

Examen de detección de inseguridad alimentaria

La inseguridad alimentaria se define como el acceso limitado o incierto a los alimentos nutritivos necesarios para llevar una vida activa y sana.

Según el Departamento de Agricultura de los EE. UU., el 12,8 % de los hogares estadounidenses experimentó inseguridad alimentaria en 2022. Alrededor del 8 % de los hogares experimentaron baja seguridad alimentaria, definida como tener una dieta de menor calidad con una variedad reducida de alimentos a pesar de los patrones de alimentación normales. Aproximadamente el 5 % de los hogares estadounidenses experimentaron una seguridad alimentaria muy baja, lo que significa que algunos miembros del hogar comían menos porque no podían permitirse suficientes alimentos.¹

¿Quién está en riesgo de inseguridad alimentaria?

La pobreza es la causa principal de la inseguridad alimentaria. Las familias con niños pequeños y aquellas lideradas por un solo cuidador, adultos mayores, personas con discapacidades y veteranos tienen un mayor riesgo de inseguridad alimentaria. Otros factores de riesgo incluyen tener una afección médica crónica, vivir en un vecindario de pocos ingresos con acceso limitado a alimentos saludables debido a que hay menos tiendas de comestibles de servicio completo y opciones de transporte limitadas. Los hogares de familias negras, hispanas y nativas americanas y nativas de Alaska tienen más probabilidades de tener inseguridad alimentaria que los hogares de familias blancas.

Efectos de la inseguridad alimentaria en la salud

Vivir en un hogar con inseguridad alimentaria durante la niñez se asocia con obesidad, asma, afecciones de salud mental y peor salud bucal. Los adultos con inseguridad alimentaria a menudo experimentan enfermedades crónicas como obesidad, diabetes, hipertensión y enfermedad cardiovascular. Aunque no se sabe a ciencia cierta por qué la inseguridad alimentaria está asociada a estas afecciones, los datos sugieren que el estrés, las dificultades para controlar las afecciones médicas existentes, la adopción de una dieta menos saludable y los cambios en las bacterias intestinales podrían desempeñar un papel.

Examen de detección de inseguridad alimentaria

El término *detección* significa buscar una afección o enfermedad en personas que no tienen síntomas o inquietudes específicos relacionados con esa enfermedad. La detección de la inseguridad alimentaria en los centros de atención primaria suele consistir en un cuestionario en el que se pregunta a los pacientes si les preocupa quedarse sin comida o si se han quedado sin comida y no tienen dinero suficiente para comprar más.

Los pros de la detección de la inseguridad alimentaria incluyen aumentar el acceso a alimentos saludables, disminuir el hambre y mejorar la calidad de vida, así como disminuir potencialmente el riesgo de ciertas enfermedades crónicas y afecciones de salud mental.

Las desventajas de la detección incluyen la posibilidad de estigmatización, el temor a que intervengan las autoridades legales o judiciales, como los Servicios de Protección de Menores, y otros problemas relacionados con la intimidad.

La inseguridad alimentaria es tener un acceso limitado o incierto a los alimentos nutritivos necesarios para una vida activa y saludable, y es causada principalmente por la pobreza.

Baja seguridad alimentaria significa tener una dieta de menor calidad con una variedad reducida de alimentos a pesar de los patrones de alimentación normales.

La seguridad alimentaria muy baja significa que algunos miembros de un hogar comen menos debido a que no pueden comprar suficientes alimentos.

Vivir en un hogar con inseguridad alimentaria está asociado con muchos problemas de salud, incluidos:

- Obesidad
- Diabetes
- Enfermedad cardiovascular
- Asma
- Hipertensión
- Afecciones de salud mental

Recomendación del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.

La detección de la inseguridad alimentaria consiste en un cuestionario en el que se pregunta a los pacientes si les preocupa quedarse sin comida o si se han quedado sin comida y no tienen dinero suficiente para comprar más.

Actualmente, no hay evidencia suficiente para evaluar el equilibrio de los beneficios y los daños de la detección de la inseguridad alimentaria en los resultados de salud en el entorno de atención primaria para niños, adolescentes y adultos, incluidas las personas embarazadas y posparto.



Aumentar el acceso a alimentos saludables puede disminuir el hambre, mejorar la calidad de vida y potencialmente disminuir el riesgo de ciertas enfermedades crónicas y afecciones de salud mental.



¿Los médicos deben detectar la inseguridad alimentaria?

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) revisó los estudios sobre el cribado de la inseguridad alimentaria en los centros de atención primaria y se centró en los servicios que pueden prestarse o derivarse desde el centro de atención primaria. El grupo concluyó que la evidencia actual no es suficiente para evaluar el equilibrio de los beneficios y los daños de la detección de la inseguridad alimentaria en los resultados de salud en el entorno de atención primaria para niños, adolescentes y adultos.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.

Autora: Rebecca Voelker, MSJ

Publicado en línea: 11 de marzo de 2025.
doi:10.1001/jama.2025.1410

Afiliaciones de la autora: Escritora colaboradora, JAMA.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informó ninguna.

La Hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes.

Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.

1. Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. Detección de inseguridad alimentaria: declaración de recomendaciones del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. JAMA. Publicado en línea el 11 de marzo de 2025. doi:10.1001/jama.2025.0879