

**PERCEPCIÓN DE LAS FAMILIAS CON ESTRATO SOCIOECONOMICO 1,
UBICADAS EN EL SECTOR URBANO DEL MUNICIPIO DE BUESACO
(NARIÑO), RESPECTO DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE
(Resumen Analítico)**

***PERCEPTION OF FAMILIES WITH SOCIOECONOMIC STRATUM 1, LOCATED
IN THE URBAN SECTOR OF THE MUNICIPALITY OF BUESACO (NARIÑO),
REGARDING HEALTHY EATING
(Analytical Summary)***

Autores (*Authors*): NARVAEZ PAZ Jose Alejandro

Facultad (*Faculty*): CIENCIAS DE LA SALUD

Programa (*Program*): NUTRICION Y DIETETICA

Asesor (*Support*): MG. YOMAIRA PATRICIA YÉPEZ CAICEDO

Fecha de terminación del estudio (*End of the research*): JUNIO 2023

Modalidad de Investigación (*Kind of research*): Trabajo de grado

PALABRAS CLAVE

PERCEPCIÓN
ESTRATO SOCIOECONÓMICO
ALIMENTACIÓN
SALUDABLE

KEY WORDS

*PERCEPTION
SOCIOECONOMIC STRATUM
NUTRITION
HEALTHY*

RESUMEN: El presente proyecto plantea determinar las percepciones que tienen las familias con estrato socioeconómico 1, ubicadas en el sector urbano del municipio de Buesaco (Nariño), respecto de la alimentación saludable. Por lo anterior, la selección de la población participante debe cumplir con los criterios de inclusión y exclusión de tal manera que se garantice que la información recolectada, proviene de personas en condiciones características del estrato socioeconómico 1. Para ello, previo al desarrollo del grupo focal, se eligió de manera aleatoria uno de los barrios de estrato 1 del sector urbano del municipio de Buesaco, el cual está dividido en 2 zonas: centro norte y centro sur, que agrupan 15 barrios. En el barrio elegido, se seleccionaron 13 personas, quienes cumplieron con los criterios de

inclusión y exclusión establecidos en el presente trabajo, incluyendo el deseo de participar voluntariamente de la investigación, cuyo objetivo fue el de identificar las percepciones que tienen estas familias respecto de la alimentación saludable, entendida como aquella que aporta al organismo alimentos imprescindibles para satisfacer necesidades nutricionales. Cabe resaltar que la participación voluntaria de la población de estudio, se evidenció en la existencia de los consentimientos informados. Conforme la información obtenida en el primer ejercicio de acercamiento, se logró conocer que la población sujeta de estudio (13 personas), se consideran los representantes de hogar, residentes en el barrio Roberth Rojas del sector urbano del municipio de Buesaco

ABSTRACT: *The present project aims to determine the perceptions that families with socioeconomic stratum 1, located in the urban sector of the municipality of Buesaco (Nariño), have regarding healthy eating. Therefore, the selection of the participating population must meet the inclusion and exclusion criteria in such a way as to guarantee that the information collected comes from people in conditions characteristic of socioeconomic stratum 1. To do this, prior to the development of the focus group, one of the stratum 1 neighborhoods of the urban sector of the municipality of Buesaco was randomly chosen, which is divided into 2 zones: north center and south center, which group together 15 neighborhoods. In the chosen neighborhood, 13 people were selected, who met the inclusion and exclusion criteria established in this work, including the desire to voluntarily participate in the research, whose objective was to identify the perceptions that these families have regarding the healthy eating, understood as one that provides the body with essential foods to satisfy nutritional needs. It should be noted that the voluntary participation of the study population was evidenced by the existence of informed consent. According to the information obtained in the first approach exercise, it was possible to know that the population subject to the study (13 people) are considered household representatives, residents of the Roberth Rojas neighborhood in the urban sector of the municipality of Buesaco.*

CONCLUSIONES: En relación con los conocimientos que tienen respecto a alimentación saludable los participantes es correcto que lo han ido adquiriendo a través de su experiencia, pero cabe recalcar que estos conocimientos son algo limitados ya que reconocen como alimentación saludable dos de las cuatro características que deben cumplir para ser reconocida como alimentación saludable.

Dentro de los elementos sociales y económicos es contundente el factor económico es reconocido por la población como la única variable que influye negativamente en la adquisición de una alimentación saludable, de aquí se observa la necesidad de que los gobiernos implementen estrategias que favorezcan el acceso a alimentos que son provenientes de la región, teniendo en cuenta los que son circuitos cortos y la economía local, es decir que se aprovechen los alimentos que son producidos localmente para mejorar la oferta y el acceso económico a ellos.

Por otra parte, está claro para la población que en el municipio de Buesaco la disponibilidad de alimentos no es un inconveniente de manera contraria se considera como un factor importante dentro de lo que pudiese favorecer en una alimentación saludable, sin embargo ya que existe una gran disponibilidad de frutas y verduras se mantiene la premisa de que si no se cuenta con la facilidad económica no se puede acceder a estos grupos de alimentos importantes y por lo tanto su consumo se limita a lo que económicamente pueden acceder.

Con respecto al último objetivo la población manifiesta que si es posible incluir dentro de su alimentación, alimentos saludables de hecho se identifican como cotidianas algunas prácticas relacionadas sobre todo con las hortalizas sin embargo es importante resaltar que este consumo dentro de sus hogares no es parmente, no se considera habitual por lo tanto pese a que se incluyen algunos alimentos saludables no aportan significativamente a los hábitos de consumo si no son incluidos diariamente dentro de la alimentación como lo establece las guías alimentarias de la población colombiana.

CONCLUSIONS: *In relation to the knowledge that the participants have regarding healthy eating, it is correct that they have been acquiring it through their experience, but it should be emphasized that this knowledge is somewhat limited since they recognize as healthy eating two of the four characteristics that must be met to be recognized as healthy eating.*

Within the social and economic elements, the economic factor is overwhelmingly recognized by the population as the only variable that negatively influences the acquisition of a healthy diet, hence the need for governments to implement strategies that favor access to food. that come from the region, taking into account those that are short circuits and the local economy, that is, taking advantage of foods that are produced locally to improve the supply and economic access to them. On the other hand, it is clear to the population that in the municipality of Buesaco the availability of food is not a problem; on the contrary, it is considered an important factor in what could favor a healthy diet, however, since there is a great Availability of fruits and vegetables maintains the premise that if you do not have economic ease you cannot access these important food groups and therefore their consumption is limited to what they can economically access.

With respect to the last objective, the population states that it is possible to include healthy foods in their diet. In fact, some practices related especially to vegetables are identified as daily; however, it is important to highlight that this consumption within their homes is not partially It is not considered common, therefore, although some healthy foods are included, they do not contribute significantly to consumption habits if they are not included daily in the diet as established by the dietary guidelines of the Colombian population.

RECOMENDACIONES: Dirigida en el contexto de las administraciones municipales que terminan en este año 2023 se recomienda a la alcaldía del municipio de Buesaco, hacer uso de la información que genera esta investigación para poder

dejarla como una necesidad sentida de la población vulnerable para que sea tenida en cuenta por la administración siguiente, para que se definan estrategias de intervención desde los comités municipales de seguridad alimentaria y nutricional para que se favorezca los circuitos cortos, la economía circular y la producción local como posibilidades para favorecer el acceso a una alimentación saludable en este tipo de población.

Con respecto a este estudio se deja a profesionales de la salud y también a administraciones de las secretarías de salud para que se establezca como prioridad la educación alimentaria y nutricional a la población para fortalecer los conocimientos que existan sobre alimentación saludables pero también para poder resolver dudas e inquietudes de cómo acceder económicamente a una oferta de alimentos desde la temporada de cosechas y también desde el aporte nutricional de alimentos para que sean tenidos en cuenta dentro de la distribución de sus limitados ingresos.

Importante para los profesionales y estudiantes de nutrición y dietética que se tenga en cuenta que dentro de la orientación que se da a la población para poder acceder a la alimentación saludable, se tenga en cuenta las características socioeconómica de la población, sus posibilidades para poder acceder a ellas y que las recomendaciones sean adaptadas al contexto desde sus conocimientos, desde sus experiencias si no también teniendo en cuenta los hábitos, la cultura, sus costumbres y a disponibilidad de recursos económicos.

RECOMMENDATIONS: *Directed in the context of the municipal administrations that end in 2023, it is recommended that the mayor of the municipality of Buesaco make use of the information generated by this research in order to leave it as a felt need of the vulnerable population so that it is taken into account. by the next administration, so that intervention strategies are defined by the municipal food and nutritional security committees to favor short circuits, the circular economy and local production as possibilities to promote access to healthy eating in this type of population.*

With respect to this study, it is left to health professionals and also to the administrations of the health secretaries to establish food and nutritional education for the population as a priority to strengthen the knowledge that exists about healthy eating but also to be able to resolve doubts. and concerns about how to economically access a food supply from the harvest season and also from the nutritional contribution of food so that they are taken into account within the distribution of their limited income.

It is important for professionals and students of nutrition and dietetics to take into account that within the guidance given to the population to be able to access healthy eating, the socioeconomic characteristics of the population, their possibilities to be able to access it, are taken into account. to them and that the recommendations are adapted to the context from their knowledge, from their experiences but also taking into account habits, culture, customs and availability of economic resources.