



**UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE BIENESTAR Y SALUD**  
**CARRERA DE NUTRICION Y DIETETICA**

**PROYECTO DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**  
**PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE LICENCIADO EN NUTRICION**  
**Y DIETETICA**

**TEMA**

FACTORES SOCIOECONÓMICOS Y SU IMPACTO EN LA ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE DE LAS FAMILIAS DEL SECTOR SOL BRISA DEL CANTÓN  
BABAHOYO, PERIODO JUNIO SEPTIEMBRE 2024.

**Autor:**

BAJAÑA SANTANA ARIEL GUILLERMO

**Tutor:**

ING. JAVIER MAZACÓN CERVANTES MGS.

**BABAHOYO – LOS RÍOS - ECUADOR**

**2024**

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado vida y permitirme llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional. A mi madre, a mi padre y a mis hermanos por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional. A mi Hijo, que siempre está conmigo en los buenos y malos momentos y es parte esencial de mi existencia.

*Bajaña Santana Ariel Guillermo*

## AGRADECIMIENTO

Concluida mi carrera universitaria, elevo hasta los Cielos mi oración de gratitud, al Todopoderoso Dios, que aparte de salud para seguir mis estudios, me proporcionó don de inteligencia y perseverancia, para no desmayar en el propósito que abracé y ahora coronó con éxito. Más tampoco puedo dejar de agradecer a mi entorno familiar, principalmente mi señora madre Magali Santana Caicedo, mi padre Ab. Ariel Bajaña Llerena, a mi Hijo Varón Ariel Isaías Bajaña Martínez a mis abuelitos Guillermo y mamá Lolita, que son mi inspiración y ejemplo a seguir, por haberme apoyado no sólo animándome sino en toda circunstancia para que avance con denuedo y sacrificio hasta llegar a la meta. Mis hermanos Yizac y Mariel, gracias por su preocupación de verme como un profesional que se compromete ante ellos a honrar la carrera que escogí para el servicio a mi prójimo. Y a mis maestros por sus sabias enseñanzas que las he atesorado y las ejercitare con amor en el trabajo cotidiano.

Gracias

*Bajaña Santana Ariel Guillermo*

# CERTIFICACION DE PLATAFORMA ANTIPLAGIO



**CERTIFICADO DE ANÁLISIS**  
magister

## INFORME COMPILATIO BAJAÑA

**6%**  
Textos sospechosos

**2%** Similitudes  
0% similitudes entre comillas  
0% entre las fuentes mencionadas

**< 1%** Idiomas no reconocidos

**3%** Textos potencialmente generados por la IA

Nombre del documento: INFORME COMPILATIO BAJAÑA.docx  
ID del documento: 3be03b2e9f5b90a652b45e10d8ed5716d36febcc  
Tamaño del documento original: 87,06 kB  
Autores: []

Depositante: MAZACON CERVANTES CESAR JAVIER  
Fecha de depósito: 23/8/2024  
Tipo de carga: interface  
fecha de fin de análisis: 23/8/2024

Número de palabras: 7910  
Número de caracteres: 51.066

Ubicación de las similitudes en el documento:



**Fuente principal detectada**

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	<p><b>Documento de otro usuario</b></p> <p> El documento proviene de otro grupo 1 fuente similar</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (44 palabras)

**Fuentes con similitudes fortuitas**

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	<p> <a href="http://www.doi.org">www.doi.org</a> 11 http://www.doi.org/10.1190/56096-364-0208000600015</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (16 palabras)
2	<p> <a href="http://repositorio.puce.edu.ec">repositorio.puce.edu.ec</a> http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/22000/11190/3/0216 RODRIG MENA.PDF.pdf</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (22 palabras)
3	<p> <a href="http://www.scielo.org.mx">www.scielo.org.mx</a>   La influencia de los grupos sociales en la alimentación de est... 3 https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=0007-5932/021000500106</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (18 palabras)
4	<p> <a href="http://vrihp.org">vrihp.org</a>   La Inseguridad alimentaria en el Ecuador, analizada por la óptica de L... http://vrihp.org/la-inseguridad-alimentaria-en-el-ecuador-analizada-por-la-optica-de-la-fa-y-hs...</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (15 palabras)
5	<p> <a href="https://nutricionvida.net">nutricionvida.net</a>   Nutrición y Rendimiento Académico: Impacto Vital 5 https://nutricionvida.net/educacion-y-concienciacion/nutricion-y-rendimiento-academico-como-se-rel...</p>	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (12 palabras)



Compartir el certificado por:

**CESAR JAVIER MAZACON CERVANTES**

## INDICE

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
CERTIFICACION DE PLATAFORMA ANTIPLAGIO.....	IV
RESUMEN .....	VII
Palabras clave: .....	VII
ABSTRAC.....	VIII
CAPITULO I.....	1
INTRODUCCION .....	1
CONTEXTUALIZACIÓN DE LA SITUACION PROBLEMÁTICA .....	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	7
DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	8
JUSTIFICACIÓN.....	9
OBJETIVOS.....	10
HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....	10
CAPITULO II.....	11
MARCO TEÓRICO.....	11
CAPITULO III .....	18
METODOLOGIA .....	18
Tipo y Diseño de la Investigación .....	18
Métodos de la Investigación.....	18
Operacionalización de variables.....	19
Población y muestra de la investigación .....	20
Técnicas e instrumentos de medición.....	21
Procesamiento de datos .....	21
Aspectos éticos.....	21
CAPITULO IV .....	22
RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	22
Resultados .....	22
Encuesta realizada a los jefes de hogar o proveedores .....	22
DISCUSIÓN .....	30
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	31
Conclusiones.....	31
Recomendaciones .....	32

CAPITULO V.....	33
PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS.....	33
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	37
ANEXOS .....	41
MATRIZ DE RELACION .....	41

## RESUMEN

El presente trabajo investigativo explora los factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación saludable de las familias de un sector Sol brisa del cantón Babahoyo, Ecuador. Se identificaron las características demográficas y aspectos laborales y económicos que condicionan la calidad y cantidad de alimentos consumidos. Además, se indagó el nivel de conocimientos sobre educación nutricional y las influencias culturales y sociales que moldean los hábitos alimenticios. El objetivo que se planteó fue determinar los factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa, mediante la metodología planteada, se obtuvo información detallada sobre los ingresos, la estabilidad laboral y el acceso a alimentos frescos, revelando una situación económica precaria, donde la mayoría de los hogares carece de estabilidad financiera, lo que obliga a reducir la calidad de su dieta. Los hallazgos reflejan un acceso limitado a información nutricional y la falta de participación en programas comunitarios que promuevan una alimentación saludable, lo que acentúa la vulnerabilidad alimentaria. Las conclusiones señalan la necesidad urgente de intervenciones que aborden tanto los factores económicos como los educativos, promoviendo estrategias sostenibles que permitan a las familias mejorar su alimentación y, en consecuencia, su bienestar general. Este análisis resalta la correlación entre las condiciones socioeconómicas y la salud alimentaria, subrayando la importancia de desarrollar políticas que fortalezcan la educación nutricional y faciliten el acceso a alimentos nutritivos, adaptadas a las realidades de la comunidad estudiada.

**Palabras clave:** Factores socioeconómicos; Alimentación saludable; Vulnerabilidad alimentaria; Educación nutricional; Familias

## **ABSTRAC**

This research work explores the socioeconomic factors and their impact on the healthy eating habits of families in the Sol brisa sector of the Babahoyo canton, Ecuador. Demographic characteristics and labor and economic aspects that condition the quality and quantity of food consumed were identified. In addition, the level of knowledge about nutritional education and the cultural and social influences that shape eating habits were investigated. The objective was to determine the socioeconomic factors and their impact on healthy eating in the families of the Sol Brisa sector, through the proposed methodology, detailed information was obtained on income, labor stability and access to fresh food, revealing a precarious economic situation, where most households lack financial stability, which forces them to reduce the quality of their diet. The findings reflect limited access to nutritional information and lack of participation in community programs that promote healthy eating, which accentuates food vulnerability. The conclusions point to the urgent need for interventions that address both economic and educational factors, promoting sustainable strategies that enable families to improve their diets and, consequently, their overall well-being. This analysis highlights the correlation between socioeconomic conditions and dietary health, underlining the importance of developing policies that strengthen nutrition education and facilitate access to nutritious foods, adapted to the realities of the community studied.

**KEY WORDS:** Socioeconomic factors; Healthy eating; Food vulnerability; Nutrition education; Families.

# **CAPITULO I**

## **1. INTRODUCCION**

La alimentación saludable es un componente esencial para el bienestar físico y mental de las personas, influyendo directamente en la calidad de vida y el desarrollo integral de las comunidades, correlacionado con esto, en muchas regiones, el acceso a una dieta balanceada y nutritiva se ve comprometido por una serie de factores socioeconómicos que limitan las opciones alimenticias disponibles para las familias, en nuestro país, específicamente en el sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, provincia de Los Ríos, esta problemática se hace evidente a través de los patrones de consumo alimenticio observados en la comunidad.

El sector Sol Brisa, caracterizado por una alta incidencia de pobreza y limitados recursos educativos, enfrenta desafíos significativos que afectan la capacidad de sus habitantes para mantener una alimentación adecuada, las condiciones económicas restrictivas obligan a muchas familias a optar por alimentos más económicos, pero menos nutritivos, lo que contribuye a la malnutrición y al aumento de enfermedades crónicas relacionadas con la dieta, como la obesidad y la diabetes. Además, la falta de programas de educación nutricional y el acceso insuficiente a servicios de salud agravan esta situación, perpetuando un ciclo de inseguridad alimentaria y mala salud.

Este proyecto investigativo tiene como objetivo principal determinar cómo los factores socioeconómicos impactan en la alimentación saludable de las familias, para lograr este objetivo, se analizarán diversos aspectos, incluyendo el nivel de ingresos, la educación nutricional, las influencias sociales y culturales y la disponibilidad de alimentos saludables en la comunidad, mediante un enfoque multidisciplinario, se pretende

identificar las barreras y facilitadores que afectan la capacidad de las familias para adoptar y mantener hábitos alimenticios saludables.

La relevancia de este estudio radica en su potencial para proporcionar una comprensión detallada y contextualizada de la situación nutricional en un sector específico en este caso “Sol Brisa”, ofreciendo una base sólida para el diseño de intervenciones y políticas públicas que aborden las necesidades específicas de la comunidad, al identificar y analizar los factores socioeconómicos que influyen en la alimentación, este proyecto busca contribuir al desarrollo de estrategias efectivas que mejoren la nutrición y, en consecuencia, la calidad de vida de las familias.

En una realidad establecida donde la globalización y la urbanización están cambiando rápidamente los patrones alimenticios, es crucial que las intervenciones se basen en datos locales y realidades específicas para ser verdaderamente efectivas, esta investigación no solo busca diagnosticar la situación actual, sino también proponer soluciones prácticas y adaptadas que puedan ser implementadas a nivel comunitario, promoviendo así un desarrollo sostenible y equitativo en el cantón Babahoyo.

## **1.1.CONTEXTUALIZACIÓN DE LA SITUACION PROBLEMÁTICA**

La alimentación saludable es un pilar fundamental para el bienestar y la calidad de vida del individuo, la familia y la sociedad, a pesar de esto existen diversos factores socioeconómicos influyen de manera significativa en la capacidad de las familias para acceder y mantener una dieta balanceada y nutritiva. (Urrea, 2021)

Uno de los principales factores asociados a esta problemática es el económico ya que el nivel de ingresos de una familia juega un papel crucial en sus hábitos alimenticios, de esta premisa se origina el antecedente de que las familias con menores ingresos a menudo enfrentan dificultades para adquirir alimentos frescos y nutritivos, inclinándose por opciones más económicas, pero menos saludables, como alimentos ultra procesados ricos en grasas, azúcares y sal. (Echeverría Arciniegas, 2022). Esta situación se ve agravada por el costo generalmente más elevado de frutas, verduras y proteínas de alta calidad, lo cual limita aún más el acceso a una dieta equilibrada. (Martínez-Valdés, 2020)

Otro factor determinante es el nivel educativo de los miembros de la familia, es de conocimiento general que la educación no solo influye en la capacidad de generar ingresos, sino también en el conocimiento y la comprensión de lo que constituye una dieta saludable, las personas con mayor nivel educativo suelen tener una mayor conciencia sobre la importancia de una buena alimentación y tienden a tomar decisiones más acertadas al respecto. (Aviles-Peralta, 2023) Por el contrario, aquellos con menor nivel educativo pueden carecer de la información necesaria para adoptar hábitos alimenticios saludables, perpetuando así prácticas dietéticas inadecuadas. (González, 2021)

El entorno social y cultural también impacta en la alimentación de las familias, ya que las costumbres y tradiciones culinarias, así como la influencia de la comunidad y los medios de comunicación, moldean las preferencias alimenticias, es necesario evidenciar que, en muchos casos, las prácticas culturales pueden promover el consumo de alimentos menos saludables o desincentivar la incorporación de nuevos hábitos alimenticios más beneficiosos para la salud. (Herrera-Cuenca, 2021). Asimismo, el acceso a servicios de salud y programas de apoyo comunitario puede marcar una diferencia significativa en la alimentación familiar, las familias que tienen acceso a servicios de salud integrales y programas de nutrición comunitaria, como subsidios para alimentos saludables o educación nutricional, están en una mejor posición para adoptar y mantener una dieta saludable, ya que la falta de estos recursos puede llevar a una dependencia de opciones alimenticias menos saludables y a un incremento en la prevalencia de enfermedades relacionadas con la dieta, como la obesidad, la diabetes y enfermedades cardiovasculares. (Castro, 2023)

Además, el entorno de infraestructura física, como la disponibilidad de tiendas de alimentos y mercados accesibles en las cercanías, influye directamente en la capacidad de las familias para obtener alimentos saludables. (Mora Vergara, 2022). En muchas comunidades, especialmente en áreas rurales o urbanas de bajos ingresos, existe deficiencia de lugares donde adquirir alimentos saludables, en estos sectores la oferta de alimentos frescos y nutritivos es limitada, obligando a las familias a depender de tiendas de conveniencia y supermercados con opciones menos saludables.

### ***1.1.1 Contexto Internacional***

La alimentación saludable es un componente esencial para el desarrollo y bienestar de las familias a nivel mundial, los diversos factores socioeconómicos ejercen una influencia significativa en la capacidad de las familias para acceder y mantener una dieta balanceada y nutritiva, estos factores incluyen el nivel de ingresos, la educación, el entorno social y cultural, el acceso a servicios de salud y programas de apoyo, así como la disponibilidad de alimentos saludables en la localidad. (Ruiz, 2022)

La pobreza sigue siendo un determinante crítico de la inseguridad alimentaria a nivel mundial, según el Banco Mundial, en 2022, alrededor del 9.2% de la población mundial vivía con menos de \$1.90 al día, el umbral de pobreza extrema, esta situación económica limita la capacidad de las familias para adquirir alimentos nutritivos, obligándolas a optar por alternativas más económicas, pero menos saludables, como alimentos ultra procesados ricos en grasas, azúcares y sal (Palacios Rodriguez, 2022). Un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) de 2020 señala que más de 3 mil millones de personas no pueden permitirse una dieta saludable. (FAO, 2020)

La educación también juega un papel fundamental en los hábitos alimenticios, se estima que las personas con mayor nivel educativo tienden a tener una mayor comprensión de la importancia de una dieta balanceada y suelen tomar decisiones más informadas sobre su alimentación, por otro lado, aquellos con menor nivel educativo pueden carecer de la información necesaria para adoptar prácticas alimenticias saludables. (Romero, 2021)

El entorno social y cultural también impacta en la alimentación de las familias, las tradiciones culinarias, las influencias comunitarias y los medios de comunicación moldean las preferencias alimenticias, en algunas culturas, las prácticas alimentarias tradicionales pueden ser menos saludables, y la resistencia al cambio puede dificultar la adopción de nuevos hábitos alimenticios beneficiosos para la salud. (Montero-López, 2021)

Además, el entorno físico y la disponibilidad de alimentos saludables juegan un papel crucial ya que, en muchas comunidades, especialmente en áreas rurales o en barrios marginales urbanos, existen lo que en estado del arte se conoce como "desiertos alimentarios" donde la oferta de alimentos frescos y nutritivos es escasa. Un estudio en

Perú en el 2021 reveló que, en varios países de ingresos bajos y medios, los alimentos ultraprocesados son más accesibles y baratos que las frutas y verduras, lo que contribuye a la malnutrición y a la creciente carga de enfermedades no transmisibles. (Schwalb, 2021)

### ***1.1.2 Contexto Nacional***

La alimentación saludable es un componente esencial para el desarrollo y bienestar de las familias en Ecuador, los diversos factores socioeconómicos influyen significativamente en la capacidad de las familias ecuatorianas para acceder y mantener una dieta balanceada y nutritiva, entre ellos están el nivel de ingresos, la educación, el entorno social y cultural, y programas de apoyo, así como la disponibilidad de alimentos saludables en el entorno físico.

El nivel de ingresos es un determinante crítico en la seguridad alimentaria de las familias ecuatorianas. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) de Ecuador, en 2020, el 25% de la población vivía en condiciones de pobreza, y el 10% en pobreza extrema. (INEC, 2020) Esta situación económica limita la capacidad de las familias para adquirir alimentos nutritivos, obligándolas a optar por alternativas más económicas, pero menos saludables, por otro lado el costo elevado de frutas, verduras y proteínas de alta calidad dificulta aún más el acceso a una dieta equilibrada para las familias de bajos ingresos.

La educación también es un factor influye en los hábitos alimenticios de las familias ecuatorianas, pues las personas con mayor nivel educativo suelen tener una mejor comprensión de la importancia de una dieta saludable y tienden a tomar decisiones más informadas sobre su alimentación. Sin embargo, la calidad y el acceso a la educación nutricional varía significativamente, afectando la capacidad de muchas familias para adoptar prácticas alimenticias saludables. (Orozco, 2020)

En Ecuador, la dieta tradicional incluye alimentos como el arroz, la papa, y el plátano, que, aunque nutritivos, pueden carecer de la diversidad necesaria para una dieta completamente balanceada, pero el entorno social y cultural también impacta en la alimentación de las familias ya que las tradiciones culinarias, las influencias comunitarias y los medios de comunicación moldean las preferencias alimenticias en la mayoría de los entornos sociales. La falta de estos recursos puede llevar a una dependencia de opciones

alimenticias menos saludables y a un incremento en la prevalencia de enfermedades relacionadas con la dieta, como la obesidad, la diabetes y enfermedades cardiovasculares. (Ruiz, 2022)

La pobreza, la educación, el entorno social y cultural y la disponibilidad de alimentos saludables son determinantes clave que deben ser abordados mediante políticas públicas integrales y programas de apoyo comunitario, superar estas barreras socioeconómicas es esencial para mejorar los hábitos alimenticios y la salud general de la población ecuatoriana.

### ***1.1.3 Contexto Local***

El sector Sol Brisa es un barrio urbano periférico de Babahoyo, ubicado a unos pocos kilómetros del centro de la ciudad, esta área está rodeada por terrenos agrícolas y ríos que forman parte del sistema fluvial de la cuenca del río Guayas, lo que le confiere una gran riqueza en recursos hídricos pero también una vulnerabilidad a las inundaciones, especialmente durante la temporada de lluvias, el sector se caracteriza por tener una población diversa y en crecimiento, con familias que provienen de diferentes partes de la provincia y del país, atraídas por las oportunidades laborales en la agricultura y el comercio, las viviendas en Sol Brisa son predominantemente de construcción mixta, con materiales como madera, caña y cemento, reflejando un nivel socioeconómico medio-bajo.

En términos de infraestructura, Sol Brisa cuenta con servicios básicos como agua potable, electricidad y recolección de basura, aunque estos servicios pueden ser limitados o ineficientes en algunas áreas, el acceso a servicios de salud y educación también es un desafío, ya que las instalaciones disponibles son pocas y a menudo están sobrecargadas.

El entorno social en Sol Brisa es dinámico, con una comunidad que mantiene fuertes lazos de solidaridad y cooperación. Sin embargo, la inseguridad y la falta de espacios recreativos adecuados son problemas recurrentes que afectan la calidad de vida de sus habitantes, además, el acceso a alimentos frescos y nutritivos es limitado, con pocas tiendas y mercados locales que ofrezcan una variedad adecuada de productos saludables, lo que contribuye a la inseguridad alimentaria en la zona.

El sector Sol Brisa, enfrenta una serie de desafíos socioeconómicos que afectan significativamente la calidad de vida de sus habitantes, especialmente en términos de alimentación saludable, este sector al igual que los demás sectores marginales de nuestro país refleja una realidad en la que las condiciones económicas y sociales limitan el acceso a una dieta balanceada y nutritiva, las familias de estos sectores a menudo, tienen ingresos por debajo del salario mínimo vital los cuales no cubren el costo de la canasta básica y restringen su capacidad para comprar alimentos frescos y nutritivos.

Muchas personas en el sector de Sol Brisa no han tenido o no han querido aprovechar el acceso a una educación adecuada, lo que limita su conocimiento sobre la importancia de una alimentación saludable, las relaciones sociales y la cultura del entorno, así como las tradiciones culinarias de la región, aunque ricas y variadas, pueden no siempre incluir una diversidad adecuada de alimentos necesarios para una dieta balanceada. Al mismo tiempo la disponibilidad de alimentos saludables en la localidad también es un desafío considerable, el sector Sol Brisa, existe poca oferta de alimentos frescos y nutritivos, la falta de mercados accesibles y asequibles obliga a las familias a depender de tiendas de barrio con opciones menos saludables, lo que contribuye a la inseguridad alimentaria en la comunidad.

## **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

Esta investigación se centra en el sector Sol Brisa, una comunidad ubicada en el cantón Babahoyo, provincia de Los Ríos, Ecuador, este sector específico ha sido seleccionado debido a sus características socioeconómicas particulares que influyen en la capacidad de las familias para acceder y mantener una alimentación saludable, se justifica esta participación por la necesidad de entender las condiciones locales y su impacto en la nutrición familiar, considerando factores como la infraestructura, el acceso a mercados y servicios de salud, y las influencias culturales y sociales propias del sector Sol Brisa y del cantón Babahoyo propiamente dicho.

El estudio se enfocará en un período de cuatro meses, comprendido entre junio y septiembre de 2024, esta delimitación permite un análisis concentrado de las tendencias y cambios en los factores socioeconómicos y sus efectos en la alimentación saludable de las familias en un marco de tiempo suficiente para evaluar el impacto de los factores socioeconómicos del sector en la alimentación saludable de las familias del mismo.

### 1.2.1 PROBLEMA GENERAL

¿De qué manera los Factores socioeconómicos impactan en la alimentación saludable de las familias del Sector Sol Brisa del Cantón Babahoyo, periodo junio septiembre 2024?

### 1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de ingresos familiares y el acceso a alimentos nutritivos en el sector Sol Brisa?
- ¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre educación nutricional entre las familias del sector Sol Brisa?
- ¿Cuáles son las tradiciones culturales y las influencias sociales inmersas en los hábitos alimenticios de las familias del sector Sol Brisa?

### 1.2.3 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

- **Línea de Investigación UTB:** Salud y calidad de Vida
- **Línea de Investigación de la Facultad:** Salud Humana
- **Línea de Investigación de la Carrera:** Salud y nutrición comunitaria
- **Delimitación Espacial.** - La presente investigación se lleva a cabo en Sector Sol Brisa 1 del Cantón Babahoyo de la Provincial de Los Ríos.
- **Delimitación Temporal.** - Este proyecto se desarrolla en el Periodo comprendido de junio a septiembre 2024.
- **Unidades Demográficas.** - Familias del sector Sol Brisa.

### **1.3.JUSTIFICACIÓN**

Este proyecto investigativo es de vital importancia, ya que busca comprender de manera detallada y específica cómo los factores socioeconómicos influyen en los hábitos alimenticios de la comunidad, permitiendo así la formulación de estrategias efectivas para mejorar la nutrición y, en consecuencia, la calidad de vida de sus habitantes. La relevancia de este estudio radica en varios aspectos clave, por un lado proporciona un análisis contextualizado que abarca las particularidades socioeconómicas, culturales y educativas del sector Sol Brisa, una comunidad que enfrenta retos significativos en términos de acceso a alimentos saludables, a través de esta investigación, se pretende identificar las principales barreras que impiden a las familias mantener una alimentación adecuada, lo que es esencial para diseñar intervenciones precisas y focalizadas.

La educación nutricional emerge como un componente crítico en esta investigación, ya que al evaluar el nivel de conocimientos sobre nutrición y su impacto en las decisiones alimenticias, se podrá determinar la necesidad de programas educativos específicos, este paso es fundamental, ya que la falta de conocimiento adecuado sobre nutrición puede perpetuar hábitos alimenticios poco saludables, incluso en contextos donde los recursos económicos son limitados. Por otro lado, la investigación aborda la influencia de las tradiciones culturales y sociales en los hábitos alimenticios, reconociendo que la alimentación no es solo una cuestión de recursos, sino también de costumbres y valores comunitarios.

Este proyecto no solo busca comprender el estado actual de la nutrición en Sol Brisa, sino también proponer recomendaciones concretas basadas en los hallazgos obtenidos, dirigidas a las autoridades locales, organizaciones comunitarias y otros actores relevantes, con el objetivo de implementar políticas y programas que aborden de manera integral los factores socioeconómicos identificados, promoviendo así una mejora sostenida en la alimentación y la salud de las familias.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar los factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, en el periodo de junio a septiembre de 2024.

### **1.4.2 Objetivos específicos**

- Analizar la relación entre el nivel de ingresos familiares y el acceso a alimentos nutritivos en el sector Sol Brisa.
- Establecer el nivel de conocimientos sobre educación nutricional entre las familias del sector Sol Brisa
- Identificar las tradiciones culturales y las influencias sociales inmersas en los hábitos alimenticios de las familias del sector Sol Brisa

## **1.5. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

Los Factores socioeconómicos tendrán un impacto significativo en la alimentación saludable de las familias del Sector Sol Brisa del Cantón Babahoyo, periodo junio septiembre 2024

## **CAPITULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

El marco teórico de este estudio se centra en dos áreas principales: los factores socioeconómicos y la alimentación saludable de las familias, el abordaje de las bases teóricas nos permitirá examinar cómo el nivel de ingresos, la educación nutricional, el entorno social y cultural, el acceso a servicios de salud y la disponibilidad de alimentos saludables afectan la capacidad de las familias del sector Sol Brisa en Babahoyo para mantener una dieta saludable. Además, analiza los conceptos básicos de una alimentación saludable, el estado nutricional de la población y las estrategias para promover mejores hábitos alimenticios, con el objetivo de entender y mejorar la nutrición comunitaria. (Molina, 2021)

### **FACTORES SOCIOECONÓMICOS**

#### **Nivel de Ingresos**

El nivel de ingresos de una familia es una medida crucial de su bienestar económico y está estrechamente relacionado con su capacidad para acceder a bienes y servicios esenciales, incluyendo alimentos saludables, en términos generales, el nivel de ingresos se puede clasificar en bajo, medio y alto, y tiene una influencia significativa en diversos aspectos de la vida cotidiana, incluyendo la seguridad alimentaria y la salud nutricional.

#### **Definición y Clasificación de Ingresos Familiares**

El ingreso familiar se define como el total de los ingresos obtenidos por todos los miembros de un hogar, provenientes de diversas fuentes como salarios, rentas, pensiones, y transferencias sociales. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) de

Ecuador, los ingresos familiares se clasifican comúnmente en los siguientes rangos (INEC, 2020):

- **Bajo:** Ingresos menores al salario básico unificado.
- **Medio:** Ingresos que oscilan entre uno y tres salarios básicos unificados.
- **Alto:** Ingresos superiores a tres salarios básicos unificados.

Esta clasificación permite una evaluación más precisa de la capacidad económica de las familias para satisfacer sus necesidades básicas, incluida la adquisición de alimentos nutritivos.

### **Relación entre Ingresos y Seguridad Alimentaria**

La seguridad alimentaria se refiere a la disponibilidad y el acceso suficiente a alimentos nutritivos para mantener una vida saludable, es importante manifestar que la relación entre los ingresos y la seguridad alimentaria es directa y crítica, ya que las familias con ingresos bajos a menudo enfrentan inseguridad alimentaria debido a la limitada capacidad para adquirir alimentos nutritivos y variados, las familias de bajos ingresos gastan una proporción significativa de su presupuesto en alimentos, pero a menudo tienen que conformarse con opciones de menor calidad nutricional, como alimentos que son ricos en calorías pero pobres en nutrientes esenciales. (OMS P. &., 2021)

### **Impacto Económico en el Acceso a Alimentos Saludables**

El impacto económico en el acceso a alimentos saludables es considerable, las frutas, verduras, proteínas de alta calidad y otros alimentos frescos suelen ser más costosos, lo que crea barreras para las familias con ingresos limitados, desde este punto esta realidad económica contribuye a una dieta desequilibrada y deficiente, aumentando el riesgo de malnutrición y enfermedades crónicas relacionadas con la dieta, como la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. Según sean los ingresos de jefes de hogar, el costo de una dieta saludable puede ser prohibitivo para las familias que viven por debajo del umbral de pobreza, limitando su capacidad para consumir alimentos ricos en nutrientes. (Egea-Ronda, 2023)

Los factores socioeconómicos, y en particular el nivel de ingresos, juegan un papel fundamental en la determinación de la seguridad alimentaria y el acceso a una

alimentación saludable, es esencial abordar estas desigualdades económicas mediante políticas públicas y programas de apoyo que promuevan la equidad en el acceso a alimentos nutritivos para mejorar la salud y el bienestar de todas las familias. (Florez Rat, 2024)

## **Educación Nutricional**

### **Importancia de la Educación Nutricional**

La educación nutricional es esencial para fomentar hábitos alimentarios saludables y mejorar la salud pública en las localidades, el nivel de educación nutricional proporciona a las personas el conocimiento necesario para tomar decisiones informadas sobre su dieta y estilo de vida, lo que puede prevenir enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares, es importante destacar que una nutrición adecuada es fundamental para el desarrollo físico y mental, especialmente en niños y adolescentes, y desempeña un papel crucial en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. (Fuentes, 2023)

### **Niveles de Educación y Conocimiento Nutricional**

Los niveles de educación y el conocimiento nutricional varían considerablemente entre diferentes grupos demográficos, es así que, las personas con niveles más altos de educación formal tienden a tener un mejor entendimiento de la importancia de una dieta equilibrada y están más inclinadas a seguir recomendaciones dietéticas saludables. En Ecuador, la tasa de alfabetización es alta, con un 94.5% de la población mayor de 15 años sabiendo leer y escribir, sin embargo, la educación nutricional específica no siempre está incluida en los currículos educativos formales, lo que crea disparidades en el conocimiento nutricional entre diferentes sectores de la población, por otro lado la falta de acceso a información nutricional de calidad puede contribuir a prácticas alimentarias inadecuadas y a una mayor prevalencia de enfermedades relacionadas con la dieta. (Ricaldi, 2024)

### **Rol de la Comunidad y la Familia en la alimentación**

La comunidad y la familia tienen un papel crucial en la conformación de los hábitos alimentarios y las prácticas nutricionales, con fundamento en las culturas, incluida la ecuatoriana, las decisiones sobre la alimentación son influenciadas significativamente por las normas y expectativas sociales, las comidas familiares y comunitarias son ocasiones importantes para la transmisión de conocimientos y tradiciones culinarias, desde este punto las familias juegan un rol central en la educación nutricional de los niños, inculcando hábitos alimentarios desde una edad temprana, por otro lado, las redes comunitarias pueden ser una fuente valiosa de apoyo y recursos para fomentar una alimentación saludable, las iniciativas comunitarias como los mercados locales y las ferias agrícolas permiten a los productores vender directamente a los consumidores, facilitando el acceso a productos frescos y minimizando la dependencia de los supermercados y tiendas de abastos. (Plúa, 2021)

## **Disponibilidad y Accesibilidad de Alimentos Saludables**

### **Infraestructura de Mercados y Puntos de Venta**

La infraestructura de mercados y puntos de venta es un determinante clave en la disponibilidad y accesibilidad de alimentos saludables, en países subdesarrollados como el nuestro la estructura del mercado varía considerablemente entre áreas urbanas y rurales, las ciudades principales, como Quito y Guayaquil, cuentan con supermercados y mercados formales que ofrecen una amplia variedad de alimentos frescos y nutritivos. Sin embargo, en las zonas rurales y en algunos barrios urbanos marginales, la infraestructura de mercados es limitada, y los puntos de venta a menudo son tiendas pequeñas o mercados informales con una menor oferta de productos frescos y nutritivos. (Gonzales, 2021)

Las barreras físicas y económicas se han convertido en factores significativos que afectan la capacidad de las familias para acceder a alimentos saludables, estas incluyen la distancia a los mercados y la falta de transporte adecuado, además en áreas rurales, las familias pueden estar a varios kilómetros de distancia del mercado más cercano, lo que dificulta el acceso regular a alimentos frescos. Desde una perspectiva económica, el costo de los alimentos saludables en estos sectores aumenta convirtiéndose en una barrera importante. (Flores, 2024)

### **Disponibilidad de Alimentos Saludables**

La disponibilidad de alimentos saludables depende en gran medida de la cadena de suministro alimentario y la capacidad de producción local. Las áreas rurales, en particular, pueden sufrir desabastecimiento de alimentos saludables, donde la oferta de alimentos frescos es escasa y la mayoría de las opciones disponibles son alimentos ultraprocesados y de baja calidad nutricional. La disponibilidad y accesibilidad de alimentos saludables en Ecuador están influenciadas por una combinación de factores físicos y económicos, la infraestructura de mercados y puntos de venta, junto con las barreras físicas como la distancia y el transporte, y las barreras económicas relacionadas con el costo de los alimentos, determinan en gran medida la capacidad de las familias para mantener una dieta nutritiva. (Florez Rat, 2024)

## **ALIMENTACIÓN SALUDABLE**

### **Definición de Alimentación Saludable**

La alimentación saludable se refiere a la ingesta equilibrada y variada de alimentos que proporciona los nutrientes necesarios para mantener una buena salud, prevenir enfermedades y promover el bienestar general. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), una dieta saludable incluye frutas, verduras, legumbres, frutos secos y granos integrales, y limita el consumo de grasas saturadas, azúcares añadidos y sal. Esta definición subraya la importancia de la diversidad alimentaria y el balance energético adecuado para satisfacer las necesidades nutricionales del cuerpo.

### **Recomendaciones Nutricionales Internacionales**

Las recomendaciones nutricionales internacionales son pautas diseñadas para orientar a las personas sobre cómo llevar una dieta equilibrada y saludable, estas recomendaciones se basan en la evidencia científica y son formuladas por organizaciones de salud globales como la OMS. (OMS P. &., 2021)

1. **Consumo de Frutas y Verduras:** La OMS recomienda consumir al menos 400 gramos de frutas y verduras al día, excluyendo papas y otros tubérculos ricos en almidón. Esta ingesta está asociada con un menor riesgo de enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. (OMS P. &., 2021)

2. **Grasas Saludables:** Se aconseja que menos del 30% de la ingesta calórica diaria provenga de grasas, y que estas grasas sean predominantemente insaturadas, presentes en aceites vegetales, pescados, aguacates y frutos secos. Las grasas saturadas, encontradas en productos animales y algunos aceites vegetales, deben ser limitadas a menos del 10% de la ingesta calórica diaria (FAO, 2020).
3. **Azúcares Libres:** La ingesta de azúcares libres, que incluyen azúcares añadidos y azúcares presentes en miel, jarabes y jugos de fruta, debería ser inferior al 10% de la ingesta calórica total. Para obtener mayores beneficios para la salud, se recomienda reducir este porcentaje al 5%. (OMS, 2020)
4. **Sal:** La ingesta de sal debe limitarse a menos de 5 gramos por día (equivalente a una cucharadita). Un consumo reducido de sal ayuda a prevenir la hipertensión y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
5. **Proteínas:** Las proteínas deben provenir de fuentes variadas, incluyendo carnes magras, pescado, legumbres y productos lácteos. Las proteínas vegetales son una opción saludable y sostenible que también debería ser promovida. (FAO, 2020)
6. **Hidratos de Carbono:** Los carbohidratos deben constituir entre el 45-65% de la ingesta calórica total, preferentemente de fuentes como granos enteros, legumbres, frutas y verduras, evitando los carbohidratos refinados (OMS P. &., 2021).

## **Impacto de la Alimentación en la Salud Familiar**

### **Beneficios de una Dieta Saludable**

Una dieta adecuada proporciona los nutrientes esenciales necesarios para el crecimiento y desarrollo, especialmente en niños y adolescentes, y ayuda a mantener la función inmunológica, reduciendo la susceptibilidad a enfermedades infecciosas. El consumo regular de alimentos nutritivos también mejora la salud mental, estudios han demostrado que una dieta rica en nutrientes puede reducir el riesgo de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad, por otro lado, los ácidos grasos omega-3, presentes en pescados grasos, nueces y semillas, son particularmente beneficiosos para la salud cerebral. Asimismo, una dieta balanceada puede mejorar la calidad del sueño, la energía diaria y la capacidad cognitiva, lo que resulta en un mejor rendimiento académico y laboral. (Capacho, 2020)

## **Consecuencias de una Dieta Poco Saludable**

Por otro lado, una dieta poco saludable puede tener graves consecuencias para la salud, el consumo excesivo de alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares añadidos, grasas saturadas y sal, está asociado con un aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. Según la OMS estas enfermedades son responsables de aproximadamente el 71% de todas las muertes a nivel mundial, y una dieta inadecuada es uno de los principales factores de riesgo. (OMS, 2020)

La alimentación tiene un impacto profundo en la salud familiar, mientras que una dieta saludable ofrece numerosos beneficios, incluyendo la prevención de enfermedades, la mejora de la salud mental y el apoyo al crecimiento y desarrollo adecuados, una dieta poco saludable puede llevar a consecuencias graves como la obesidad, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2 y la desnutrición. Es esencial promover hábitos alimenticios saludables a través de políticas públicas, programas educativos y esfuerzos comunitarios para mejorar la salud y el bienestar de las familias en todo el mundo.

## CAPITULO III

### 3. METODOLOGIA

#### 3.1. Tipo y Diseño de la Investigación

**Descriptiva.** - Ya que se basa en una investigación que permitirá conocer situaciones, costumbres, y actitudes frecuentes a través de la descripción exacta de cuáles son los factores socioeconómicos y que impacto tienen en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa del cantón Babahoyo

**De Campo.** – Porque permitirá recopilar información de forma directa de la realidad a través del uso de técnicas de recolección como la encuesta, entrevista y fichas de observación sobre posibles variaciones en los factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación de las familias.

#### Métodos de la Investigación

**Método Analítico Sintético.** - Ya que se tratará de comprender el impacto que tienen los factores socioeconómicos en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa del cantón Babahoyo. La síntesis nos permite descubrir las múltiples asociaciones y relaciones que guardan estas dos variables con la afectación de la salud. (Hernández-Sampieri, Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, 2020)

**Método Inductivo Deductivo.** - nos permitirá evidenciar de forma clara mediante la deducción y las bases de la modalidad cuantitativa los diferentes factores

socioeconómicos y sus variaciones y la manera como impactan en la alimentación saludable de las familias del sector antes mencionado. Mientras que en base a la inducción se prioriza la consecución de información y datos que den soporte a la investigación planteada. (Hernández-Sampieri, Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, 2020)

## MODALIDAD DE INVESTIGACION

**Cuantitativa.-** porque permitirá identificar los diferentes factores socioeconómicos que tienen las familias del sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, de forma numérica comprendiendo el inicio del problema estableciendo preguntas de investigación, objetivos, variables e hipótesis antes de la recolección de los datos aplicando las herramientas e instrumentos establecidos y una vez obtenido los datos se realiza un procesamiento estadístico apoyado en el soporte teórico del marco referencial para la discusión de los resultados. (Hernández-Sampieri, Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, 2020)

### 3.2.Operacionalización de variables

VARIABLE DEPENDIENTE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSION O CATEGORIA	INDICADOR	INDICE
Alimentación Saludable de las Familias	La alimentación saludable de las familias se refiere a la ingesta de una dieta equilibrada y variada que proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento, el desarrollo y el mantenimiento de la salud en todos los miembros del hogar	* Calidad de la dieta *Diversidad alimentaria *Frecuencia de consumo de alimentos saludables * Prácticas alimenticias	- Consumo diario de frutas y verduras - Consumo de alimentos ultraprocesados - Grupos alimentarios consumidos - Fuentes de proteínas - Frecuencia semanal de consumo de alimentos ricos en nutrientes - Preparación de comidas en el hogar - consumo de comida rápida	- # de días de consumo de frutas y verduras - # Número de grupos alimentarios consumidos. - # de veces por semana que se consumen alimentos saludables # de días que se consume comida preparada en el hogar # de días que se consume comida fuera de casa. # frecuencia de consumo de

			- Adopción de prácticas culinarias saludables	comida rápida semanalmente. Uso de aceites saludables, reducción de sal y azúcares en la preparación de las comidas
<b>VARIABLE INDEPENDIENTE</b>	<b>DEFINICION CONCEPTUAL</b>	<b>DIMENSION O CATEGORIA</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>INDICE</b>
Factores Socioeconómicos	Los factores socioeconómicos son las condiciones económicas y sociales que influyen en la vida de las personas, incluyendo el nivel de ingresos, el nivel educativo, el acceso a servicios y la estructura familiar.	- Nivel de ingresos - Nivel educativo - Estructura familiar	- Ingreso mensual familiar - Grado máximo de educación alcanzado por los padres o jefes de familia - Número de miembros en el hogar - Situación laboral de los padres	- Promedio de ingreso mensual familiar - # de padres con educación secundaria o superior. - # de familias que reportan acceso adecuado a servicios de salud - # de miembros del hogar - Situación laboral de los padres

### 3.3.Población y muestra de la investigación

#### **Población y muestra**

La población inmersa en el estudio está compuesta por 63 familias residentes en el sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, provincia de Los Ríos, Ecuador, se trabajará en la recopilación de información y datos con los jefes de familia o cabeza de hogar quien proporcionará la información correspondiente de cada familia. En el ámbito de la muestra por ser una población de menos de 100 familias se trabajará con la totalidad de la población aplicando los criterios de inclusión y exclusión correspondientes.

#### **Muestra**

En vista que se trabajará con la totalidad de la población no existirá muestra ni método de muestreo

### **3.4.Técnicas e instrumentos de medición**

**Encuesta.** - Permite recopilar información sobre las opciones de alimentación y los diferentes factores socioeconómicos que influyen en las mismas y de esta forma cuantificarla, esta técnica nos permitirá mediante un banco de preguntas especificar datos sobre el registro de la información en la investigación.

### **INSTRUMENTOS**

**Cuestionario.** - instrumento con un conjunto de preguntas que servirá para recolectar información sobre las impresiones del encuestado aplicada a los sujetos de estudio inmersos en la investigación.

### **3.5.Procesamiento de datos**

En la investigación el procesamiento de la información se realizará mediante una matriz de Excel donde se dispondrán columnas en orden. Las preguntas a realizar, las respuestas de cada uno de los integrantes de esta forma se realizará la interpretación para luego relacionarlos con los resultados cuantitativos y darles soporte científico en base a las teorías establecidas mediante la triangulación de datos respectiva.

### **3.6.Aspectos éticos**

Se garantizará el respeto a la confidencialidad y la privacidad de los datos proporcionados por los jefes de familia durante todo el proceso de investigación, tomando en cuenta el grupo poblacional y la diversidad del etario que se abordará, esto implica proteger la identidad de los participantes menores de edad y asegurar que la información recopilada se maneje de manera confidencial y no se divulgue a terceros sin el consentimiento expreso de los participantes, a menos que sea requerido por ley o por motivos éticos.

La investigación se llevará a cabo de acuerdo con los principios éticos y las pautas establecidas para investigaciones en áreas comunitarias y a lo establecido en el código de ética de la Universidad Técnica de Babahoyo, esto incluye el cumplimiento de las regulaciones nacionales e internacionales sobre investigación con seres humanos y el respeto a los derechos y el bienestar de los participantes.

## CAPITULO IV

### 4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1.Resultados

Encuesta realizada a los jefes de hogar o proveedores

**Tabla#1.-** ¿Cuántas personas viven en su hogar?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
3	8	13
5	34	54
Mas de 5	21	33
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### Descripción y análisis

Los datos demográficos evidencian que la mayoría de las familias están conformadas por 5 o más de 5 personas en un porcentaje del 87%

**Tabla#2** ¿Cuál es su situación laboral actual?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Empleado Publico	5	8
Empleado Privado	10	16
Comerciante Informal	12	19
Empleada domestica	13	21
Desempleado	23	36
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### Descripción y análisis

Según la encuesta la mayoría de los jefes o proveedores de familia están desempleados y viven del diario esto es un 36%, seguido de las madres solteras que trabajan de empleadas domésticas en un 21%, el 19% son comerciantes

informales con bajos ingresos, el 16% son empleados privados y el 8% son empleados públicos.

**Tabla#3** ¿Cuál es el ingreso mensual aproximado de su hogar?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Menos de \$200	38	60
De \$200 a \$400	15	24
\$400 a \$600	8	13
Mas de \$600	2	3
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### Descripción y análisis

Según la encuesta el 60% de las familias tienen ingresos menores a los \$200, el 24% tiene ingresos de los \$200 a los \$400, el 13% sostiene ingresos de entre los \$400 a \$600 y solo el 3% Tiene mas de \$600 dólares de ingresos netos. Lo que indica un muy bajo nivel económico en las familias del sector Sol Brisa.

**Tabla#4** ¿Qué porcentaje de su ingreso mensual destina a la compra de alimentos?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Menos del 30%	25	40
Del 30 al 50%	38	60
Mas del 50%	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### Descripción y análisis

Según la encuesta el 60% de los hogares invierten del 30 al 50% de sus ingresos en la compra de alimentos mientras que el 40% restante invierte Menos del 30% de sus ingresos en la compra de alimentos, esto indica que el monto invertido en los alimentos es bajo y es más preocupante cuando los ingresos de los hogares no son óptimos ni equiparados al valor de la canasta básica.

**Tabla#5** ¿Cómo describiría la estabilidad de sus ingresos?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Muy estable	5	8
Estable	15	24
Inestable	23	36
Muy Inestable	20	32
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### Descripción y análisis

Según la encuesta realizada el 68% de las familias tienen ingresos inestables y muy inestables mientras que solo el 32% considera que sus ingresos son estables o muy estables.

**Tabla#6** ¿Ha tenido que reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consume debido a problemas económicos en los últimos seis meses?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Sí, frecuentemente	44	70
Sí, ocasionalmente	19	30
No	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### Descripción y análisis

Según la encuesta las familias manifiestan que el 70% si ha tenido que reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consume debido a problemas económicos en los últimos seis meses de manera frecuente, mientras que el 30% restante manifiesta que, si lo ha hecho, pero ocasionalmente.

**Tabla#7** ¿Qué tan difícil es para su familia acceder a alimentos frescos y saludables en su comunidad?

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Muy difícil	28	44
Difícil	30	48
Fácil	5	8
Muy fácil	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 92% de las familias se les hace difícil y muy difícil acceder a alimentos frescos y saludables en su comunidad, mientras que solo el 8% considera que se le hace fácil acceder a los alimentos frescos y saludables lo que evidentemente condiciona a las familias a poder realizar una alimentación saludable.

**Tabla#8** ¿Considera que el precio de los alimentos saludables ha aumentado significativamente en el último año?

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Si	63	100
No	0	0
No estoy seguro	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 100% de los jefes de familia manifiestan que el precio de los alimentos saludables ha aumentado significativamente en el último año.

**Tabla#9** ¿Cuál es su nivel de educación?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Primaria incompleta	0	0
Primaria completa	5	8
Secundaria incompleta	33	52
Secundaria completa	25	40
Educación superior	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Según la encuesta los jefes de familia en un 52% tienen su nivel de educación en secundaria incompleta, el 40% manifiesta tener secundaria completa, el 8% expresa tener primaria completa. Evidenciando un bajo nivel de escolaridad en las familias lo que se presume un factor esencial que incide e impacta en la alimentación de las familias.

**Tabla#10** ¿Cree que la información nutricional que ha recibido es suficiente para tomar decisiones saludables sobre su dieta?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Si	3	5
No	55	87
No estoy seguro	5	8
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Con base en la educación nutricional el 87% de las familias manifiestan que no han recibido la suficiente información nutricional para tomar decisiones saludables sobre su dieta, esto causa un impacto desfavorable en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa.

**Tabla#11** ¿Ha participado en algún taller o charla sobre alimentación saludable organizado por su comunidad o instituciones educativas?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Si	63	100
No	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 100% de las familias no ha participado en algún taller o charla sobre alimentación saludable organizado por su comunidad o instituciones educativas.

**Tabla#12.** ¿Qué tan frecuentemente busca información sobre nutrición para mejorar su dieta?

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PORCENTAJE
Muy frecuentemente	0	0
Frecuentemente	0	0
Ocasionalmente	4	6
Nunca	59	94
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

#### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 94% de las familias manifiestan que nunca buscan información sobre nutrición para mejorar su dieta esto es preocupante para la alimentación saludable de las familias ya que no existe interés por conocer sobre su alimentación.

**Tabla#13.** ¿Qué obstáculos enfrenta su familia para mantener una alimentación saludable?

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Costos altos de alimentos nutritivos	31	49
Falta de conocimiento sobre nutrición	22	35
Falta de acceso a mercados con productos frescos	10	16
Preferencias o tradiciones alimenticias	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 49% las familias manifiestan que los Costos altos de alimentos nutritivos son un obstáculo que enfrenta su familia para mantener una alimentación saludable, el 35% expresa que la falta de conocimiento sobre nutrición es otro de los obstáculos y el 16% manifiesta que la falta de acceso a mercados con productos frescos es el obstáculo que presenta en esta problemática.

**Tabla#14.** ¿Cuál de las siguientes tradiciones culturales tiene mayor impacto en la alimentación saludable en sectores urbano-marginales?

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Preferencia por alimentos económicos	35	55
Costumbres relacionadas con la preparación de alimentos	15	24
Creencias y percepciones sobre la alimentación	0	0
Adaptación a la inseguridad alimentaria	13	21
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 55% de las familias manifiesta que la preferencia por alimentos económicos tiene mayor impacto en la alimentación saludable en sectores urbano-, seguido de las costumbres relacionadas con la preparación de los mismos 24% y el 21% para la adaptación a la inseguridad alimentaria.

**Tabla#15.** ¿Cuál de las siguientes prácticas tradicionales aplica usted en la alimentación de su familia?

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Se adapta a la escasez de recursos priorizando la cantidad sobre la calidad	25	40
Uso de grandes cantidades de aceite, sal o azúcar en la preparación de comidas	25	40
Uso de alimentos ultraprocesados y de bajo costo	13	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 4'0% de las jefes de familia concuerdan tanto en manifestar que la adaptación a la escasez de recursos priorizando la cantidad sobre la calidad y el uso de grandes cantidades de aceite, sal o azúcar en la preparación de comidas son prácticas tradicionales que aplican en la alimentación de su familia, mientras que el 20% restante manifiesta que el uso de alimentos ultraprocesados y de bajo costo es la práctica tradicional que aplican en la alimentación de su familia.

**Tabla#16.** ¿Considera que las tradiciones culturales de su comunidad influyen en sus elecciones alimenticias?

<b>a) DESCRIPCIÓN</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Sí, mucho	55	87
Sí, un poco	8	13
No, en absoluto	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Fuente: Elaborada por el autor

### **Descripción y análisis**

Según la encuesta el 87% de los jefes de familia manifiestan que las tradiciones culturales de su comunidad influyen mucho en sus elecciones alimenticias, mientras que solo el 13% manifiesta que si influyen un poco. De cualquier forma, las tradiciones culturales influyen en sus elecciones alimentarias.

## 4.2.DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en la presente investigación revelan una situación socioeconómica crítica en el sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, lo que tiene un impacto significativo en la alimentación saludable de las familias, en este contexto la mayoría de los hogares están compuestos por cinco o más personas (87%), lo que sugiere un entorno de alta densidad familiar, generalmente asociado con una mayor presión económica y un acceso limitado a recursos básicos sobre todo asociados a la alimentación.

En relación con la situación laboral, un 36% de los encuestados se encuentran desempleados, y un 21% corresponde a madres solteras que se desempeñan como empleadas domésticas, lo que denota que estos hallazgos son consistentes con estudios previos que señalan que la precariedad laboral y la alta tasa de desempleo son factores determinantes en la inseguridad alimentaria (FAO, 2020). Adicionalmente, el 60% de las familias reporta ingresos inferiores a \$200 mensuales, lo que limita considerablemente su capacidad de adquirir alimentos nutritivos y suficientes. (Gonzales, 2021)

La inestabilidad de ingresos, presente en un 68% de las familias, agrava aún más la inseguridad alimentaria esto se asocia con un estudio realizado por Herrera-Cuenca evidencia que la inestabilidad económica es un factor crucial en la reducción de la calidad y cantidad de alimentos consumidos, lo que se refleja en nuestros resultados, donde el 70% de las familias ha tenido que reducir su consumo alimenticio debido a problemas económicos. (Herrera-Cuenca, 2021)

El acceso a alimentos frescos y saludables es percibido como difícil o muy difícil por el 92% de los encuestados, lo que coincide con investigaciones previas que señalan que las familias en entornos urbano-marginales enfrentan múltiples barreras para acceder a alimentos nutritivos, incluyendo altos costos y la lejanía de mercados adecuados (Orozco, 2020). Esto se ve agravado por el incremento significativo en los precios de alimentos saludables, reportado por el 100% de los participantes.

El nivel educativo de los jefes de hogar también influye en la inseguridad alimentaria, en este estudio la mayoría tiene una educación secundaria incompleta (52%), lo que limita su capacidad para tomar decisiones informadas sobre su dieta, este bajo nivel educativo está relacionado con una insuficiente educación nutricional, reflejada en el 87% de los

encuestados que afirman no haber recibido suficiente información para adoptar decisiones alimenticias saludables, un fenómeno documentado también por. (González, 2021)

Es preocupante que el 94% de las familias nunca busquen información sobre nutrición, lo que evidencia una falta de interés o acceso a recursos educativos, de esta manera las barreras económicas, el escaso conocimiento nutricional y la falta de acceso a mercados con productos frescos son los principales obstáculos para mantener una dieta saludable en el sector Sol Brisa. Además, las tradiciones culturales, como la preferencia por alimentos económicos y la adaptación a la inseguridad alimentaria, ejercen un fuerte impacto en las elecciones alimenticias, situación observada también en otros estudios realizados en comunidades con similares condiciones socioeconómicas (Martínez-Valdés, 2020)

La adopción de prácticas tradicionales como la priorización de la cantidad sobre la calidad y el uso excesivo de ingredientes poco saludables, como aceite, sal y azúcar, son indicativas de un entorno alimentario desfavorable, estas prácticas están arraigadas en la cultura local, lo que subraya la necesidad de programas de educación nutricional adaptados a la realidad socioeconómica y cultural del sector, para mejorar la calidad de la alimentación en estas comunidades (Castro, 2023)

### **4.3.CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **Conclusiones**

- El estudio evidencia que la situación socioeconómica de las familias del sector Sol Brisa es precaria, con ingresos muy bajos mensuales, reportando inestabilidad o extrema inestabilidad en sus ingresos, esta situación económica desfavorable limita significativamente el acceso a una alimentación saludable, obligando a las familias a priorizar alimentos de menor costo y calidad, lo que repercute negativamente en su nutrición y bienestar general, esto genera un impacto negativo en la alimentación saludable de las familias del sector por la falta de recursos para conseguir los alimentos.
- Analizando la relación entre el nivel de ingresos familiares y el acceso a alimentos nutritivos en el sector Sol Brisa, se expresa que existen barreras para el acceso a alimentos saludables, la mayoría de las familias reporta dificultades para acceder a alimentos frescos y saludables en su comunidad, además que mencionan que los

precios de los alimentos saludables han aumentado significativamente en el último año, estas barreras económicas y físicas refuerzan la inseguridad alimentaria y limitan la capacidad de las familias para mantener una dieta equilibrada.

- El nivel de conocimientos sobre educación nutricional en las familias del sector es insuficiente debido a la baja escolaridad que prevalece en el sector, ya que los jefes de familia solo han completado parcialmente la educación secundaria y afirman no haber recibido suficiente información nutricional para tomar decisiones dietéticas adecuadas, la falta de conocimiento nutricional, combinada con la baja búsqueda de información, resulta en elecciones alimenticias inadecuadas y en la perpetuación de hábitos alimentarios perjudiciales.
- La preferencia por alimentos económicos y la adaptación a la escasez de recursos priorizando la cantidad sobre la calidad son prácticas alimentarias comunes consideradas tradiciones culturales en el sector. Además, el uso de grandes cantidades de aceite, sal y azúcar en la preparación de comidas refleja una tendencia hacia hábitos alimentarios no saludables, fuertemente influenciados por factores culturales y económicos, todas estas tradiciones e influencias tienen un impacto negativo considerable en la dieta de las familias del sector Sol Brisa.

## **Recomendaciones**

- Implementar programas de educación nutricional dirigidos a las familias del sector Sol Brisa. Estos programas deben enfocarse en mejorar el conocimiento sobre alimentación saludable, adaptándose al contexto cultural y económico local.
- Fomentar políticas de apoyo económico, estas políticas podrían incluir subsidios alimentarios, la promoción del empleo formal y la mejora del acceso a mercados con productos frescos y saludables.
- Desarrollar estrategias de acceso a alimentos saludables, la creación de mercados locales, cooperativas alimentarias, o programas de agricultura urbana, además, se recomienda la implementación de campañas que sensibilicen a las familias sobre la importancia de invertir en alimentos de calidad para mejorar su salud y bienestar.

## **CAPITULO V**

### **5. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS**

#### **5.1. Título de la Propuesta de Aplicación**

“PROGRAMA DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL SALUDABLE CON EL USO DE DINÁMICAS DE GRUPO INTERACTIVAS DIRIGIDO A LAS FAMILIAS DEL SECTOR SOL BRISA DEL CANTÓN BABAHOYO”

#### **5.2. Antecedentes**

El sector Sol Brisa del cantón Babahoyo enfrenta desafíos significativos en cuanto a la alimentación saludable. Las condiciones socioeconómicas precarias, junto con la limitada educación nutricional y las tradiciones culturales, han contribuido a una dieta deficiente en calidad nutricional. La mayoría de las familias cuentan con bajos ingresos y enfrentan dificultades para acceder a alimentos frescos y saludables, lo que ha agravado los problemas de salud. Además, la información nutricional recibida por estas familias ha sido insuficiente, lo que afecta negativamente sus decisiones alimenticias.

Adicionalmente, los resultados reflejan que la mayoría de las familias perciben ingresos inferiores a los \$200 mensuales, lo que agrava su capacidad para adquirir alimentos saludables, este bajo poder adquisitivo, combinado con un escaso nivel de escolaridad y limitado acceso a información nutricional, resulta en una dieta pobre, predominada por alimentos de bajo costo y baja calidad nutricional. Asimismo, las tradiciones culturales y las dificultades para acceder a alimentos frescos refuerzan patrones alimenticios que no favorecen la salud.

Estos antecedentes subrayan la necesidad urgente de implementar programas de educación nutricional en Sol Brisa, dichos programas deben ser sensibles a las condiciones

socioeconómicas y culturales locales, y deben involucrar a profesionales de la nutrición y dietética para asegurar que las estrategias empleadas sean efectivas, sostenibles y culturalmente pertinentes, la integración de la comunidad, a través de talleres y actividades educativas, permitirá mejorar el conocimiento y las prácticas alimentarias, contribuyendo así a una mejor calidad de vida para las familias del sector.

### **5.3. Justificación**

La implementación de un programa de educación nutricional dirigido a las familias del sector Sol Brisa se justifica plenamente en función de los desafíos significativos que enfrenta esta comunidad en cuanto a la alimentación saludable, la persistencia de barreras económicas, el limitado acceso a alimentos frescos y nutritivos y la influencia de tradiciones culturales que priorizan alimentos de bajo costo y escaso valor nutritivo son factores que comprometen gravemente la salud y bienestar de estas familias.

Es imperativo abordar estas problemáticas a través de una intervención educativa integral que no solo ofrezca conocimientos teóricos sobre nutrición, sino que también se alinee con la realidad socioeconómica y cultural de la comunidad.

La educación nutricional es fundamental para empoderar a las familias brindándoles las herramientas necesarias para tomar decisiones alimentarias más saludables dentro de sus limitaciones económicas, además la integración de profesionales en nutrición y dietética garantiza un enfoque basado en evidencia científica que respete y potencie las prácticas culturales existentes sin imponer cambios drásticos que pudieran generar resistencia o rechazo.

Este programa tiene como objetivo generar un impacto duradero en la calidad de vida de la comunidad fomentando hábitos alimentarios más saludables que contribuyan a la prevención de enfermedades y a la mejora general del estado nutricional de las familias del sector Sol Brisa.

## **5.4. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA**

### **5.4.1. Objetivo General**

- Generar un impacto duradero en la calidad de vida de las familias de la comunidad del sector Sol Brisa fomentando hábitos alimentarios más saludables que contribuyan a la prevención de enfermedades y a la mejora general del estado nutricional.

### **5.4.2. Objetivos Específicos**

- Fortalecer el conocimiento sobre alimentación saludable en las familias del sector Sol Brisa.
- Promover cambios positivos en los hábitos alimenticios respetando las tradiciones culturales locales.
- Aumentar la accesibilidad y el consumo de alimentos frescos y nutritivos en la comunidad.

## **5.5. ASPECTOS BASICOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN**

### **5.5.1. Estructura general de la Propuesta**

La estructura de la propuesta esta expresada por 4 fases de aplicación con estrategias de inter aprendizaje fundamentadas en las dinámicas de grupo interactivas donde luego de la explicación teórica mediante el abordaje de contenidos necesarios se realizaras una serie de escenarios. El programa se estructurará en talleres participativos, charlas educativas y actividades prácticas guiadas, en colaboración con líderes comunitarios.

#### **Componentes**

Los componentes de la propuesta se los describe a continuación

1. **Diagnóstico Inicial:** Evaluación del estado nutricional y de los conocimientos alimenticios de las familias.

2. **Capacitación Nutricional:** Sesiones sobre la importancia de una dieta balanceada, la preparación de alimentos y la lectura de etiquetas nutricionales.
3. **Adaptación Cultural:** Incorporación de recetas saludables que respeten las tradiciones culinarias locales.
4. **Acceso a Alimentos Saludables:** Creación de huertos comunitarios y vínculos con mercados locales.

## **5.6. Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación**

### **5.6.1. Alcance de la alternativa**

Este programa beneficiará directamente a las familias del sector Sol Brisa, con potencial de replicarse en comunidades similares, promoviendo una mejor calidad de vida y salud comunitaria.

A través de esta propuesta innovadora ya que no se tratará de una común charla de capacitación más bien con las estrategias inclusivas sobre dinámicas interactivas y escenarios de simulación se pretende alcanzar y lograr un grado de conocimientos que permita garantizar que las familias adquieran conocimientos sólidos sobre nutrición, adopten hábitos alimenticios más saludables y mejoren su acceso a alimentos frescos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aviles-Peralta, Y. A.-R.-C. (2023). Nivel de conocimiento sobre nutrición y su asociación con las prácticas alimentarias y la obesidad entre estudiantes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 154. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182023000200147&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182023000200147&script=sci_arttext)
- Capacho, Y. V.-C.-L. (2020). Hábitos de alimentación saludable en estudiantes de secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. Obtenido de [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/18706](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/18706)
- Castro, S. A. (2023). Barreras y motivaciones percibidas por escolares chilenos en relación con la actividad física y alimentación saludable: Un estudio cualitativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9079379>
- Echeverría Arciniegas, M. D. (2022). Seguridad alimentaria y calidad de la dieta en familias venezolanas que conforman la liga de softball de Imbabura. *Repositorio Digital Universidad Técnica del Norte*. Obtenido de <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/15708>
- Egea-Ronda, A. &-G. (2023). Estilos de vida, sostenibilidad y salud planetaria. *Revista Clínica de Medicina de Familia*. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2023000200008&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2023000200008&script=sci_arttext)
- FAO, F. O. (2020). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. Transformación de los sistemas alimentarios en aras de la seguridad alimentaria, una nutrición mejorada y dietas asequibles y saludables para todos. *Roma, FAO*. Obtenido de Roma, FAO.: <https://doi.org/10.4060/cb4474es>
- Flores, A. D.-R.-P.-F.-Q.-O.-T. (2024). Barreras para una alimentación saludable: un análisis cualitativo de las semánticas emergentes en las comunidades escolares de Ciudad Sur. *Revista chilena de nutrición*. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182024000100043&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182024000100043&script=sci_arttext&tlng=pt)

- Florez Rat, S. P. (2024). Seguridad Alimentaria En Las Familias Del Alto, Medio Y Bajo Sinù Del Departamento De Córdoba. *Repositorio Institucional Universidad de Córdoba*.
- Fuentes, S. &. (2023). Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. *Revista Educación*. Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442023000100588&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S2215-26442023000100588&script=sci_arttext)
- Gonzales, H. E. (2021). Cultura alimentaria familiar y su influencia en los hábitos alimentarios en estudiantes de educación primaria Tacna. *Investigando*. Obtenido de <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/rein/article/view/586>
- González, V. B. (2021). Evaluación del nivel de conocimiento sobre alimentación y hábitos saludables adquiridos a partir de un programa de educación alimentaria y nutricional destinado a niños y niñas en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Diaeta*, 35. Obtenido de [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1852-73372021000100032&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1852-73372021000100032&script=sci_arttext)
- Hernández-Sampieri, R. &. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mexico: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C. V.
- Hernández-Sampieri, R. &. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw-hill.
- Herrera-Cuenca, M. (2021). Aspectos cualitativos de la inseguridad alimentaria dentro de la crisis de salud venezolana. *Cuadernos del Cendes*, 55. Obtenido de [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_cc/article/view/22728](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_cc/article/view/22728)
- INEC, I. N. (30 de Diciembre de 2020). *Instituto Nacional de Estadística y Censos*. Obtenido de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/nacimientos-y-defunciones-fetales-2019/>
- Martínez-Valdés, M. G.-M.-C. (2020). Aspectos que influyen en el desarrollo de la seguridad alimentaria en el sector socia. *Población y Desarrollo*, 55. Obtenido de [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2076-054X2020005100051](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2076-054X2020005100051)

- Molina, P. G. (2021). Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. *Atención Primaria*. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721001566>
- Montero-López, M. S.-U.-Q.-C.-G.-O. (2021). Determinantes sociales de la salud y prevalencia de sobrepeso-obesidad en mujeres urbanas, según nivel socioeconómico. *Hacia la Promoción de la Salud*. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772021000200192&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772021000200192&script=sci_arttext)
- Mora Vergara, A. P. (2022). Determinantes socioeconómicos y sociodemográficos asociados al consumo de frutas y verduras de las madres de familia y los hogares de escolares de Jalisco. *Nutrición Hospitalaria*. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112022000100016&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112022000100016&script=sci_arttext&tlng=pt)
- OMS. (10 de Abril de 2020). *World Health Organization*. Obtenido de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
- OMS, P. &. (2021). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021. *Sidalc*.
- Orozco, E. P. (2020). Barreras y facilitadores para una alimentación saludable y actividad física en mujeres embarazadas con sobrepeso y obesidad. *Global Health Promotion*. Obtenido de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1757975920904701>
- Palacios Rodriguez, L. V. (2022). Caracterización Mediante Minería de Datos de las Necesidades Básicas Insatisfechas en Colombia y su Desarrollo Integral. *Repositorio Institucional Universidad Francisco Jose de Caldas*. Obtenido de <https://repository.udistrital.edu.co/handle/11349/25223>
- Plúa, L. I. (2021). Influencia familiar sobre los trastornos en la conducta alimentaria y su relación con la obesidad en la adolescencia. *RECIMUNDO*. Obtenido de <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/1085>
- Ricaldi, V. D. (2024). Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*.

- Romero, C. P. (2021). Educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación básica. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*. Obtenido de <https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/275>
- Ruiz, Y. D. (2022). Seguridad alimentaria familiar, cuidado y brechas de género: retos para la soberanía alimentaria en COVID-19. *Universidad y Sociedad*. Obtenido de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3020>
- Schwalb, M. M. (2021). Transición nutricional en el Perú: El caso de los ultraprocesados. *Alimentemos el cambio. Lima: Universidad del Pacífico*.
- Urrea, A. S. (2021). Factores socioeconómicos que influyen en la salud nutricional y actividad física de escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 98.

## ANEXOS

### MATRIZ DE RELACION

<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPOTESIS GENERAL</b>
¿De qué manera los Factores socioeconómicos impactan en la alimentación saludable de las familias del Sector Sol Brisa del Cantón Babahoyo, periodo junio a septiembre 2024?	Determinar los factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación saludable de las familias del sector Sol Brisa del cantón Babahoyo, en el periodo de junio a septiembre de 2024.	Los Factores socioeconómicos tendrán un impacto significativo en la alimentación saludable de las familias del Sector Sol Brisa del Cantón Babahoyo, periodo junio a septiembre 2024
<b>PROBLEMAS ESPECIFICOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la relación entre el nivel de ingresos familiares y el acceso a alimentos nutritivos en el sector Sol Brisa?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre educación nutricional entre las familias del sector Sol Brisa?</li> <li>• ¿Cuáles son las tradiciones culturales y las influencias sociales inmersas en los hábitos alimenticios de las familias del sector Sol Brisa?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar la relación entre el nivel de ingresos familiares y el acceso a alimentos nutritivos en el sector Sol Brisa.</li> <li>• Establecer el nivel de conocimientos sobre educación nutricional entre las familias del sector Sol Brisa</li> <li>• Identificar las tradiciones culturales y las influencias sociales inmersas en los hábitos alimenticios de las familias del sector Sol Brisa</li> </ul>	

## ENCUESTA



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE BIENESTAR Y SALUD**  
**CARRERA DE NUTRICION Y DIETETICA**

Cuestionario para Encuesta a jefes de familia en el sector Sol Brisa

1. ¿Cuántas personas viven en su hogar?
  - 3
  - 5
  - Más de 5
  
2. ¿Cuál es su situación laboral actual?
  - Empleado Público
  - Empleado Privado
  - Comerciante Informal
  - Empleada Doméstica
  - Desempleado
  
3. ¿Cuál es el ingreso mensual aproximado de su hogar?
  - Menos de \$200
  - De \$200 a \$400
  - De \$400 a \$600
  - Más de \$600
  
4. ¿Qué porcentaje de su ingreso mensual destina a la compra de alimentos?
  - Menos del 30%
  - Del 30% al 50%
  - Más del 50%
  
5. ¿Cómo describiría la estabilidad de sus ingresos?
  - Muy estable
  - Estable
  - Inestable
  - Muy inestable

6. ¿Ha tenido que reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consume debido a problemas económicos en los últimos seis meses?
- Sí, frecuentemente
  - Sí, ocasionalmente
  - No
7. ¿Qué tan difícil es para su familia acceder a alimentos frescos y saludables en su comunidad?
- Muy difícil
  - Difícil
  - Fácil
  - Muy fácil
8. ¿Considera que el precio de los alimentos saludables ha aumentado significativamente en el último año?
- Sí
  - No
  - No estoy seguro
9. ¿Cuál es su nivel de educación?
- Primaria incompleta
  - Primaria completa
  - Secundaria incompleta
  - Secundaria completa
  - Educación superior
10. ¿Cree que la información nutricional que ha recibido es suficiente para tomar decisiones saludables sobre su dieta?
- Sí
  - No
  - No estoy seguro
11. ¿Ha participado en algún taller o charla sobre alimentación saludable organizado por su comunidad o instituciones educativas?
- Sí
  - No

12. ¿Qué tan frecuentemente busca información sobre nutrición para mejorar su dieta?
- Muy frecuentemente
  - Frecuentemente
  - Ocasionalmente
  - Nunca
13. ¿Qué obstáculos enfrenta su familia para mantener una alimentación saludable?
- Costos altos de alimentos nutritivos
  - Falta de conocimiento sobre nutrición
  - Falta de acceso a mercados con productos frescos
  - Preferencias o tradiciones alimenticias
14. ¿Cuál de las siguientes tradiciones culturales tiene mayor impacto en la alimentación saludable en sectores urbano-marginales?
- Preferencia por alimentos económicos
  - Costumbres relacionadas con la preparación de alimentos
  - Creencias y percepciones sobre la alimentación
  - Adaptación a la inseguridad alimentaria
15. ¿Cuál de las siguientes prácticas tradicionales aplica usted en la alimentación de su familia?
- Se adapta a la escasez de recursos priorizando la cantidad sobre la calidad
  - Uso de grandes cantidades de aceite, sal o azúcar en la preparación de comidas
  - Uso de alimentos ultraprocesados y de bajo costo
16. ¿Considera que las tradiciones culturales de su comunidad influyen en sus elecciones alimenticias?
- Sí, mucho
  - Sí, un poco
  - No, en absoluto

# FORMATO CONSENTIMIENTO INFORMADO



**UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE BIENESTAR Y SALUD  
CARRERA DE OPTOMETRIA**

**Título del Proyecto:** Factores socioeconómicos y su impacto en la alimentación saludable de las familias del Sector Sol Brisa del Cantón Babahoyo, período junio septiembre 2024

**Investigador/ Autor:** Bajaña Santana Ariel Guillermo

Yo, \_\_\_\_\_

Declaro que:

- He sido informado satisfactoriamente sobre todas la fases y acciones que se realizaran en el presente estudio.
- He podido responder las preguntas que he considerado necesarias acerca del estudio.
- He recibido información adecuada y suficiente por el investigador abajo indicado sobre:
  - Los objetivos del estudio y sus procedimientos.
  - Los beneficios e inconvenientes del proceso.
  - Que mi participación es voluntaria y altruista
  - El procedimiento y la finalidad con que se utilizarán mis datos personales y las garantías de cumplimiento de la legalidad vigente.
  - Que en cualquier momento puedo revocar mi consentimiento (sin necesidad de explicar el motivo y sin que ello afecte a mi atención médica) y solicitar la eliminación de mis datos personales.
  - Que tengo derecho de acceso y rectificación a mis datos personales.

**MEDIANTE ESTE DOCUMENTO CONSIENTO MI LA PARTICIPACIÓN EN EL PRESENTE ESTUDIO**

**Para dejar constancia de todo ello, firmo a continuación:**

**Fecha:** Julio 2024

**Firma de consentimiento** \_\_\_\_\_

**Firma del representante o familiar a cargo** \_\_\_\_\_

**Nombre del investigador:** Bajaña Santana Ariel Guillermo

**Firma del investigador:** \_\_\_\_\_

## FOTOS DE EVIDENCIA DE APLICACIÓN DE ENCUESTAS

