

## Promoción de la salud nutricional en un escenario educativo de una región vulnerable del Perú

### Promotion of nutritional health in an educational setting of a vulnerable region of Peru

Mercedes Acosta-Román<sup>1</sup>, Lizabeth Paola Cerna Ruiz<sup>2</sup>, Charles Frank Saldaña Chafloque<sup>3</sup>, Miguel Ángel Yglesias Jauregui<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Universidad Nacional Autónoma de Tayacaja Daniel Hernández Morillo

#### Resumen

La educación para la salud según la OMS (Organización Mundial de la Salud), es la estrategia principal que orienta y organiza las actividades en la temática de salud para conseguir los cambios de conducta en la población (Hernández, Jaramillo et al., 2020). Uno de los principales temas que aborda el personal de salud en el escenario educativo, es la alimentación saludable, siendo esencial que los niños y adolescentes posean conocimientos preventivos para un cambio positivo en su crecimiento y desarrollo (Gonzales y Greca, 2022). Según últimos reportes, México enfrenta el gran problema de salud en los niños de 6 a 11 años con el sobrepeso u obesidad, de cada 10 escolares 3 lo padecen, esto según sus encuestas nacionales de salud y nutrición (Almeida y Solano, 2022). Siendo también en Perú un problema sanitario en los adolescentes, resultando en un estudio con una muestra de 242 adolescentes de tres regiones del Perú, se encontró que los varones presentaron sobrepeso y obesidad con un 25.7% y las mujeres un 12,1% (Rivas, Saintila et al., 2021). En este contexto se dio inicio a un estudio en una institución educativa estatal de nivel secundario de una de las regiones más vulnerables del Perú, que es Huancavelica, el objetivo de este estudio fue identificar el efecto de la promoción de salud en alimentación y nutrición en los alumnos de la Institución Educativa Túpac Amaru II del anexo de Pampa Blanca del Distrito de Daniel Hernández 2022, fue de tipo cualitativa, de diseño demostrativo y actividades grupales sobre educación en salud en el contexto de reducción del COVID-19 durante el 2022. La muestra fue en su totalidad la población de 74 estudiantes; repartidos en 5 grados, las edades fluctúan entre 11 a 16 años, con un promedio de edad de 13,5; respecto al sexo, mayor predominancia en el femenino con 58% y el masculino con 42%; se realizaron 3 capacitaciones presenciales: Beneficios de una buena alimentación, riesgo del consumo de productos ultra procesados y los cinco grupos de alimentos principales que conforman una ingesta adecuada. Los resultados finales fueron excelentes; se usó la escala vigesimal para los puntajes de las notas, con los rangos de muy malo en calificaciones de 0 al 10, malo de 11 al 13, regular de 14 al 16, bueno de 17 al 19 y excelente 20 de nota; los resultados del pre test fueron muy malo 27%, malo un 27%, regular un 26% y bueno con 20%; mejorándose las calificaciones del post test, dando regular con 18%, bueno con 58% y excelente con 24%. Respecto a la encuesta de satisfacción que fue aplicada en los participantes para calificar las capacitaciones arrojó que fueron buenas en un 78% y excelente en un 22%. Concluyendo que las escuelas son los mejores escenarios para la implementación de intervenciones educativas en salud, porque lo mismos alumnos adquieren los conocimientos a un corto plazo y el cambio de conducta saludable a un mediano y largo plazo.

**Palabras clave:** Promoción de la salud, Nutrición, Capacitación, Población vulnerable.

#### Abstract

Health education, according to the WHO (World Health Organization), is the main strategy that guides and organizes activities on health issues to achieve behavioral changes in the population (Hernández, Jaramillo et al., 2020). . One of the main topics addressed by health personnel in the educational setting is healthy eating, and it is essential that children and adolescents have preventive knowledge for a positive change in their growth and development (Gonzales and Greca, 2022). According to the latest reports, Mexico faces a major health problem in children aged 6 to 11 years with overweight or obesity; 3 out of every 10 schoolchildren suffer from it, according to its national health and nutrition surveys (Almeida and Solano, 2022). Being also a health problem in adolescents in Peru, resulting in a study with a sample of 242 adolescents from three regions of Peru, it was found that men were overweight and obese with 25.7% and women with 12.1% (Rivas , Saintila et al., 2021). In this context, a study was initiated in a secondary state

educational institution in one of the most vulnerable regions of Peru, which is Huancavelica. The objective of this study was to identify the effect of health promotion in food and nutrition in the students of the Túpac Amaru II Educational Institution of the Pampa Blanca annex of the Daniel Hernández District 2022, was qualitative, with a demonstrative design and group activities on health education in the context of reducing COVID-19 during 2022. The sample was entirely the population of 74 students; Divided into 5 grades, ages range from 11 to 16 years, with an average age of 13.5; Regarding sex, greater predominance in females with 58% and males with 42%; 3 face-to-face trainings were carried out: Benefits of a good diet, risk of consuming ultra-processed products and the five main food groups that make up an adequate intake. The final results were excellent; The vigesimal scale was used for the grade scores, with the ranges of very bad in grades from 0 to 10, bad from 11 to 13, regular from 14 to 16, good from 17 to 19 and excellent with a grade of 20; The pre-test results were very bad 27%, bad 27%, average 26% and good 20%; The post-test scores improved, giving average with 18%, good with 58% and excellent with 24%. Regarding the satisfaction survey that was applied to the participants to rate the training, it showed that they were 78% good and 22% excellent. Concluding that schools are the best settings for the implementation of educational health interventions, because the students themselves acquire knowledge in the short term and change healthy behavior in the medium and long term.

**Keywords:** Health promotion, Nutrition, Training, Vulnerable population.

### Referencias Bibliográficas

1. Hernández J, Jaramillo L, Villegas J, Álvarez L, Roldan M, Ruiz C, et al. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. Arch Med. 2020;20(2):490–504. [consultado 10 abril 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770021/html/>
2. Gonzales V, Greca I. Estrategias de prevención desde la escuela: implementación de una propuesta de enseñanza sobre nutrición humana basada en metodologías activas de aprendizaje. Perspect en Nutr Humana. 2022;24(2):161–77. [consultado 10 abril 2023]. Disponible en: <https://eds.s.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=b4640cc3-c168-46c7-936f-3af0cfe6001a%40redis>
3. Almeida-perales C, Solano-hernández BI. Educación para un entorno alimentario escolar saludable . El caso de una primaria en Zacatecas , México. Hacia la Promoción la Salud. 2022;7577(1):176–88. [consultado 11 abril 2023]. Disponible en: <https://eds.p.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=74335ac6-1db5-4d41-8993-db446aa1ba29%40redis>
4. Rivas S, Saintila J, Rodríguez M, Calizaya Y, Javier D. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: Un estudio transversal. Rev Española Nutr Humana y Dietética. 2021;25(1):87–94. [consultado 15 abril 2023]. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/renhyd/v25n1/2174-5145-renhyd-25-01-87.pdf>

### Email:

<sup>1</sup> [mercedesacosta@unat.edu.pe](mailto:mercedesacosta@unat.edu.pe)

<sup>2</sup> [liszethcerna@unat.edu.pe](mailto:liszethcerna@unat.edu.pe)

<sup>3</sup> [charlessaldana@unat.edu.pe](mailto:charlessaldana@unat.edu.pe)

<sup>4</sup> [miguelyglesias@unat.edu.pe](mailto:miguelyglesias@unat.edu.pe)