

NOMBRE DEL PROYECTO:

Información y decisiones alimenticias: un experimento con los empleados de CAF

PAÍS:

Venezuela

EJECUTOR DEL PROYECTO:

Dirección de Evaluación de Impacto y Aprendizaje de Políticas CAF

ESTATUS DE LA EVALUACIÓNFactibilidad: Preparación: Línea Base: Follow-up: Informe / Papel de trabajo: **OBJETIVO DEL ESTUDIO**

Evaluar el impacto de la provisión de información atractiva y fácil de comprender sobre el valor calórico de diferentes platos en la selección de alimentos a ingerir

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN**POBLACIÓN OBJETIVO:**

Empleados de CAF –banco de desarrollo de América Latina– trabajando en su sede principal ubicada en la ciudad de Caracas, Venezuela.

NÚMERO DE PARTICIPANTES:

En promedio 150 comensales diarios, de un universo de alrededor de 400 empleados con acceso al comedor de la institución

EL PROGRAMA:

Se estima que diariamente tomamos alrededor de 200 decisiones relacionadas a los alimentos y bebidas que ingerimos (Wansink, 2007)¹. Sin embargo, la ciencia ha demostrado que la mayoría de estas decisiones son tomadas sin mayor cuidado, prácticamente de manera “automática”. Esto no sólo implica que no evaluamos conscientemente una actividad tan básica y recurrente como la alimentación, sino que además nuestras decisiones pueden ser fácilmente influenciadas por agentes externos.

Siendo la obesidad una de los principales problemas de salud y bienestar a nivel mundial (cada año mueren más de 2,8 millones de personas por enfermedades relacionadas con sobrepeso u obesidad²) diversas propuestas que buscan aprovecharse de la maleabilidad de este comportamiento han surgido con el fin de promover elecciones más saludables. Una de ellas es la manipulación de la manera como se nos presentan las opciones o “choice architecture” (Thaler and Sunstein, 2008)³, donde aprovechando los nuevos descubrimientos sobre el comportamiento humano se busca influenciar nuestras decisiones de tres maneras: simplificando la presentación de las opciones, evocando asociaciones automáticas y haciendo algunas opciones más notorias o atractivas que otras.

La intervención se concibe en este marco conceptual, buscando evaluar el impacto de la provisión de información atractiva y fácil de comprender sobre el valor calórico de diferentes platos en la selección de alimentos a ingerir. Para esto, se realizó un experimento durante el horario de almuerzo en el comedor de la Torre CAF en Caracas, Venezuela, constando de dos estímulos simultáneos:

1. Información en cada plato de la cantidad de calorías por porción promedio servida, siendo ésta indicada a través de un letrero de color rojo, amarillo o verde para facilitar su comprensión y captar la atención del comensal. Dichos letreros se colocaron en los 5 tipos de alimento ofrecidos: ensaladas, contornos, proteínas, sopa y postres.
2. Información sobre el significado de los colores de los letreros de cada plato a través de una pantalla que se instaló en el comedor de la institución, en la cual se detallaba lo siguiente:
 - Rojo: “ALTO contenido de calorías, cuida la frecuencia con la que comes este plato”
 - Amarillo: “Contenido MEDIO de calorías, es sano comerlo pero mejor es el verde”
 - Verde: “BAJO contenido de calorías, mientras más verdes, más sano estás comiendo”



¹ Wansink, B. (2007). Mindless eating: Why we eat more than we think. Bantam. – Más información en <http://mindlesseating.org/faq.php>

² Organización Mundial de la Salud (2009). Global Health Risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Geneva: World Health Organization.

³ Sunstein, C. R., & Thaler, R. (2008). Nudge. The politics of libertarian paternalism. New Haven.

DURACIÓN DE LA INTERVENCIÓN:

Dos horas diarias durante el horario de almuerzo de la institución (12:00 p.m. a 2:00 p.m.), desde el lunes 14 de marzo hasta el viernes 6 de mayo de 2016, dando un total de 7 semanas de intervención.

DURACIÓN DEL ESTUDIO:

Mismas 7 semanas de la intervención más la semana siguiente que fue empleada en procesamiento y análisis de datos.

VARIABLES DE RESULTADO**PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

- ¿La provisión de información atractiva y fácil de comprender sobre el valor calórico de diferentes platos genera cambios en la selección de los alimentos a ingerir?
- ¿Existe algún efecto en la cantidad total de calorías ingeridas?
- ¿Cómo es la variación en el consumo de calorías por tipo de alimento?
- ¿Cómo es la variación en los patrones de consumo por color del plato?

VARIABLES DE IMPACTO:

- Cantidad total de calorías ingeridas
- Cantidad de calorías por tipo de alimento (ensaladas, contornos, proteínas, sopa y postres)
- Cantidad de platos ingeridos por color (rojo, amarillo y verde)

DISEÑO EXPERIMENTAL**MÉTODO DE ALEATORIZACIÓN**

Dado que el horario de almuerzo constaba de 2 horas (12:00 p.m. a 2:00 p.m.), se dividió cada día en 2 turnos: de 12:00 p.m. a 12:45 p.m. y de 1:00 p.m. a 2:00 p.m., dejando un intervalo de 15 minutos para activar o desactivar el estímulo de ser necesario. Esta división por turnos dio un total de 70 turnos posibles para las 7 semanas de intervención, los cuáles fueron aleatoriamente asignados a tratamiento (con estímulo) y control (sin estímulo).

METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN

Evaluación cuantitativa para determinar el impacto del estímulo comparando la información recolectada en el conjunto de turnos de tratamiento versus la información producto del conjunto de turnos de control.

LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

Registro de todos los platos seleccionados por los comensales, tanto para aquellos turnos de tratamiento como control, durante todo el período de implementación. Estos datos luego fueron cruzados con la información del valor calórico por plato generada por una nutricionista experta, quién previamente había catalogado cada plato ofrecido por el comedor en los colores correspondientes utilizando un criterio estándar y basándose en la porción promedio servida