

Validación de un manual para el taller de formación en orientación alimentaria para promotoras en salud del colectivo femenino “Fondo de lucha por la democracia, A.C.” en Cuautla Morelos

Segura Hernández, Rafael

2025-05-09

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/6341>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

Validación de un manual para el taller de formación en orientación alimentaria para promotoras en salud del colectivo femenino “Fondo de lucha por la democracia, A.C.” en Cuautla Morelos

Segura-Hernández, Rafael
Universidad Iberoamericana Puebla
Proyecto Integrador en Ciencias de la Salud III
Primavera 2025

Resumen

El colectivo femenino Fondo de Lucha por la Democracia, A.C., ubicado en Cuautla, Morelos, no cuenta actualmente con programas educativos en el área de nutrición. Ante esta necesidad, el proyecto tuvo como objetivo validar un manual para un taller de formación en orientación alimentaria dirigido a sus promotoras de salud. El proceso se desarrolló en cuatro etapas: caracterización de la población, diseño del taller, evaluación del contenido por personas expertas y por integrantes del colectivo, y finalmente, el rediseño del taller considerando las recomendaciones recibidas. Como resultado, se generó un manual estructurado y contextualizado, que fue enriquecido con las aportaciones de ambos grupos evaluadores. Al concluir el proceso, se logró la validación del manual, quedando listo para su implementación en el colectivo.

Palabras clave: orientación alimentaria, promotoras de salud, taller.

Abstract

The women's collective *Fondo de Lucha por la Democracia, A.C.*, located in Cuautla, Morelos, currently does not offer educational programs in nutrition. In response to this need, the project's objective was to validate a manual for a training workshop on nutritional guidance aimed at the collective's health promoters. The process was carried out in four stages: population characterization, workshop design, content evaluation by experts and members of the collective, and finally, the redesigning of the workshop based on the feedback received. As a result, a structured and contextualized manual was developed, enriched by the contributions of both evaluator groups. At the end of the process, the manual was successfully validated and is now ready for implementation within the collective.

Keywords: nutritional guidance, health promoters, workshop.

Antecedentes del proyecto

En la primavera de 2024, el Laboratorio de Innovación Económica y Social (LAINES) de la Ibero Puebla, a través de la coordinación de la Licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos, convocó a estudiantes a colaborar con el colectivo “Fondo de Lucha por la Democracia, A.C.” en el proyecto “*Mujeres alimentando al mundo: nutrición y salud*”. Así dio inicio la vinculación y el desarrollo del proyecto con la organización.

Planteamiento del problema

Actualmente, el colectivo no cuenta con ningún programa educativo en el área de nutrición (Del Rosario, 2007). Esta ausencia resulta especialmente relevante considerando la situación de salud en la región de Cuautla, Morelos, donde se ha identificado una alta prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas como diabetes e hipertensión, estrechamente vinculadas con malos hábitos alimentarios. La falta de acceso a orientación nutricional limita las posibilidades de prevención y autocuidado,

especialmente entre mujeres que desempeñan un rol clave en la salud alimentaria familiar y comunitaria (Lazcano, E. 2020).

Objetivo general

Validar un manual para el taller de formación en orientación alimentaria para promotoras en salud del colectivo femenino “Fondo de lucha por la democracia, A.C.” en Cuautla, Morelos.

Objetivos específicos

1. Caracterizar dietéticamente al grupo de estudio.
2. Diseñar el manual del taller.
3. Evaluar el manual del taller por expertos y por personas del colectivo (personas que conforman el colectivo).
4. Rediseñar el manual del taller con base en las recomendaciones de los evaluados.

Justificación

La importancia de este proyecto radica en que, a través del manual se podrá formar promotoras en salud, quienes a su vez podrán educar en el área de nutrición a la población de Cuautla, Morelos.

Marco teórico

La Organización Mundial de la Salud (OMS) promueve pautas para una alimentación saludable. Además, enfatiza la importancia de consumir una variedad de alimentos que proporcionen los nutrientes necesarios (OMS, 2021).

La orientación alimentaria es la combinación de estrategias educativas diseñadas para facilitar la adopción

voluntaria de elecciones alimentarias que conducen a un óptimo estado de salud y bienestar (FAO, 2019).

Un promotor de salud es una persona que impulsa hábitos saludables a través de la educación. Su labor incluye fomentar prácticas saludables y orientar en medidas preventivas (De salud, H. 2021) (OMS. 2021).

Contexto

El proyecto se llevó a cabo en colaboración con el colectivo “Fondo de Lucha por la Democracia, A.C.”, una organización comunitaria fundada en 1999 en Cuautla, Morelos, dedicada al desarrollo sustentable y la defensa de los derechos sociales. En esta localidad, las enfermedades crónico-degenerativas —como la diabetes, la hipertensión y los infartos al miocardio— continúan siendo las principales causas de muerte en personas adultas mayores de 20 años, lo que resalta la urgencia de intervenciones enfocadas en la prevención y el fortalecimiento de la salud comunitaria.

Metodología

El proyecto se llevó a cabo entre primavera de 2024 y primavera de 2025, en colaboración entre la Universidad Iberoamericana Puebla y el colectivo femenino “Fondo de Lucha por la Democracia, A.C.”. Se desarrolló en cuatro etapas: 1. Caracterización dietética del grupo, mediante la aplicación de encuestas en las que se indagó sobre la frecuencia de consumo de alimentos y los productos de mayor consumo por grupo. 2. Diseño del manual del taller, que incluyó contenido temático, material didáctico y cartas descriptivas. 3. Evaluación del manual por

expertos, utilizando el formato AGREE – que evalúa los rubros de alcance de objetivos en cada sesión, entendimiento, información y contenido, claridad y especificidad y evaluación general – y por integrantes del colectivo. Posteriormente, las personas del colectivo realizaron una segunda evaluación del manual, utilizando el formato SAM que evalúa principalmente la adecuación de materiales educativos en salud comunitaria. 4. Rediseño del manual con base en las recomendaciones, destacando la contextualización del contenido, uso de lenguaje accesible, incorporación de alimentos y platillos locales, y fortalecimiento de actividades orientadas al cumplimiento de metas.

Aspectos éticos

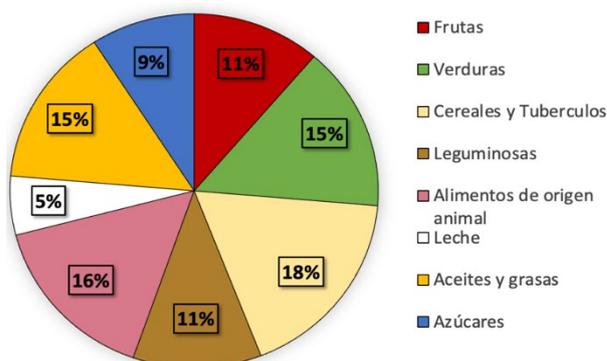
El proyecto se basó en el Código de Ética del Nutriólogo, con base en los capítulos segundo, quinto y sexto, donde se busca un servicio con la sociedad y los colaboradores (Colegio Mexicano de Nutriólogos A.C, 2024).

También, se tomó como base el capítulo segundo del código de ética de la universidad. Donde se deposita el apoyo y recursos de la universidad a los alumnos, validando sus proyectos para un correcto desarrollo (Código de Ética de la Universidad Iberoamericana Puebla, 2023).

Resultados

1. *Caracterización dietética del grupo de estudio.* Se aplicaron encuestas dietéticas a un total de 10 participantes, con una edad promedio de 49 años. Se identificó la frecuencia de consumo de alimentos, Gráfica 1.

Grafica 1. Frecuencia de consumo de alimentos



2. *Diseño del manual del taller.* A partir de los resultados, se seleccionaron ocho temas relevantes para la elaboración del manual. Cada uno fue dividido en subtemas, con el fin de presentar información clara y contextualizada.

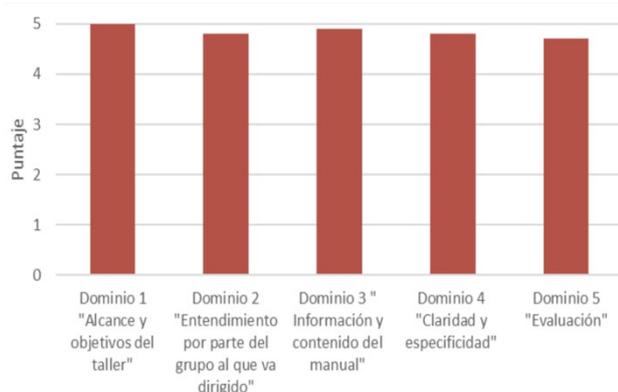
Tabla 1. Construcción del contenido del manual

Sesiones	Tema	Subtemas
1	Aimentantación y nutrición	Definición Características
2	Dieta correcta	¿Qué es una dieta correcta? Importancia Características Recomendaciones
3	Grupos de alimentos/bebidas	Gupos de alimentos Plato del bien comer Jarra del buen beber
4	Tiempo de comida y preparación de alimentos	¿Cuáles son los tiempos de comida? Formas de preparación Recomendaciones
5	Dieta de la milpa	¿Qué es? ¿Cómo influyen en nuestra cultura? Características Ventajas de incluirlas
6	Alimentación y salud	¿Cómo se relaciona la alimentación con la salud? Riesgos de una mala alimentación Acciones para mejorar la salud
7	Alimentación y enfermedades crónico degenerativas	¿Cómo se relaciona la alimentación con la salud? Riesgos de una mala alimentación Acciones para mejorar la salud
8	Mitos y realidades sobre la alimentación	Creencias culturales Fuentes de información

Posteriormente, se elaboró el manual, material didáctico y cartas descriptivas para cada sesión.

3. *Evaluación del manual del taller por grupo de expertos y por personas del colectivo.* Una vez elaborado el manual, se procedió a su evaluación por un grupo de expertos, así como por integrantes del colectivo. Se utilizó como herramienta de evaluación el formato AGREE II adaptado por las estudiantes Ana Sofía García del Ángel, María José Gonzáles Mena y Karey Ortiz Solís durante el periodo de otoño de 2022 a primavera de 2023. Se envió el manual y el formato de evaluación a cada uno de los evaluadores. Una vez revisado, se promediaron los resultados y se recopilaron las recomendaciones de ambos grupos.

Tabla 2. Resultados de la evaluación por evaluadores



Posteriormente, se les volvió a aplicar una evaluación, esta vez utilizando el formato "SAM" (*Suitability Assessment of Materials*), ya que se consideró más adecuado para valorar materiales educativos en salud en términos de adecuación, comprensión y contenido.

4. *Rediseño del manual del taller con base en las recomendaciones de los evaluadores.* Se seleccionaron las recomendaciones pertinentes para la mejora del manual, y con base en ellas se elaboró su versión final, la cual puede consultarse en el siguiente

enlace:

<https://docs.google.com/document/d/1o-liGg06AabCjQyCkC7a0ZcalCgV3CirE-VRNqaLYtQ/edit?tab=t.0#heading=h.5964fe48cncd>

Discusión

El manual tuvo validación por parte de ambos grupos. Con esto, se concluyó que el manual tiene la información necesaria para que futuras promotoras en salud puedan adquirir los conocimientos necesarios.

Se seleccionaron dos manuales para la formación de promotoras en salud con fines comparativos: el "*Manual para promotores de alimentación y nutrición*" y el manual "*Su corazón es vida*". En ambos casos se identificó que no cuentan con suficientes recursos visuales para considerarse herramientas didácticas accesibles, además de que la información presentada no es comprensible para la población a la que van dirigidos.

Conclusiones

El manual desarrollado y validado demostró ser una herramienta pertinente y accesible para la formación de promotoras en salud comunitaria. Su aceptación y valoración positiva evidencian su potencial para fortalecer la orientación alimentaria en la población.

Recomendaciones

Para una futura intervención a promotoras en salud se recomienda: Capacitar a las promotoras, aplicar el manual y finalmente evaluar los resultados obtenidos para futuras correcciones necesarias.

Referencias citadas en el artículo

1. *Alimentación saludable*. (s. f.). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>
2. Colegio Mexicano de Nutriólogos, AC. (2024). Código de ética del Nutriólogo. Recuperado el 6 de Noviembre de 2024 de <https://cmnutriologos.com/wp-content/uploads/2024/04/Codigo-de-etica-CMN.pdf>
3. Del Rosario, R. B. M. (2007). *La educación en nutrición, hacia una perspectiva social en México*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662007000100015&script=sci_artext&tlng=pt
6. Espejo, J. P., Tumaní, M. F., Aguirre, C., Sánchez, J. M., & Parada, A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. *Revista Chilena de Nutrición (Impresa)*, 49(3), 391-398. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>
4. Food and agriculture Organization. (2019). Nutrición en salud. Lámina educativa "las 5 claves para mantener los alimentos seguros. Secretaría de salud. Recuperado el 10 de abril del 2024, de <https://www.fao.org/3/am283s/am283s05.pdf>
5. Lazcano-Ponce E. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020-21 en México, indicador de inequidad en salud y de incremento progresivo de exposiciones no saludables. *Salud Pública de México* [Internet]. 2020: Artículo recuperado de: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=147287002&site=ehost-live>
6. Organización Mundial de la Salud. (2021). *Para una buena nutrición, ¿Qué hacer? y ¿A quién acudir?* gob.mx. <https://www.gob.mx/profeco/articulos/para-una-buena-nutricion-que-hacer-y-a-quien-acudir?state=published#:~:text=Pero%20%C2%BFqu%C3%A9%20es%20una%20alimentaci%C3%B3n,y%20alimentos%20de%20origen%20animal>.
7. SNDIF. (2019). *Lineamientos de la Estrategia Integral de Asistencia Social Alimentaria* (Versión 54) [Conjunto de datos]. <http://sitios.dif.gob.mx/alimentacion/docs/drive/alimentacion/Orientacion%20y%20Educacion%20Alimentaria.pdf>
8. Universidad Iberoamericana Puebla. (2023). "Código de ética de la Universidad iberoamericana Puebla. Comunicación oficial No.264. Artículo recuperado el 6 de noviembre de 2024 de https://repo.iberopuebla.mx/DDU/normativa/264_codigoEtica.p