

# EL KIT DE HERRAMIENTAS DEL ÍNDICE GLOBAL DE CALIDAD DE LA DIETA

(THE GLOBAL DIET  
QUALITY SCORE TOOLKIT)

Octubre 2022



[intake.org](https://intake.org)



# TABLA DE CONTENIDO

## Cita recomendada

Intake 2022. El Kit De Herramientas del Índice Global De Calidad de la Dieta (Global Diet Quality Score, GDQS). Washington, DC: Intake – Center for Dietary Assessment/FHI Solutions.

## Reconocimiento financiero

El kit de herramientas del índice global de calidad de la dieta fue preparado por Intake en FHI Solutions. La Fundación Bill y Melinda Gates proporcionó fondos para la publicación a FHI Solutions, a través del INV-035699 - Women's Nutrition: An Integrated Policy & Advocacy Agenda.

## Acerca de Intake

Intake es un centro de evaluación de la dieta que tiene como objetivo fortalecer las políticas y programas para mejorar el estado nutricional al aumentar la disponibilidad, calidad, comparabilidad y uso de datos y métricas dietéticas confiables. Esperamos que la disponibilidad de métricas válidas, concisas y efectivas relacionadas con la dieta, junto con las herramientas de tecnología de ingesta para apoyar la recopilación de datos dietéticos de alta calidad, pueda desempeñar un papel importante para ayudar a los actores a desarrollar políticas y programas de nutrición y agricultura basados en evidencia para garantizar dietas saludables para todos

## Síguenos



# 07

Descripción general de la situación de la calidad de la dieta

# 26

Preguntas guiadas: ¿Es el GDQS adecuado para usted?

# 13

Todo lo que necesita saber sobre el índice global de calidad de la dieta

# 32

El índice global de calidad de la dieta: resumen de política y apoyo

# 20

Vista rápida: Comparación de métricas de calidad de la dieta

# 35

Enlaces para obtener más información



# INTRODUCCIÓN

Hoy en día, nuestro sistema alimentario mundial está bajo una enorme presión debido a los impactos continuos y acumulados de la pandemia por la COVID19, la crisis climática y la crisis de Ucrania. Estamos en un punto de inflexión en el que los fallos en todo el sistema deben ser cuestionados y las soluciones deben ser elevadas.

Los datos dietéticos sólidos y actualizados a nivel poblacional permiten a los responsables de la toma de decisiones y a los implementadores de programas de innovar, diseñar e implementar políticas y programas responsables para la salud pública, la economía y la sostenibilidad ambiental. Por lo general, no se dispone de datos regulares sobre la calidad de la dieta, junto con datos desagregados por género y grupo de población, pero debemos entender lo que comen las personas para medir, monitorear y evaluar el progreso hacia la consecución de dietas saludables y sostenibles.

El índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS) y la aplicación del GDQS se crearon en respuesta a la necesidad urgente de una acción responsable para mejorar nuestros sistemas sanitarios y alimentarios mundiales. En *Intake*, hemos creado este kit de herramientas del GDQS para ayudar a los responsables de la toma de decisiones, empleados gubernamentales, innovadores, investigadores y cualquier persona que trabaje en políticas públicas a comprender mejor la importancia de los datos dietéticos, y a determinar si el GDQS y la aplicación del GDQS se adaptan a las necesidades de datos en sus contextos.





El kit de herramientas del GDQS se compone de los siguientes componentes:

#### DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA SITUACIÓN DE LA CALIDAD DE LA DIETA – RECURSO N.º 1 DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS

¿Por qué necesitamos evaluar y hacer un seguimiento de las dietas saludables para informar de las acciones a nivel mundial y nacional? ¿Por qué los datos dietéticos son esenciales para la salud, el desarrollo económico y el ambiente? Lea nuestra introducción general del GDQS y la aplicación del GDQS.

#### TODO LO QUE NECESITA SABER – RECURSO N.º 2 DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS

¿Cuál es el diseño y el uso previsto del GDQS y la aplicación del GDQS? Descubra cómo se diseñaron las herramientas del GDQS.

#### VISTA RÁPIDA: COMPARACIÓN DE MÉTRICAS DE CALIDAD DE LA DIETA – RECURSO N.º 3 DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS

Una comparación “de un vistazo” de las medidas de calidad de la dieta. Consulte nuestro resumen para ver qué beneficios pueden ofrecer el GDQS y otras medidas de calidad de la dieta.

#### PREGUNTAS GUIADAS: ¿ES EL GDQS ADECUADO PARA USTED? – RECURSO N.º 4 DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS

Utilice las preguntas guiadas para poder determinar si el GDQS y la aplicación del GDQS se adaptan bien al contexto de su recopilación de datos y a las necesidades de datos dietéticos específicos. Descubra si el GDQS es adecuado para usted.

#### ENLACES PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN – RECURSO N.º 5 DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS

Una hoja de referencia rápida con información de contacto y enlaces a documentos de antecedentes. Conozca más acerca del GDQS y de la aplicación del GDQS.

# DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA SITUACIÓN DE LA CALIDAD DE LA DIETA

## Calidad de la dieta y por qué debemos priorizarla ahora

Lo que comemos es fundamental para afrontar los retos y las oportunidades más apremiantes del mundo. Las dietas sanas contribuyen al bienestar individual, al crecimiento económico y a la salud planetaria, y son el centro de nuestro sistema alimentario mundial, un sistema alimentario que se ha desarrollado sobre muchas desigualdades y que se enfrenta a una presión continua y creciente ante la COVID-19, el cambio climático y la crisis de Ucrania.

Este recurso proporciona información sobre el **índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS)** y cómo los responsables de formular políticas, los diseñadores de programas, los investigadores y otras personas pueden utilizar el GDQS para abordar las prioridades nacionales e internacionales.





## Necesidad de medidas urgentes para la calidad de la dieta en medio de un sistema alimentario mundial y una crisis climática

*Las dietas saludables mejoran los resultados de salud*

Las dietas saludables tienen el potencial de salvar una de cada cinco vidas al año.<sup>1</sup> Al mismo tiempo, los cambios en la dieta pueden tener un impacto positivo en el ambiente mediante la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero, de las cuales un tercio proceden actualmente de los sistemas alimentarios, y mediante la reducción de la creciente presión sobre el uso de agua y terreno.<sup>23</sup>

Aun sabemos muy poco sobre las dietas reales, especialmente de personas en países con ingresos bajos y medios, lo que dificulta el cambio de las dietas de formas que beneficiarán de manera positiva a la salud de las personas, la economía y el planeta. Más y mejores datos sobre lo que la gente come son esenciales para diseñar políticas y programas de alimentación y nutrición basados en evidencias, en múltiples sectores como la salud, la agricultura, el comercio, la educación y la protección social.

Hoy en día, la desnutrición afecta a una de cada tres personas en todas sus formas.<sup>4</sup> En todo el mundo, uno de cada cinco niños (<5 años) tiene retraso del crecimiento debido a una nutrición deficiente, aproximadamente el 40 % de los adultos padece sobrepeso u obesidad y casi el 30 % de las niñas y mujeres en edad reproductiva (15-49 años) padecen anemia. Al mismo tiempo, la incidencia global de enfermedades no transmisibles (ENT) está aumentando a un ritmo alarmante.<sup>5</sup> En conjunto, una nutrición deficiente tiene un impacto catastrófico en el crecimiento económico, lo que provoca una pérdida de aproximadamente el 11 % del producto nacional bruto al año.<sup>6</sup> Los países de ingresos bajos y medios se ven especialmente afectados por estas múltiples cargas de desnutrición.

1 [Healthy eating saves lives | Institute for Health Metrics and Evaluation \(2019\)](#)

2 [Global Nutrition Report \(2021\)](#)

3 [Crippa et al. \(2021\). Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions](#)

4 [Nutrition – A World in Crisis: Committee on World Food Security \(2017\)](#)

5 [Global Nutrition Report \(2021\)](#)

6 [Global Nutrition Report \(2014\)](#)

Las dietas, aunque no son la única causa de la desnutrición, contribuyen de forma significativa a la desnutrición en todas sus formas. En todo el mundo, la mala alimentación se asocia con una gran carga de salud creciente y se calcula que es responsable de un cuarto (26 %) de todas las muertes evitables entre adultos.<sup>7</sup> A diferencia de otras intervenciones que requieren inversiones repetidas y que a menudo no son sostenibles, las inversiones en nutrición pueden considerarse un “regalo que sigue dando”: no solo involucra los beneficios individuales iniciales, sino también a las generaciones posteriores, así como la comunidad en general.<sup>8</sup>

*Las dietas pueden moldearse para reducir significativamente las emisiones de gases de efecto invernadero y ralentizar la crisis climática, lo que ayudaría a los gobiernos y empresas a cumplir los objetivos climáticos.*

Los alimentos que comemos afectan de forma significativa al ambiente y a la salud mundial del planeta a través de diversas vías, incluidos la contaminación ambiental y el uso intensivo de recursos. Las estimaciones recientes indican que la demanda mundial de alimentos, incluidos la pérdida y los residuos de alimentos, contribuye a aproximadamente el 35 % de todas las emisiones de gases de efecto invernadero mundiales. Estos impactos medioambientales han aumentado hasta en un 14 % en menos de una década.<sup>10,11</sup>

Con el fin de desarrollar políticas y programas para promover dietas que sean buenas para la salud, la economía y el ambiente, debemos comprender lo que comen las personas. Esta comprensión requiere una mayor recopilación de datos dietéticos y el uso de medidas adecuadas para evaluar, supervisar y analizar el progreso hacia la consecución de dietas saludables y sostenibles.

La calidad de la dieta es un problema de equidad; en casi todos los contextos a nivel mundial, los ingresos y el género se encuentran entre los factores clave de la capacidad de un individuo para acceder a una dieta saludable. Las niñas y las mujeres han sido las más afectadas por la COVID-19 y se han enfrentado a niveles crecientes de desnutrición como resultado.<sup>9</sup> Las evidencias también demuestran que las niñas y las mujeres suelen recibir menos alimento y suelen ser las últimas en recibirlo a causa de las normas sociales, y en todo el mundo se siguen viendo afectadas de forma desproporcionada por los impactos del cambio climático y la crisis de Ucrania en los sistemas alimentarios.

Los líderes mundiales se enfrentan hoy a muchos desafíos interrelacionados por la COVID-19, el conflicto mundial y la crisis climática, como el aumento de los precios del combustible y de los productos, los aumentos significativos en el coste de la vida, la necesidad de incentivar el crecimiento empresarial, las crecientes demandas sanitarias de las poblaciones, las desigualdades persistentes entre el género y otras dimensiones socioeconómicas, y muchos más desafíos acotados por el sistema alimentario, como las tasas más altas de pobreza y enfermedad.

Medir la calidad de la dieta tiene el potencial de catalizar políticas basadas en evidencia que se pueden utilizar para encabezar acciones económicas y sociales, y crear entornos de políticas que funcionen dentro de los compromisos y estándares ambientales, como los objetivos del cero neto. La calidad de la dieta es relevante para 11 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), que requieren progreso en la calidad de la dieta para cumplir los objetivos acordados a nivel mundial.<sup>12</sup>

7 [Global Nutrition Report \(2021\)](#)

8 [Ramakrishnan \(2020\). Impact of Nutrition on the Next Generation: The INCAP Longitudinal Study](#)

9 [Standing Together for Nutrition Consortium \(2021\)](#)

10 [Global Nutrition Report \(2021\)](#)

11 [Crippa et al. \(2021\). Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions](#)

12 [Global Panel on Agriculture, Food Security, and Nutrition policy brief on SDGs \(2017\)](#)





## El índice global de calidad de la dieta

*La primera métrica de calidad de la dieta validada para uso global y diseñada para reflejar la calidad general de la dieta.<sup>13, 14</sup>*

El GDQS se desarrolló para responder a la falta de métodos sólidos y universalmente aplicables para medir la calidad de la dieta. Hasta la fecha, tanto la falta de datos dietéticos necesarios para evaluar el consumo de alimentos a nivel de la población, como la necesidad de métricas globales adecuadas para medir la calidad de la dieta, han dificultado nuestros conocimientos sobre la calidad de la dieta, lo que en última instancia ralentiza las innovaciones hacia dietas más saludables y sostenibles.

Aunque existen otras métricas que reflejan la adecuación de los nutrientes o los factores de riesgo dietéticos asociados a las ENT, el GDQS incorpora ambas dimensiones en su diseño y método de puntuación (tanto los alimentos saludables como los no saludables contribuyen a la puntuación general del GDQS).

Este diseño único de la métrica proporciona el marco necesario para medir, y evaluar eficazmente el progreso a nivel de la población en la consecución de dietas saludables. El método de puntuación de GDQS incluye información categórica sobre las cantidades de grupos de alimentos saludables y no saludables consumidos, lo que es fundamental para obtener una mejor comprensión de si una dieta supone un riesgo para la insuficiencia de nutrientes o las ENT.

El GDQS ofrece a los responsables de formular políticas, diseñadores de programas, investigadores y otros un método para comprender lo que comen las personas, especialmente en un contexto en el



que las dietas de todo el mundo cambian de manera rápida con el aumento del consumo de alimentos muy procesados y con densidad de energía. Asimismo, se ha desarrollado una aplicación fácil de utilizar que permite la recopilación de datos del GDQS en encuestas poblacionales. La aplicación del GDQS proporciona un nuevo método de recogida de datos de bajo recurso para permitir la recogida de datos dietéticos de alta calidad a gran escala y de forma rutinaria.

En comparación, los enfoques tradicionales para recopilar datos dietéticos (p. ej., recordatorios dietéticos de 24 horas cuantitativos) requieren tiempo y recursos<sup>15</sup> y son difíciles de llevar a cabo a gran escala de forma regular o frecuente. La aplicación del GDQS se desarrolló para permitir la recopilación frecuente de datos dietéticos en encuestas poblacionales a gran escala; de esta manera, supera la falta de datos en conjunto en algunos casos y permite diseñar políticas y programas a nivel nacional para abordar las necesidades en tiempo real.

<sup>13</sup> Miller et al. (2020). *Defining diet quality: a synthesis of dietary quality metrics and their validity for the double burden of malnutrition*.

<sup>14</sup> El GDQS se publicó en 2021 después de que Miller et al. (2020) no pudieran identificar una única medida de calidad de la dieta que abordara la doble carga de la desnutrición.

<sup>15</sup> Coates et al. (2017). *Overcoming Dietary Assessment Challenges in Low-Income Countries: Technological Solutions Proposed by the International Dietary Data Expansion (INDDEx) Project*



## CÓMO UTILIZAR EL ÍNDICE GLOBAL DE CALIDAD DE LA DIETA



### Los datos del GDQS se pueden utilizar para diversos fines, incluidos:

- › Evaluación a nivel poblacional de la calidad de la dieta
- › Seguimiento de los cambios a nivel poblacional en las dietas con el paso del tiempo
- › Comparación de la calidad de la dieta en el mismo país y entre países
- › Evaluación del cambio relativo a los objetivos a nivel de la población, incluido el seguimiento de qué están comiendo grupos de población específicos, como mujeres y niñas
- › Seguimiento de los cambios a nivel poblacional en respuesta a intervenciones programáticas y políticas



### Los responsables de la elaboración de políticas, los responsables de la toma de decisiones, los líderes empresariales, los diseñadores de programas, los investigadores y otros pueden utilizar los datos del GDQS para ayudar a generar mayores impactos, como:

- › Cambio de política positivo en todos los sectores, incluidos, entre otros, la salud, la agricultura, la protección social, la educación y el comercio
- › Defensa y política relacionada con la seguridad alimentaria, la comercialización de alimentos y el etiquetado en la parte frontal del envase
- › Cambio en políticas y programas para llegar a las niñas y mujeres, que se están viendo afectadas de forma desproporcionada por las desigualdades en los sistemas alimentarios
- › Comunicación y defensa para mejorar las políticas relacionadas con la dieta
- › Comunicaciones eficaces y dirigidas al cambio de comportamiento para mejorar los comportamientos saludables
- › Mejora de las asociaciones públicoprivadas por medio de datos en tiempo real para mejorar las cadenas de valor de los alimentos

La construcción innovadora y sencilla de la medida del GDQS, junto con el diseño relevante a nivel mundial de la aplicación del GDQS de uso libre, proporcionan una forma práctica, económica y fácil de medir la calidad de la dieta a nivel mundial. Ahora es posible que los países tanto a nivel nacional como local evalúen, hagan un seguimiento y supervisen la calidad de la dieta de forma rutinaria para facilitar un cambio político y programático responsable, sostenible y saludable.

La aplicación del GDQS está diseñada para su uso en encuestas poblacionales y puede instalarse en cualquier dispositivo Android. La herramienta es de uso gratuito y el soporte técnico para el uso de la aplicación está disponible actualmente sin coste alguno a través de Intake. Cuando se utiliza la aplicación del GDQS para la recogida de datos, la tabla de la medida del GDQS se automatiza, lo que permite el análisis a nivel poblacional de los datos casi de inmediato.

# TODO LO QUE NECESITA SABER SOBRE EL ÍNDICE GLOBAL DE CALIDAD DE LA DIETA

## ¿Por qué deben medirse las dietas junto con otras prioridades nacionales e internacionales?

Hoy en día, nuestro sistema alimentario mundial se enfrenta más desafíos que nunca. Además, las desigualdades estructurales subyacentes están en aumento debido a la COVID-19, la crisis climática y el conflicto en Ucrania. Las dietas saludables tienen un beneficio neto para la economía y la sostenibilidad ambiental.

Para diseñar políticas y programas cuya finalidad sea aumentar la resiliencia de nuestro sistema alimentario y que, al mismo tiempo, respondan a las crecientes demandas de los sistemas de protección social y sanitaria, se requiere información sobre lo que comen las personas. Solo entonces podremos medir, monitorear y evaluar el progreso para lograr dietas saludables y sostenibles, lo que a su vez tiene el potencial de catalizar el progreso en otros campos del desarrollo social y económico.

El índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS) se diseñó teniendo esta misión en cuenta.





### ¿Qué es el índice global de calidad de la dieta?

El GDQS es la primera métrica de calidad de la dieta que se ha validado para su uso global y que se ha diseñado para reflejar la calidad general de la dieta<sup>16,17</sup>.

El GDQS mide lo que las personas comen a nivel poblacional. Se ha desarrollado una aplicación para facilitar la recopilación de datos del GDQS en encuestas poblacionales. La aplicación GDQS es gratuita y fácil de usar y proporciona una puntuación general de la calidad de la dieta que tiene un significado estándar y permite la comparación entre contextos.

### ¿Qué diferencia al índice global de calidad de la dieta?

- › El GDQS es una métrica de calidad de la dieta adecuada para su uso mundial que proporciona la información necesaria para medir, monitorear y evaluar de forma eficaz el progreso de la población con respecto al logro de dietas saludables.

- › La métrica del GDQS incorpora en su diseño y método de puntuación tanto la adecuación nutricional como los factores de riesgo asociados a las enfermedades no transmisibles (ENT). Esta incorporación significa que tanto los alimentos saludables como los poco saludables contribuyen a la puntuación general del GDQS.
- › Hay una aplicación disponible para recopilar datos del GDQS. La aplicación del GDQS se diseñó para que sea fácil de usar y con el objetivo de agilizar significativamente los métodos tradicionales para recopilar y analizar datos dietéticos.

### ¿Qué componentes de datos conforman el índice global de calidad de la dieta?

El GDQS es una métrica basada por completo en alimentos que consta de 25 grupos de alimentos: 16 grupos de alimentos saludables, 7 grupos de alimentos poco saludables y 2 grupos de alimentos (carne roja, productos lácteos ricos en grasas) que no son saludables cuando se consumen en cantidades excesivas.

En el caso de 24 de los grupos de alimentos del GDQS, se definen tres rangos de cantidad de consumo (en gramos/día), los cuales se utilizan para el índice de la métrica: bajo, medio y alto. En el caso del último grupo de alimentos (productos lácteos ricos en grasas), se utilizan cuatro rangos de cantidad de consumo: bajo, medio, alto y muy alto.

El índice de cada grupo de alimentos se basa en si las pruebas epidemiológicas sugieren que su consumo conlleva beneficios o riesgos para la salud general.

### ¿En qué estándares de datos se basa el índice global de calidad de la dieta y cómo se validó?

El desarrollo del GDQS se basó en el conjunto mundial de evidencia epidemiológica relacionada con lo que constituye una dieta saludable, y se ha validado para que sea sensible tanto a la adecuación de los nutrientes como a los resultados de riesgo de ENT relacionadas con la dieta.<sup>18</sup>

El GDQS se validó mediante el análisis de datos secundarios utilizando información de mujeres no embarazadas y no lactantes en edad reproductiva (15 a 49 años) de un total de 14 entornos de ingresos

bajos, medios y altos en diversas regiones del mundo.<sup>19,20</sup> Como parte de este trabajo de validación, se evaluó la fuerza de asociación del GDQS frente a los resultados relacionados con la adecuación nutricional: ingesta de nutrientes en función de la energía, adecuación nutricional general y datos de biomarcadores de micronutrientes. Los resultados de la ENT de interés incluyeron síndrome metabólico, cambio en el peso, cambio en la circunferencia de la cintura y diabetes tipo II incidente.

En la actualidad, se está llevando a cabo una validación adicional del GDQS para niños de 2 a 14 años. Además, se están desarrollando métricas “GDQS-Meal” y “GDQS-Menu” para su uso en entornos de alimentación institucional.

### ¿Cómo puedo recopilar datos del índice global de calidad de la dieta?

Los datos del GDQS se pueden recopilar mediante la aplicación del GDQS, una herramienta de recopilación de datos asistida por tecnología que se puede instalar en cualquier dispositivo Android. La aplicación del GDQS se desarrolló para lo siguiente:

- › Proporcionar un método de bajo coste y simple para recopilar datos rutinarios de la población sobre las dietas.
- › Utilizar un recordatorio abierto para recopilar datos sobre todos los alimentos y bebidas que el encuestado consume durante el periodo de referencia de 24 horas<sup>21</sup>
- › Clasificar de manera automática todos los alimentos y bebidas mencionados en el grupo de alimentos del GDQS correspondiente.

16 Miller et al., *Defining diet quality: a synthesis of dietary quality metrics and their validity for the double burden of malnutrition*, 2020

17 El GDQS se publicó en 2021 después de que Miller et al. (2020) no pudieran identificar una única medida de calidad de la dieta que abordara la doble carga de la desnutrición.

18 Bromage et al. (2021). *Development and Validation of a Novel Food-Based Global Diet Quality Score (GDQS)*

19 Para el trabajo de validación se utilizaron datos de China, Etiopía, Ghana, India, Kenia, Malawi, Malí, México, Nigeria, Ruanda, Senegal, Tanzania, Uganda y Estados Unidos.

20 Bromage et al. (2021). *Development and Validation of a Novel Food-Based Global Diet Quality Score (GDQS)*

21 El recordatorio abierto permite la identificación de todos los alimentos y bebidas que consume el encuestado, así como el análisis de la dieta completa, mientras que los recordatorios que se basan en grupos de alimentos o alimentos centinela proporcionan menos información y no permiten la inferencia sobre qué alimentos y bebidas específicos se consumieron.





Al utilizar la aplicación del GDQS para la recopilación de datos, la información sobre las cantidades de cada grupo de alimentos consumidos se obtiene mediante un método de estimación visual que las personas pueden utilizar con facilidad (los cubos 3D de un tamaño especificado permiten al encuestado estimar la cantidad consumida para cada grupo de alimentos y, luego, la aplicación del GDQS las clasifica automáticamente en la categoría correcta de bajo, medio o alto consumo,<sup>22</sup> en función del tamaño del cubo seleccionado y del grupo de alimentos para el que se estimó la cantidad de consumo).

La recopilación de datos con la aplicación del GDQS tarda en promedio entre 10 a 20 minutos por encuestado, dependiendo de la complejidad y diversidad de la dieta. La herramienta es de uso gratuito y el soporte técnico para el uso de la aplicación está disponible actualmente sin coste alguno a través de *Intake*.

Como alternativa, cuando el tiempo y los recursos lo permiten, también se pueden utilizar datos cuantitativos por recordatorio dietético de 24 horas y datos exhaustivos de frecuencia de los alimentos para tabular el GDQS.

### ¿La aplicación del GDQS se puede adaptar con facilidad para su uso en diversos contextos?

La aplicación del GDQS gratuita fue diseñada para uso en cualquier país o contexto. La aplicación incluye una base de datos de alimentos global suministrada por *Intake*, que en la actualidad incluye más de 4000 artículos. Todos los alimentos que se comuniquen durante la recopilación de datos y que no se encuentren en la base de datos mundial de alimentos se pueden añadir durante el proceso de entrevista. Además, antes de la recopilación de datos, cualquier alimento identificado como faltante puede añadirse a la base de datos de alimentos y clasificarse en el grupo de alimentos correspondiente del GDQS para su uso en ese estudio específico. La aplicación del GDQS puede utilizarse en cualquier idioma y actualmente

está disponible en bengalí, inglés, francés, hausa, hindi, nepalí, español, tailandés y yoruba.

### ¿Cómo se tabula el índice global de calidad de la dieta?

La métrica del GDQS se tabula en función de la cantidad de consumo para cada grupo de alimentos durante el periodo de referencia de 24 horas. Los puntos asociados a los grupos de alimentos saludables del GDQS aumentan para cada categoría de consumo superior. Los puntos asociados a los grupos de alimentos poco saludables del GDQS disminuyen para cada categoría de consumo superior. En el caso de los dos grupos de alimentos que son poco saludables cuando se consumen en exceso (carne roja, productos lácteos ricos en grasas), los puntos asociados al grupo de alimentos del GDQS aumentan hasta un cierto umbral de cantidad de consumo, después del cual los puntos disminuyen.

El GDQS general es una suma de los puntos de los 25 grupos alimenticios del GDQS, con una puntuación posible entre 0 y 49. Se han identificado valores de corte poblacionales para el GDQS con la finalidad de poder notificar el porcentaje de la población con riesgo alto (GDQS <15), moderado (GDQS ≥15 y <23) y bajo (GDQS ≥23) de resultados de mala calidad de la dieta en función de la información recopilada durante el periodo de referencia de 24 horas (consulte la tabla 1 para obtener más detalles sobre la puntuación y los grupos de alimentos).

La tabulación de la métrica del GDQS es automática cuando se utiliza la aplicación del GDQS para la recopilación de datos. Si se utilizan otras fuentes de datos (p. ej., datos dietéticos existentes de una encuesta anterior), los alimentos y bebidas que se informan como consumidos deben codificarse en los grupos de alimentos correspondientes del GDQS y, luego, tabularse en función de la cantidad de gramos de cada grupo de alimentos consumidos.

### ¿Necesito habilidades técnicas avanzadas para tabular la métrica del índice global de calidad de la dieta?

Uno de los beneficios del GDQS, como otras métricas simples relacionadas con la dieta (p. ej., la diversidad alimentaria mínima para mujeres [Minimum Dietary Diversity for Women, MDD-W]), es que está basada por completo en alimentos y no requiere una tabla de composición de alimentos para su análisis. Esto significa que el cálculo de la métrica de GDQS es mucho más simple que otras métricas de calidad de la dieta que requieren datos más complejos (p. ej., el índice de alimentación saludable alternativa [Alternate Healthy Eating Index, AHEI]), lo que permite el uso rápido de esta métrica multifacética. Además, cuando se utiliza la aplicación del GDQS para la recopilación de datos, la tabulación de la métrica es totalmente automatizada.

### ¿Cómo se pueden analizar los datos del índice global de calidad de la dieta?

Cuando se utiliza la aplicación del GDQS para la recopilación de datos, la información sobre los alimentos y las bebidas reales consumidos se recopilan y conservan y están disponibles para usarse de diversas formas; además, proporcionan información importante y útil para guiar los esfuerzos en materia de programas y políticas para mejorar la calidad de la dieta.

Por ejemplo, dos posibles submétricas que se pueden tabular a partir del GDQS son el **GDQS+** y el **GDQS-**.

- › El GDQS+ es el índice total en los 16 grupos de alimentos saludables del GDQS.
- › El GDQS- es el índice total de los 7 grupos de alimentos poco saludables del GDQS más 2 grupos de alimentos adicionales que son poco saludables cuando se consumen en exceso (carne roja, productos lácteos ricos en grasas).

El GDQS+ y el GDQS- proporcionan información más específica sobre la contribución relativa del consumo de grupos alimentarios saludables y poco saludables a la calidad general de la dieta en un entorno en particular, mientras que la métrica general de GDQS proporciona un índice agregado de la calidad de la dieta para una población y se puede utilizar para informar del porcentaje de personas con un riesgo bajo y alto de resultados de mala calidad de la dieta.

Debido a que la aplicación del GDQS recopila información detallada sobre los alimentos reales consumidos, estos datos pueden utilizarse para una variedad de otros fines sin necesidad de adaptarlos al contexto de la encuesta, ni de que el encuestador o el encuestado realicen un trabajo adicional. Por ejemplo, es posible analizar el consumo de alimentos específicos (por ejemplo, diferentes productos de cereales refinados) o grupos de alimentos (por ejemplo, cereales integrales o carne roja) para hacer un seguimiento de las tendencias a lo largo del tiempo y entre diferentes grupos demográficos. Además, los datos de la aplicación del GDQS pueden utilizarse para tabular una variedad de otras clasificaciones de grupos alimentarios (p. ej., grupos alimentarios de FAO/OMS GIFT) y métricas (p. ej., MDD-W).



## Cómo puedo abogar por la adopción del índice global de calidad de la dieta

El GDQS ofrece posibles beneficios a organizaciones y organismos gubernamentales que trabajan en los campos de la alimentación, la protección social, la economía, la economía conductual y la política sanitaria.

En comparación con otras métricas de calidad de la dieta disponibles en la actualidad, el GDQS es único por varios motivos:

- › El GDQS es único en su elaboración, ya que el diseño y el índice de la métrica se han validado para ser sensibles tanto a la adecuación de los nutrientes como a los factores de riesgo asociados a las ENT.
- › La información detallada sobre alimentos y bebidas específicos (no solo grupos de alimentos) se recoge a través de la aplicación del GDQS, lo que representa información importante para el diseño de políticas y programas.
- › Los datos del GDQS se pueden analizar para informar del porcentaje de la población que consume cada grupo alimenticio del GDQS (y el nivel de consumo) durante el periodo de referencia de 24 horas.
- › La aplicación del GDQS gratuita cuenta con una base de datos mundial precargada de 5500 alimentos y bebidas, con cada alimento y bebida precodificados según el grupo de alimentos adecuado del GDQS.
- › La tabulación del GDQS se automatiza al utilizar la aplicación de GDQS.
- › La aplicación del GDQS es gratuita y está lista para su uso mundial.
- › En la actualidad, *Intake* está disponible para proporcionar asistencia técnica gratuita cuando se use la aplicación del GDQS para la recopilación de datos.

Consulte también el **Recurso n.º 1 del kit de herramientas del GDQS**, que proporciona información útil para ayudar a fundamentar cómo el GDQS cumple con la necesidad de datos sobre la calidad de la dieta a nivel nacional y mundial.

## Quiero calcular el índice global de calidad de la dieta o utilizar la aplicación del GDQS. ¿Qué debo hacer a continuación?

La aplicación del GDQS es gratuita y está lista para su uso mundial. En la actualidad, *Intake* está disponible para proporcionar asistencia técnica gratuita cuando se use el GDQS para la recopilación de datos. **Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros en [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org).**

Si ya tiene datos dietéticos cuantitativos existentes (p. ej., recordatorio dietético de 24 horas) o planea recopilarlos pronto, estos datos se pueden utilizar para tabular el GDQS. Con la finalidad de facilitar este proceso, *Intake* puede proporcionar una base de datos de alimentos globales que se han asignado a los grupos de alimentos adecuados del GDQS, diseñados para facilitar la tabulación del GDQS, con previa solicitud. **Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros en [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org)**



Tabla 1: Puntuación y grupos de alimentos del GDQS

Inclusión en la métrica	Clasificación de la puntuación	Grupo de alimentos	Categorías de consumidos CANTIDADES (gramos/día)				Puntos asignados			
			Bajo	Medio	Alto	Muy alto	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
GDQS+	Saludables	Frutas cítricas	<24	24–69	>69		0	1	2	
		Frutas de color naranja oscuro	<25	25–123	>123		0	1	2	
		Otras frutas	<27	27–107	>107		0	1	2	
		Verduras de hoja verde oscuro	<13	13–37	>37		0	2	4	
		Verduras crucíferas	<13	13–36	>36		0	0.25	0.5	
		Verduras de color naranja oscuro	<9	9–45	>45		0	0.25	0.5	
		Otras verduras	<23	23–114	>114		0	0.25	0.5	
		Leguminosas	<9	9–42	>42		0	2	4	
		Tubérculos de color naranja oscuro	<12	12–63	>63		0	0.25	0.5	
		Frutos secos y semillas	<7	7–13	>13		0	2	4	
		Granos integrales	<8	8–13	>13		0	1	2	
		Aceites líquidos	<2	2–7.5	>7.5		0	1	2	
		Pescados y mariscos	<14	14–71	>71		0	1	2	
		Carnes de ave y de caza	<16	16–44	>44		0	1	2	
Lácteos con bajo contenido de grasas	<33	33–132	>132		0	1	2			
Huevos	<6	6–32	>32		0	1	2			
GDQS–	Poco saludables en cantidades excesivas	Lácteos con alto contenido de grasas [1] (en equivalentes de leche)	<35	35–142	>142–734	>734	0	1	2	0
		Carne roja	<9	9–46	>46		0	1	0	
	Poco saludables	Carne procesada	<9	9–30	>30		2	1	0	
		Granos refinados y productos horneados	<7	7–33	>33		2	1	0	
		Dulces y helados	<13	13–37	>37		2	1	0	
		Bebidas endulzadas con azúcar	<57	57–180	>180		2	1	0	
		Jugo	<36	36–144	>144		2	1	0	
Raíces y tubérculos blancos	<27	27–107	>107		2	1	0			
Alimentos fritos comprados	<9	9–45	>45		2	1	0			

Notas:

[1] El queso duro debe convertirse en equivalentes de leche utilizando un factor de conversión de 6,1 al calcular el consumo total de productos lácteos ricos en grasa con el fin de asignar una categoría de consumo GDQS.



# VISTA RÁPIDA: COMPARACIÓN DE MÉTRICAS DE CALIDAD DE LA DIETA

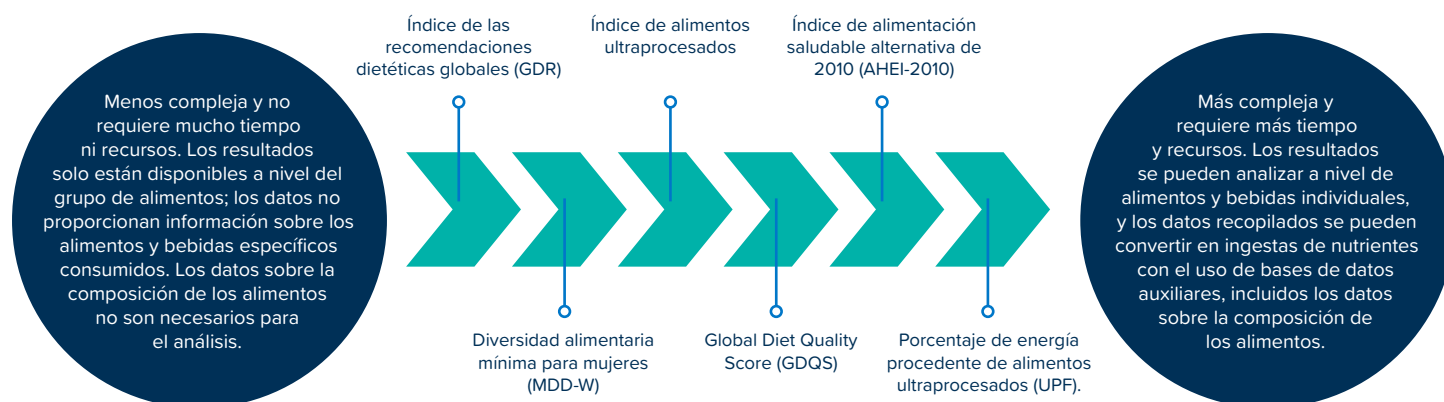
El diseño y la implementación de programas y políticas que respondan a la crisis climática y a la epidemia mundial de nutrición deficiente son difíciles sin la disponibilidad de métricas sólidas de calidad de la dieta. Hoy en día, hay una serie de métricas de calidad de la dieta disponibles para su uso; sin embargo, existen importantes diferencias que deben tenerse en cuenta al elegir una métrica para un contexto en particular. Las consideraciones clave incluyen los requisitos de tiempo y recursos para la recopilación de datos y la tabulación de métricas, la validez de la métrica para su uso en el contexto determinado y el tipo de información y nivel de detalle que proporciona la métrica sobre la dieta consumida.

Este recurso proporciona información resumida sobre seis métricas de calidad de la dieta:

- 1 Índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS),
- 2 Índice de las recomendaciones dietéticas globales (Global Dietary Recommendation, GDR),
- 3 Diversidad alimentaria mínima para mujeres (Minimum Dietary Diversity – Women, MDD-W),
- 4 Índice de alimentos ultraprocesados (Ultra-Processed Food, UPF) según Nova,
- 5 Índice de alimentación saludable alternativa de 2010 (Alternate Healthy Eating Index 2010, AHEI-2010) y
- 6 Porcentaje de energía procedente de alimentos ultraprocesados (UPF).

Las tablas de este recurso proporcionan una “vista rápida” para comparar las métricas. Las seis métricas de interés sobre la calidad de la dieta varían en complejidad, así como en relación con el tipo de datos recopilados y el tipo de resultados que se pueden tabular (Figura 1).

Figura 1.





En la **Tabla 2**, se proporciona una descripción general de los diferentes aspectos de cada métrica (p. ej., lo que mide, tiempo/coste para la recopilación de datos y tabulación). En la **Tabla 3**, se destaca las diferencias relacionadas con los aspectos más técnicos de cada métrica (p. ej., cómo se recopilan o se tabulan los datos). En la **Tabla 4**, se comparan

las diferentes formas en que se pueden utilizar e interpretar los datos para cada métrica (p. ej., validada como sensible a la adecuación nutricional o a los resultados de riesgo de enfermedad no transmisible [ENT] relacionado con la dieta).

**Tabla 2: Descripción general de las diferentes métricas de calidad de la dieta**

Métrica	¿Qué mide?	Tipo de datos necesarios para tabular	Tiempo de preparación antes de la recopilación de datos <sup>[1]</sup>	Coste y tiempo para la recopilación de datos (A/M/B)	Tiempo necesario para recopilar datos por encuestado	Carga del encuestado (A/M/B)	¿Se requiere introducción de datos?	Tiempo para procesar y tabular la métrica <sup>[8]</sup>	Grupos de población en estudios de validación	Validado para su uso en países de ingresos bajos, medios y altos
<b>Índice global de calidad de la dieta (GDQS) <sup>[2]</sup></b>	Consumo de grupos de alimentos que contribuyen a la ingesta de nutrientes y a la reducción del riesgo de ENT en una variedad de patrones dietéticos globales	Recordatorio no cuantitativo de 24 horas del consumo de alimentos y bebidas, y recordatorio cuantitativo del grupo de alimentos <sup>[3]</sup>	2 a 3 meses	M	~10 a 20 minutos	M	⊗	<1 día	Mujeres no embarazadas ni lactantes (de 15 a 49 años) en 14 países con ingresos bajos, medios y altos <sup>[9]</sup>	✓
<b>Índice de las recomendaciones dietéticas globales (GDR) <sup>[4]</sup></b>	Alineación con las recomendaciones globales de la OMS sobre dietas saludables	Recordatorio no cuantitativo de 24 horas sobre el consumo de grupos de alimentos en función de los alimentos y las bebidas centinela	1 a 2 meses	B	~5 minutos	B	✓	<1 día	Hombres y mujeres (mayores de 15 años) en Brasil y EE. UU. <sup>[10]</sup>	⊗
<b>Diversidad alimentaria mínima para mujeres (MDD-W) <sup>[5]</sup></b>	Indicador de la adecuación con respecto a los micronutrientes en las dietas de las mujeres	Recordatorio no cuantitativo de 24 horas sobre el consumo de grupos de alimentos	1 a 2 meses	B	~5 minutos	B	✓	<1 día	Mujeres no embarazadas (de 15 a 49 años) en 6 países con ingresos bajos y medios <sup>[11]</sup>	⊗
<b>Índice de alimentos ultraprocesados según Nova <sup>[6]</sup></b>	Número de subgrupos de alimentos ultraprocesados consumidos como un indicador de la proporción de alimentos ultraprocesados en la dieta	Número de subgrupos de alimentos ultraprocesados consumidos como un indicador de la proporción de alimentos ultraprocesados en la dieta	1 a 2 meses	B	~2-3 minutos	B	⊗	<1 día	Hombres y mujeres (mayores de 18 años) en Brasil <sup>[12]</sup>	⊗
<b>Porcentaje de energía procedente de alimentos ultraprocesados (UPF) <sup>[7]</sup></b>	Porcentaje de energía procedente de los alimentos ultraprocesados en función de la evidencia de que una ingesta elevada de UPF se asocia a dietas de baja calidad y riesgos para la salud	Encuesta cuantitativa por recordatorio de 24 horas sobre la dieta	>6 meses	A	~30-45 minutos	A	✓	>6 meses	La mayoría de los grupos demográficos (excepto los bebés y niños pequeños) abarcan 12 países de ingresos medios y altos <sup>[13]</sup>	⊗
<b>Índice de alimentación saludable alternativa de 2010 (AHEI) <sup>[7]</sup></b>	Consumo de alimentos y nutrientes asociados a un menor riesgo de ENT	Recordatorio cuantitativo de 24 horas sobre la dieta o frecuencia de alimentos semicuantitativos	>6 meses	A	~30-45 minutos	A	✓	>6 meses	Adultos en seis países de ingresos medios y altos <sup>[14]</sup>	⊗

Notas:

Esta tabla refleja la información disponible a partir del 1 de abril de 2022

[1] Incluye la traducción de la lista de alimentos y bebidas, la adaptación y la capacitación de los encargados de la recopilación de datos.

[2] En el caso de que la aplicación del GDQS se utilice para la recopilación de datos.

[3] Con la aplicación del GDQS, los encuestados proporcionan un recordatorio abierto sobre todos los alimentos y bebidas consumidos en las 24 horas anteriores y, a continuación, cuantifican el consumo de alimentos y bebidas por grupos de alimentos utilizando un método innovador para estimar la cantidad de consumo.

[4] En el caso de que el Cuestionario de calidad de la dieta (Diet Quality Questionnaire, DQQ) se utilice para la recopilación de datos.

[5] En el caso de que se utilice un método basado en listas con preguntas cerradas o un enfoque de alimentos y bebidas centinela para la recopilación de datos.

[6] En el caso de que el cuestionario electrónico de detección de UPF según Nova se utilice para la recogida de datos.

[7] En el caso de que se utilice un recordatorio de 24 horas cuantitativo tradicional sobre la dieta realizado con bolígrafo y papel para la recopilación de datos; si se utiliza un sistema de aplicación móvil como INDEX24, el tiempo para la introducción de datos es cero y el tiempo necesario para la limpieza y el procesamiento de datos se reduce en gran medida.

[8] Sin incluir el tiempo necesario para obtener pesas de muestreo.

[9] China, Etiopía, Ghana, India, Kenia, Malawi, Mali, México, Nigeria, Ruanda, Senegal, Tanzania, Uganda y EE. UU. (Bromage et al., 2021).

[10] Basado en Herforth et al. (2020).

[11] Bangladesh, Burkina Faso, Mali, Mozambique, Filipinas y Uganda (Armond et al., 2010; Women's Dietary Diversity Project [WDDP] Study Group, 2017).

[12] Basado en Costa and Monteiro (2021).

[13] Australia, Bélgica, Brasil, Canadá, Chile, Colombia, Francia, México, Noruega Taiwán, Reino Unido y EE. UU. (basado en una revisión de estudios que utilizan datos de consumo de alimentos y muestran resultados estadísticamente significativos, según lo notificado en las revisiones de Askari et al., 2020; Monteiro et al., 2019; y Pagliai et al., 2020).

[14] China, Francia, Irán, Singapur, Reino Unido y EE. UU. (basado en una revisión de estudios con resultados estadísticamente significativos, según lo notificado en la revisión sistemática de MorzeJ et al., 2020; Schwingshackl et al., 2015; y Schwingshackl et al., 2018).



**Tabla 3: Comparación de métricas de calidad de la dieta**

Métrica	Recordatorio abierto utilizado para recopilar información sobre la dieta completa <sup>[1]</sup>	Aplicación para la recopilación de datos	Estudios de validación realizados en países con ingresos bajos, medios o altos <small>(LIC, LOW INCOME COUNTRIES; MIC, MIDDLE INCOME COUNTRIES; HIC, HIGH INCOME COUNTRIES)</small>	Proporciona una medida cuantitativa de la ingesta	Periodo de recordatorio de 24 horas	Encuesta telefónica fácil	Facilidad de tabulación (B/M/A)	Datos sobre la composición de alimentos y factores de conversión necesarios para tabular la métrica
Índice global de calidad de la dieta (GDQS) <sup>[2]</sup>	✓	✓	LICs, MICs, HICs	✓	✓	✗	B	✗
Índice de las recomendaciones dietéticas globales (GDR) <sup>[3]</sup>	✗	✗	MIC, HIC	✗	✓	✓	B	✗
Diversidad alimentaria mínima para mujeres (MDD-W) <sup>[4]</sup>	✗	✗	LICs, MICs	✗	✓	✓	B	✗
Índice de alimentos ultraprocesados según Nova <sup>[5]</sup>	✗	✓	MIC	✗	✓	✓	B	✗
Porcentaje de energía procedente de alimentos ultraprocesados (%UPF) <sup>[6]</sup>	✓	✓ <sup>[7]</sup>	MICs, HICs	✓	✓	✗	A	✓
Índice de alimentación saludable alternativa (AHEI) (2010) <sup>[6]</sup>	✓	✓ <sup>[7]</sup>	MIC, HICs	✓	✓	✗	A	✓

**Notas:**

Esta tabla refleja la información disponible a partir del 1 de abril de 2022

- [1] El recordatorio abierto permite la identificación de todos los alimentos y bebidas que consume el encuestado, así como el análisis de la dieta completa, mientras que los recordatorios que se basan en grupos de alimentos o alimentos centinela proporcionan menos información y no permiten la inferencia sobre qué alimentos y bebidas específicos se consumieron.
- [2] En el caso de que la aplicación del GDQS se utilice para la recopilación de datos.
- [3] En el caso de que el Cuestionario de calidad de la dieta (DQQ) se utilice para la recopilación de datos.
- [4] En el caso de que se utilice un método basado en listas con preguntas cerradas o un enfoque de alimentos y bebidas centinela para la recopilación de datos.

- [5] En el caso de que el cuestionario electrónico de detección de UPF según Nova se utilice para la recogida de datos.
- [6] En el caso de que se utilice un recordatorio cuantitativo de 24 horas sobre la dieta para la recopilación de datos
- [7] Si se utilizan datos cuantitativos de recordatorio de 24 horas sobre la dieta para calcular estas métricas, la plataforma de evaluación dietética INDDX24 (diseñada para su uso en países de ingresos bajos y medios [Low Income Countries, LIC; Middle Income Countries, MIC], pero también para su uso en países de ingresos altos [High Income Countries, HIC]) está disponible para proporcionar una herramienta de recopilación de datos asistida por tecnología y un sistema automatizado para el procesamiento de datos.

**Tabla 4: Uso de datos y consideraciones de interpretación en todas las métricas**

Métrica	Proporciona cortes claros para facilitar la interpretación	Diseñado para ser sensible a los resultados de adecuación nutricional	Diseñado para ser sensible a los resultados de riesgo de ENT relacionadas con la dieta	Diseñado para ser sensible tanto a la adecuación nutricional como al riesgo de ENT relacionadas con la dieta	Proporciona datos para la lista completa de alimentos y bebidas consumidos (es decir, no se limita a proporcionar solo datos sobre los grupos de alimentos consumidos)
Índice global de calidad de la dieta (GDQS)	✓	✓	✓	✓	✓
Índice de las recomendaciones dietéticas globales (GDR) <sup>[1]</sup>	✓ <sup>[2]</sup>	✗	✓	✗	✗
Diversidad alimentaria mínima para mujeres (MDD-W) <sup>[3]</sup>	✓	✓	✗	✗	✗
Índice de alimentos ultraprocesados según Nova	✗	✗	✓	✗	✗
Porcentaje de energía procedente de alimentos ultraprocesados (%UPF)	✗	✓	✓	✓	✓
Índice de alimentación saludable alternativa de 2010 <sup>[4]</sup>	✗	✗	✓	✗	✓

**Notas:**

Esta tabla refleja la información disponible a partir del 1 de abril de 2022

- [1] En el caso de que el Cuestionario de calidad de la dieta (DQQ) se utilice para la recopilación de datos
- [2] Existen puntuaciones dicotómicas, pero requieren una validación adicional en conjuntos de datos de otros países antes de asumir la validez global (Herforth et al., 2020)
- [3] En el caso de que se utilice un método basado en listas con preguntas cerradas o un enfoque de alimentos centinela para la recopilación de datos
- [4] En el caso de que se utilice el recordatorio cuantitativo de 24 horas sobre la dieta



# PREGUNTAS GUIADAS: ¿ES EL GDQS ADECUADO PARA USTED?

Para desarrollar políticas y programas que promuevan dietas que afecten de manera positiva a la salud pública y a la economía, y que fomenten la sostenibilidad ambiental, debemos comprender lo que comen las personas. Esta comprensión requiere recopilar información oportuna sobre lo que comen las personas a nivel poblacional para medir, monitorear y evaluar el progreso con el fin de lograr dietas saludables y sostenibles. El índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS) y la aplicación del GDQS se diseñaron para ayudar a alcanzar estos objetivos.

En comparación con los métodos tradicionales de recopilación de datos dietéticos, la aplicación del GDQS permite una recogida más fácil y frecuente de datos dietéticos a un costo considerablemente inferior. Los datos de GDQS recopilados a través de la aplicación proporcionan información sobre el consumo de alimentos saludables y poco saludables, así como una medida resumida de la calidad de la dieta que es sensible tanto a los resultados relacionados con la adecuación de los nutrientes como a los factores de riesgo asociados a enfermedades no transmisibles (ENT), como síndrome metabólico, cambio en el peso, cambio en el perímetro de la cintura y diabetes incidente de tipo 2.



## LA MÉTRICA GDQS Y LA APLICACIÓN GDQS PODRÍAN SER ADECUADAS PARA USTED SI:

- Se buscan formas innovadoras de avanzar en los sistemas alimentarios, la equidad de género y las políticas de protección económica, sanitaria o social, pero faltan datos sobre la calidad de la dieta.
- Existe interés en avanzar en innovaciones, políticas y proyectos relacionados con la nutrición y las ENT, pero se retrasan debido a la falta de datos sobre la calidad de la dieta.
- Existe interés en medir las dietas en relación con las políticas o intervenciones en otros sectores (p. ej., agricultura, seguridad alimentaria y sistemas alimentarios, ambiente, protección social, educación, etc.).
- Se quiere recopilar datos alimenticios con más frecuencia (p. ej., anualmente, en lugar de cada 5 a 10 años, como suele ser el caso con encuestas dietéticas cuantitativas a gran escala).
- Se quiere medir los componentes saludables y no saludables de las dietas.
- Se busca un enfoque de recopilación de datos alimenticios de baja carga en el que la entrevista solo dura de 10 a 20 minutos.
- Se desea una herramienta que tabule de manera automática los resultados y que no requiera la introducción de datos después del trabajo de campo, lo que reduce el tiempo necesario entre la recopilación de datos y los resultados.
- Existe interés en realizar evaluaciones a nivel poblacional de la calidad de la dieta, hacer un seguimiento de los cambios a nivel poblacional a lo largo del tiempo, realizar comparaciones entre países de la calidad de la dieta y hacer un seguimiento de los cambios a nivel poblacional en respuesta a las intervenciones programáticas y políticas, entre otros usos.
- Existe interés en una innovación rigurosa y en un avance en el campo de la evaluación dietética.



### ¿DESEA UTILIZAR UN INDICADOR DE CALIDAD DE LA DIETA QUE REFLEJE TANTO LA ADECUACIÓN DE LOS NUTRIENTES COMO EL RIESGO DE ENT RELACIONADAS CON LA DIETA?



**Sí, es importante que pueda medir la calidad de la dieta, así como el consumo de alimentos saludables y poco saludables.** El GDQS incorpora en su diseño y método de puntuación tanto la adecuación nutricional como los factores de riesgo asociados a las ENT. Es decir, los alimentos saludables y poco saludables contribuyen a la puntuación general del GDQS. Este diseño único del indicador proporciona el marco que es necesario para valorar, supervisar y evaluar de manera eficaz el progreso a nivel poblacional con el fin de lograr dietas saludables.

El indicador de GDQS proporciona una puntuación agregada de la calidad de la dieta para una población y se puede utilizar para informar del porcentaje de personas con bajo y alto riesgo de resultados de mala calidad de la dieta. Los datos del GDQS también le permiten tabular dos subindicadores, concretamente los GDQS+ y el GDQS-, que proporcionan información más específica sobre la contribución relativa del consumo de grupos alimentarios saludables y poco saludables a la calidad general de la dieta en un entorno en concreto. Los datos recopilados con los datos del GDQS también se pueden utilizar para tabular el índice de diversidad alimentaria mínima para mujeres (Minimum Dietary Diversity for Women, MDD-W), las recomendaciones alimentarias globales (Global Dietary Recommendations, GDR) y el índice de alimentos ultraprocesados (UPF) según Nova.



**No, solo estoy interesado en medir un aspecto de la calidad de la dieta (es decir, la adecuación de los nutrientes o los factores de riesgo asociados a las ENT).** El GDQS podría seguir siendo una opción relevante, ya que es posible tabular los GDQS+ y GDQS-, lo que proporciona información más centrada sobre los alimentos saludables frente a los poco saludables. Como alternativa, puede considerar el uso del MDD-W, que se diseñó como una medida indirecta para la adecuación de los nutrientes, o las GDR, que proporcionan una medida de alineación con las recomendaciones de la OMS para dietas saludables.

### ¿DESEA ANALIZAR LOS DATOS A NIVEL DE GRUPO DE ALIMENTOS Y ALIMENTOS O A NIVEL DE NUTRIENTES?



**Sí, estoy interesado en analizar los datos a nivel de grupo de alimentos y alimentos en la población objetivo.** Si está interesado en analizar los datos sobre las dietas a nivel de grupo de alimentos y de alimentos, y desea comprender más sobre los tipos de alimentos que las personas comen a nivel poblacional, el GDQS es una gran opción.



**No, quiero analizar la ingesta de nutrientes específicos (p. ej., hierro, zinc) que probablemente se consuman mucho o poco en la población objetivo.** Si desea obtener información cuantitativa precisa sobre macronutrientes y micronutrientes consumidos, será necesario recopilar una encuesta cuantitativa completa sobre la dieta a través de un recordatorio de la dieta de 24 horas, un cuestionario de frecuencia cuantitativa de alimentos o un registro de alimentos pesados. Estos tipos de datos alimenticios también requerirán el uso de una tabla de composición de alimentos y factores de conversión adecuados para convertir los alimentos consumidos en sus nutrientes equivalentes.

### ¿ESTÁ BUSCANDO UNA HERRAMIENTA DE RECOPIACIÓN DE DATOS QUE PUEDA IMPLEMENTARSE EN LOS PRÓXIMOS TRES MESES?



**Sí, tengo aproximadamente tres meses antes de la encuesta.** La aplicación del GDQS puede ser una buena opción para usted, ya que se aconsejan aproximadamente de dos a tres meses de tiempo de preparación. Este tiempo se utiliza principalmente para preparar las traducciones de los nombres de los alimentos y las bebidas en la base de datos mundial de alimentos. Cuando no se necesita traducción, la cantidad de tiempo de preparación se reduce de manera significativa. La aplicación viene con una base de datos mundial de alimentos con más de 5,500 alimentos listos para usar y precodificados con todos los alimentos y bebidas emparejados con su grupo de alimentos en el GDQS correspondiente.



**No, quiero algo que pueda usar de manera inmediata.** En este caso, podría considerar el uso del cuestionario de selección de alimentos ultraprocesados según Nova para tabular el índice de UPF según Nova, el cuestionario de calidad de la dieta (Diet Quality Questionnaire, DQQ) para tabular el índice GDR o el cuestionario modelo MDD-W para tabular el MDD-W, si estas herramientas ya se han adaptado y traducido para su uso en su contexto de encuesta. Sin embargo, a diferencia del GDQS, estas métricas no proporcionan una imagen unificada de la calidad de la dieta que refleja tanto la adecuación de los nutrientes como los factores de riesgo relacionados con los resultados de las ENT.



### ¿ESTÁ INTERESADO EN RECOPIAR SUS DATOS EN UNA TABLETA A TRAVÉS DE UNA APLICACIÓN EXISTENTE?



**Sí, quiero recoger los datos a través de una aplicación en una tableta.** El GDQS puede ser una buena opción para usted. La aplicación del GDQS es de uso gratuito y el soporte técnico para el uso de la aplicación está disponible actualmente de manera gratuita a través de *Intake*. El GDQS requiere entrevistas en persona para facilitar la estimación exacta de las cantidades consumidas a nivel del grupo alimentario. Cuando se utiliza la aplicación del GDQS para la recolección de datos, no es necesario introducirlos y la tabulación del indicador del GDQS se automatiza, lo que permite el análisis a nivel poblacional de los datos recopilados casi de manera inmediata.



**No, debido a la COVID u otras preocupaciones, no puedo realizar entrevistas en persona.** El cuestionario de selección de UPF según Nova (para tabular el índice de UPF según Nova), el cuestionario de calidad de la dieta (DQQ) (para tabular el índice GDR) o el cuestionario MDD-W (para tabular el MDD-W) podrían ser mejores opciones para usted, dependiendo de los objetivos de la encuesta, ya que estas herramientas son más adecuadas para su administración por teléfono.



### ¿ESTÁ INTERESADO EN LA EVALUACIÓN RUTINARIA Y EN EL SEGUIMIENTO DE TENDENCIAS Y CAMBIOS EN LA CALIDAD DE LA DIETA?

- ✓ **Sí, quiero recopilar información anualmente sobre la calidad de la dieta en la población objetiva.** El uso de la aplicación del GDQS para recopilar datos en el GDQS es una buena opción dado el bajo coste y la naturaleza integral de los datos dietéticos recopilados. En particular, animamos a los gobiernos, que actualmente realizan encuestas cuantitativas de recordatorio de la dieta de 24 horas representativas a nivel nacional cada 5 a 10 años, a considerar la posibilidad de recopilar el GDQS entre las rondas de encuestas. Estos datos garantizarán que tenga información más oportuna que permita tener políticas y programas mejor diseñados que puedan responder a los cambios en las opciones de los consumidores, el entorno alimentario y el mejor sistema alimentario.
- ✗ **No, solo necesito una medición transversal única de la calidad de la dieta en la población objetivo.** El uso de la aplicación del GDQS para recopilar datos para la medida GDQS sigue siendo una gran opción, dado que la aplicación es gratuita y fácil de usar para la recopilación de datos, no requiere una carga de tiempo alta para el encuestado y proporciona una evaluación integral y multidimensional de la calidad de la dieta a nivel poblacional.

### ¿LE INTERESA RECOPIRAR DATOS SOBRE DIETAS, PERO TIENE UNA FORMACIÓN TÉCNICA Y/O RECURSOS LIMITADOS PARA REALIZAR UN RECORDATORIO CUANTITATIVO COMPLETO DE LA DIETA DE 24 HORAS?

- ✓ **Sí, me interesa.** Si tiene recursos y/o experiencia limitados con el recordatorio cuantitativo de la dieta y tiene interés en medir la calidad de la dieta, la aplicación del GDQS y la métrica asociada pueden ser una buena opción para usted.
- ✗ **No, mi situación es diferente. Tengo recursos y conocimientos técnicos adecuados.** Suena como una encuesta dietética cuantitativa, como un recordatorio de dieta de 24 horas, que podría tenerse en cuenta. Consulte la [plataforma de evaluación dietética INDDX24](#) y póngase en contacto con [INDDX24@FHISolutions.org](mailto:INDDX24@FHISolutions.org) para obtener más información.

### ¿LE INTERESA ANALIZAR LOS DATOS DIETÉTICOS CUANTITATIVOS EXISTENTES PARA TABULAR EL GDQS?

- ✓ **Sí, tengo datos dietéticos cuantitativos de encuestas anteriores que me gustaría utilizar para tabular el GDQS.** Dado que ya tiene los datos dietéticos cuantitativos, está en una buena posición para tabular el GDQS. *Intake* puede proporcionar orientación sobre este proceso, así como acceso a una base de datos mundial de alimentos precodificados con las clasificaciones del grupo alimenticio del GDQS para ayudar en la tabulación.
- ✗ **No, no tengo datos dietéticos cuantitativos existentes.** Si no dispone de datos dietéticos cuantitativos, podría considerar la recopilación de datos principales utilizando la aplicación del GDQS, que se ha diseñado para agilizar la recogida de datos y el proceso de tabulación. La aplicación del GDQS es gratuita y está lista para su uso mundial. En la actualidad, *Intake* está disponible para proporcionar asistencia técnica gratuita cuando se use el GDQS para la recopilación de datos. Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros en [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org).



### ARE YOU STILL UNSURE OF THE BENEFITS OF USING THE GDQS?

- ✓ **Yes, I am still unsure whether the GDQS is right for me.** Check out the Diet Quality Comparison Tables (GDQS Toolkit Resource #3) to see the differences between the various diet quality metrics and the comparative advantages of the GDQS. To receive access to a demo version of the GDQS app to explore it further, please contact us at [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org).
- ✗ **No, the GDQS is exactly what I was looking for to measure diet quality.** The GDQS app is free and ready for global use. *Intake* is currently available to provide no-cost technical support for use of the GDQS for data collection. For more details, please contact us at [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org).





# EL ÍNDICE GLOBAL DE CALIDAD DE LA DIETA: RESUMEN DE POLÍTICA Y APOYO

Este resumen está dirigido a defensores, donantes, investigadores, diseñadores e implementadores de programas y a aquellos que trabajan en políticas públicas en materia de salud, nutrición, alimentación, clima y políticas sociales y económicas. Proporcionará información sobre el índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS), la primera medida validada para su uso mundial y diseñada para reflejar la calidad general de la dieta.

## ¿Por qué necesitamos medir las dietas?

Hoy en día, las dietas saludables tienen el potencial de salvar una de cada cinco vidas cada año<sup>23</sup> y de tener un impacto positivo en el ambiente mediante la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero. En el año 2022, estos impactos ambientales de los sistemas alimentarios han aumentado hasta en un 14 % en menos de una década.<sup>24,25</sup>

Dado que nuestro sistema alimentario mundial se ha construido sobre muchas desigualdades, se enfrenta a una presión continua y creciente debido a la COVID-19, el cambio climático y la crisis de Ucrania. Para los responsables de formular políticas, esta presión representa un conjunto complejo de desafíos, como el aumento de los costes de vida, la escasez de suministro de alimentos, el aumento de las tensiones en la atención sanitaria, las altas tasas de inflación y los mercados turbulentos.

Sin datos sobre la calidad de la dieta, a los gobiernos, los donantes, el sector privado, los inversores y la sociedad civil les resultará difícil establecer normativas y políticas y fomentar un cambio de comportamiento con un enfoque en dietas más nutritivas y sostenibles. Esta dificultad, a su vez, tendrá un efecto indirecto sobre la salud, la resiliencia y la estabilidad macroeconómica en los próximos años.

En la actualidad, la falta de los datos dietéticos necesarios para evaluar el consumo de alimentos a nivel poblacional y la necesidad de medidas globales adecuadas para medir la calidad de la dieta han ralentizado las intervenciones e innovaciones, lo que ha obstaculizado la asignación de recursos hacia dietas más saludables y sostenibles. Comprender los alimentos que las personas realmente consumen y tener a disposición datos dietéticos oportunos es fundamental para una política específica y con un coste adecuado en todo el mundo.

## El índice global de calidad de la dieta

Se desarrolló el GDQS como respuesta a la falta de métodos sólidos y universalmente aplicables para medir la calidad de la dieta. Una aplicación gratuita y fácil de utilizar permite la recopilación de datos del GDQS en encuestas poblacionales.

La aplicación del GDQS proporciona un nuevo método de recogida de datos de bajo recurso para permitir la recogida de datos dietéticos de alta calidad a gran escala y de forma rutinaria. Con la aplicación del GDQS, los datos sobre alimentos y bebidas individuales consumidos, así como la información categórica sobre las cantidades de grupos de alimentos saludables y no saludables consumidos, se pueden recopilar fácilmente en diferentes grupos poblacionales.

Los datos del GDQS pueden utilizarse para establecer objetivos, evaluar y supervisar la calidad de la dieta en una población e informar acerca del diseño programas y políticas, por ejemplo, mediante la comprensión sobre qué porcentaje de la población come verduras de hoja verde o cereales integrales, y, dentro del mismo porcentaje, quiénes consumen una cantidad baja o alta del grupo de alimentos específico.



23 Healthy eating saves lives | Institute for Health Metrics and Evaluation (2019)

24 Global Nutrition Report (2021)

25 Crippa et al. (2021). Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions



## TEMAS DE DISCUSIÓN PARA LOS DEFENSORES

- › Lo que comemos es fundamental para enfrentarnos a algunos de los mayores desafíos médicos, ambientales, sociales y climáticos del mundo.
  - › Se calcula que la mala alimentación es responsable de la cuarta parte (26 %) de todas las muertes (evitables) entre adultos<sup>26</sup>
  - › Las estimaciones recientes indican que la demanda mundial de alimentos, incluidos la pérdida y los residuos de alimentos, contribuye a aproximadamente el 35 % de todas las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero.<sup>27,28</sup> Estos impactos ambientales han aumentado hasta en un 14 % en menos de una década.
- › El GDQS ofrece a los responsables de formular políticas, diseñadores de programas, investigadores y otros un método para comprender qué comen las personas, especialmente en contextos en los que las dietas están cambiando rápidamente debido al aumento del consumo de alimentos muy procesados y con alto contenido energético.
- › El GDQS posee un diseño único, ya que proporciona un marco para medir, monitorear y evaluar eficazmente el progreso a nivel poblacional en la consecución de dietas saludables.
- › Los datos del GDQS se pueden recopilar con la aplicación del GDQS, la cual es gratuita y fácil de usar, y está diseñada para permitir la recopilación de datos dietéticos de una forma novedosa y con pocos recursos.
- › Los datos recopilados con la aplicación del GDQS se pueden utilizar para diversos fines, incluidos:
  - › Ayudar a informar acerca de la orientación y las decisiones de acción específicas a nivel local cuando los datos se recogen a nivel descentralizado.
  - › Proporcionar evidencias para el diseño de políticas y programas multisectoriales en salud, agricultura, protección social, educación y comercio, entre otros.
  - › Desarrollar mejores políticas relacionadas con la seguridad alimentaria, la comercialización de alimentos y el etiquetado en la parte frontal del envase.
  - › Dirigir políticas y programas con mayor eficacia hacia niñas y mujeres y poblaciones de difícil acceso, quienes se están viendo afectadas de forma desproporcionada por las desigualdades en los sistemas alimentarios.
  - › Mejorar las asociaciones públicoprivadas por medio de datos en tiempo real para mejorar las cadenas de valor de los alimentos.
- › En última instancia, una mayor recopilación de datos de calidad de la dieta con la aplicación gratuita y fácil de usar del GDQS representa un paso importante hacia un liderazgo responsable en todos los sectores.



26 Global Nutrition Report (2021)  
27 Global Nutrition Report (2021)  
28 Crippa et al. (2021). Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions

## ENLACES PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Invitamos a los aliados y defensores del índice global de calidad de la dieta (Global Diet Quality Score, GDQS), así como a los posibles usuarios del GDQS y la aplicación del GDQS, a contactarnos para obtener más información.

### RECURSOS DEL GDQS:

The Global Diet Quality Score (GDQS) Launch Event  
Journal of Nutrition Supplement: The Global Diet Quality Score (GDQS): A New Method to Collect and Analyze Population-Based Data on Diet  
Developing and validating a food-based diet quality score  
The Global Diet Quality Score (GDQS) Data Collection Options and Tabulation Guidelines

### RECURSOS DEL KIT DE HERRAMIENTAS DEL GDQS:

Descripción general de la situación de la calidad de la dieta – Recurso n.º 1 del kit de herramientas del GDQS  
Todo lo que necesita saber – Recurso n.º 2 del kit de herramientas del GDQS  
Vista rápida: Comparación de métricas de calidad de la dieta – Recurso n.º 3 del kit de herramientas del GDQS  
Preguntas guiadas: ¿Es el GDQS adecuado para usted? – Recurso n.º 4 del kit de herramientas del GDQS  
Resumen de políticas con temas de conversación de defensa – Recurso n.º 5 del kit de herramientas del GDQS  
Enlaces para obtener más información – Recurso n.º 6 del kit de herramientas del GDQS

### PÓNGASE EN CONTACTO CON NOSOTROS:

Obtenga más información y solicite acceso a la aplicación del GDQS: [GDQS@FHISolutions.org](mailto:GDQS@FHISolutions.org)  
Obtenga más información sobre el trabajo en Intake: <http://intake.org>

### SÍGANOS:





# REFERENCIAS

## Descripción general de la situación de la calidad de la dieta – Recurso n.º 1 del kit de herramientas del GDQS

Global Nutrition Report. (2021). *2021 Global Nutrition Report: The state of global nutrition*. Bristol, Reino Unido: Development Initiatives. <https://globalnutritionreport.org/reports/2021-global-nutrition-report/> Consultado el 13 de junio de 2022

Coates, J. C., Colaiezzi, B. A., Bell, W., Charrondiere, U. R., & Leclercq, C. (2017). Overcoming dietary assessment challenges in low-income countries: Technological solutions proposed by the International Dietary Data Expansion (INDDEX) project, *Nutrients*, 9(3), 289 <https://doi.org/10.3390/nu9030289>

Committee on World Food Security (2017). *Nutrition – A world in crisis*. <https://medium.com/committee-on-world-food-security-cfs/nutrition-a-world-in-crisis-bf9e3f276c9b> Consultado el 13 de junio de 2022

Crippa, M., Solazzo, E., Guizzardi, D., Monforti-Ferrario, F., Tubiello, F. N., & Leip, A. (2021). Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions. *Nature Food*, 2, 198–209. <https://doi.org/10.1038/s43016-021-00225-9>

Global Panel. (2017). *Healthy diets for all: A key to meeting the SDGs*. Policy Brief No. 10. Londres, Reino Unido: Global Panel on Agriculture and Food Systems for Nutrition.

Institute for Health Metrics and Evaluation. (2019). *Healthy eating saves lives*. <https://www.healthdata.org/infographic/healthy-eating-saves-lives> Consultado el 13 de junio de 2022

International Food Policy Research Institute. (2014). *Global Nutrition Report 2014: Actions and accountability to accelerate the world's progress on nutrition*. Washington, DC.

Miller, V., Webb, P., Micha, R., Mozaffarian, D., & Global Dietary Database. (2020). Defining diet quality: a synthesis of dietary quality metrics and their validity for the double burden of malnutrition. *Lancet Planet Health*, 4(8), e352–e370. doi:10.1016/S2542-5196(20)30162-5

Ramakrishnan, U. (2020). Impact of nutrition on the next generation: The INCAP Longitudinal Study. *Food Nutrition Bulletin*, 41(1\_suppl), S50–S58. doi: 10.1177/0379572120915422. PMID: 33172290.

Standing Together for Nutrition Consortium. (2021). <https://www.standingtogetherfornutrition.org/> Consultado el 13 de junio de 2022

## Todo lo que necesita saber – Recurso n.º 2 del kit de herramientas del GDQS

Bromage, S., Batis, C., Bhupathiraju, S. N., Fawzi, W. W., Fung, T.T., Li, Y., Deitchler, M., Angulo, E., Birk, N., CastellanosGutiérrez, A., He, Y., Fang, Y., Matsuzaki, M., Zhang, Y., Moursi, M., Gicevic, S., Holmes, M. D., Isanaka, S., Kinra, S., Sachs, S. E., Stampfer, M. J., Stern, D., & Willett, W. C. (2021). Development and validation of a novel food-based Global Diet Quality Score (GDQS). *Journal of Nutrition*, 151(12 Suppl 2), 75S–92S. doi: 10.1093/jn/nxab244. PMID: 34689200; PMCID: PMC8542096.

Miller, V., Webb, P., Micha, R., Mozaffarian, D., & Global Dietary Database. (2020). Defining diet quality: a synthesis of dietary quality metrics and their validity for the double burden of malnutrition. *Lancet Planet Health*, 4(8), e352–e370. doi:10.1016/S2542-5196(20)30162-5

## Vista rápida: Comparación de métricas de calidad de la dieta – Recurso n.º 3 del kit de herramientas del GDQS

Arimond, M., Wiesmann, D., Becquey, E., Carriquiry, A., Daniels, M. C., Deitchler, M., Fanou-Fogny, N., Joseph, M. L., Kennedy, G., Martin-Prevel, Y., & Torheim, L. E. (2010). Simple food group diversity indicators predict micronutrient adequacy of women's diets in 5 diverse, resource-poor settings. *The Journal of Nutrition*, 140(11), 2059S–2069S, <https://doi.org/10.3945/jn.110.123414>

Askari, M., Heshmati, J., Shahinfar, H., Tripathi, N., & Daneshzad, E. (2020). Ultra-processed food and the risk of overweight and obesity: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *International Journal of Obesity*, 44, 2080–2091.

Bromage, S., Batis, C., Bhupathiraju, S. N., Fawzi, W. W., Fung, T. T., Li, Y., Deitchler, M., Angulo, E., Birk, N., Castellanos-Gutiérrez, A., He, Y., Fang, Y., Matsuzaki, M., Zhang, Y., Moursi, M., Gicevic, S., Holmes, M. D., Isanaka, S., Kinra, S., Sachs, S. E., Stampfer, M. J., Stern, D., & Willett, W. C. (2021). Development and validation of a novel food-based Global Diet Quality Score (GDQS). *Journal of Nutrition*, 151(12 Suppl 2), 75S–92S. doi: 10.1093/jn/nxab244. PMID: 34689200; PMCID: PMC8542096.

Costa C. S., & Monteiro, C. (2020). *Fact sheet: The Nova Score for the Consumption of Ultra-Processed Foods (Nova-UPF score)*. Technical consultation on measuring healthy diets: Concepts, methods, and metrics. May 18-20, 2021. No publicado.

Herforth, A., Martínez-Steele, E., Calixto, G., Sattamini, I., Olarte, D., Ballard, T., & Monteiro, C. (2020). Development of a diet quality questionnaire for improved measurement of dietary diversity and other diet quality indicators (P13-018-19). *Current Developments in Nutrition*, 3(1) nzz036.P13-018-19. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzz036.P13-018-19>

Monteiro, C. A., Cannon, G., Lawrence, M., Costa Louzada, M. L., & Pereira Machado, P. (2019). *Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system*. Rome: FAO.



Morze, J., Danielewicz, A., Hoffmann, G., & Schwingshackl, L. (2020). Diet quality as assessed by the Healthy Eating Index, the Alternate Healthy Eating Index, the Dietary Approaches to Stop Hypertension Score, and health outcomes: A second update of a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 120(12), 1998–2031.e15. doi: 10.1016/j.jand.2020.08.076. Epub 2020 Oct 14. PMID: 33067162.

Pagliai, G., Dinu, M., Madarena, M. P., Bonaccio, M., Iacoviello, L., & Sofi, F. (2020). Consumption of ultra-processed foods and health status: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Nutrition*, 125, 308–318.

Schwingshackl, L., & Hoffmann, G. (2015). Diet quality as assessed by the Healthy Eating Index, the Alternate Healthy Eating Index, the Dietary Approaches to Stop Hypertension score, and health outcomes: A systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 115(5), 780–800. e785.

Schwingshackl, L., Bogensberger, B., & Hoffmann, G. (2018). Diet quality as assessed by the Healthy Eating Index, Alternate Healthy Eating Index, Dietary Approaches to Stop Hypertension Score, and health outcomes: An updated systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 118(1), 74–100.e11. doi: 10.1016/j.jand.2017.08.024. PMID: 29111090.

Women's Dietary Diversity Project (WDDP) Study Group. (2017). Development of a dichotomous indicator for population-level assessment of dietary diversity in women of reproductive age, *Current Developments in Nutrition*, 1, 12 cdn.117.001701, <https://doi.org/10.3945/cdn.117.001701>





[intake.org](https://intake.org)



[in](#)

