

**“ASPECTOS A CONSIDERAR PARA LA ACTUALIZACIÓN DE LAS GUÍAS
ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN COLOMBIANA MAYOR DE 2 AÑOS:
PERSPECTIVA DE ESTUDIANTES, DOCENTES Y PROFESIONALES EN NUTRICIÓN DE
LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA”**

Gabriela Alarcón Triana

TRABAJO DE GRADO

Presentado como requisito parcial para optar al título de

Nutricionista dietista

DIRECTORA

Miriam Lucia Ojeda Arredondo ND. MSc. PhD

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE CIENCIAS
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
Bogotá, D. C, 2024**

NOTA DE ADVERTENCIA

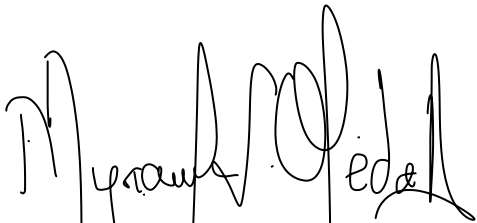
Artículo 23 de la Resolución N° 13 de Julio de 1946

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de tesis. Solo velará por qué no se publique nada contrario al dogma y a la moral católica y por qué las tesis no contengan ataques personales contra persona alguna, antes bien se vea en ellas el anhelo de buscar la verdad y la justicia”.

**“ASPECTOS A CONSIDERAR PARA LA ACTUALIZACIÓN DE LAS GUÍAS
ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN COLOMBIANA MAYOR DE 2 AÑOS:
PERSPECTIVA DE ESTUDIANTES, DOCENTES Y PROFESIONALES EN NUTRICIÓN DE
LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA”**

Gabriela Alarcón Triana

APROBADO



Miriam Lucía Ojeda Arredondo
Nutricionista Dietista. MSc. PhD
Director



Martha Constanza Lievano Fiesco
Nutricionista Dietista. MSc
Jurado

**“ASPECTOS A CONSIDERAR PARA LA ACTUALIZACIÓN DE LAS GUÍAS
ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN COLOMBIANA MAYOR DE 2 AÑOS:
PERSPECTIVA DE ESTUDIANTES, DOCENTES Y PROFESIONALES EN NUTRICIÓN DE
LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA”**

Gabriela Alarcón Triana

APROBADO

Alba Alicia Trespalacios Rangel
Bacterióloga. PhD
Decana académica

Luisa Fernanda Tobar Vargas
Nutricionista Dietista. MSc
Directora Carrera

Dedicatoria

A mis padres, y familia quienes con su amor y apoyo incondicional, me han permitido alcanzar este logro. Sin sus esfuerzos y sacrificios este momento no habría sido posible.

A mis amigas, por su acompañamiento, empatía y solidaridad durante cada etapa de este proceso.

A mis profesores por su dedicación, paciencia y orientación a lo largo de proceso mi formación académica. Su sabiduría y experiencia han sido cruciales para mi desarrollo profesional

Agradecimientos

A Dios, por brindarme la fuerza y la sabiduría necesarias para llegar hasta aquí, iluminando mi camino en cada paso de este recorrido.

A mi directora, Miriam Ojeda, por guiarme en este proceso, por confiar en mis habilidades, y brindarme valiosas enseñanzas

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN	10
2. MARCO TEÓRICO	10
2.1 Contexto desarrollo guías en América Latina	11
2.2 Formulación y elaboración de las guías	12
2.3 Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años.....	14
2.4 Revisión de guías alimentarias internacionales actualizadas.....	18
3. PLANTEAMIENTO PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN	21
4. OBJETIVO	23
4.1 Objetivo general:	23
5. MATERIALES Y MÉTODOS	24
5.1 Diseño de investigación	24
5.1.1 Población y muestra.....	24
5.1.2 Variables	25
5.2 Métodos.....	25
5.3 Recolección de información	26
5.4 Análisis de la información	27
5.5 Aspectos éticos	27
6. RESULTADOS	27
6.1 Caracterización de la población.....	27
6.2 Resultados encuestas.....	28
6.2.1 Uso de las guías	28
6.2.2 Aspectos a considerar para actualización de las guías.....	29
7. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	36
8. CONCLUSIONES	40
9. RECOMENDACIONES	40
10. REFERENCIAS	41
11. ANEXOS	44

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Paralelo guías alimentarias internacionales.....	18
Tabla 2. Cambio alimentario	21
Tabla 3. Tabla de variables	25
Tabla 4. Caracterización de la población	28
Tabla 5. Frecuencia de uso de las guías alimentarias.....	28
Tabla 6. Adaptabilidad información de las guías	30
Tabla 7. Contexto socioeconómico y cultural guías	30
Tabla 8. Situación de salud y nutrición guías.....	30
Tabla 9. Aspectos generales para la actualización de las guías alimentarias	31
Tabla 10. Problemáticas de salud y nutrición a considerar para actualización de las guías .	32
Tabla 11. Desafíos para la actualización e implementación de las guías.....	35

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Etapas en el proceso de elaboración de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos.....	15
Figura 2. Población y muestra	24
Figura 3. Proceso de recolección de información.....	26
Figura 4. Uso de las guías alimentarias.....	29
Figura 5. Diversidad cultural y prácticas de alimentación según población encuestada.....	33
Figura 6. Sistemas alimentarios sostenibles según población encuestada.....	34
Figura 7. Recomendaciones a enfatizar según población encuestada	35

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Instrumentos de recolección de información	44
Anexo 2. Desglose de categorías	51
Anexo 3. Grafos de nodos Gephi.....	53
Anexo 4. Nube de palabras Nvivo 14.....	56

Resumen: Las guías alimentarias colombianas son una herramienta técnica que tiene como propósito promover la salud, prevenir la malnutrición y contribuir a la reducción del riesgo de enfermedades no transmisibles (ENT) relacionadas con la alimentación y nutrición, no obstante, esta herramienta no ha sido actualizada desde el año 2015, organismos como la FAO y la OMS recomiendan que este proceso se lleve a cabo periódicamente. El objetivo del estudio fue identificar los aspectos que los profesionales, estudiantes y docentes de nutrición y dietética consideran deben ser incluidos en una actualización de las guías alimentarias para la población colombiana mayor de 2 años. El estudio fue descriptivo de corte transversal, con enfoque mixto y una muestra de 167 participantes, se obtuvo la información a través de encuestas y se procesó en Microsoft Excel y Nvivo 14. Se identificó que la población estudio considera relevante incorporar temas como la cultura alimentaria, características de la dieta saludable, alimentación sostenible y sistemas alimentarios, además de recomendaciones relacionadas al consumo de grasas, azúcares, edulcorantes, actividad física e hidratación, contemplando a su vez el contexto socioeconómico, cultural, la situación de salud y nutrición de la población colombiana. El estudio da muestra de la necesidad e importancia de actualizar las guías alimentarias, ajustando su contenido al contexto socioeconómico y cultural, adaptando la información para distintos grupos etarios y étnicos con el fin de asegurar su pertinencia y efectividad en un contexto dinámico y cambiante como el colombiano.

Abstract: The Colombian dietary guidelines are a technical tool aimed at promoting health, preventing malnutrition, and contributing to the reduction of the risk of non-communicable diseases (NCDs) related to food and nutrition. However, this tool has not been updated since 2015. Organizations such as FAO and WHO recommend that this process be carried out periodically. The objective of the study was to identify the aspects that professionals, students, and teachers of nutrition and dietetics consider should be included in an update of the dietary guidelines for the Colombian population over 2 years of age. The study was a descriptive cross-sectional study with a mixed approach and a sample of 167 participants. The information was obtained through surveys and processed in Microsoft Excel and Nvivo 14. It was identified that the study population considers it relevant to incorporate topics such as food culture, characteristics of a healthy diet, sustainable eating, and food systems, in addition to recommendations related to the consumption of fats, sugars, sweeteners, physical activity, and hydration, while also considering the socioeconomic and cultural context, and the health and nutrition situation of the Colombian population. The study demonstrates the need and importance of updating the dietary guidelines, adjusting their content to the socioeconomic and cultural context, and adapting the information for different age and ethnic groups to ensure its relevance and effectiveness in a dynamic and changing context like Colombia.

1. INTRODUCCIÓN

En el panorama actual de la nutrición y la salud pública en Colombia, la necesidad de actualizar las guías alimentarias (mayor a 2 años), representa un desafío de gran relevancia. Esta herramienta técnica, destinada a orientar políticas nacionales en alimentación y nutrición, así como a educar a la población, enfrentan un dilema: su última actualización data del año 2015, lo que plantea interrogantes sobre su pertinencia y adaptabilidad en un entorno caracterizado por cambios dinámicos, en los hábitos de alimentación y en las características sociodemográficas y de salud del país. La situación descrita refleja un problema que trasciende las fronteras de la salud pública y la nutrición: ¿Cómo abordar la necesidad de actualizar las guías para garantizar su relevancia y efectividad en un contexto cambiante como el colombiano? Esta pregunta no solo tiene implicaciones en términos de la salud y el bienestar de la población, sino que también plantea desafíos teóricos y metodológicos que requieren una respuesta integral y colaborativa.

La propuesta de investigación plantea abordar esta necesidad desde una perspectiva participativa, involucrando a profesionales, estudiantes y docentes en nutrición y dietética de la Pontificia Universidad Javeriana en el proceso de identificación de los aspectos claves que podrían ser considerados por las entidades responsables en una futura actualización de las guías alimentarias colombianas para mayores de 2 años (GABA). Para ello, se contempla revisión de la literatura, instrumentos de recolección de información diseñados específicamente y análisis cualitativos, con el objetivo de obtener una comprensión profunda y contextualizada de la problemática en cuestión.

La contribución de la investigación radica en su capacidad para proporcionar una base para la actualización de las GABA en Colombia, al identificar los aspectos contemplados en la actualización de guías alimentarias internacionales, y analizar las perspectivas de los actores clave en el campo de la nutrición y dietética, se espera que no solo se genere conocimiento nuevo, sino que también inspire acciones concretas destinadas a mejorar la salud y el bienestar de la población colombiana.

2. MARCO TEÓRICO

En el mundo más de 100 países tales como: Brasil, México, Chile, y otros, cuentan con guías alimentarias basadas en alimentos, a través de los años algunas han pasado por procesos de actualización, dado que la población cambia constantemente, tanto en hábitos de alimentación, como en aspectos sociales, culturales, económicos y políticos, en esto radica la importancia de que cada país desarrolle guías alimentarias, ya que, estas tienen un papel fundamental en la promoción de hábitos alimentarios saludables y en la prevención de

enfermedades crónicas, por medio de recomendaciones claras y sencillas, que permiten a los profesionales en salud brindar educación nutricional, contribuyendo así a la conciencia nutricional de la población, reduciendo el riesgo de enfermedades relacionadas con la alimentación, lo que a su vez, puede conducir a una disminución de los costos en el sistema de salud. Además, las guías alimentarias fomentan prácticas de alimentación saludable contribuyendo al desarrollo sostenible a nivel global (FAO, 2014). En última instancia, estas guías desempeñan un papel de gran importancia en la salud y bienestar general de la sociedad, por esta razón, es primordial conocer el contexto que motivó a su desarrollo en los diferentes países con el paso del tiempo.

2.1 Contexto desarrollo guías en América Latina

La situación nutricional del continente se vio afectada por efectos de la crisis y ajuste económico en los años 80, repercutiendo principalmente en el acceso a los alimentos para la población con menos recursos, que de acuerdo con CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe) para ese momento era de 210 millones de personas aproximadamente (39% de la población). Sumado a la crisis se presentó una disminución en el nivel de ingresos limitando la capacidad de compra de alimentos, además del aumento en las cifras de desempleo, explicando así el creciente número de personas afectadas por la insuficiencia alimentaria: 64 millones en 1992 (Morón y Calderón, 1999). También se evidenció que las enfermedades transmitidas por alimentos, representaron una problemática en salud pública, ya que, diversos productos que fueron rechazados en el mercado internacional generaron detrimento en la economía a nivel nacional y regional, además de que no se aseguraba la inocuidad de los alimentos comercializados en la calle. Se identificó urbanización intensiva y crecimiento desmesurado de la población, lo cual contribuyó a la perpetuación de la pobreza, y a su vez contaminación de aguas y del medio ambiente, generando falencias en el abastecimiento hídrico, condiciones de higiene y saneamiento, lo que conllevó a deterioro en el estado de salud y nutrición por desarrollo de múltiples enfermedades (Morón, 1999).

Se presentaron tasas elevadas de desnutrición, especialmente en niños menores, mujeres en edad fértil y gestantes, alta prevalencia de desnutrición proteico-energética en preescolares, talla baja en escolares, y crecimiento y desarrollo insuficientes, deficiencias de micronutrientes como yodo, vitamina A, y hierro, por otro lado, el sobrepeso y la obesidad, enfermedades crónicas no transmisibles que afectaban del 20 al 50% de la población urbana adulta en condiciones de pobreza, mayormente a mujeres (Morón, 1999). Ante este contexto, se observaron problemáticas que trajeron consigo cambios en los patrones de consumo, como descenso en el consumo de raíces y tubérculos en poblaciones campesinas, aumento en el consumo de aceites vegetales y arroz, y consumo creciente de productos industrializados, es

decir, que para ese momento la alimentación tradicional basada en cereales y verduras presentó un cambio hacia el consumo de alimentos ricos en grasas, azúcar y productos procesados, esto asociado a la mayor disponibilidad de alimentos a precios más bajos, que permitió que grupos de menores ingresos tuviesen un mayor acceso a alimentos con alto contenido energético, promoviendo así el sobrepeso y la obesidad, pero también las deficiencias de micronutrientes (Morón, 1999). Se evidenció una relación inversa entre densidad energética de los alimentos y el costo energético (definido como el costo monetario por unidad de energía), es decir que la dieta basada en cereales refinados, azúcar y grasas es más asequible que la basada en el consumo de carnes magras, pescado, frutas y verduras, lo que concuerda con el aumento de la disponibilidad de calorías en el continente a partir de grasa evidenciado entre 1991 y 1998 (Barría y Amigo, 2006).

2.2 Formulación y elaboración de las guías

La mayoría de los países de América Latina publicaron sus Guías Alimentarias entre los años 1997 y 2001, y los países del Caribe entre los años 2002 y 2010. Para su elaboración conformaron comisiones nacionales o interinstitucionales, donde se siguieron las mismas etapas, se tuvo en cuenta información acerca de salud, alimentación, nutrición, disponibilidad, acceso, costo, consumo y composición de los alimentos, además de los hábitos de alimentación de la población. La información recopilada fue analizada con elementos de antropología social, la cual estudia comportamientos humanos en la sociedad, estructura de la sociedad, y cultura, esto para lograr adaptar las guías a las necesidades y contexto de la población (ICBF, 2015).

Las guías surgen como resultado de la Conferencia Internacional sobre Nutrición (CIN), realizada en Roma por la FAO/OMS el año 1992, donde por primera vez se incorporan las enfermedades crónicas no transmisibles, ya que, constituían un importante problema de salud pública que afectó a las personas con menor nivel de educación e ingresos en ese entonces. Los principales elementos de riesgo fueron identificados en los estilos de vida de las personas, con especial énfasis en sus patrones alimentarios y niveles de actividad física. En respuesta, se aconsejó a los gobiernos que adoptaran una nueva perspectiva, reemplazando el enfoque previo centrado en nutrientes. Se recomendó la creación, implementación y evaluación de Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) como una estrategia para abordar estos factores de riesgo y promover la salud pública (Olivares, et al., 2013). Según el plan de acción y la declaración mundial de la conferencia, cada país asumió el compromiso de realizar sus propias guías alimentarias con mensajes relevantes dirigidos a cada grupo de edad, teniendo en cuenta cultura, y estilos de vida, considerando los principales problemas en salud pública.

Para el año 1995 en Chipre, fue llevada a cabo por la FAO/OMS una consulta conjunta “Preparación y uso de guías alimentarias basadas en alimentos”, donde se establecieron las bases para el desarrollo, uso y adopción de las guías, dado que tendrían un papel fundamental para el establecimiento de pautas de consumo y prácticas alimentarias, que conllevarían al bienestar nutricional tanto a nivel individual, como poblacional. Al momento de elaborar las guías y definir su orientación, se debe tener un conocimiento robusto de los problemas de salud pública en cada país, considerando factores socioeconómicos, culturales, ambientales, y agrícolas, esto con el fin de formular mensajes acertados que se adapten a las necesidades de la población. Se deben seguir ciertas etapas, iniciando por la formación de un equipo de trabajo, seguido de la revisión de patrones de consumo de alimentos, recopilación y análisis de información de salud, identificación de problemas de nutrición y alimentación críticos, definición de propósitos y metas, elaboración de los mensajes y validación, es decir, asegurarse que sean culturalmente aceptables y socio económicamente factibles, para cerciorarse de su pertinencia y aceptación. Otro aspecto fundamental es el diagnóstico de la situación nutricional de la población, el cual se hace a través de revisión de encuestas, informes y documentos, análisis de tasas de mortalidad y morbilidad, prevalencia e incidencia de deficiencias nutricionales, indicadores antropométricos, niveles de actividad física, frecuencia y consumo de alimentos dentro y fuera de hogar (Morón, 1999).

En el año 1998 la FAO organizó una reunión, para conocer cómo los países de América del sur habían avanzado en la elaboración de las guías alimentarias. En este periodo de tiempo se logró identificar que únicamente Chile en 1997 había publicado guías para la población mayor de 2 años, Venezuela en 1990 para menores de 6 meses, otros países continuaban en proceso de elaboración y otros aún no iniciaban el proceso (Olivares, et al., 2013). A partir de ese entonces los demás países continuaron con el proceso de elaboración y actualización de las guías, por ejemplo, en Chile el Ministerio de Salud publicó la segunda versión de las guías en el año 2005, posteriormente en el año 2013, y la última versión del año 2023 en la cual se incluyeron 10 nuevos mensajes. El Ministerio de Salud de México publicó las guías para el año 2005 aproximadamente, luego estas fueron actualizadas en el año 2020 con base en un documento de expertos nacionales elaborado en 2015, y para el año 2023 se actualizó con 10 nuevas recomendaciones. Paraguay empezó a elaborar sus guías desde el año 2003, inició su actualización en el año 2013 y las publicó en el 2015. Brasil elaboró sus guías en el año 2006, y nuevamente en el 2015 fueron actualizadas. Tanto Argentina como Uruguay elaboraron sus guías en el año 2000, y el último proceso de actualización se dio en el año 2016 (Franch, et al., 2021). Es decir que cada país está actualizando sus guías en el lapso de 5 a 10 años.

2.3 Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años

Las primeras guías alimentarias nacionales, fueron publicadas en 1999, a partir de la conferencia realizada por la FAO en 1992, donde Colombia acoge estas recomendaciones en el Plan Nacional de Alimentación y Nutrición 1996-2005 en su línea de acción “Promoción de la salud alimentación y estilos de vida saludables” la cual contempla como estrategia la elaboración de las guías alimentarias para los diferentes grupos de edad, compromiso compartido entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y el Ministerio de Salud, con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud /Organización Mundial de la Salud OPS/OMS (ICBF, 1999).

Respecto a la situación nutricional para ese entonces, se evidenció que los cambios en los estilos de vida, la falta de actividad física, la influencia de la publicidad de alimentos y el aumento en el consumo de productos procesados ricos en sodio, azúcar y grasas, pero bajos en fibra, provocaban alteraciones en los hábitos de alimentación, aumentando el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), a pesar de la disponibilidad suficiente de alimentos en el país, una considerable proporción de la población enfrentaba restricciones en el acceso a estos, sumergiéndose en situaciones de inseguridad alimentaria (ICBF, 1999). Colombia inició el proceso de actualización de sus GABA (mayor de 2 años) en 2008, en respuesta al Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PNSAN) de acuerdo al CONPES 113 de 2008, donde se define que debe realizarse la actualización y difusión permanente de instrumentos de orientación alimentaria y nutricional como las Guías Alimentarias, las cuales son útiles para la promoción de la salud y la prevención de las ECNT relacionadas con la dieta, cuya prevalencia es cada vez mayor (ICBF, 2015). Se formó un comité técnico nacional en 2013 y se publicó el documento técnico en 2015, entre sus objetivos declarados está el hacerse cargo de la diversidad cultural del país, así como de los desafíos de la sustentabilidad en la alimentación (Franch, et al., 2021). Este, además, se estructura en cuatro capítulos, que abordan:

A) Particularidades ambientales, culturales y alimentarias del país: Mencionando que Colombia es un país multiétnico, multicultural y biodiverso, en el cual existen comunidades con sus propias características socio-culturales, hay gran diversidad de pisos climáticos y ecosistemas, además de identificar, que cada región exhibe características físicas, sociales, culturales y económicas particulares que surgen de la interacción de las comunidades con su entorno. Esta relación simbiótica entre la sociedad y el ecosistema no solo genera una identidad y un sentido de pertenencia, sino que también influye en las costumbres y contribuye a la formación de distintas culturas alimentarias en todo el país. Adicionalmente, en el estudio

realizado por el Departamento de Nutrición Humana de la Universidad Nacional de Colombia sobre los hábitos alimentarios de los colombianos, se arrojan los siguientes hallazgos: alimentos como el arroz, la yuca, el plátano y la papa, son de consumo generalizado en el país, esto asociado a su costo y disponibilidad, las sopas, arepas y arepuelas, son las preparaciones de uso más extendido a nivel nacional y una de las maneras más fáciles de alimentarse para las familias, por el contrario, en cuanto a las proteínas de origen animal estas tienen un acceso más restringido para gran parte de la población urbana y rural, se observa también uso extendido de preparación de alimentos envueltos en hoja, y uso de caldos en cubo y bebidas en polvo, en síntesis, la variedad de aromas, tonalidades y sabores presentes en la gastronomía colombiana refleja las raíces históricas y culturales del país (ICBF, 2015).

B) Caracterización de la población de acuerdo a su estado nutricional y determinantes sociales:

Se aborda la situación de salud y nutrición de la población, identificando generalmente, que en Colombia en la población mayor de 2 años los principales problemas de salud y nutrición fueron: alta prevalencia de sobrepeso y obesidad, enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) asociadas a la alimentación (diabetes mellitus, hipertensión arterial, dislipidemias, enfermedad cardiovascular, cáncer gástrico y colorrectal y anemia por deficiencia de hierro), deficiencia de zinc y vitamina A y sedentarismo, se reconoce además, que la malnutrición, la doble carga nutricional y las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) asociadas a la dieta en el país, están determinadas por situaciones complejas de índole estructural y coyuntural con diferencias territoriales y poblacionales (ICBF, 2015).

C) Proceso de elaboración del material que enfatiza su base en evidencia científica:

El proceso de revisión y actualización de las GABA para la población colombiana mayor de 2 años, siguió la metodología adaptada por la FAO para sus países miembros, que se esquematiza en la figura 1.

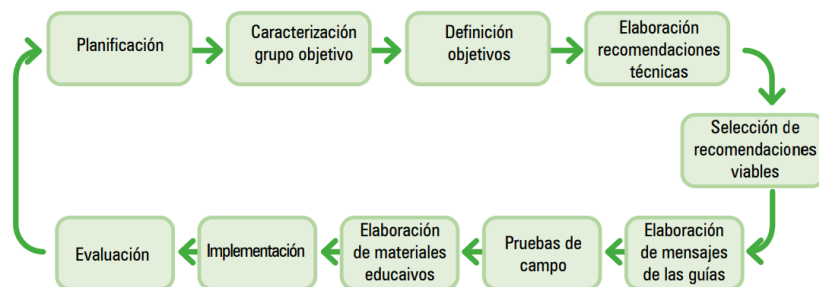


Figura 1. Etapas en el proceso de elaboración de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos

Nota: Tomado de ICBF, 2015

A partir de este proceso se definió el propósito de las guías el cual es: promover la salud, prevenir la malnutrición y contribuir a la reducción del riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) relacionadas con la alimentación y la actividad física, teniendo en cuenta el entorno físico y ecológico y los factores sociales, económicos y culturales de la población colombiana mayor de 2 años, además del objetivo general de esta herramienta que es orientar a la población colombiana mayor de 2 años para la adopción de patrones alimentarios saludables, que contribuyan al bienestar nutricional y a la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación, teniendo en cuenta las diferencias regionales que existen en el país (ICBF, 2015).

Respecto a la evidencia científica para la elaboración de las recomendaciones, la investigación se llevó a cabo desde múltiples disciplinas, como la medicina, la nutrición y la epidemiología. Se analizaron publicaciones que abordaban la frecuencia, distribución, factores asociados e impacto de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), así como evaluaciones de intervenciones y medidas de control. Aunque se priorizó el enfoque biológico del individuo y su relación con la alimentación, también se consideraron enfoques más amplios que no se centraban exclusivamente en lo individual. Esto incluyó el estudio de los sistemas de atención médica, el acceso a los servicios de salud, el grado de participación de las comunidades en las actividades de control, la implementación de acciones de vigilancia epidemiológica y el análisis de los sistemas de atención propios de las comunidades (ICBF, 2015).

La metodología que se utilizó para el proceso de búsqueda y evaluación de la evidencia científica en nutrición y salud, se conformó en tres etapas. La primera consistió en priorizar las problemáticas en salud, nutrición y alimentación a abordar, utilizando para ello preguntas de investigación. La segunda se enfocó en la búsqueda y análisis de publicaciones en revistas indexadas, priorizando revisiones sistemáticas y meta-análisis. La tercera etapa fue la revisión y análisis de las publicaciones seleccionadas a partir de los criterios establecidos y la derivación de conclusiones y recomendaciones a partir de los resultados encontrados (ICBF, 2015).

Posteriormente, se dio la elaboración de recomendaciones técnicas, mensajes y cálculo de patrón alimentario, las recomendaciones técnicas se tradujeron en mensajes de fácil comprensión, que fueron probados en campo para conocer la factibilidad de su aplicación por parte de la población. A partir de las 12 recomendaciones fueron elaborados 10 mensajes, fusionando algunas de ellas, en estas recomendaciones, lo más esencial radica en seguir una dieta variada y equilibrada, priorizando alimentos naturales como frutas, verduras, huevos y lácteos, mientras se reduce la ingesta de productos procesados y grasas saturadas. Mantener

un peso saludable, limitar el consumo de sal y realizar ejercicio regularmente son pilares cruciales para promover la salud general y proteger el corazón. Se elaboró también el icono del plato colombiano saludable, que busca ayudar al grupo objetivo a recordar de manera sencilla los alimentos que debe incluir en la dieta diaria. Este debe transmitir el mensaje de variedad y proporcionalidad de esos alimentos y además ser culturalmente aceptable para la población objetivo. Para el diseño del ícono fue indispensable definir los grupos de alimentos a representar. Se propusieron 6 grupos de alimentos (Cereales, raíces, tubérculos, plátanos y derivados, frutas y verduras, leche y productos lácteos, carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos y semillas, grasas, y azúcares) de acuerdo a su comprensión por parte de la población, su aporte nutricional y su papel en la dieta de las personas (ICBF, 2015).

D) Implementación de las guías: El fin de la implementación de las guías alimentarias es que todos los sectores involucrados en la PNSAN (Plan Nacional de Seguridad alimentaria y Nutricional) promuevan la alimentación saludable y la actividad física por medio de su uso, teniendo en cuenta, que el proceso de construcción de las GABA implicó la vinculación y participación de los actores sociales involucrados en el tema de la alimentación y la nutrición.

En ese contexto, se propone su implementación a partir del diseño de una estrategia de mercadeo social “social marketing”, a través de la evaluación de estrategias diseñadas para influir el comportamiento de una audiencia para el beneficio de la sociedad (salud pública, educación, seguridad, ecología, etc.). Esta influencia busca la modificación voluntaria de un comportamiento actual, por medio de la adopción de un comportamiento nuevo y el rechazo de uno ya establecido. Dicha estrategia aborda cinco entornos prioritarios para la alimentación de la población colombiana mayor de dos años: familiar, educativo, laboral, universitario y espacio público (restaurantes y ventas callejeras de alimentos). Además, debe tener en cuenta otros públicos directamente relacionados con la alimentación tales como nutricionistas dietistas, médicos, enfermeras, ingenieros de alimentos y personas vinculadas al sector de la gastronomía como dueños de restaurantes y cocineros o chefs. La estrategia inicialmente abordará el escenario familiar, por ser este en el cual convergen personas de diversos grupos de edad es la base para forjar hábitos y estilos de vida saludables, adicionalmente, como punto de partida para esta estrategia debe desarrollarse material educativo dirigido a: profesionales del área de salud y nutrición y de otras áreas interesadas en el tema, docentes, personal de salud de primer nivel, extensionistas agrícolas, y funcionarios de entidades gubernamentales y ONG, periodistas, familias y a la población en general (ICBF, 2015).

Si bien, teniendo en cuenta los aspectos mencionados anteriormente, las guías alimentarias colombianas (mayor 2 años) han sido un recurso fundamental que ha contribuido a orientar las prácticas dietéticas en el país durante décadas, su revisión y actualización periódica son imperativas para garantizar su pertinencia y eficacia en un contexto cambiante de salud y nutrición. De esta forma, resulta esencial revisar el contenido de las versiones actualizadas de las guías alimentarias de otros países, para lograr identificar aspectos importantes que contemplan en su actualización, además de la evidencia científica actualizada y las nuevas estrategias que proponen para promover una alimentación saludable.

2.4 Revisión de guías alimentarias internacionales actualizadas

Para realizar esta revisión e identificar los aspectos mencionados anteriormente, se tomarán como referencia las guías alimentarias de México y Chile, ya que, cuentan con guías publicadas en el año 2023, es decir que son unas de las más recientes a nivel Latinoamérica.

Tabla 1. Paralelo guías alimentarias internacionales

Aspecto	México	Chile	Costa rica
Año de Publicación	2023	2023	20222
Fundamentación para la Actualización	Triple carga nutricional (desnutrición, deficiencias de micronutrientes, sobrepeso y obesidad); cambio climático	Altas tasas de sobrepeso infantil, transición nutricional rápida, aumento de ECNT y envejecimiento poblacional	Sobrepeso y obesidad (70,7%), diabetes mellitus (14,8%), aumento en prevalencia de cáncer y ECV.
Principales Problemas Identificados	Malnutrición, inadecuados patrones de consumo, reducida actividad física, cambio climático	Bajo consumo de frutas, verduras, granos y legumbres; alto consumo de alimentos altos en grasas, azúcar y sal	Bajo consumo de cereales integrales, semillas, frutas y vegetales, elevado consumo de sodio
Principios Fundamentales	9 principios: sistemas alimentarios sostenibles, alimentación saludable, cultura alimentaria, diversidad territorial, prevención de malnutrición, promoción de equidad, enfoque de derechos	6 principios: sistemas alimentarios sostenibles, alimentos inocuos y nutritivos, diversidad territorial y estacionalidad, cultura alimentaria, preparaciones caseras	Sistemas agroalimentarios inclusivos, resilientes y sostenibles, impacto ambiental, fortalecer ingresos de las familias productoras nacionales, contribuir con la dinamización económica de los territorios rurales
Mensajes y Recomendaciones	10 mensajes: aumento de alimentos de origen vegetal, lactancia materna, alimentos naturales y locales, reducción de alimentos de origen animal y ultra procesados, actividad física, no alcohol	10 mensajes: identidad territorial, perspectiva de género, sostenibilidad económica y ambiental, consumo de alimentos frescos y locales, higiene, frutas y verduras, legumbres, agua, lácteos, pescado y mariscos	20 mensajes: consumo de platillos tradicionales, apoyo a agricultura familiar y local, uso de especias en las preparaciones, consumo de alimentos de temporada, cambio climático y manejo de desperdicios.

Aspecto	México	Chile	Costa rica
Representación Visual	Nuevo "Plato del Bien Comer": 92% alimentos de origen vegetal, 50% frutas y verduras, 22% granos y cereales, 15% leguminosas, 8% alimentos de origen animal, 5% grasas saludables, agua en el centro	Colores de los alimentos según nutrientes, enfocado en alimentos frescos, locales, y la sostenibilidad	Exclusión del grupo de alimentos de grasas y azúcares, por dos principales motivos: no se desea alentar su consumo y se utilizan para la preparación de alimentos que se contemplan dentro del plato. Aumentar el consumo de frutas y vegetales.
Enfoque de Sostenibilidad	Cambios en sistemas alimentarios, alimentos locales y de temporada, reducción de desperdicios	Sostenibilidad económica y ambiental, reducción de pérdidas y desperdicios	Concepto de sistemas agroalimentarios, abordaje integral de los aspectos que inciden en una sana alimentación, desde la cadena de producción agroalimentaria hasta los entornos alimentarios y cómo estos influyen en el consumidor
Promoción de Actividad Física	Recomendaciones claras para actividad física como caminar, correr, bailar	Evitar tiempo frente a pantallas al momento de alimentarse	30 minutos de actividad física al día Camine, trote, baile, suba escaleras
Otros Aspectos Relevantes	No se recomienda el consumo de alcohol	Enfoque en la normativa de sellos de productos ultra procesados, organización de cocina y tareas del hogar	Herencia culinaria: Conservando platillos, que identifican patrimonio inmaterial

Resulta fundamental consultar guías internacionales actualizadas e identificar los aspectos emergentes y nuevos que se están incorporando, debido a que podría servir como base o guía para enriquecer y adaptar guías colombianas a las necesidades y tendencias actuales en salud y nutrición. Este enfoque puede contribuir a identificar hacia dónde se están enfocando las recomendaciones en la actualidad, para que sean pertinentes, precisas y efectivas.

En cuanto al impacto generado por esta herramienta, se considera que representa una oportunidad única para impactar favorablemente el sistema alimentario, desde la producción hasta el consumo de alimentos (FAO, 2022). A nivel general, la evidencia muestra que los niños con adherencia a las recomendaciones de las guías alimentarias poseen una dieta de mayor calidad y una disminución del riesgo de padecer obesidad. Además, esa adherencia estaría asociada con un menor riesgo de enfermedad cardiovascular, cáncer y mortalidad por diabetes en adultos; incluso países como Brasil consideran que lograr la implementación de las guías alimentarias podría ser una oportunidad para mejorar el estado de salud bucal de su

población. Todas estas evidencias dentro de un escenario complejo de transición epidemiológica avalan la implementación de las guías alimentarias. Además de los potenciales y demostrados beneficios que tienen las guías alimentarias, su implementación podría contribuir a ser la mejor fuente de información que orientaría y ayudaría a la población a elegir, combinar y sustituir adecuadamente los insumos alimenticios, teniendo en cuenta la disponibilidad y acceso de los mismos en la diversidad geográfica y socioeconómica que caracteriza a Latinoamérica. De igual forma, estos beneficios servirían a los profesionales de la salud para promover estilos de vida saludables y reforzar las recomendaciones nutricionales brindadas a sus pacientes. Paralelamente, los gobiernos y organismos involucrados pueden usar las guías alimentarias como base para el desarrollo y complemento de políticas de nutrición saludable. (Azañedo y Hernández, 2017).

No obstante, es importante recalcar que la implementación de esta herramienta conlleva un gran desafío, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) se establecen para mejorar conductas alimentarias, la práctica de actividad física y de estilos de vida saludables durante el curso de la vida. Sin embargo, como se mencionó, la implementación de sus recomendaciones ha sido dificultosa, con experiencias que direccionan el hecho de una falta de adherencia en niño, niñas y adolescentes. ¿Cómo mejorar el cumplimiento de las GABA? Ante esta situación y comprendiendo que los adolescentes utilizan como medio permanente de comunicación las redes sociales, que les permiten socializar y entregar identidad a través de signos y códigos comunicacionales que surgen desde sus interacciones, las tecnologías móviles permiten ser utilizadas como estrategias eficientes y efectivas para dar respuesta a las recomendaciones saludables de las GABA, ya que de manera directa o indirecta, son una herramienta de estrategia para la promoción en salud. (Chávez, Monares y Troncoso, 2022).

Se logra identificar que pueden implementarse distintas estrategias como el uso de redes sociales o aplicativos, para tener una mayor adherencia a esta herramienta, a pesar de que en el imaginario colectivo se construye la idea de que los adolescentes no presentan un mayor interés por controlar su salud y calidad de vida, nuestra experiencia direcciona el hecho de que sí están preocupados por mantener una alimentación saludable y realizar actividad física, por lo que se debe motivar y orientar el uso de una App que sea de su agrado. Mayor incertidumbre nos crea el reconocimiento de los encargados en la toma de decisiones de políticas o programas en salud a la visualización real y concreta de la necesidad de potenciar las recomendaciones en salud, incorporado a los adolescentes en esta construcción, a través de medios de comunicación y aprendizajes que les sean afines; a lo anterior, el uso de tecnologías facultan el fortalecer el trabajo interdisciplinario, como profesionales de áreas disímiles, como salud, educación e informática. (Chávez, Monares y Troncoso, 2022).

3. PLANTEAMIENTO PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

Las guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años (GABA), son una herramienta técnica, dirigida a profesionales encargados de orientar distintas acciones educativas, haciendo énfasis en la promoción de hábitos de alimentación saludable en los diversos escenarios: educativo, laboral, hogar, espacio público entre otros (ICBF, 2015). Esta herramienta busca educar a la población, además de guiar políticas nacionales de alimentación y nutrición, las guías surgen a raíz de la Conferencia Internacional de Nutrición, organizada por la (FAO/OMS) en Roma en 1992. En la conferencia se sugirió que las Guías Alimentarias diseñadas fueran actualizadas con periodicidad, ya que, a nivel poblacional los hábitos alimentarios cambian de manera dinámica y constante, además de las características de la morbilidad, el desarrollo de nuevas prácticas y conocimientos en alimentación y nutrición (FAO/OMS, 1992).

Sin embargo, Colombia cuenta con su primera versión desde el año 2000, teniendo el último proceso de actualización a partir del año 2008, culminando en el año 2015, por lo tanto, estas no han sido actualizadas desde hace aproximadamente 10 años a la fecha (2024), se debe tener en cuenta que para actualizar esta herramienta hay entidades responsables como el ICBF y el ministerio de salud, adicionalmente, deben ser coordinados múltiples esfuerzos, participación de distintos actores sociales, tiempo de planeación, presupuesto y demás, lo cual representa un gran desafío, sin embargo es un indicador bastante preocupante, reconociendo que Colombia es un país multicultural, multiétnico y biodiverso, lo que implica que los hábitos y las características de la población son cambiantes. Por eso es importante identificar cuáles son esos aspectos que deben ser tenidos en cuenta al momento de actualizar las guías alimentarias, además de conocer el uso dado a las mismas en el ámbito académico y profesional, esto con base a la situación alimentaria-nutricional y al perfil epidemiológico de la población, los cuales han presentado cambios importantes en los últimos años. Respecto a estos cambios, según la ENSIN 2015 (Encuesta nacional de la situación nutricional), la población colombiana a través del tiempo ha generado cambios en su alimentación vinculados a contextos ambientales, políticos y económicos (Tabla N°1).

Tabla 2. Cambio alimentario en Colombia

Aspecto	Antes	Ahora
Medio-Ambiental	<ul style="list-style-type: none">-Temporadas de invierno y verano estables-Abundancia de afluentes hídricos-Mayor variedad de peces y animales de caza-Cultivo para autoconsumo	<ul style="list-style-type: none">-Cambio climático-Desastres naturales-Difícil pronóstico para cultivo y cosecha-Agotamiento de recursos naturales-Cambio en ecosistemas

Aspecto	Antes	Ahora
Género	- Menor inclusión de la mujer en el mercado laboral	- Mayor participación de la mujer en el mercado laboral
Demográfico	-Mayor cantidad de jóvenes en el campo para trabajar -Mayor # de hijos en los hogares	-Cambios en pirámide poblacional -Éxodo de jóvenes rurales -Menores tasas de natalidad -Envejecimiento de la población rural
Oferta social	-Ayudas y subsidios del estado en especie (Mercados, semillas, animales) -Asistencia técnica rural	-Asistencialismo, más enfoque en subsidios y dinero, creando dependencia -Uso de los subsidios: Alimentos, bienes y servicios
Político-territorial	-Municipios producían grandes cantidades de alimentos (Despensas regionales o nacionales)	-Municipios han dejado de ser despensas -Cambios constantes en precios de alimentos
Consumo-prácticas culinarias	-Espacio amplio en cocinas: Favorece preparación de alimentos elaborados y comidas más frecuentes -Mayor reconocimiento de alimentos “caseros y naturales” -Familias numerosas	-Menor espacio en cocinas: Limitación en preparaciones -Familias más pequeñas que se reúnen menos a la hora de comer -Aumento del consumo de alimentos industrializados y comidas fuera de casa

Continuando con los cambios alimentarios presentados, según el trabajo de investigación realizado por la Alianza Universitaria por el Derecho Humano a la Alimentación Adecuada (ALUDHAA) entre el 2021-2022, titulado: “Efectos de la pandemia en la Inseguridad Alimentaria de los Hogares Colombianos: Estudio Multicéntrico en 11 ciudades capitales”, en el cual se encuestaron 1.524 hogares vía telefónica, se logró identificar que solo el 28,4 % de los hogares se clasificaron como seguros, mientras que la prevalencia de la inseguridad alimentaria de los hogares (INSAH) fue de 71,6 % (7 de cada 10 hogares). Adicionalmente, para enfrentar esta situación de inseguridad alimentaria, las estrategias incluidas en el estudio comprenden aspectos como: selección de alimentos económicos o de menor calidad, fiar alimentos o pedir préstamos monetarios, reducción en el número de integrantes mediante la comensalidad en otros hogares, medidas como disminuir las porciones o el número de comidas, es decir, que alrededor de 6 de cada 10 hogares encuestados realizaron alguna estrategia de afrontamiento de la inseguridad alimentaria. El 57,9 % consumió alimentos de menor calidad o más baratos y el 43,4 % recurrió a la disminución de las porciones para que pudiera alcanzar la comida en el hogar, lo cual afecta directamente la situación de salud y nutrición de la población (Garzón y Del Castillo, 2022).

Se deben tener en cuenta de igual manera, los cambios en las características de morbilidad, la situación de salud y nutrición de la población, por ejemplo, de acuerdo al DANE en el Comunicado de prensa Estadísticas Vitales para el año 2023, en general, se logra observar un pico en las defunciones por enfermedades isquémicas del corazón, por enfermedades cerebrovasculares y por enfermedades hipertensivas en el año 2021, la diabetes mellitus ocupa el décimo puesto en las primeras 10 causas de defunciones según grupos de causas (Lista 6/67 OPS). Y al igual que otras mortalidades por enfermedades crónicas no transmisibles, se observa un pico de la mortalidad en 2021, lo cual sugiere un incremento de la mortalidad en pandemia por enfermedades crónicas no transmisibles, las cuales en gran medida pueden estar relacionadas con los hábitos de alimentación (DANE, 2023).

Por lo anterior, es importante conocer la mirada de la comunidad de nutrición y dietética de la PUJ respecto a las guías, e identificar qué aspectos consideran que deberían ser contemplados en una futura actualización, teniendo en cuenta que son uno de los profesionales que tienen el papel de replicar las guías en distintas áreas y los cambios presentados a nivel poblacional. Este estudio será la primera fase que busca la identificación de los aspectos planteados en el objetivo general, con la finalidad de ser empleados a futuro como sustrato en una segunda etapa para la creación de un documento técnico que contenga información que pueda ser empleada por instituciones de carácter público y privado responsables de la actualización de la GABA.

Se espera conocer el uso actual de las guías por parte de profesionales, docentes y estudiantes de nutrición y dietética de la PUJ y recopilar sus opiniones y perspectivas sobre una futura actualización. A partir de estos hallazgos, se propondrán recomendaciones para mejorar las guías alimentarias colombianas, se busca que esta información se consolide con la obtenida en otras universidades del país, y sea el punto de partida para futuras investigaciones de las entidades responsables de su actualización y se puedan iniciar tareas encaminadas en esta labor. Es por esto que se quiere responder a la pregunta: **¿Cuáles son los aspectos que deben ser contemplados para una futura actualización de las GABA, según la perspectiva de estudiantes, docentes y profesionales en nutrición y dietética?**

4. OBJETIVO

4.1 Objetivo general:

Identificar los aspectos que los profesionales, estudiantes y docentes en nutrición y dietética de la PUJ consideran deben ser incluidos en una futura actualización de las guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana.

5. MATERIALES Y MÉTODOS

5.1 Diseño de investigación

Estudio de tipo descriptivo de corte transversal, con enfoque mixto. (Sampieri, et al., 2014)

Este enfoque permitió una exploración profunda de las percepciones, experiencias y conocimientos de los participantes en relación con las guías alimentarias existentes.

5.1.1 Población y muestra

-Estudiantes, docentes y egresados de la carrera nutrición y dietética de la Pontificia Universidad Javeriana Bogotá (Ver figura 2).

-Muestra: Muestreo tipo no probabilístico a conveniencia/ de participantes voluntarios, formarán parte del proyecto quienes cumplan con los criterios de inclusión. (Sampieri, et al., 2014)

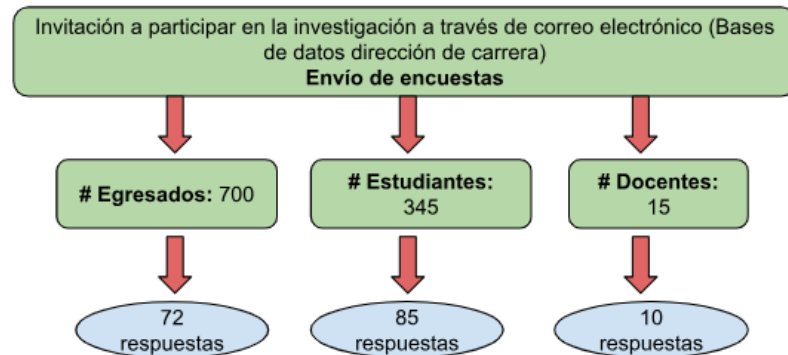


Figura 2. Población y muestra

Criterios Inclusión:

-Aceptación de los términos de tratamiento de datos descritos y participación en el proyecto de investigación al diligenciar y enviar la encuesta.

-Estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de la Pontificia Universidad Javeriana a partir de tercer año.

-Egresados nutricionistas dietistas de la Pontificia Universidad Javeriana.

-Docentes de planta y cátedra de la carrera de nutrición y dietética de la Pontificia Universidad Javeriana.

Criterios Exclusión:

-Estar actualmente involucrado en investigaciones competitivas que puedan generar conflicto de intereses con el presente estudio.

-Individuos que consideren que al participar en la investigación vayan en contra de algún principio o interés en particular.

-Quienes no se encuentren familiarizados con las guías alimentarias colombianas.

5.1.2 Variables

Tabla 3. Tabla de variables

Variable	Definición	Tipo	Escala medición
Semestre cursado	Semestre del programa que cursa el estudiante (Quinto-Décimo)	Cualitativa	Ordinal
Área desempeño	Campo específico o disciplina en la que trabajan profesionales y docentes (Clínica, pública, deporte, alimentos)	Cualitativa	Nominal
Frecuencia uso guías	Regularidad con la que se consultan guías en el ámbito académico y profesional (Nunca, ocasionalmente, siempre, casi siempre)	Cualitativa	Ordinal
Forma de uso guías	La manera en que se emplean o utilizan las guías	Cualitativa	Nominal
Adaptabilidad guías	Si la información de las guías se adapta, se adapta poco o no se adapta, para grupos distintos grupos etarios y étnicos	Cualitativa	Ordinal
Contexto socioeconómico y cultural	Si en las guías se refleja, se refleja poco o no se refleja la situación socioeconómica y cultural del país	Cualitativa	Ordinal
Situación de salud y nutrición	Si en las guías se refleja, se refleja poco o no se refleja la situación de salud y nutrición del país	Cualitativa	Ordinal
Aspectos actualización	Aspectos generales que consideran deben ser incluidos en la actualización de las guías	Cualitativa	Nominal
Problemas de salud y nutrición	Problemáticas de salud y nutrición actuales que consideran importantes incluir en la actualización de las guías	Cualitativa	Nominal
Diversidad cultural y prácticas alimentación	Aspectos culturales y de alimentación que consideran incluir o reforzar en las guías	Cualitativa	Nominal
Sistemas alimentarios sostenibles	Aspectos de los sistemas alimentarios sostenibles que consideran incluir o reforzar en las guías alimentarias	Cualitativa	Nominal
Recomendaciones guías	Recomendaciones que deben ser reforzadas o incluidas en la actualización de las guías alimentarias	Cualitativa	Nominal
Desafíos actualización- implementación	Dificultades presentadas en la actualización e implementación de las guías alimentarias	Cualitativa	Nominal

5.2 Métodos

Inicialmente se realizó una revisión de la literatura para conocer e identificar el contexto que llevo al desarrollo de las guías en Latinoamérica y en Colombia, además del proceso de formulación de las mismas. Se hizo una descripción general del contenido de cada uno de los apartados de las guías alimentarias colombianas (mayor 2 años). Para poder identificar los aspectos y tendencias que se están contemplando en las guías alimentarias actualmente, se revisaron las últimas versiones existentes en países como México y Chile. Posteriormente, fueron diseñados 3 instrumentos de recolección de información en Microsoft forms, uno distinto para estudiantes, egresados y docentes de la carrera de nutrición y dietética, las encuestas estaban compuestas por una serie de preguntas abiertas y de selección múltiple, a

través de las cuáles se buscó identificar el uso de las guías además de los aspectos a considerar para una futura actualización de las guías alimentarias, y conocer el uso de las mismas en el ámbito académico y profesional. Como investigadores no se tuvo acceso a la información personal de los encuestados. Se realizó prueba piloto a 5 participantes previo a la difusión de las encuestas. La oficina de la Carrera de Nutrición y Dietética envió las encuestas a cada uno de los participantes (estudiantes, egresados y docentes), según sus bases de datos, junto con una invitación para participar en el proyecto voluntariamente, a través del correo electrónico institucional. La información obtenida de las encuestas fue tabulada y codificada en el software de Microsoft Excel, para posteriormente ser analizada cualitativamente y presentada de manera descriptiva en porcentajes y frecuencias.

5.3 Recolección de información

Las encuestas fueron diseñadas mediante Microsoft forms, dirigidas a 3 grupos principales de participantes: estudiantes, egresados y docentes, estas se conformaron por preguntas mixtas (abiertas y selección múltiple) para recopilar la información (Ver tabla 3). Las encuestas se enfocan en puntos clave relacionados con la percepción de la actualización de las guías alimentarias, además del uso de las mismas. Por medio de dirección de carrera y a través de correo electrónico se envió a egresados y estudiantes la invitación para participar en la investigación diligenciando las encuestas diseñadas. (Ver figura 3). En el anexo 1 se puede consultar el instrumento de recolección de información realizadas en cada una de las encuestas, y en el anexo 2 las categorización de las preguntas abiertas. A través de las encuestas, se buscó conocer sobre las guías lo siguiente: frecuencia y motivo de uso por parte de los participantes, perspectivas sobre los aspectos que consideran importantes para su actualización, adaptabilidad y pertinencia de la información contenida en las guías, además de las problemáticas de salud, nutrición y los desafíos de actualización e implementación de las mismas.

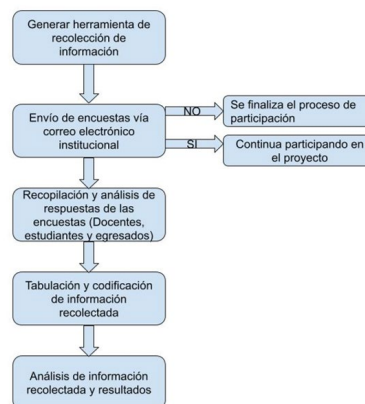


Figura 3. Proceso de recolección de información

5.4 Análisis de la información

Los datos recopilados fueron transformados en una base de datos en Microsoft forms, y exportados a Microsoft Excel, se llevó a cabo la depuración y organización de la información, para presentar los datos recolectados y presentarlos de manera descriptiva en frecuencias, y porcentajes. Se utilizó el software NVivo 14 para realizar nubes de palabras de la información obtenida de las preguntas abiertas (Uso de las guías, aspectos a considerar para actualizar las guías, problemáticas de salud y nutrición, desafíos de actualización e implementación) y el software Gephi para realizar grafos de nodos de las preguntas de selección múltiple relacionadas con los aspectos de actualización de las guías (Diversidad cultural, prácticas culinarias, sistemas alimentarios sostenibles y recomendaciones nutricionales). En esta representación, cada elemento se representa como un nodo. Las conexiones entre estos nodos, conocidas como aristas, muestran cómo estos aspectos están interrelacionados.

5.5 Aspectos éticos

La información recolectada será usada con fines de investigación académica, se aclara que en las encuestas no se solicita ningún tipo de dato personal, adicionalmente, según la resolución 8430 de 1993, esta investigación está clasificada como una investigación sin riesgo: emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, por ende puede hacerse exención del uso de consentimiento informado.

6. RESULTADOS

Los resultados obtenidos ofrecen información valiosa que puede contribuir a la elaboración de recomendaciones para la actualización de las GABA en Colombia, considerando las tendencias internacionales, la relevancia de las guías existentes y las perspectivas de los actores clave en el campo de la nutrición. Inicialmente se presentará una caracterización de la población objetivo, para luego presentar los resultados obtenidos de las encuestas aplicadas. En cada tabla se resaltan los valores más relevantes (n y %).

6.1 Caracterización de la población

La muestra de la investigación estuvo conformada por un total de 167 participantes, divididos en tres grupos: estudiantes (50.8%, n=85), egresados (43.1%, n=72) y docentes (6.1%, n=10). En el caso de los estudiantes, la mayoría pertenecían a octavo semestre, mientras que, en el caso de egresados y docentes, predominaba el área de desempeño en nutrición clínica (pediatría y adulto) (Ver tabla 4).

Tabla 4. Caracterización de la población

ESTUDIANTES			EGRESADOS			DOCENTES		
SEMESTRE CURSADO	n	%	AREA DESEMPEÑO	n	%	AREA DESEMPEÑO	n	%
Quinto	6	7	Nutrición clínica (Pediatria y adulto)	42	58	Nutrición clínica (Pediatria y adulto)	5	50
Sexto	3	3						
Séptimo	12	14	Nutrición pública	16	22	Nutrición pública	3	30
Octavo	43	51	Nutrición deportiva	9	13	Nutrición deportiva	1	10
Noveno	12	14	Ciencias de alimentos	5	7	Ciencias de alimentos	1	10
Décimo	9	11						
Total	85	100	Total	72	100	Total	10	100

6.2 Resultados encuestas

6.2.1 Uso de las guías

Se observó que más del 70% de los participantes hace uso de esta herramienta, sin embargo, en la escala evaluada, se logró identificar que esta es utilizada principalmente de forma ocasional, seguido de la opción de casi siempre por parte de toda la población estudio, en su quehacer diario. Un mínimo porcentaje de los participantes refiere no usar esta herramienta bien sea en el ámbito educativo o profesional. (Ver tabla 5)

Tabla 5. Frecuencia de uso de las guías alimentarias

FRECUENCIA USO GUÍAS ALIMENTARIAS						
Escala	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Nunca	2	2	4	6	2	20
Ocasionalmente	60	71	30	42	4	40
Siempre	1	1	10	13	1	10
Casi siempre	22	26	28	39	3	30
Total	85	100	72	100	10	100

Además de conocer la frecuencia de uso de las guías, se indagó acerca del motivo de uso de las mismas para estudiantes y egresados, donde se logra identificar de acuerdo con la figura 4, que se usa principalmente para la elaboración de planes nutricionales (32%) por parte de estudiantes, y para realizar educación nutricional (71%) por parte de egresados, por otro lado, se observan otras formas de uso tales como: análisis de ingesta (3%), en clases teóricas (26%) y como fuente bibliográfica (2%). (Ver figura 4)



Figura 4. *Uso de las guías alimentarias*

Aproximadamente el 75% de los egresados que no hacen uso de las guías alimentarias en su quehacer diario, refieren no hacerlo debido a que la información que contiene esta desactualizada, y que las recomendaciones no son específicas para la población con la cual trabajan.

6.2.2 Aspectos a considerar para actualización de las guías

Para identificar estos aspectos, se preguntó a los participantes sobre la percepción de la adaptabilidad de la información contenida en las guías alimentarias para diversos grupos etarios y étnicos. También se consultó a los participantes si consideraban que las guías reflejaban adecuadamente el contexto socioeconómico, cultural, nutricional y de salud del país. Se exploraron tanto aspectos generales como problemáticas específicas en salud y nutrición que pudieran ser incorporadas en una eventual actualización de las guías. Además, se plantearon preguntas sobre los elementos que deberían ser incluidos o reforzados en las guías con relación en temas como: la diversidad cultural y las prácticas culinarias, la promoción de sistemas alimentarios sostenibles y las recomendaciones nutricionales, tal como se detalla a continuación.

6.2.2.1 Información de las guías

Se buscó conocer si los participantes consideraban que la información contenida en las guías, podría adaptarse a distintos grupos etarios (niños, adolescentes, adultos y adultos mayores) y grupos étnicos (indígenas, afrocolombianos, raizales, palenqueros, otros), donde se logró identificar que más del 50% de los estudiantes, egresados y docentes, consideran que esta información es poco adaptable y una minoría (21%, 26% y 20% respectivamente) consideran que esta información si puede adaptarse a los grupos ya mencionados. (Ver tabla 6)

Tabla 6. Adaptabilidad información de las guías

INFORMACIÓN GUÍAS ALIMENTARIAS RESPECTO A DISTINTOS GRUPOS ÉTNICOS Y ETARIOS						
Opinión	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Se adapta	18	21	19	26	2	20
Poco adaptable	54	64	41	57	7	70
No se adapta	13	15	12	17	1	10
Total	85	100	72	100	10	100

6.2.2.2 Contexto socioeconómico y cultural

En cuanto al contexto socioeconómico y cultural actual del país, tanto estudiantes (66%), como docentes (70%) y egresados (57%), consideran que este se ve poco reflejado en la versión existente de las guías alimentarias para la población. (Ver tabla 7)

Tabla 7. Contexto socioeconómico y cultural guías

CONTEXTO SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL GUÍAS						
Opinión	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Si lo reflejan	13	15	17	24	2	20
Poco lo reflejan	56	66	41	57	7	70
No lo reflejan	16	19	14	19	1	10
Total	85	100	72	100	10	100

6.2.2.3 Situación de salud y nutrición

Respecto a las guías alimentarias y su capacidad para reflejar la situación de salud y nutrición del país, un porcentaje significativo de estudiantes, egresados y docentes expresaron que las guías solo lo reflejan en cierta medida (58%, 55% y 70% respectivamente), una minoría consideró que sí lo hacen de manera adecuada (15%, 21% y 20% respectivamente). Este contraste entre los grupos, sugiere la existencia de diversas perspectivas en cuanto a la pertinencia de las guías alimentarias en abordar la situación nacional de salud y nutrición. (Ver tabla 8)

Tabla 8. Situación de salud y nutrición guías

SITUACIÓN DE SALUD Y NUTRICIÓN GUÍAS						
Opinión	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Si lo reflejan	13	15	15	21	2	20
Poco lo reflejan	49	58	40	55	7	70
No lo reflejan	23	27	17	24	1	10
Total	85	100	72	100	10	100

6.2.2.4 Aspectos generales para actualización de las guías

En cuanto a los aspectos generales considerados para la actualización de las guías, según la información obtenida de las encuestas, se agruparon en 16 categorías (Ver tabla 9). Para observar el desglose de cada categoría ver anexo 2. Con respecto a la perspectiva de los estudiantes, egresados y docentes, las categorías que consideran más importantes incluir fueron: Variedad de alimentos y enfoque diferencial, seguido de situación nutricional, situación epidemiológica, contexto socioeconómico, y contexto cultural, sin embargo otras categorías fueron mencionadas en menor proporción (<10%) por los encuestados, tales como: Medio ambiente, actividad física, entornos alimentarios, y la estructura de las guías.

Tabla 9. Aspectos generales para la actualización de las guías alimentarias

ASPECTOS GENERALES PARA ACTUALIZACIÓN DE LAS GUÍAS						
CATEGORIAS	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Medio ambiente	7	4	7	5	1	4
Variedad alimentos	46	27	23	14	5	19
Enfoque diferencial	29	18	34	21	6	23
Actividad física	5	3	10	6	0	0
Situación nutricional	9	6	20	12	1	4
Contexto socioeconómico	26	15	14	9	1	4
Soberanía alimentaria	2	1	0	0	0	0
Seguridad alimentaria	3	2	6	4	0	0
Contexto cultural	14	8	15	9	3	12
Situación epidemiológica	14	8	13	8	3	12
Sellos advertencia	2	1	0	0	0	0
Entornos alimentarios	7	4	8	5	0	0
Condiciones higiénico sanitarias	0	0	3	2	0	0
Tipos de dieta	3	2	0	0	1	4
Plato saludable	0	0	2	1	1	4
Estructura guías	0	0	5	3	4	15

6.2.2.5 Problemáticas de salud y nutrición para actualización de las guías

Según la población, las problemáticas en salud y nutrición con mayor prioridad son: la obesidad, las deficiencias nutricionales y los hábitos de alimentación, seguido del sobrepeso y la desnutrición. Para observar el desglose de cada categoría ver anexo 2. El 10% o menos de los encuestados, considera incluir otras problemáticas tales como: diabetes mellitus, triple

carga nutricional, trastornos de la conducta alimentaria, lactancia materna e inseguridad alimentaria. (Ver tabla 10)

Tabla 10. Problemáticas de salud y nutrición a considerar para actualización de las guías

PROBLEMÁTICAS DE SALUD Y NUTRICIÓN GUÍAS						
CATEGORÍAS	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	n	%	n	%
Obesidad	29	16	24	17	3	12
Hipertensión	10	5	4	3	0	0
Dislipidemia	4	2	1	1	0	0
Enf. Cardiovascular	6	3	4	3	1	4
Diabetes	19	10	12	9	1	4
Deficiencias nutricionales	27	15	9	6	6	23
Lactancia materna	2	1	5	4	1	4
Hábitos alimentación	11	6	25	18	1	4
Sedentarismo	6	3	6	4	1	4
Doble carga nutricional	2	1	0	0	0	0
Triple carga nutricional	11	6	4	3	1	4
Trast. Conducta alimentaria	4	2	3	2	0	0
Sobrepeso	11	6	8	6	2	8
Desnutrición	22	12	18	13	2	8
Inseguridad alimentaria	3	2	11	8	2	8
Sarcopenia	0	0	0	0	3	12

6.2.2.6 Diversidad cultural y prácticas de alimentación

Se identificó que tanto egresados como docentes coinciden en la importancia de fortalecer y destacar en las guías los siguientes aspectos: rescatar la cultura alimentaria de los diferentes territorios, encontrar un equilibrio entre las tradiciones culinarias y la adopción de nuevos hábitos, reconociendo la interrelación entre estos elementos. Por otro lado, respecto los estudiantes, se observó que consideran importante fortalecer aspectos como: rescatar la cultura alimentaria de los diferentes territorios, y el legado gastronómico y las prácticas culinarias de diferentes poblaciones, reconociendo igualmente la interrelación entre estos elementos. (Ver figura 5)

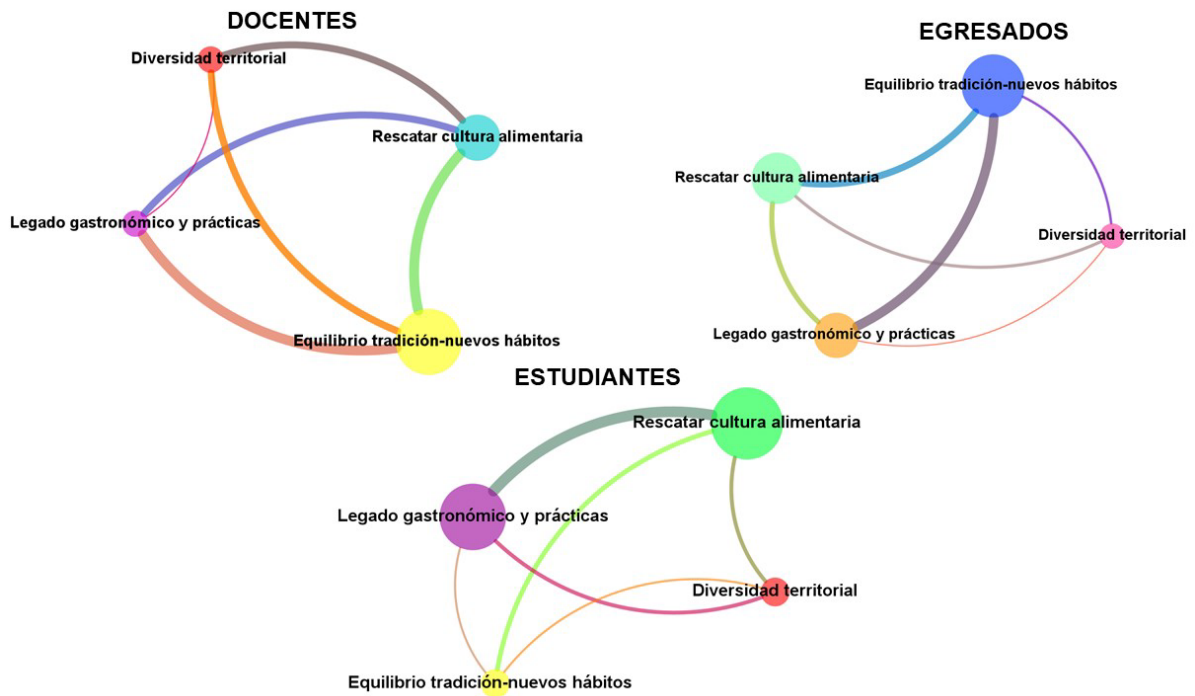


Figura 5. Diversidad cultural y prácticas de alimentación según población encuestada

6.2.2.7 Sistemas alimentarios sostenibles

Se identificó que tanto estudiantes como egresados y docentes, concuerdan en la relevancia de reforzar e incluir en las guías alimentarias los siguientes aspectos: promoción de la agricultura familiar, fomento del comercio local y comprensión de las características de una dieta saludable, reconociendo la estrecha interconexión entre estos elementos. Además, se señaló que el manejo de residuos e impacto ambiental, aunque considerado importante, fue mencionado en menor medida. (Ver figura 6)

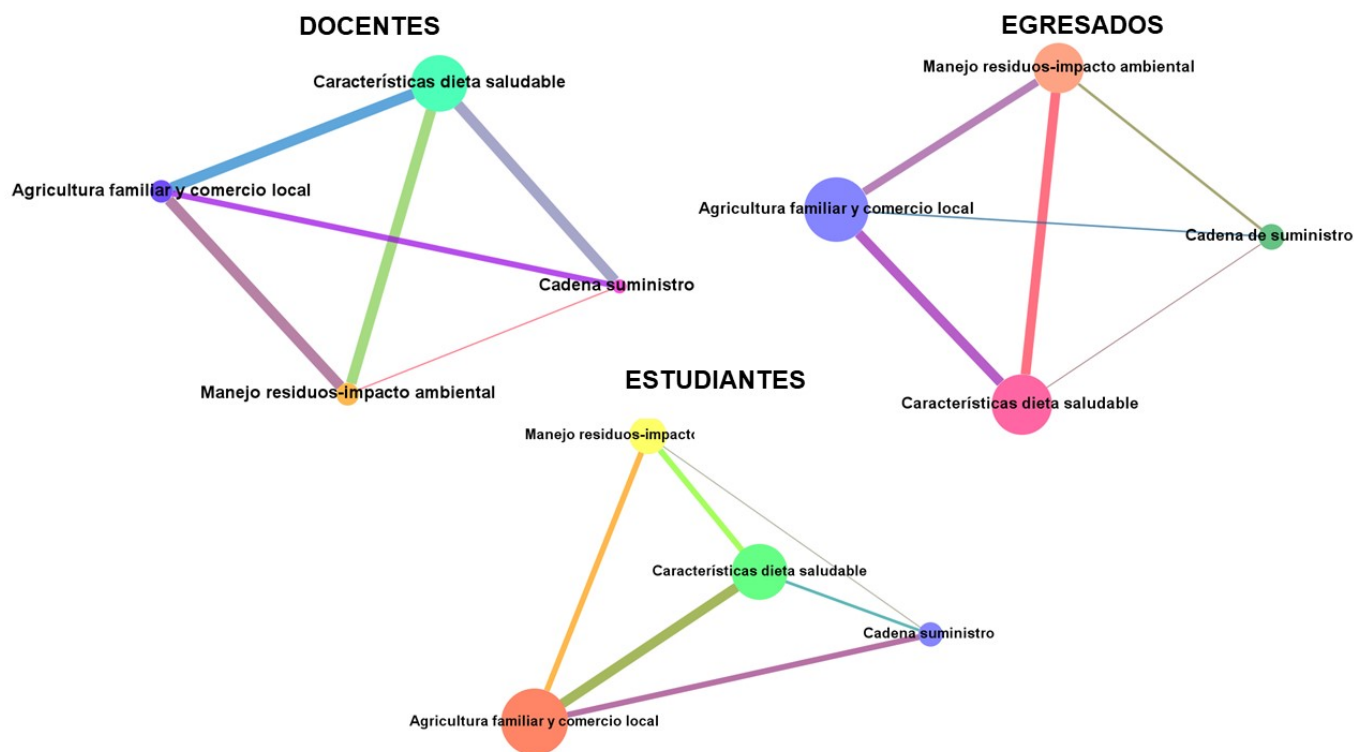


Figura 6. *Sistemas alimentarios sostenibles según población encuestada*

6.2.2.8 Recomendaciones/mensajes nutricionales

Se tomaron como referencia algunas recomendaciones que contemplan las últimas versiones de las guías alimentarias de países como Chile y México, y se preguntó a la población acerca de cuáles de estas consideraban más importantes reforzar o incluir en una eventual actualización de las guías. Se identificó que los participantes, concuerdan en las recomendaciones sobre consumo de grasas, azúcares añadidos y edulcorantes, actividad física e hidratación, relacionando estas entre sí. Por otro lado, las formas de cocción, y las medidas de higiene y desinfección fueron mencionadas en menor medida.

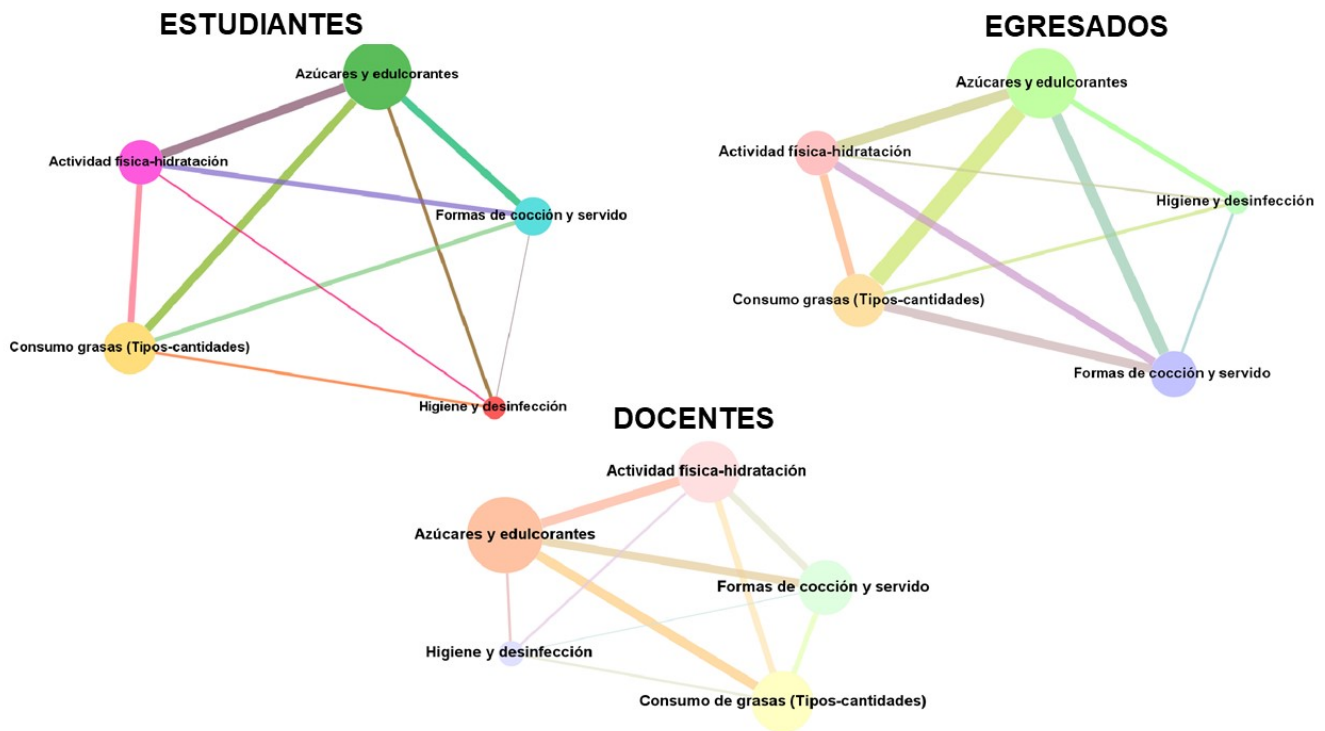


Figura 7. Recomendaciones a enfatizar según población encuestada

6.2.2.9 Desafíos de actualización e implementación

Se consultó a la población sobre los desafíos presentados al momento de actualizar e implementar las alimentarias para la población, observando que el cambio social y la difusión son los más relevantes, seguido de la información desactualizada y el presupuesto, otras categorías son mencionadas con menor frecuencia, tales como: la articulación de entidades, y el tiempo de planeación. Para observar el desglose de cada categoría ver anexo 2.

Tabla 11. Desafíos para la actualización e implementación de las guías

DESAFIOS DE ACTUALIZACIÓN E IMPLEMENTACIÓN DE LAS GUÍAS						
CATEGORIAS	ESTUDIANTES		EGRESADOS		DOCENTES	
	n	%	N	%	n	%
Necesidades profesionales	2	1,72	7	6,36	0	0
Presupuesto	18	15,52	10	9,09	2	9,09
Cambio social	26	22,41	18	16,36	2	9,09
Recolección información	14	12,07	7	6,36	0	0
Voluntad política	13	11,21	6	5,45	3	13,64
Articulación entidades	5	4,31	3	2,73	1	4,55
Difusión	10	8,62	17	15,45	4	18,18
Tiempo planeación	4	3,45	8	7,27	1	4,55
Talento humano	0	0	10	9,09	1	4,55
Integrar población	3	2,59	3	2,73	3	13,64
Estructuración guías	0	0	1	0,91	2	9,09
Información desactualizada	19	16,38	11	10	2	9,09

7. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los proveedores de servicios de salud, maestros, periodistas, agentes de extensión y otros profesionales que trabajan directamente con el público utilizan con frecuencia las guías alimentarias, esto con el fin de implementar intervenciones específicas de educación nutricional para empoderar a las personas y ayudarlas a desarrollar las habilidades necesarias para elegir y mantener dietas saludables a lo largo de sus vidas (FAO, 2022). Inicialmente, se recalca que se tomaron en cuenta las guías alimentarias para la población mayor de 2 años, teniendo en cuenta que a nivel nacional también existe una herramienta dirigida a mujeres gestantes y población menor de 2 años, en cuanto al uso de las guías alimentarias, y en comparación con lo mencionado, se observó que estas son utilizadas por la mayoría de los participantes en su quehacer diario, principalmente para la elaboración de planes nutricionales por parte de los estudiantes y para la educación nutricional por parte de los egresados. Este hallazgo subraya la importancia y la relevancia de las guías en la práctica profesional y académica en el campo de la nutrición y dietética.

A pesar de que las guías son utilizadas, esto no se da con frecuencia, posiblemente asociado a que los participantes consideran que la información contenida en estas es poco adaptable para distintos grupos etarios y étnicos, lo que concuerda con que aproximadamente el 75% de los egresados considera que las recomendaciones de las guías no son específicas para la población con la cual trabajan, y que la información de esta herramienta se encuentra desactualizada, además de que estas poco reflejan el contexto socioeconómico, cultural, y la situación de salud y nutrición del país. Considerando que las GABA son un componente clave de una política alimentaria y ofrecen un lineamiento científico sobre cómo se debe alimentar la población, de forma clara y sencilla, la OMS recomienda que las GABA de los países deben ser actualizadas permanentemente, sugiriendo que sea realizado cada cinco años con base a la situación alimentario-nutricional y al perfil epidemiológico de la población e incorporando aspectos de orden social, económico e incluyendo el modelo de sostenibilidad para reducir el impacto ambiental y contribuir a la seguridad alimentaria y nutricional de las generaciones actuales y futuras; así como la pertinencia cultural y territorial, implicando concebir que la alimentación va más allá del valor biológico y nutricional de los alimentos, incorporando factores esenciales del proceso de alimentación, como bienestar, comensalidad y relaciones sociales (INTA-Universidad de Chile, 2022).

Como se mencionó, tanto estudiantes, como egresados y docentes consideran, que el contexto socioeconómico y cultural del país no se refleja suficientemente en las guías existentes. Este hallazgo resalta la necesidad de una actualización que tome en cuenta la diversidad de la población colombiana y su contexto sociocultural. Otro aspecto relevante

identificado en el estudio es que una parte considerable de los participantes percibe que las guías alimentarias solo reflejan y contemplan parcialmente la situación de salud y nutrición del país. Este hallazgo sugiere la existencia de discrepancias en cuanto a la efectividad de las guías en abordar los desafíos nutricionales y de salud pública en Colombia. Si bien es comprensible que las guías alimentarias estén basadas en recomendaciones nutricionales, no es aceptable que en pro de ello pierdan la pertinencia cultural, geográfica y de género, centrándose en forma y fondo en conceptos de difícil comprensión y aplicación como las porciones de consumo de alimentos y equivalencias calóricas, muy alejadas del diario vivir, adicionalmente, se debe tener en cuenta que las guías alimentarias deben reflejar la situación nutricional del país para contribuir a su mejoramiento. Sus mensajes deben ser concordantes con las recomendaciones alimentario-nutricionales de organismos reconocidos, y adecuarse a las costumbres locales y condiciones socioeconómicas de la población objetivo (Franch, et al., 2021).

En cuanto a los aspectos generales considerados clave para la actualización de las guías, principalmente se identificaron categorías como la variedad de alimentos, el enfoque diferencial, la situación nutricional y epidemiológica, así como el contexto socioeconómico y cultural. Estos hallazgos proporcionan una amplia visión para la revisión y actualización de las guías alimentarias, asegurando su relevancia y aplicabilidad en diferentes contextos y poblaciones. De acuerdo a las recomendaciones de la FAO para la elaboración de las guías alimentarias, se establece que estas deben ser prácticas, dinámicas y flexibles; fáciles de comprender, aceptables culturalmente, basarse en alimentos y no en nutrientes, además de proponer dietas saludables y culturalmente aceptables, y tener en cuenta cambios realistas en las costumbres de las personas, lo que concuerda con la perspectiva de los egresados, estudiantes y docentes.

Por otro lado, respecto a las problemáticas de salud y nutrición que deberían ser contempladas en una futura actualización, los participantes destacan la obesidad, las deficiencias nutricionales y los hábitos de alimentación actuales. Estos resultados refuerzan la importancia de continuar orientando las guías alimentarias hacia la prevención y el tratamiento de las enfermedades relacionadas con la alimentación y la nutrición, teniendo en cuenta la situación de salud y nutrición actual a nivel nacional en línea con los desafíos de salud pública. Adicionalmente, los resultados concuerdan con aspectos de salud planteados en las guías de otros países de Latinoamérica, debido a que se considera que los cambios socioeconómicos ocurridos en los últimos años han generado modificaciones en los estilos de vida y la adopción de hábitos alimenticios en la población que predisponen la aparición de trastornos nutricionales. Así también, en muchos países de Latinoamérica coexisten tanto el sobrepeso

y la obesidad, como la desnutrición, representando la doble carga de malnutrición que se traduce en efectos negativos sobre la morbilidad presente y futura (Azañedo y Hernández, 2017).

Según la población estudio, en lo concerniente a temáticas más específicas consideradas relevantes para una eventual actualización se identificó gran importancia en rescatar la cultura alimentaria de diferentes territorios, valorar el legado gastronómico, encontrar un equilibrio entre las tradiciones y los nuevos hábitos de alimentación, promover la agricultura familiar, fomentar el comercio local, comprender las características de una dieta saludable, y reforzar e incluir recomendaciones nutricionales asociadas al consumo de grasas mencionando tipos y cantidades, consumo de azúcares añadidos, edulcorantes artificiales, seguido de la actividad física y la hidratación.

Se observa relación de los aspectos mencionados anteriormente, con las tendencias que se están contemplando en las últimas versiones de las guías alimentarias internacionales, por ejemplo, Canadá en su última versión (2019) sumó a la orientación sobre qué comer, la importancia de las habilidades culinarias y el conocimiento nutricional, dando recomendaciones sobre cómo, cuándo, por qué y dónde comer. Las recomendaciones de las guías estadounidenses versión 2015-2020 giran en torno a cuatro ejes prioritarios: a) patrón de dieta saludable; b) variedad y cantidad de nutrientes y alimentos; c) restringir azúcares añadidos y grasas saturadas; y d) promover patrones de alimentación saludable en entornos como hogares y escuelas centrado en que niños y niñas adopten hábitos saludables. Por su parte México versión 2023 toma en consideración los objetivos de prevenir la malnutrición, promover una alimentación saludable y preservar la cultura alimentaria, considerando la sustentabilidad en la producción de alimentos, además de promover la actividad física (Franch, et al., 2021).

Ahora bien, respecto a los desafíos para la implementación y actualización de las guías, se encontró en común que se presentan dificultades debido al cambio social, entendido como los cambios en el contexto socioeconómico, cultural, hábitos de alimentación, nuevas tendencias de alimentación, y demás, que se presentan en la sociedad, sumado a la difusión de las mismas, la cual podría llegar a ser insuficiente para lograr el principal objetivo de las guías. Este aspecto es fundamental, ya que la adecuada implementación de esta herramienta, es lo que contribuye a la adopción de hábitos saludables en la población, además de la prevención enfermedades en gran medida. Distintos países en Latinoamérica concuerdan en que implementar las guías alimentarias conlleva un gran desafío, por ejemplo para el año 2022, según el Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud, este

proceso se debe acompañar con una buena campaña de divulgación, comunicación, asimismo, se requiere la participación de actores del sector público y privado, así como los principios establecidos en el marco normativo nacional e internacional, incluidas la legislación, las políticas, los programas y los proyectos relacionados.

Aunque es complejo cuantificar el impacto de la implementación de las Guías Alimentarias (GA) a nivel poblacional, la evidencia sugiere que los niños que siguen estas recomendaciones tienen una dieta de mejor calidad y un menor riesgo de obesidad. Además, esta adherencia está asociada con un menor riesgo de enfermedades cardiovasculares, cáncer y mortalidad por diabetes en adultos. Incluso, países como Brasil ven en la implementación de las GA una oportunidad para mejorar la salud bucal de su población. Toda esta evidencia, en un contexto de transición epidemiológica, respalda la implementación de las GA. Además de los beneficios potenciales y demostrados de las GA, su implementación podría ser la mejor fuente de información para guiar a la población en la elección, combinación y sustitución adecuada de alimentos, considerando la disponibilidad y el acceso a estos en la diversa geografía y situación socioeconómica de Latinoamérica. Estos beneficios también ayudarían a los profesionales de la salud a promover estilos de vida saludables y reforzar las recomendaciones nutricionales para sus pacientes. Al mismo tiempo, los gobiernos y organismos involucrados pueden utilizar las GA como base para desarrollar y complementar políticas de nutrición saludable (Azañedo, 2017).

Finalmente, se reconoce que es enriquecedor investigar esta perspectiva teniendo en cuenta la importancia de esta herramienta en salud pública, y que no se conocen estudios donde se busque identificar la opinión de estos profesionales, por otro lado, aunque las guías alimentarias pueden ser utilizadas por diversos actores como proveedores de servicios de salud, maestros, periodistas, agentes de extensión y otros profesionales que trabajan directamente con el público, el estudio se centró principalmente en el área de nutrición y dietética. Aunque esto podría considerarse una limitación, es importante reconocer que la perspectiva de estos otros actores también es válida y relevante, teniendo en cuenta que son uno de los profesionales que pueden llegar a implementar y difundir esta herramienta de forma significativa. Aunque se reconoce la importancia de las guías alimentarias, es complejo cuantificar su impacto a nivel poblacional, lo que puede dificultar la evaluación de su efectividad y la justificación de los recursos destinados a su actualización y difusión.

8. CONCLUSIONES

- Se logró identificar aspectos esenciales que deben ser incluidos en una futura actualización de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) para la población colombiana mayor de 2 años, según la perspectiva de los participantes, es crucial que la información de esta herramienta pueda adaptarse a diversos grupos etarios y étnicos. Además, se destaca la importancia de reflejar de manera más precisa el contexto socioeconómico y cultural del país, ya que una mayoría significativa de los participantes considera que las guías actuales solo lo reflejan parcialmente.
- Se evidenció mediante el análisis de las opiniones y perspectivas de los participantes que existe un consenso sobre la necesidad de actualizar las guías con el fin de reflejar las problemáticas actuales de salud y nutrición del país con cifras actualizadas, teniendo en cuenta que algunos no utilizan esta herramienta en su quehacer debido a que la información contenida está desactualizada y las recomendaciones no son específicas para las poblaciones con las que trabajan. Adicionalmente, se destacó la importancia de incorporar aspectos como la diversidad cultural y las prácticas culinarias, así como la promoción de sistemas alimentarios sostenibles en las futuras guías, lo que concuerda con las tendencias de las versiones más actualizadas de algunas guías internacionales.
- Según los participantes, la implementación y actualización de las guías conlleva a un gran desafío, principalmente, a causa del cambio social y la forma en que estas son difundidas a la población, este se ve acentuado por la necesidad de adaptar las guías a una diversidad de contextos culturales, socioeconómicos y etarios. Además, la difusión efectiva de esta herramienta es crucial; esto implica no solo la distribución de material educativo accesible y práctico, sino también la capacitación continua de profesionales de la salud y la implementación de campañas de divulgación para todos los sectores de la población

9. RECOMENDACIONES

- Ampliar los resultados de investigación con diversas universidades a nivel nacional, instituciones de investigación y entidades gubernamentales para continuar investigando acerca de los aspectos importantes para la actualización de las guías alimentarias, además de coordinar esfuerzos en la actualización de las mismas. Esto

permitirá compartir recursos, conocimientos y mejores prácticas, asegurando un enfoque integrado y coherente.

- Elaborar un documento o material que compile la información recopilada en el presente estudio junto con la de otras universidades, y que este insumo sea presentado a las entidades responsables de la actualización de las guías alimentarias como fundamentación para iniciar tareas encaminadas en este proceso.
- Promover la investigación interdisciplinaria de esta temática, incluyendo no solo a nutricionistas y dietistas, sino también a otros profesionales encargados de divulgar las guías alimentarias, lo cual permitirá tener una perspectiva más completa e integral que contemple diversos escenarios.

10. REFERENCIAS

- Azañedo, D., y Hernández, A. (2017). Guías Alimentarias: Una Opción Para Seguir Enfrentando Los Problemas Nutricionales En El Perú. *Salud Pública De México*. 59. 215. [10.21149/8046. https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/8046](https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/8046)
- Barría, M., y Amigo, H. (2006). Transición Nutricional: Una Revisión Del Perfil Latinoamericano. *Archivos Latinoamericanos De Nutrición*, 56(1), P.P 03-11. Recuperado En 25 De Enero De 2024. [Http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S000406222006000100002&lng=es&tlng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S000406222006000100002&lng=es&tlng=es).
- Chávez-Mora, Emma, Monares, Shuvert, & Troncoso-Pantoja, Claudia. (2022). Guías alimentarias en adolescentes: Piloto sobre uso de aplicación web para estilos de vida saludables. *Revista chilena de nutrición*, 49(1), 62-69. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182022000100062>
- Morón, C., y Calderón, T. (1999). La Elaboración De Guías Alimentarias Basadas En Alimentos En Países De América Latina. Informe Del Taller Sobre Guías Alimentarias Basadas En Alimentos Y Educación En Nutrición Para El Público, 1-10. <https://www.fao.org/3/X2650t/X2650t04.pdf>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística. Principales Resultados De Estadísticas Vitales Nacimientos Y Defunciones Para El Segundo Trimestre De 2023, Y El Año Corrido 2023 (1 De Enero Y El 31 De Julio 2023). *Comunicado De Prensa Estadísticas Vitales (Nacimientos Y Defunciones)*. <https://www.dane.gov.co/files/operaciones/eevv/cp-eevv-litrim2023.pdf>
- Organización De Las Naciones Unidas Para La Alimentación Y La Agricultura. (2024). Guías Alimentarias Basadas En Alimentos. Recuperado 23 De Enero De 2024.

- <https://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/food-dietaryguidelines/background/es/>
- Organización De Las Naciones Unidas Para La Alimentación Y La Agricultura. (2014). El Estado De Las Guías Alimentarias Basadas En Alimentos En América Latina Y El Caribe: 21 Años Después De La Conferencia Internacional Sobre Nutrición». Disponible En: <http://www.fao.org/documents/es/detail/315474>
- Organización De Las Naciones Unidas Para La Alimentación Y La Agricultura. (2022). Implementación. Guías Alimentarias Basadas En Alimentos. <https://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/food-dietaryguidelines/background/es/>
- Franch, C., Pemjean, I., Rodríguez, L., Hernández, P., y Ortega, A. (2021). Comparación De Las Guías Alimentarias En Nueve Países De Las Américas. Archivos Latinoamericanos De Nutrición, 71(2), 149–160. <https://doi.org/10.37527/2021.71.2.007>
- Garzón, N., y Del Castillo, S. (2022). La Pandemia Empeoró Crisis Alimentaria De Los Colombianos. Periódico Unal / Política Y Sociedad. Retrieved May 3, 2024 <https://periodico.unal.edu.co/articulos/la-pandemia-empeoro-crisis-alimentaria-de-los-colombianos>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M (2014). Metodología De La Investigación (6° Ed.). México: Mcgraw Hill Interamericana Editores S.A. De C.V. <https://movendi.ngo/wp-content/uploads/2023/05/Gui-As-Alimentarias-2023-Para-La-Poblacion-N-Mexicana.Pdf>
- <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2022/12/Preview.Pdf> Guías Chile
- Instituto Colombiano De Bienestar Familiar., y Organización De Las Naciones Unidas Para La Alimentación Y La Agricultura. (2020). *Documento Técnico: Guías Alimentarias Basadas En Alimentos Para La Población Colombiana Mayor De 2 Años. Año 2015* (2.A Ed.) [Página Web]. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/vs/pp/sna/guias-alimentarias-basadas-en-alimentos.pdf>
- Instituto de nutrición y tecnología de alimentos., y Universidad De Chile (2022). “Estudio Orientado A La Actualización De Las Guías Alimentarias Basadas En Alimentos (Gaba) Para La Población Chilena” Marco De Desarrollo Conceptual Informe 1. <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2022/12/02.11.2022-Producto-1.Pdf>
- Ministerio De Salud Y Protección Social., e Instituto Nacional De Salud. (2019). *Documento General De Análisis Encuesta Nacional De La Situación Nutricional En Colombia 2015* (2.A Ed.) [Pagina Web]. Julio Norberto Solano Jiménez. <https://www.researchgate.net/profile/Lina-Sanchez->

Cespedes/Publication/335754940 Resultados-Generales-Ensin-2015-Preliminar - Chapters 3 And 4 Determinantes Estructurales De La Situacion Nutricional Y Determinantes Intermedios Del Estado Nutricional/Links/5d79b167299bf1cb809979f3/Resultados-Generales-Ensin-2015-Preliminar-Chapters-3-And-4-Determinantes-Estructurales-De-La-Situacion-Nutricional-Y-Determinantes-Intermedios-Del-Estado-Nutricional.Pdf

Ministerio De Salud y Protección Social., e Instituto Colombiano De Bienestar Familiar. (1999). Guías Alimentarias Para La Población Colombiana Mayor De Dos Años. File:///C:/Users/57321/Downloads/Bases%20tecnicas%20guias%20alimenarias%20mayor%20dos%20a%C3%91os.Pdf

Ministerio de Salud. Comisión Intersectorial de Guías Alimentarias para Costa Rica. Guías alimentarias para Costa Rica. --San José, C. R.: CIGA, 2022. 24p.; 27X21 cm. ISBN 978-9977-62-086-2 https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/_docs_GABSA_FAO-Min-Salud_Adultos-documento-tecnico.pdf

Molina, V. (2008). Guías Alimentarias En América Latina. Informe De La Consulta Técnica Regional De Las Guías Alimentarias Food Guidelines In Latin America. Report Of A Regional Technical Consultation In 2007. <https://ve.scielo.org/pdf/avn/v21n1/art06.pdf>

Olivares C., S., Zacarías H., I., González G., C. G., y Villalobos V., E. (2013). Proceso De Formulación Y Validación De Las Guías Alimentarias Para La Población Chilena. Revista Chilena De Nutrición, 40(3), 262-268. <https://www.redalyc.org/pdf/469/46929282008.pdf>

Secretaría De Salud (2023). Guías Alimentarias 2023 Para La Población Mexicana. Gobierno De México. https://movendi.ngo/wp-content/uploads/2023/05/Guías_Alimentarias_2023_para_la_población_mexicana.pdf

11. ANEXOS

Anexo 1. Instrumentos de recolección de información

Encuesta estudiantes

1. ¿Qué semestre cursa actualmente?

-Quinto

-Sexto

-Séptimo

-Octavo

-Noveno

-Décimo

2. ¿Está familiarizado con las guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana?

-Si, estoy familiarizado

-No estoy familiarizado

3. ¿Conoce en que año fueron publicadas las ultimas GABA?

-2000

-2005

-2010

-2015

4. Desde que le fueron enseñadas las GABA, ¿con que frecuencia las ha empleado en su desarrollo académico?

-Nunca

-Ocasionalmente

-Casi siempre

-Siempre

5. En su proceso de formación, ¿Ha empleado las guías alimentarias en las distintas áreas de la nutrición, es decir; Clínica pediatria y adulto, servicios de alimentación, pública? *Responder: Si o no y como las ha empleado

6. Durante su proceso de formación académica, ¿considera que la enseñanza que recibe de las guías alimentarias es la suficiente para emplearlas en el quehacer profesional?

-1= Insuficiente

-2= Suficiente

-3= Buena

-4= Muy buena

7. En su opinión, ¿Cómo considera que es la información que contienen las guías alimentarias respecto a diferentes grupos etarios en Colombia (niños, adolescentes, adultos y adultos mayores) y grupos étnicos (Indígenas, afrocolombianos, raizales, y palenqueros entre otros)

-Se adapta a los diferentes grupos mencionados

-Es poco adaptable a los diferentes grupos mencionados

-No se adapta a los diferentes grupos mencionados

8. ¿Cree que las guías alimentarias contemplan adecuadamente el contexto socioeconómico y cultural actual del país?

-Si la reflejan

-Poco la reflejan

-No la reflejan

9.¿Considera que las guías alimentarias contemplan adecuadamente la situación epidemiológica de salud y nutrición actual del país?

- Si la reflejan
- Poco la reflejan
- No la reflejan

10. Con base a las anteriores respuestas, ¿Cree que las guías alimentarias colombianas actuales están desactualizadas y necesitan reformulación?

- Si, definitivamente
- Si, en cierta medida
- No, en absoluto

11. A nivel general, mencione 3 aspectos que debería ser tenidos en cuenta en la reformulación de las guías alimentarias

12. ¿Específicamente, que problemáticas en salud y nutrición actuales cree que debería ser tenidas en cuenta al momento de reformular las guías alimentarias? *Enuncie 3

13. Respecto al tema de diversidad cultural y las prácticas de alimentación, que aspectos considera debería ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

- Rescatar la cultura alimentaria de los diferentes territorios y de población inmigrante, indígena y otras
- Legado gastronómico y prácticas culinarias de diferentes poblaciones
- Diversidad territorial de climas y ecosistemas
- Equilibrio entre tradición y nuevos hábitos alimentarios

14. Respecto al tema de sistemas alimentarios sostenibles, que aspectos considera debería ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

- Agricultura familiar campesina y comercio local
- Manejo de residuos e impacto ambiental
- Características de dieta saludable y sostenible
- Cadena de suministro en un sistema alimentario sostenible (Huella hídrica y de carbono)

15. Respecto a los mensajes o recomendaciones de las guías, ¿En cuáles cree que se debería hacer énfasis en una futura actualización?

- Recomendaciones detalladas sobre el consumo de grasas, incluyendo tipos y cantidades
- Recomendaciones sobre el consumo de azúcares añadidos y edulcorantes artificiales.
- Recomendaciones acerca de lavado de manos, e higiene y desinfección de alimentos
- Recomendaciones acerca de formas de cocción y de presentar o servir los alimentos
- Recomendaciones detalladas de actividad física e hidratación

16. ¿Cuáles cree que son los desafíos para la actualización e implementación de las guías alimentarias?

Encuesta egresados

1. ¿En qué área de nutrición y dietética se desempeña actualmente?

- Nutrición clínica del adulto
- Nutrición clínica pediátrica
- Nutrición deportiva
- Ciencias de alimentos o industria de alimentos
- Nutrición pública

2. ¿En qué año culminó su pregrado en nutrición y dietética?

3. ¿Está familiarizado con las guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana?

- Sí, estoy familiarizado
- No estoy familiarizado

4. ¿Conoce en que año fueron publicadas las ultimas GABA?

- 2000
- 2005
- 2010
- 2015

5. ¿Recuerda con qué frecuencia empleó las GABA su proceso de formación académico?

- Nunca
- Ocasionalmente
- Casi siempre
- Siempre

6. Durante su proceso de formación académica, ¿cómo considera que fue la enseñanza que recibió de las guías alimentarias para emplearlas en el quehacer profesional?

- 1= Insuficiente
- 2= Suficiente
- 3= Buena
- 4= Muy buena

7. En la práctica profesional, ¿Ha empleado las guías alimentarias en las distintas áreas de la nutrición? *Responder: Si o no y como las ha empleado

8. Respecto al uso que les da a las guías alimentarias, responda si:

-No presenta dificultad al usarlas

-No las usa porque considera que la información no es actualizada

-No las usa porque considera que las recomendaciones no son específicas para la población o área con la que trabaja

9. En su opinión, ¿Cómo considera que es la información que contienen las guías alimentarias respecto a diferentes grupos etarios en Colombia (niños, adolescentes, adultos y adultos mayores) y grupos étnicos (Indígenas, afrocolombianos, raizales, y palenqueros entre otros)

-Se adapta a los diferentes grupos mencionados

-Es poco adaptable a los diferentes grupos mencionados

-No se adapta a los diferentes grupos mencionados

10. ¿Cree que las guías alimentarias contemplan adecuadamente el contexto socioeconómico y cultural actual del país?

-Si la reflejan

-Poco la reflejan

-No la reflejan

11. ¿Considera que las guías alimentarias contemplan adecuadamente la situación epidemiológica de salud y nutrición actual del país?

-Si la reflejan

-Poco la reflejan

-No la reflejan

12. Con base a las anteriores respuestas, ¿Cree que las guías alimentarias colombianas actuales están desactualizadas y necesitan reformulación?

-Si, definitivamente

-Si, en cierta medida

-No, en absoluto

13. A nivel general, mencione 3 aspectos que debería ser tenidos en cuenta en la reformulación de las guías alimentarias

14. ¿Específicamente, que problemáticas en salud y nutrición actuales cree que deberían ser tenidas en cuenta al momento de reformular las guías alimentarias?

***Enuncie 3**

15. Respecto al tema de diversidad cultural y las prácticas de alimentación, que aspectos considera deberían ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

- Rescatar la cultura alimentaria de los diferentes territorios y de población inmigrante, indígena y otras
- Legado gastronómico y prácticas culinarias de diferentes poblaciones
- Diversidad territorial de climas y ecosistemas
- Equilibrio entre tradición y nuevos hábitos alimentarios

16. Respecto al tema de sistemas alimentarios sostenibles, que aspectos considera deberían ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

- Agricultura familiar campesina y comercio local
- Manejo de residuos e impacto ambiental
- Características de dieta saludable y sostenible
- Cadena de suministro en un sistema alimentario sostenible (Huella hídrica y de carbono)

17. Respecto a los mensajes o recomendaciones de las guías, ¿En cuáles cree que se debería hacer énfasis en una futura actualización?

- Recomendaciones detalladas sobre el consumo de grasas, incluyendo tipos y cantidades
- Recomendaciones sobre el consumo de azúcares añadidos y edulcorantes artificiales.
- Recomendaciones acerca de lavado de manos, e higiene y desinfección de alimentos
- Recomendaciones acerca de formas de cocción y de presentar o servir los alimentos
- Recomendaciones detalladas de actividad física e hidratación

18. ¿Cuáles cree que son los desafíos para la actualización e implementación de las guías alimentarias?

Encuesta docentes

1. ¿En qué área de nutrición y dietética se desempeña actualmente?

- Nutrición pública
- Nutrición clínica
- Nutrición deportiva
- Ciencias de alimentos o industria de alimentos

2. ¿Con qué frecuencia incorpora las guías alimentarias colombianas en sus clases?

- Nunca
- Ocasionalmente
- Casi siempre

-Siempre

3. En su opinión, ¿Cómo considera que es la información que contienen las guías alimentarias respecto a diferentes grupos etarios en Colombia (niños, adolescentes, adultos y adultos mayores) y grupos étnicos (Indígenas, afrocolombianos, raizales, y palenqueros entre otros)

-Se adapta a los diferentes grupos mencionados

-Es poco adaptable a los diferentes grupos mencionados

-No se adapta a los diferentes grupos mencionados

4. ¿Cree que las guías alimentarias contemplan adecuadamente el contexto socioeconómico y cultural actual del país?

-Si la reflejan

-Poco la reflejan

-No la reflejan

5. ¿Considera que las guías alimentarias contemplan adecuadamente la situación epidemiológica de salud y nutrición actual del país?

-Si la reflejan

-Poco la reflejan

-No la reflejan

6. Con base a las anteriores respuestas, ¿Cree que las guías alimentarias colombianas actuales están desactualizadas y necesitan reformulación?

-Si, definitivamente

-Si, en cierta medida

-No, en absoluto

7. A nivel general, mencione 3 aspectos que debería ser tenidos en cuenta en la reformulación de las guías alimentarias

8. ¿Específicamente, que problemáticas en salud y nutrición actuales cree que deberían ser tenidas en cuenta al momento de reformular las guías alimentarias? *Enuncie 3

9. Respecto al tema de diversidad cultural y las prácticas de alimentación, que aspectos considera deberían ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

-Rescatar la cultura alimentaria de los diferentes territorios y de población inmigrante, indígena y otras

-Legado gastronómico y prácticas culinarias de diferentes poblaciones

-Diversidad territorial de climas y ecosistemas

-Equilibrio entre tradición y nuevos hábitos alimentarios

10. Respecto al tema de sistemas alimentarios sostenibles, que aspectos considera deberían ser reforzados e incluidos en la actualización de las guías?

- Agricultura familiar campesina y comercio local
- Manejo de residuos e impacto ambiental
- Características de dieta saludable y sostenible
- Cadena de suministro en un sistema alimentario sostenible (Huella hídrica y de carbono)

11. Respecto a los mensajes o recomendaciones de las guías, ¿En cuáles cree que se debería hacer énfasis en una futura actualización?

- Recomendaciones detalladas sobre el consumo de grasas, incluyendo tipos y cantidades
- Recomendaciones sobre el consumo de azúcares añadidos y edulcorantes artificiales.
- Recomendaciones acerca de lavado de manos, e higiene y desinfección de alimentos
- Recomendaciones acerca de formas de cocción y de presentar o servir los alimentos
- Recomendaciones detalladas de actividad física e hidratación

12. ¿Cuáles cree que son los desafíos para la actualización e implementación de las guías alimentarias?

Anexo 2. Desglose de categorías

Aspectos generales para la actualización de las guías alimentarias	
Categorías	Respuestas obtenidas
Medio ambiente	Sostenibilidad, alimentación saludable, agricultura sostenible, cambio climático, recursos naturales
Variedad alimentos	Incluir más alimentos en las listas de intercambios, incluir variedad de alimentos, alimentos nativos, alimentos autóctonos, incluir más nutrientes
Enfoque diferencial	Tener en cuenta gestantes, lactantes, grupos etarios (niños y adultos mayores), grupos étnicos, género, diversidad territorios, población migrante
Actividad física	Sedentarismo, recomendaciones de hidratación, tiempo en pantallas
Situación nutricional	Determinantes de la situación nutricional, cifras actualizadas de la situación nutricional
Contexto socioeconómico	-

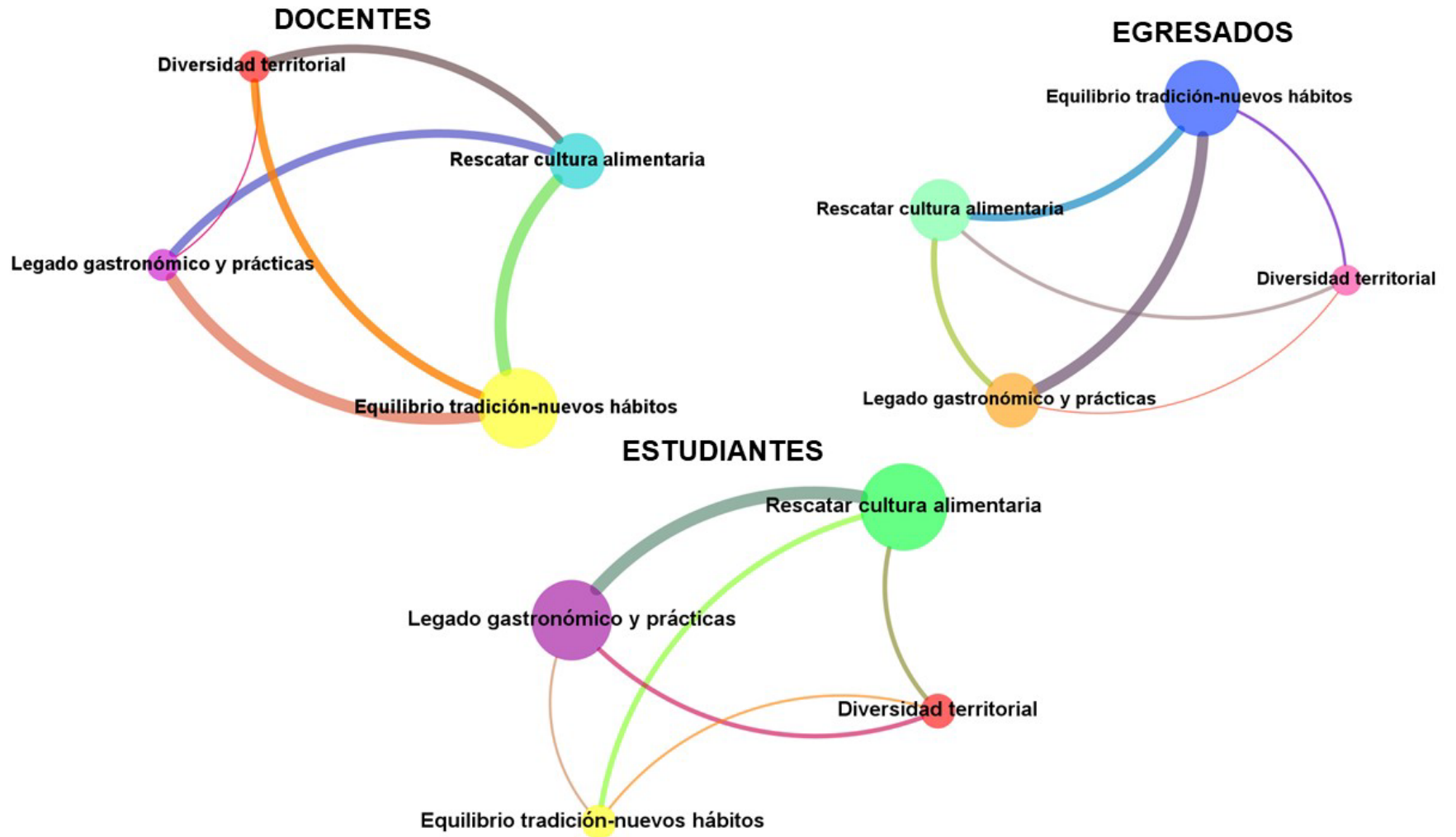
Soberanía alimentaria	-
Seguridad alimentaria	Disponibilidad de alimentos, acceso a alimentos
Contexto cultural	Cultura alimentaria, tradiciones de las diferentes poblaciones, Riqueza gastronómica del país
Situación epidemiológica	Determinantes de salud, y cifras actualizadas de la situación epidemiológica
Sellos advertencia	-
Entornos alimentarios	Comportamiento del consumidor, hábitos de alimentación, cambios en estilos de vida y consumo, oferta de alimentos ultra procesados, ambientes obesogénicos
Condiciones higiénico sanitarias	Acceso a agua potable
Tipos de dieta	Dietas vegetarianas y nuevas tendencias de alimentación
Plato saludable	-
Estructura guías	Incluir nuevos mensajes y renovar los existentes, documento más corto y práctico de leer, elaborar más material físico de las guías, parte visual de las guías (que llame la atención)

Desafíos de implementación y actualización	
Categorías	Respuestas obtenidas
Necesidades profesionales	Que las guías se adapten para el quehacer profesional, y se adapte a sus necesidades
Presupuesto	-
Cambio social	Cambios culturales, cambios en hábitos, nuevas tendencias de alimentación en la sociedad, problemáticas en la sociedad y el país, migración
Recolección información	Diseño de las encuestas para obtener la información
Voluntad política	Entidades gubernamentales den prioridad a esta herramienta
Articulación entidades	-

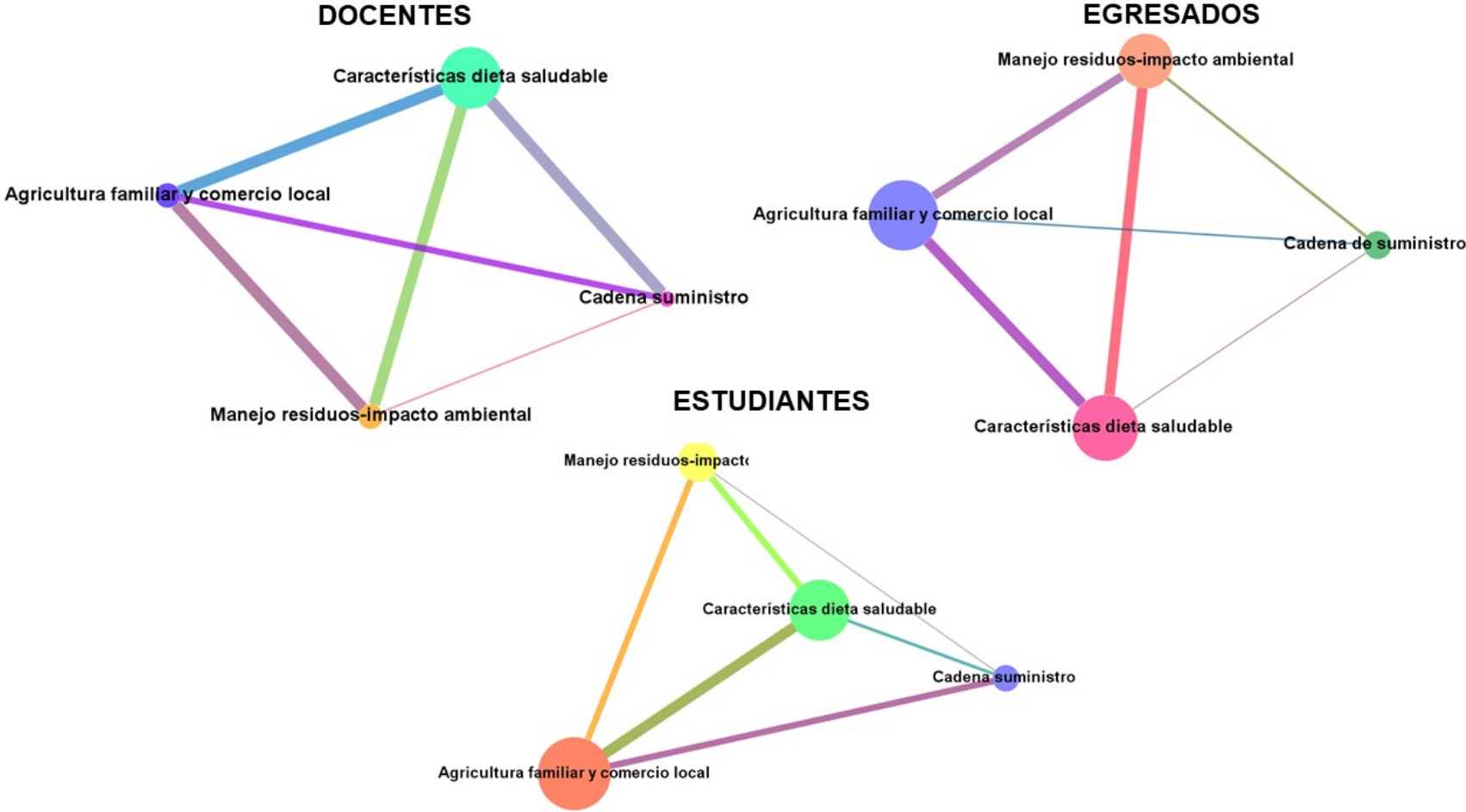
Difusión	Falta de espacios para divulgación, falta de profesionales para difundir las guías, campañas de divulgación y educación nutricional haciendo uso de las guías
Tiempo planeación	-
Talento humano	Cantidad de personal dedicado a la investigación y recolección de información
Integrar población	Incluir comunidades, participación activa
Estructuración de las guías	Que las guías sean claras y organizadas
Información desactualizada	Información epidemiológica desactualizada, ENSIN desactualizada

Anexo 3. Grafos de nodos Gephi

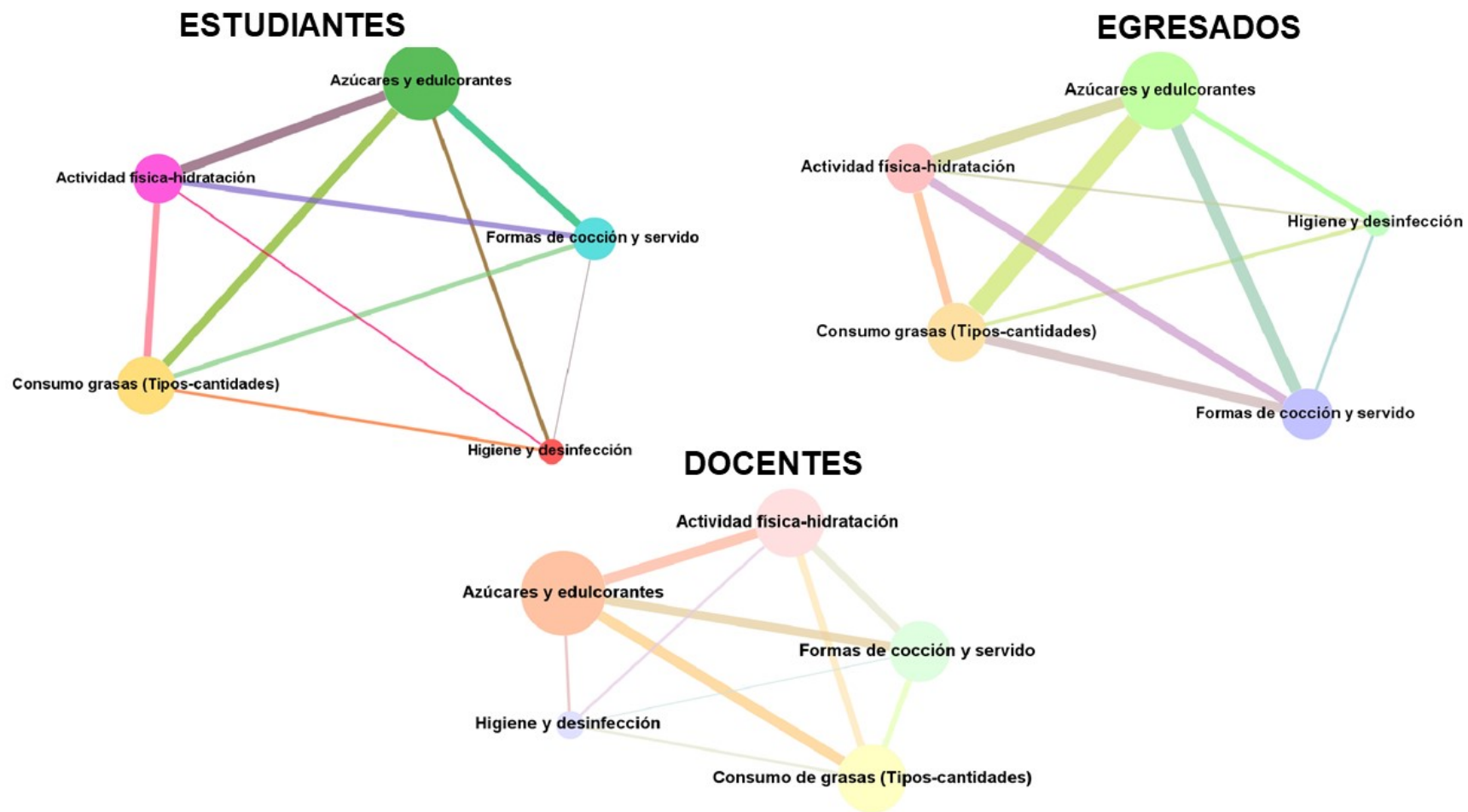
GRÁFICA DIVERSIDAD CULTURAL Y PRÁCTICAS CULINARIAS



GRÁFICA SISTEMAS ALIMENTARIOS SOSTENIBLES



GRÁFICA RECOMENDACIONES NUTRICIONALES



Anexo 4. Nube de palabras Nvivo 14

Estudiantes

Nube uso de las guías

fuentebibliográfica
noespecífica
educaciónnutricional
planesnutricionales
clasesteóricas
análisingesta

Nube desafíos de implementación de las guías

tiempoplaneación
noespecífica voluntadpolítica
informacióndesactualizada
cambiosocial
difusión presupuesto integrarpoblación
recoleccióninformación
articulaciónentidades
necesidadesprofesionales

Nube aspectos generales de actualización

seguridadalimentaria
entornosalimentarios
situaciónepidemiológica
contextosocioeconómico
variedadalimentos
soberaníaalimentaria enfoquediferencial tiposdieta
noespecífica contextocultural actividadfísica
situaciónnutricional sellosadvertencia
medioambiente

Nube problemáticas de salud y nutrición

doblecarganutricional
inseguridadalimentaria
hábitosalimentación
deficienciasnutricionales
tca lme **obesidad** hta dislipidemia
sobrepeso **dnt** diabetes
sedentarismo **noespecífica** ecv
triplecarganutricional

Egresados

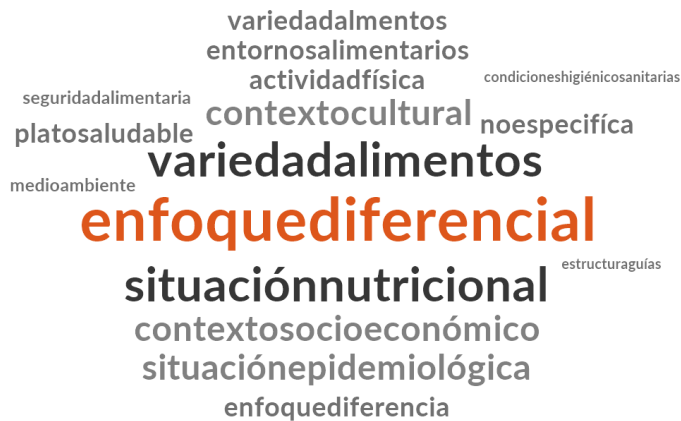
Nube uso de las guías

planesnutricionales
educaciónnutricional
noespecífica

Nube desafíos de implementación de las guías

necesidadesprofesionales
tiempoplaneación
estructuraciónguías **presupuesto** recoleccióninformación
estructuraguías **difusión** noespecífica
integrarpoblación **cambiosocial**
información desactualizada
voluntadpolítica **talentohumano**
articulaciónentidades

Nube aspectos generales de actualización



Nube problemáticas de salud y nutrición



Egresados

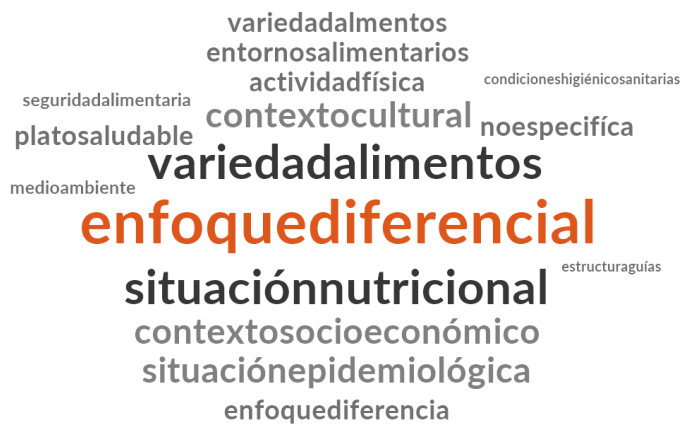
Nube uso de las guías



Nube desafíos de implementación de las guías



Nube aspectos generales de actualización



Nube problemáticas de salud y nutrición



Docentes

Nube desafíos de implementación de las guías

información desactualizada
talento humano cambios social
integrar población
enfoque diferencial **difusión** presupuesto
voluntad política
estructuración guías
articulación entidades
tiempo planeación

Nube aspectos generales de actualización

variedad de alimentos
plato saludable
contexto socioeconómico
contexto cultural
tipos de dieta **estructurar guías**
enfoque diferencial
variedad alimentos
situación epidemiológica
medio ambiente
situación nutricional

Nube problemáticas de salud y nutrición

sedentarismo
hábitos de alimentación
inseguridad alimentaria
lme **sarcopenia** ecv
dnt
deficiencias nutricionales
diabetes **obesidad** desnutrición
hábitos de alimentación
sobrepeso
triple carga nutricional