continúan sucediendo.

La evidencia científica existe. Falta la voluntad de los decisores, empezando desde el Estado como órgano rector y sus Ministerios, los directores de carrera de universidades públicas y privadas, hasta docentes que deben comprometerse aún más con el nuevo cambio de paradigma que está emergiendo y tiene como protagonista a una ABP. Ponemos a disposición este trabajo como herramienta de diagnóstico y de impulso para tal fin.

CONFLICTO DE INTERESES

El presente estudio es un artículo original de la Dirección de Estudios de la ONG y sus autores no tienen conflicto de intereses respecto a este.

BIBLIOGRAFÍA

1. America Dietetic Association. ADA Report. Food and Nutrition Prefessionals Can Implement Practices to Converse Natural Resource and Support Ecological Sustainability. J Am Diet Assoc. 2007; 107:1033-43.

2. America Dietetic Association. ADA Report. Position of the American Dietetic Association: Vegetarian Diets. J Am Diet Assoc. 2009; 109:1266-82.

3. Appleby P, Roddam A, Allen N, Key T. Comparative fracture risk in vegetarians and non-vegetarians in EPIC-Oxford. Eur JClin Nutr. 2007; 61 (12): 1400-6.

4. Baroni L. Vegetarianism in food-based dietary guidelines. Int J Nutr. 2015; 1 (2): 49-74. [5]

5. Hedenus F, Wirsenius S, Johansson DJA. The importance of reduced meat and dairy consumption for meeting stringent climate change targets. Climatic Change. 2014;124(1):79-91.

AnimalLibre.org
Todos los Derechos Reservados

6. Hallström E, Carlsson-Kanyama A, Börjesson P. Environmental impact of dietary change: A systematic review. J Cleaner Prod. 2015;91:1-11.

7. Davidson EA. Representative concentration pathways and mitigation scenarios for nitrous oxide. Environ Res Lett. 2012;7(2):024005.

8. Stehfest EBL, van Vuuren DP, den Elzen MGJ, Eickhout B, Kabat P. Climate benefits of changing diet. Climate Change. 2009;95(1-2):83-102.

9. Raphaely T, Marinova D. Impact of Meat Consumption on Health and Environmental Sustainability. Hershey, PA: IGI Global; 2016.

10. Charrondiere UR, Stadlmayr B, Rittenschober D, Nowak V. FAO /INFOODS Food Composition Database for Biodiversity Version 3.0 - BioFoodComp3.0. FAO; 2016.

11. Ipsos Chile. “Estudios sobre alimentación y productos basados en plantas”, 2021. Disponible en: https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021-09/Informe-Estudio-Sobre-Alimentacion-y-Productos-Basados-en-Plantas-Vegetarianos-Hoy-e-Ipsos.pdf.

12. Mintel Consulting and Veganuary. “Plant-based in LATAM: Trend report from Mintel Consulting”, 2021. https://veganuary.com/wpcontent/uploads/2021/09/Veganuary_Landscape_for_Plant-based_in_LATAM.pdf

13. Unión Vegana “Población vegana y vegetariana 2020”, 2021 http://www.unionvegana.org/poblacion-vegana-y-vegetariana-2020/

14. Sociedad Argentina de Nutrición, “Posición de la Sociedad Argentina de Nutrición sobre la alimentación vegetariana”, marzo, 2014.

https://sanutricion.org.ar/wp-content/uploads/2021/11/Posicion-SAN-Alimentacion-Vegetariana-2014-Resumen.pdf

Todos los Derechos Reservados

Universidades públicas de Argentina que imparten la carrera de Nutrición
Universidad Nacional del Alto Uruguay
Universidad de Buenos Aires (UBA)
Universidad Nacional de Catamarca
Universidad Nacional del Chaco Austral
Universidad Nacional del Comahue, Facultad de ciencias y tecnología de los alimentos
Universidad Nacional de Córdoba
Universidad Nacional de Entre Ríos / Facultad de Bromatología
Universidad Nacional de Formosa
Universidad Nacional de La Matanza
Universidad Nacional de La Plata
Universidad Nacional de Lanús
Universidad Nacional del Litoral
Universidad Nacional de Río Cuarto
Universidad Nacional de Río Negro
Universidad Nacional de Salta
Universidad Nacional de San Luis
Universidad Nacional de Tres de Febrero
Universidades privadas de Argentina que imparten la carrera de Nutrición
Instituto Universitario CEMIC (IUC)
Instituto Universitario de Ciencias de la Salud "Fundación H. A. Barceló"
Universidad Gastón Dachary
Universidad Favaloro
Universidad Abierta Interamericana (UAI)
Universidad de la Cuenca del Plata
Universidad del Centro Educativo Latinoamericano (UCEL)
Universidad de Flores
Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino
Universidad Maimónides (UMAI)
Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES)
Universidad Austral
Universidad Adventista del Plata
Universidad Juan Agustín Maza
Universidad ISALUD
Universidad del Salvador (USAL)
Universidad de Morón (UM)
Universidad de Mendoza

AnimalLibre.org
Todos los Derechos Reservados

Universidad de Concepción del Uruguay (UCU)
Universidad de Belgrano (UB)
Universidad Católica del Santiago de Estero (UCSE)
Universidad Católica de Santa Fe
Universidad Católica de La Plata
Universidad Católica de Cuyo
Universidad Católica de Córdoba
Universidad Argentina de la Empresa (UADE)
Pontificia Universidad Católica Argentina
Universidad FASTA
Universidad Siglo 21

AnimalLibre.org
Todos los Derechos Reservados