



Informe final Proyecto de Investigación-2024

Programa Universitario de Investigación en Alimentación y Nutrición PRUNIAN

nombre del programa universitario de investigación de la Digi

Discursos Normativos y Prácticas Alimentarias relacionados con el sobrepeso en Adolescentes del Municipio de Almolonga en el Departamento de Quetzaltenango

nombre del proyecto de investigación

4.8.63.0.72

número de partida presupuestaria

Instituto de Investigaciones de la Escuela de Trabajo Social

unidad académica o centro no adscrito a unidad académica que avaló el proyecto

Mgtr. Mariela Edith Hernández Higueros

Mgter. Ana Lucia Peláez Sánchez

Mgter. Mónica Valeska Pineda Pérez

Lcdo. Jorge Felix Pernillo López

Mgter. Edgar Menchú Rosal

Lcda María del Rosario Rivera García

Erick Alberto Batres Pérez

nombre del coordinador del proyecto y equipo de investigación contratado por la
Digi

Guatemala 24 de febrero de 2025



Autoridades de la Dirección General de Investigación

Dra. Alice Burgos Paniagua

Directora General de Investigación

Ing. Liuba María Cabrera Ovalle

Coordinador(a) del Programa Universitario de Investigación

Autores

Mgter. Mariela Edith Hernandez Higueros-20080303

Nombre del coordinador(a) del proyecto, No. Registro de Personal

Mgter. Ana Lucia Peláez Sánchez-202390377

Nombre del investigador (a) profesional estudiante de posgrado, No. Registro de Personal

Mgter. Mónica Valeska Pineda Perez-20200529

Nombre del investigador (a) profesional estudiante de posgrado, No. Registro de Personal

Lcdo. Jorge Felix Pernillo López-20110340

Nombre del investigador (a) profesional estudiante de posgrado, No. Registro de Personal

Mgter. Edgar Menchú Rosal-20150337

Nombre del investigador (a) profesional estudiante de posgrado, No. Registro de Personal



Lcda María del Rosario Rivera García -20081087

Nombre del investigador (a) profesional estudiante de posgrado, No. Registro de Personal

Erick Alberto Batres Pérez-20210915

Nombre del auxiliar de investigación II, No. Registro de Personal

El contenido de este informe de investigación es responsabilidad exclusiva de sus autores.

Esta investigación fue cofinanciada con recursos del Fondo de Investigación de la DIGI de la Universidad de San Carlos de Guatemala a través de la partida presupuestaria número: **4.8.63.0.72** en el Programa Universitario de Investigación Alimentación y Nutrición-PRUNIAN

Los autores son responsables del contenido, de las condiciones éticas y legales de la investigación desarrollada.



Índice general

Resumen.....	7
Palabras clave	7
Abstract	8
Keywords	8
1. Introducción	9
2. Contexto de la investigación	14
3. Revisión de literatura.....	16
4. Planteamiento del problema.....	32
5. Objetivos.....	37
6. Hipótesis.....	38
7. Método	38
7.1. Tipo de investigación	38
7.2. Enfoque y alcance de la investigación	39
7.3. Diseño de la investigación.....	40
7.4. Población, muestra y muestreo	41
7.5. Técnicas.....	41
7.6. Resumen de las variables o unidades de análisis	46
7.7. Procesamiento y análisis de la información	48
8. Aspectos éticos y legales.....	50
9. Resultados y discusión	51
9.1 Análisis de resultados	51
9.2 Discusión de resultados.....	106

10.	Propiedad intelectual.....	110
11.	Beneficiarios directos e indirectos	111
12.	Estrategia de divulgación y difusión de los resultados	111
13.	Contribución a las Prioridades Nacionales de Desarrollo (PND).....	113
14.	Contribución al desarrollo de iniciativas de ley.....	114
15.	Vinculación.....	114
16.	Conclusiones.....	116
17.	Recomendaciones	117
	Referencias	119
	Declaración del coordinador (a) del proyecto de investigación	125
	Aval del director (a) del instituto, centro, unidad o departamento de investigación o coordinador de investigación del centro regional universitario.....	125
	Aprobación de la Dirección General de Investigación	126
 Tablas		
Tabla 1	Técnicas e instrumentos utilizados-cuantitativo	42
Tabla 2	Técnicas e instrumentos utilizados-cualitativo	44
Tabla 3	Variables o unidades de análisis	46
Tabla 4	Clasificación nutricional según IMC-NUFED	53
Tabla 5	Clasificación nutricional según IMC-Instituto por Cooperativa	55
Tabla 6	Precisos de la tienda escolar en IBCA.....	82
Tabla 7	Beneficiarios directos e indirectos de la investigación	111

Figuras

Figura 1	Clasificación Nutricional según IMC-Institutos de Almolonga, Quetzaltenango	51
Figura 2	Comparación de clasificación Nutricional según IMC-Institutos de Almolonga,	56
Figura 3	Clasificación de PCA del total de estudiantes encuestados.....	58
Figura 4	Comparación de PCA de estudiantes por institutos	59
Figura 5	Actitudes hacia la alimentación	61
Figura 6	Actitudes hacia el ejercicio.....	63
Figura 7	Importancia de comer sano para la salud en general.....	65
Figura 8	Preferencia por alimentos caseros vs. comida rápida.....	66
Figura 9	Sentimientos al comer sano	67
Figura 10	Percepción de la comida como aburrida	68
Figura 11	Evaluación de la propia dieta como saludable	69
Figura 12	Las comidas sanas son menos sencillas de hacer.....	70
Figura 13	Normalidad de saltarse el desayuno.....	72
Figura 14	Importancia del sabor vs. beneficios para la salud.....	73
Figura 15	Autodisciplina para comer sano.....	75
Figura 16	Diversidad en la dieta.....	76
Figura 17	Actitudes hacia el ejercicio.....	78
Figura 18	Discursos sobre la gordura y el sobrepeso	93
Figura 19	Discursos sobre alimentación saludable	96
Figura 20	Discursos sobre la alimentación cotidiana	98
Figura 21	Discursos relacionados a la alimentación excepcional.....	100
Figura 22	Discursos relacionados a la salud	104



Resumen

Los discursos normativos son marcos de significado que regulan lo que se considera aceptable en una sociedad y a través del lenguaje y la comunicación, estos discursos moldean las percepciones, valores y comportamientos en los diferentes contextos sociales. Esta investigación se enfocó en comprender la relación entre los discursos normativos sobre la alimentación y las prácticas alimentarias que contribuyen al sobrepeso en adolescentes. La población seleccionada fueron estudiantes de nivel básico de establecimientos de educación formal oficial del municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango. La investigación se realizó desde un enfoque mixto de orden secuencial, privilegiando la dimensión cualitativa. Se utilizaron las técnicas de medición antropométricas, Puntaje de Consumo de Alimentos, Escala de Medición Actitudinal y entrevistas semiestructuradas. Los resultados muestran, datos similares a los que refleja la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015, capítulo Guatemala, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes de 13 a 15 años es de 37.8% (29.4% de sobrepeso y 8.4% de obesidad), esa prevalencia es menor a la registrada en este estudio por diez puntos porcentuales (27%), sin embargo, es mayor el porcentaje de obesidad (11%), es decir, el estudio determinó más obesidad que la registrada por la Encuesta Mundial de Salud Escolar, lo que significa que existe un aumento de adolescentes a padecer enfermedades asociadas con la obesidad. Asimismo, se estableció que las normas sociales y culturales influyen en las decisiones de los adolescentes, contribuyendo a patrones alimentarios poco saludables.

Palabras clave

Adolescencia, Hábitos Alimentarios, Sobrepeso, Obesidad, Normas Sociales



Abstract

Normative discourses are frameworks of meaning that regulate what is considered acceptable in a society. Through language and communication, these discourses shape perceptions, values, and behaviors in different social contexts.

This research focused on understanding the relationship between normative discourses on nutrition and dietary practices that contribute to overweight in adolescents. The selected population consisted of middle school students from public formal education institutions in the municipality of Almolonga, Quetzaltenango.

The study was conducted using a sequential mixed-methods approach, with an emphasis on the qualitative dimension. Anthropometric measurement techniques, the Food Consumption Score, the Attitudinal Measurement Scale, and semi-structured interviews were used.

The results show data similar to those reflected in the 2015 Global School-Based Student Health Survey, Guatemala chapter, where the prevalence of overweight and obesity in adolescents aged 13 to 15 is 37.8% (29.4% overweight and 8.4% obese). This prevalence is lower than the one recorded in the study by ten percentage points (27%), however, the percentage of obesity (11%) is higher, indicating that the study found more obesity than the Global School-Based Student Health Survey, meaning that there is an increase in adolescents suffering from obesity-related diseases.

Furthermore, it was established that social and cultural norms influence adolescents decisions, contributing to unhealthy eating patterns.

Keywords

Adolescence, Eating Habits, Overweight, Obesity, Social Norms

1. Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe la obesidad y el sobrepeso como una acumulación desmesurada e inusual de grasa corporal que puede resultar dañina para la salud, reflejándose en un peso excesivo en proporción a la estatura y el volumen físico de la persona (MSPAS, 2019). Según la severidad de la malnutrición por exceso, se puede clasificar en sobrepeso y en grado mayor, la obesidad.

En 2022, la SESAN reportó que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población guatemalteca ha aumentado significativamente, alcanzando cifras alarmantes. Según el informe, el 28.5% de los adultos y el 12.4% de los niños menores de cinco años presentan sobrepeso u obesidad (SESAN, 2022). También la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015, capítulo Guatemala, señala que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes de 13 a 15 años es de 37.8% (29.4% de sobrepeso y 8.4% de obesidad) (MSPAS, 2019).

La investigación sobre los Discursos Normativos y Prácticas Alimentarias relacionados con el sobrepeso en Adolescentes del Municipio de Almolonga en el Departamento en el Quetzaltenango, se realizó con la participación de 139 adolescentes que estudian el nivel básico en el Instituto de Educación Básica por Cooperativa (IBCA) y el Núcleo Familiar para el Desarrollo (NUFED) ubicados en el Municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

El enfoque del estudio se centró en analizar la relación entre los discursos normativos y las prácticas alimentarias relacionadas al sobrepeso en la adolescencia, una etapa que, aunque ha recibido menos atención en términos de investigación sobre nutrición en comparación con la Primera Infancia, también es fundamental para el desarrollo integral de la adolescencia, al ser esta la última fase antes de la vida adulta, por tanto, es una etapa que requiere especial atención. Dado que Almolonga es un municipio reconocido por su alta producción agrícola, particularmente de hortalizas, se espera que su población tenga un acceso amplio a alimentos saludables. Sin embargo, los hallazgos de la investigación



muestran que la disponibilidad de estos productos no garantiza su consumo, pues existen factores socioculturales que modelan las preferencias y decisiones alimentarias de los adolescentes.

Para el estudio, se utilizó un enfoque mixto de orden secuencial, combinando el análisis de datos estadísticos con una aproximación cualitativa que permitió profundizar en la interpretación de los discursos normativos. Se aplicaron técnicas de medición antropométrica, entrevistas, encuestas y observación directa para evaluar la relación entre los discursos, las prácticas alimentarias y el estado nutricional de los adolescentes.

Esta investigación se llevó a cabo desde la disciplina de Trabajo Social, en colaboración con otras áreas de las ciencias sociales, como la nutrición y la psicología, lo que permitió abordar el problema de manera integral. Desde la perspectiva del Trabajo Social, se busca entender cómo los discursos normativos y las prácticas alimentarias no solo están influenciados por factores individuales, sino también por estructuras sociales y culturales que configuran las decisiones y comportamientos de los adolescentes en relación con su alimentación.

El análisis de las pruebas antropométricas reveló que el 27% de los adolescentes evaluados presentaban sobrepeso u obesidad, lo que significa que existe un aumento de adolescentes a padecer enfermedades asociadas con la obesidad, datos similares a los que refleja la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015, en el tema de sobrepeso esa prevalencia es menor a la registrada en el estudio por diez puntos porcentuales (27%), sin embargo, es mayor el porcentaje de obesidad (12%), es decir, este estudio determinó más obesidad que la registrada por la Encuesta Mundial de Salud Escolar, esa mayor proporción significa que existe un aumento de jóvenes a padecer enfermedades asociadas con la obesidad.

Para Díaz y Blanco (2021) el sobrepeso es el resultado de la interacción entre diversos factores que regulan los procesos fisiológicos, las preferencias alimentarias y la actividad física a lo largo de la vida, y está influido por un entorno que promueve el consumo elevado



de energía en forma de calorías, la ingesta de productos altamente procesados y bebidas azucaradas, así como un estilo de vida sedentario (p. 225). y que al desarrollarse en la infancia y en la adolescencia, constituyen un factor predictor de la obesidad adulta (Lamarque y Orden, 2017, p. 172).

Con relación a los resultado obtenidos en el Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA) la mayor parte de los estudiantes entrevistados (86%) su consumo es aceptable, mientras que 12% tienen un consumo clasificado como “límitrofe” es decir la variabilidad y frecuencia de consumo de alimentos tiene deficiencias, mientras que 2% se registraron con un consumo pobre, es decir, tienen alta deficiencia en frecuencia y variabilidad en los alimentos que consumen, los estudiantes en esta situación padecen episodios de hambre, es decir el día termina con hambre

En virtud que las actitudes son consideradas como un factor indispensable para promover cambios en el comportamiento humano, fue indispensable conocer las actitudes presentes en los estudiantes del IBCA y NUFED con respecto a la alimentación y el ejercicio para ello se utilizó la Escala de Medición Actitudinal (EMA), Tomando en cuenta la experiencia de Lima et al. (2012) quienes diseñaron la Escala para medir estas actitudes durante la adolescencia, utilizando métodos de validación como el panel Delphi on-line con 18 expertos, un pre-test y una prueba piloto con una muestra de 188 estudiantes de educación secundaria. La validez y confiabilidad de la prueba se realizó a través de una prueba Alpha de Cronbach y análisis factorial exploratorio, motivo por el cual, para fines de este estudio, se consideró que esta escala era lo suficientemente útil para responder a los objetivos propuestos en el proyecto. Así mismo, permitió correlacionar la información vertida a través de la encuesta y las entrevistas semiestructuradas realizadas a los estudiantes.

Los resultados obtenidos a través de la Escala de Medición Actitudinal (EMA) y las entrevistas estructuradas permitieron identificar las percepciones y actitudes de los adolescentes respecto a la alimentación y el ejercicio. La combinación de estos métodos



garantizó un análisis integral que correlaciona las actitudes individuales con los patrones de comportamiento observados en la muestra seleccionada.

El estudio refleja una alta valoración de la alimentación saludable, aunque existen percepciones divididas en aspectos como la dificultad de preparación de comidas sanas, acceso económico y la importancia del sabor en la elección de alimentos.

Además, los discursos normativos en torno a la actividad física también se hacen presentes, ya que la preferencia por actividades sedentarias puede estar influenciada por normas sociales que valoran el descanso sobre la actividad física.

En el momento cualitativo también se llevó a cabo un proceso de observación durante el periodo de la refacción escolar con el objetivo de identificar las prácticas de alimentación que tienen los adolescentes en el momento de la refacción, asimismo identificar desde el establecimiento educativo la promoción de prácticas de alimentación saludable.

El proceso de observación en la refacción escolar permitió analizar diversos aspectos relacionados con la elección de alimentos, la accesibilidad y disponibilidad, los comportamientos sociales, las actitudes hacia la alimentación, el entorno de consumo, las interacciones y las actividades físicas de los adolescentes. Se evidenció una clara preferencia por opciones menos saludables, como golosinas, frituras y bebidas azucaradas, influenciada por la mayor accesibilidad y precios más bajos de estos productos en comparación con las frutas y verduras. Además, se observaron diferencias en las preferencias alimentarias entre adolescentes mujeres y varones.

Se identificó también que la accesibilidad económica y la oferta alimentaria dentro de los establecimientos educativos influyen directamente en las decisiones de consumo, favoreciendo opciones menos saludables. De igual manera, se observaron diferencias significativas en las elecciones alimentarias entre varones y mujeres, lo que sugiere la presencia de discursos normativos diferenciados por género en la percepción del cuerpo y la alimentación. Esto es similar a lo que señalan Arnaiz et al. (2020), la desigualdad en la distribución de la obesidad prevalece “entre las personas en situación de mayor precarización



social y alimentaria” (p. 2). Esto significa que el crecimiento económico del municipio puede no ser equivalente al desarrollo social asociado a condiciones alimentarias saludables

De este modo, las entrevistas a estudiantes y docentes permitieron profundizar en el análisis, evidenciando que la educación alimentaria en el municipio es limitada y que, en general, el peso no es percibido como un problema relevante. Además, se identificó una ausencia de programas gubernamentales específicos para promover hábitos saludables entre los adolescentes. El cruce de información obtenida a través de entrevistas, encuestas y observación confirmó que los discursos normativos influyen significativamente en las prácticas alimentarias y en el estado nutricional de la población juvenil en Almolonga, perpetuando patrones que requieren ser abordados desde una perspectiva integral y contextualizada.

El estudio concluye que los discursos normativos son un factor determinante en la construcción de hábitos alimentarios en la adolescencia y que su influencia puede perpetuar prácticas que conducen a la malnutrición por exceso. Esto resalta la necesidad de fortalecer la educación nutricional desde una perspectiva crítica y contextualizada, promoviendo estrategias de intervención que no solo se enfoquen en el acceso a alimentos saludables, sino también en la transformación de los marcos culturales que condicionan las elecciones alimentarias. Por lo que se hace necesario la implementación de políticas públicas orientadas a la regulación de la oferta de alimentos en espacios escolares y el desarrollo de programas de concienciación dirigidos tanto a estudiantes como a sus familias.

Finalmente, este estudio aporta evidencia fundamental para comprender el sobrepeso en la etapa de la adolescencia desde una perspectiva social y cultural, ofreciendo un marco de referencia para futuras investigaciones y el diseño de estrategias que aborden el problema desde un enfoque integral.



2. Contexto de la investigación

El municipio de Almolonga, se encuentra situado en la parte Este del departamento de Quetzaltenango, en la Región VI o Región Sur-Occidental. Limita al Norte con los municipios de Cantel y Quetzaltenango; al Sur con los municipios de Zunil y Quetzaltenango; al Este con los municipios de Cantel y Zunil; y al Oeste con el municipio de Quetzaltenango.

El municipio de Almolonga, se encuentra a una distancia de 3 kilómetros de la cabecera departamental de Quetzaltenango y a 208 kilómetros, de la ciudad capital de Guatemala. La extensión territorial es de 20 kilómetros cuadrados, con una altitud de 2,251.21 metros sobre el nivel del mar, longitud de 91° 29' 40" y una latitud de 14° 48' 44" (Godínez, 2004).

Según la Municipalidad de Almolonga (2022), el municipio cuenta con una población total de 17,305 habitantes y los idiomas predominantes en la comunidad son el K'iche' y el castellano, lo que refleja una diversidad cultural y lingüística.

El municipio de Almolonga, cuenta con una rica historia que se remonta a tiempos precolombinos, originalmente conocido como Sakpoliah, su denominación actual proviene de los indígenas que acompañaron a Don Pedro de Alvarado durante la conquista. En lengua nahualt, Almolonga se traduce como *"lugar donde mana el agua"*, lo cual hace referencia a sus abundantes fuentes termales (García y Castañeda, 2001).

Desde la época colonial, Almolonga ha sido reconocido por su producción agrícola, particularmente de hortalizas. A mediados del siglo XX, la introducción de nuevas técnicas agrícolas y cultivos por parte de agricultores locales y extranjeros transformó la economía del municipio, estableciéndolo como un importante productor de verduras en la región (Mendoza, 1995). La agricultura sigue siendo la principal actividad económica, con un enfoque específico en la producción de zanahorias, cebollas y otros vegetales.

La población de Almolonga es predominantemente indígena, lo que contribuye a una fuerte identidad cultural y social. Según el censo de 2001, el 99% de sus habitantes son de



origen indígena, lo que ha influido notablemente en la estructura social y económica del municipio (INE, 2001).

La cultura y las tradiciones de Almolonga son componentes fundamentales de su identidad, en donde las festividades, especialmente aquellas relacionadas con la agricultura, desempeñan un papel crucial en la cohesión social y el fortalecimiento de la comunidad; estas celebraciones no solo promueven la cultura local, sino que también sirven como espacios.

La investigación Discursos Normativos y Prácticas Alimentarias relacionados al Sobrepeso en Adolescentes del Municipio de Almolonga en el Departamento de Quetzaltenango”, se llevó a cabo en dos establecimientos públicos de educación básica jornada vespertina: Instituto Básico por Cooperativa de Almolonga-IBCA y el Núcleo Familiar Educativo para el Desarrollo –NUFED, según datos proporcionados por el Coordinador Distrital del Ministerio de Educación de Almolonga durante el ciclo escolar 2024, en el IBCA se encuentran inscritos 144 estudiantes y en NUFED se encuentran inscritos 81 estudiantes, para un total de 225 estudiantes y funcionan en la jornada vespertina y brindan únicamente educación básica, por lo que para continuar con su educación a nivel diversificado, los adolescentes deben trasladarse a la cabecera departamental de Quetzaltenango. A través de las coordinaciones realizadas con el Director Departamental y Coordinador Distrital del Ministerio de Educación, el trabajo de campo se realizó durante el mes de abril de 2024.



3. Revisión de literatura

Atendiendo a la inclinación mayormente cualitativa del estudio, en esos términos se esbozan algunas líneas con los elementos teóricos de mayor relevancia y que servirán para la interpretación de las categorías de los hallazgos.

3.1 Referentes Teóricos

3.1.1 Discursos Normativos

De acuerdo con Alemany y Velasco (2008) los discursos normativos constituyen límites a las prácticas sociales y dependen de la construcción de reglas sociales de relacionamiento, las cuales intervienen en la configuración de la subjetividad.

Desde el enfoque de los discursos normativos del cuerpo, se puede entender que la construcción de la subjetividad está profundamente influenciada por los mandatos sociales relacionados con los estereotipos de género, los cuales se internalizan a lo largo de la socialización, haciendo que tanto hombres como mujeres se perciban como sujetos vulnerables en diversos aspectos y ámbitos de sus vidas.

La idea central es que los comportamientos, sentimientos y pensamientos de hombres y mujeres no se explican únicamente por diferencias biológicas, sino que están fuertemente influenciados por construcciones sociales y culturales, esto a lo largo de la historia y en diferentes culturas; en la que el cuerpo humano ha sido interpretado de diversas maneras, adaptándose a los patrones y normas sociales predominantes, que suelen estar influenciados por una cultura dominante androcéntrica.

Asimismo, en las sociedades contemporáneas, la publicidad tiene un papel importante en la perpetuación de estos estereotipos de género, por medio de la representación del cuerpo en los medios de comunicación, quienes refuerzan y naturalizan ciertas expectativas y normas sobre cómo deben ser los cuerpos masculinos y femeninos.

En tanto, la presión social para mantener un cuerpo "ideal" también se ve reflejada en las disciplinas alimentarias a las que tanto mujeres como hombres se ven sometidos, la cual puede tener efectos negativos en la salud física y mental de las personas, y contribuir a la perpetuación de los estereotipos de género relacionados con el cuerpo.

En el ámbito de la publicidad, los cuerpos se utilizan como mercancía, y se promueve una imagen estandarizada y normativa en este caso de la adolescencia, donde las tallas, pesos y tipos de ropa están predefinidos y limitados.

3.1.2 Discursos relacionados al sobrepeso y la salud

Para este estudio lo que se busca es subrayar los aspectos simbólicos relacionados con la "comida" y los significados que tienen las prácticas alimentarias. La selección, cantidad y dimensiones de consumo de ciertos alimentos, son prácticas comunes de todos los grupos sociales, pero, además, están también reguladas socialmente, precisamente por la carga significativa que implican.

Para Olea (2019), el concepto de estigma desde la dimensión de la salud se refiere a cómo los cuerpos, especialmente aquellos que se desvían de la norma establecida en términos de peso y apariencia física, siendo etiquetados como "anormales" por la sociedad en general.

En este contexto, la ciencia médica como un mecanismo de control de la salud de las personas, ha colonizado el cuerpo, imponiendo sus propios estándares y definiciones de salud, en las que el sobrepeso u obesidad como cuerpos que presentan riesgos para la salud.

La gordura se interpreta como una desviación de la norma de salud, y se asocia con una serie de condiciones médicas negativas, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, problemas articulares, y otras de carácter crónica.

Como resultado, los cuerpos gordos son estigmatizados lo que conlleva a su vigilancia, juicio y rechazo por parte de la sociedad en general. Este estigma se manifiesta tanto a nivel individual, en forma de discriminación y burlas (bullying), como a nivel



institucional, a través de políticas y prácticas que marginalizan a las personas con sobrepeso y obesidad.

La patologización del sobrepeso y obesidad también justifica la necesidad de corrección a través de intervenciones médicas y conductuales destinadas a normalizar comportamientos considerados como saludables. Esto puede incluir programas de pérdida de peso, cirugías bariátricas y presión social para adoptar hábitos alimenticios y de ejercicio específicos.

3.1.3 Institucionalización de los procesos normativos

Berger y Luckmann (2003) analizaron las relaciones entre procesos institucionales y de legitimación de universos simbólicos, y lograron evidenciar que en las ciencias sociales las explicaciones del funcionalismo no son más que intentos de predicción teórica. Además, afirman que esos intentos de predicción constituyen un riesgo de cosificar los fenómenos sociales.

Por ello el aporte de estos autores a las ciencias sociales, es que ofrecen un aparato conceptual que tiene la capacidad de integrar los problemas de nivel micro de la psicología social con los de nivel macro referentes a las mutaciones culturales en general.

De igual manera, el sujeto en su proceso de internalización de las instituciones sociales y del mundo social objetivado, necesita atribuir coherencia y sentido a la experiencia que tiene de esta misma realidad. Su visión del mundo necesita tener sentido para sí mismo, de lo contrario no sería integradora, sino que generaría anomia y caos. En otras palabras, las mentalidades y visiones del mundo no sólo tienen una función cognitiva, sino también normativa y afectiva. Debido a este entendimiento, también integrarán elementos fundamentales de la sociología comprensiva de Weber y asumirán los sentidos subjetivos que Weber tiene en cuenta en su teoría de la acción social.



Los procesos normativos entonces, están relacionados con los procesos de institucionalización. El proceso de institucionalización se define como “una tipificación de acciones vueltas habituales por tipos específicos de actores” (Berger y Luckmann, 2003, p.74; Tolbert y Zucker, 1996, p.180).

Hablar de institución en estos términos, es hacer referencia a un orden social o patrón al que representa y que, como producto de su estabilidad, le ha sido posible propiciar un proceso de reproducción (Jepperson, 2001, p. 4). Este orden implica un corpus de reglas sociales que constituyen un orden normativo sobre lo que es apropiado y lo que no.

De la producción de discursos sobre el cuerpo y la salud se puede decir que los debates teóricos contemporáneos sobre el estatuto del cuerpo se registran en los marcos generales de teorización sobre la sociedad (Foucault, 2003, 1998; Giddens, 1996, 1998; Bourdieu, 1998), los cuales aportan una serie de presupuestos conceptuales que han impactado, no sólo en los desafíos de las ciencias sociales para estudiar la corporalidad, sino que además en las nuevas propuestas de investigación sobre la salud (McDonald, 2007; Gard, 2017).

Por otra parte, estas producciones apuntan a los esfuerzos académicos por ampliar la comprensión sobre el cuerpo, que ha dejado de ser asumido como una realidad única y homogénea, y ha comenzado a ser situado en la intersección de múltiples discursos, cada uno de estos desde diversidad de enfoques, modelos de inteligibilidad o construcciones conceptuales.

En el enfoque de Pierre Bourdieu, el cuerpo humano se interpreta como un producto social influenciado por la cultura y las relaciones de poder y que está implícito de significados y simbolismos que reflejan tanto las posiciones de dominio como las de subordinación en la sociedad (Barrera, 2011).



Estos aspectos estéticos no son simplemente superficiales, sino que están profundamente arraigados en las normas y valores culturales de la sociedad, contribuyendo a la conformación de la identidad individual y a la reproducción de las estructuras de poder y dominación.

3.1.4 Sobrepeso

Es el incremento del peso corporal a partir del tejido adiposo, en relación a la talla, edad y género. (Moñino et al, 2007).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe la obesidad y el sobrepeso como una acumulación desmesurada e inusual de grasa corporal que puede resultar dañina para la salud, reflejándose en un peso excesivo en proporción a la estatura y el volumen físico de la persona (MSPAS, 2019). Según la severidad de la malnutrición por exceso, se puede clasificar en sobrepeso y en grado mayor, la obesidad.

3.2 Fundamentación Teórica

Las teorías que fundamentan estos discursos, pueden retomarse en las últimas décadas del siglo XX, especialmente a finales de los años 60, en los que se produjo un cambio significativo en la forma en que se percibía y se discutía el cuerpo, influenciado en gran medida por los movimientos feministas emergentes en ese momento; que surgieron como una respuesta a las desigualdades de género y la opresión sistémica y que llevaron a una reevaluación fundamental de conceptos como el cuerpo y el género (Toro, 2007).

Dentro de las principales contribuciones de estos feminismos fue el reconocimiento de que el cuerpo no es simplemente una entidad biológica, sino que también es un constructo social y cultural, es decir que no solo está determinado por factores biológicos, sino también moldeado por normas, valores y expectativas sociales que varían de acuerdo con los contextos. En la teoría del género se reconocen los cuerpos como constructos sociales y



culturales, y no solo como una expresión natural o biológica, reconociéndolos como espacios de poder u utilizados para transmitir mensajes sociales, políticos y culturales.

De acuerdo con Toro (2007) esta perspectiva crítica sobre el cuerpo y el género ha llevado a un mayor interés en el análisis de cómo se construyen y se representan los cuerpos en diferentes contextos culturales y sociales, así como en cómo estas representaciones influyen en la experiencia individual y colectiva; permitiendo cuestionar y desafiar las normas y expectativas tradicionales relacionadas con ambas, y ha abierto espacio para la exploración de nuevas formas de identidad y expresión corporal.

Las actitudes hacia la alimentación y el ejercicio juegan un papel crucial en la adopción de hábitos saludables. Las personas que desarrollan actitudes positivas hacia una dieta equilibrada y el ejercicio regular son más propensas a integrar estos comportamientos en su vida diaria. Este fenómeno se puede explicar a través de la Teoría de la Conducta Planificada de Ajzen, que sugiere que las actitudes, junto con las normas subjetivas y el control percibido, determinan las intenciones de comportamiento (Ajzen, 1991). Por ejemplo, aquellos que creen que una dieta saludable y el ejercicio mejoran significativamente su bienestar general tienden a mostrar un mayor compromiso con estas actividades.

Investigaciones recientes también han destacado la influencia de la autoeficacia y las creencias de control personal sobre las actitudes hacia la alimentación y el ejercicio. Bandura (1997) argumenta que la percepción de la propia capacidad para llevar a cabo conductas saludables puede fortalecer las actitudes positivas hacia dichas conductas. Esta percepción, conocida como autoeficacia, afecta tanto la motivación como la persistencia de los individuos para mantener comportamientos saludables a largo plazo. En este sentido, programas que fomentan la autoeficacia pueden ser particularmente efectivos para promover actitudes favorables y sostenibles hacia la alimentación y el ejercicio.

Así también, la teoría social contemporánea ha experimentado un cambio significativo al reevaluar la importancia del cuerpo, no solo desde la perspectiva del feminismo, sino también desde los enfoques de clase y consumo, fundamentándose en las



razones que explican el surgimiento del cuerpo como un tema central en las sociedades modernas (Martínez, 2004).

En esa línea, el pensamiento feminista ha desempeñado un papel crucial al cuestionar la concepción tradicional del cuerpo como algo inherentemente determinado por el sexo biológico, destacando cómo las construcciones sociales y culturales influyen en la percepción y experiencia del cuerpo. Por último, con la ascensión de la cultura consumista, el cuerpo se ha transformado en una mercancía y ha adquirido un papel central en la producción y distribución de la sociedad de consumo, en ese contexto, el cuerpo se convierte en un medio fundamental para la construcción y expresión de la identidad personal, así como de estigmatización y encajamiento de estereotipos que responden a la corporalidad.

3.2.1 Legislación referente al tema de investigación

Relacionar el tema de los discursos normativos, la salud y la alimentación con la legislación nacional guatemalteca referente a la niñez, adolescencia y la alimentación es importante porque el marco legal en materia de alimentación de este grupo etario, establece los derechos fundamentales para estos grupos, incluyendo el derecho a una alimentación adecuada y saludable.

Al considerar el estigma corporal y la influencia de los discursos sociales normativos en la percepción de la salud y el cuerpo, es crucial garantizar que se protejan los derechos de esta población a una alimentación adecuada y libre de discriminación, considerando las variables de: contexto cultural y social, normas y percepciones sociales, prácticas alimentarias, influencias externas, dinámicas comunitarias, experiencias personales, recursos y accesibilidad a los alimentos.

Además, la legislación nacional proporciona marcos regulatorios para abordar el estigma relacionado con el peso y la apariencia física, especialmente en entornos educativos y de atención médica, lo cual debe incluir medidas para promover la aceptación corporal, prevenir la discriminación basada en el peso y fomentar prácticas de alimentación saludable en los centros educativos, comunidades y en este caso del municipio de Almolonga.

Lo anterior, también tiene una repercusión en la industria alimentaria y de la publicidad en la promoción de estándares de belleza y en la difusión de alimentos poco saludables.

En consecuencia, es esencial por medio de la legislación existente se garantice la protección de los derechos de la niñez y adolescencia por medio de la promoción la salud y el bienestar, abordando las barreras y desafíos relacionados con la alimentación y el sobrepeso.

De estas, se citan artículos y obligaciones que tiene el Estado de Guatemala por medio de la institucionalidad para asegurar y promover una alimentación saludable en beneficio de la niñez y adolescencia.

3.2.2 Constitución Política de la República

Según el artículo 99 de la Constitución de la República de Guatemala, se establece que *"El Estado velará porque la alimentación y nutrición de la población reúna los requisitos mínimos de salud. Las instituciones especializadas del Estado deberán coordinar sus acciones entre sí o con organismos internacionales dedicados a la salud, para lograr un sistema alimentario nacional efectivo"* (Congreso de la República de Guatemala, 1993).

3.2.3 Ley de Educación Nacional

De acuerdo con el artículo 33, numeral 14 de la Ley de Educación de Guatemala, se establece que *"Es obligación del Estado dotar al Ministerio de Educación de los estudiantes de los niveles educativos considerados obligatorios, de los útiles necesarios y de mejores niveles de nutrición"* (Congreso de la República de Guatemala, 1991).

3.2.4 Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia

Si bien esta no comprende un capítulo específico para el tema de la alimentación, en el artículo 9 hace referencia que *"Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho fundamental a la vida. Es obligación del Estado garantizar su supervivencia, seguridad y desarrollo integral. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la protección, cuidado y asistencia necesaria para lograr un adecuado desarrollo físico, mental, social y espiritual. Estos derechos se reconocen desde su concepción"* (Congreso de la República de Guatemala, 2003).

3.2.5 Ley de Alimentación Escolar

Esta ley específica en su artículo 1, se establece que *"La presente Ley tiene por objeto garantizar la alimentación escolar, promover la salud y fomentar la alimentación saludable de la población infantil y adolescente que asiste a establecimientos escolares públicos o privados, con la finalidad que aprovechen su proceso de enseñanza aprendizaje y la formación de hábitos alimenticios saludables de los estudiantes, a través de acciones de educación alimentaria y nutricional y el suministro de alimentos de los estudiantes durante el ciclo escolar, de acuerdo a la presente Ley y su reglamento. En el caso de los centros educativos privados no serán beneficiados del Programa de Alimentación Escolar, sin embargo, les serán aplicables las normas contenidas en la presente ley"* (Congreso de la República de Guatemala, 2017).

3.3 Estado del Arte

En este apartado se presentan las diferentes investigaciones relacionadas a la prevalencia de obesidad y sobrepeso en adolescentes y su interrelación con los discursos normativos. Confirmando a través de una búsqueda exhaustiva que el modelo biomédico ha mostrado mayor relevancia para abordar la problemática, Aguilar y Vásquez (2023), en su artículo "Corporalidades y acuerpamiento: Una mirada a la autopercepción de la imagen física entre mujeres adultas", describe que por una parte, mujeres y hombres corporizan las

relaciones intersubjetivas-colectivas y sociohistóricas, las cuales suceden en un contexto cultural y temporal determinado, en tanto, la incorporación y encarnación constituyen distintivos de la singularidad humana, por lo que los estudios del cuerpo y las corporeidades deben abordarse de manera interdisciplinaria.

En contraste, en los cuerpos se imprimen sentidos, comportamientos y actitudes que conforman la corporeidad, simbolizando y significando sentimientos, vínculos y tradiciones culturalmente diversas. Adicionalmente, se enclavan mandatos sociales de género, así como marcos anatomo-funcionales que sólo legitiman morfologías estandarizadas de juventudes euro centradas, ajenas a la diversidad y plasticidad corporal.

Por otra parte, se suma la fuerza de miramientos gordóforos, edadistas y racistas, asociados a los rangos de 'normalidad' establecidos por la biomedicina. Esta perspectiva restrictiva ha generado hazañas para alcanzar esos ideales mediante la obediencia y distorsión en las mujeres. Ahora bien, la indisciplina y transgresión a ello se traduce en puntos de conexión y ruptura, dispositivos que también generan crisis y desajustes en la percepción, pues la identidad es variada y secuencial. Asimismo, la antropología ha visibilizado las interrelaciones entre cuerpo, sociedad, historia, naturaleza y cultura, más allá de concebirlo como objeto natural o biológico. Aunado a ello, la representación de la feminidad está basada en un ideal de belleza que trasciende grupos sociales, sin desligarse de las estructuras de poder, género y corporalidad occidental.

Finalmente, dentro de sus principales resultados concluye que los estudios sobre corporalidades y acuerpamiento han sentado las bases para comprender cómo los estereotipos y los estigmas quebrantan los pensamientos y el accionar de la mayoría de las mujeres. Estos trabajos han evidenciado cómo dichas construcciones discursivas afectan las configuraciones de belleza, salud y bienestar de ellas.

Las prácticas de alimentación y cuidado infantil también han sido interés de estudio Solans (2021) desarrollo una investigación atendiendo a las políticas y a las condiciones de vida de grupos en Ciudad de Buenos Aires. El objetivo era conocer las prácticas alimentarias



de familias cuya integrante mujer en rol de madre procediera de Bolivia, Paraguay o Perú residentes en CABA y usuarias del sistema de salud público de la ciudad.

Concluyendo que, las prácticas alimentarias forman parte de la autoatención de la salud de los sujetos y grupos sociales y en cuanto a los cuidados infantiles en general y a la alimentación en particular, las familias especialmente, las mujeres son quienes asumen en mayor proporción las tareas de cuidados, asistiendo de forma constante a los servicios de salud, en consecuencia, la alimentación infantil, en especial de los bebés durante el primer año de vida, está modelada por las recomendaciones, orientaciones y prescripciones médicas que suelen entrar en disputa con las prácticas y saberes de los grupos sociales. Con un enfoque de género, también describió que la alimentación y los cuidados infantiles en grupos domésticos, así como los efectos de las recomendaciones médicas en esas prácticas, al estar inscriptas en procesos de medicalización de la alimentación, abordan la prevención de enfermedades desde una óptica individual y biológica motivo por el cual se legitimaban productos industriales dejando fuera el carácter colectivo de la alimentación.

Energici y Acosta (2020) realizaron el abordaje del sobrepeso y obesidad a través de la sociología y psicología social, elaborando un estado del arte en el que presentan aportes de la psicología social y la sociología para comprender la obesidad y la gordura. Los autores subrayan que, tradicionalmente, el cuerpo ha sido estudiado por las ciencias naturales o desde el enfoque biomédico, no obstante, este enfoque confirma la necesidad de dar participación a las ciencias sociales para comprender el fenómeno. Los autores insisten que, durante la revisión de la literatura, no ubicaron sistematizaciones sobre las diversas teorías y aproximaciones para analizar la obesidad y la gordura desde las ciencias sociales, en ese sentido, la investigación propuesta cobra mayor relevancia al considerar el análisis de los discursos normativos como un eje fundamental en las prácticas alimentarias.

La relación entre hábitos y actitudes hacia la alimentación también es un pilar indispensable para explorar, Avalos (2020) relacionó estas características con indicadores antropométricos por sexo en adolescentes de secundaria a través de un estudio de tipo cuantitativo, transversal y analítico, concluye que es posible perfilar los hábitos y actitudes



de la conducta alimentaria y problemas asociados de adolescentes de secundaria. Resalta que, en las escalas de hábitos y actitudes sobre la conducta alimentaria, se evidenciaron que los adolescentes (hombres y mujeres) que presentaron valores más altos de IMC, C.C. y Ci/Ca optaban por no comer lo suficiente, lo cual estaba relacionado con intentos por seguir una dieta poco adecuada e impuesta por ellos mismos (escala SUB). Aunado a lo anterior, el estudio destaca el hecho de la tendencia a deslindarse de la responsabilidad de conservar un peso sano corporal (escala RAC), derivado que los participantes hombres, atribuyeron su exceso de peso a las características físicas de los integrantes de su familia y determinaron la influencia de los padres en el proceso de aprendizaje.

Águila et al. (2020), analiza la influencia sociocultural del ideal de cuerpo delgado en las mujeres. Desde edades tempranas, las niñas internalizan este ideal de belleza promovido por la sociedad, lo cual los lleva a comparar su propia imagen con ese referente y a desarrollar insatisfacción corporal, lo que puede acarrear consecuencias negativas como ansiedad, trastornos alimentarios y baja autoestima.

. Asimismo, expone que el discurso del cuerpo ideal delgado funciona como una "tecnología de poder" que influye en la construcción de subjetividades, ya que, al ser interiorizado este ideal, se convierte en una referencia normativa que las personas intentan alcanzar a través de diversas prácticas de autocontrol y autovigilancia sobre el cuerpo, como la restricción alimentaria o el ejercicio excesivo, reflejando cómo los individuos quedan sujetos a las normas y estándares sociales dominantes



Además, explica que la búsqueda incesante del cuerpo ideal delgado se alinea con la ideología neoliberal, la cual enfatiza la responsabilidad individual, la autosuficiencia y el emprendimiento de sí mismo, por lo que, de este modo, las personas se convierten en sujetos neoliberales que se esfuerzan por transformar sus cuerpos de acuerdo con estos referentes, aunque sean inalcanzables para la mayoría. Presenta también, un relato para ilustrar cómo el ideal de cuerpo delgado se convirtió en una poderosa referencia normativa desde su infancia, generando en ella una permanente insatisfacción, discrepancia y prácticas orientadas a la consecución de ese ideal, incluyendo trastornos alimentarios, evidenciando su proceso de subjetivación en línea con la ideología neoliberal.

Para finalizar, el artículo señala que, si bien las personas tienen cierto margen de elección y reflexividad para construir su identidad, las influencias socioculturales tienen un peso determinante. El caso que estudian muestra cómo, a pesar de adoptar prácticas que podrían considerarse liberadoras, éstas siguen alineadas con el discurso normativo sobre el cuerpo ideal, revelando la dificultad de escapar a la lógica de subjetivación neoliberal.

Martínez Espinosa (2020), en su artículo “Significados sociales y alimentación de escolares en la Ciudad de México”, menciona que desde la década de los ochenta se han documentado elevados niveles de exceso de peso en todo el mundo, que se presentan tanto en población adulta como en la infantil; sin embargo, aunque la prevalencia durante la infancia ha sido menor, la evidencia apunta a que está aumentando más aceleradamente que la de los adultos.

Por otro lado, en países de ingreso alto se ha identificado un estancamiento en el crecimiento de las prevalencias, mientras que, en los países de ingreso medio y bajo, como México, el aumento continúa. Asimismo, refiere que es fundamental enfocarse en la edad escolar (entre cinco y 11 años), pues la mayor exposición a nuevos consumos derivados de la escolarización y la creciente autonomía en las preferencias alimentarias perfilan los hábitos futuros, además de que el exceso de peso infantil aumenta la probabilidad de presentarlo en la vida adulta.

De igual forma, la población mexicana entre los 5 y los 17 años se encontraba en el sexto lugar de obesidad y sobrepeso de los países miembros de la OCDE, con una prevalencia de 28%. Incluso, si se considera a los adolescentes, la población mexicana presenta el mayor exceso de peso de las 35 naciones que integran dicho organismo (70.5%). En este sentido, lo anterior coincide con los cambios en las últimas cinco décadas, en las que la energía alimentaria que provenía de cereales y leguminosos se ha reducido, a la par del aumento de la que se obtiene de la ingesta de azúcares y de grasas de origen animal y vegetal.

No obstante, la forma en la que se busca prevenir esas dificultades para el sistema de salud merece también reflexionarse. Paulatinamente, la alimentación ha pasado de sustentarse en la tradición a estar sujeta a la regulación y vigilancia individual, orientada por expertos. Esto ha desencadenado casos de insatisfacción con el cuerpo, desórdenes de alimentación, discriminación, anorexia o dietas que pueden conducir a la muerte, al establecer la delgadez como modelo corporal legítimo.

Por su parte, desde la década de los noventa, ha ganado fuerza la idea de explorar las transformaciones del ambiente alimentario, así, se identificó que las oportunidades y condiciones de vida que configuran un ambiente obesogénico repercuten en patrones alimentarios y de actividad física que conducen a la acumulación de grasa corporal.

En el caso de México, aunque en el diseño de políticas públicas predomina la postura enfocada en los comportamientos individuales, la academia ha mantenido una interacción constante con funcionarios para elaborar diversas propuestas a nivel poblacional; destacando el enfoque de la prevención a edades tempranas, las recomendaciones respecto a bebidas de alto contenido calórico, y para restringir los consumos hipercalóricos y aumentar los saludables. Concluye que lo anterior no considera la evidencia de que, entre el ambiente y los comportamientos individuales, existen ámbitos de interacción que también repercuten, como las redes sociales, el entorno escolar o la configuración del hogar. En dichos ámbitos de interacción se configura buena parte de la apropiación de significados, que tienen el poder de producir comportamientos.



Fustamante y Quispe (2019) refieren que la prevalencia de conocimientos, actitudes y prácticas sobre una alimentación saludable en adolescentes de dos Instituciones Educativas Públicas en Lima, a través de un diseño no experimental, de corte-trasversal, y de tipo descriptivo, que el 57% de los adolescentes tienen un nivel de conocimiento regular, el 83.4% presentan una actitud favorable y el 78.2% de los adolescentes presentaron una práctica inadecuada en alimentación saludable, concluyendo que más de la mitad de los adolescentes tienen un nivel de conocimiento regular pero su actitud para optar por una alimentación saludable era favorable aunque existieran discrepancias en cuanto a conocimiento y práctica.

Johnson et al. (2019) en un estudio que utiliza la Encuesta Mundial de Salud en Estudiantes (GSHS) afirma que la prevalencia de conductas dietéticas y de tamaño corporal poco saludables era alta en los 620 adolescentes que participaron en ese estudio durante el año 2015: el 61% informó un alto consumo de refrescos, el 18% tenía sobrepeso y el 31% padecía retraso en el crecimiento de moderado a grave.

Estas cifras resultan ser relevantes en virtud que la encuesta pretendía describir los comportamientos de la salud en los adolescentes, incluyendo circunstancias como la frecuencia y calidad en la ingesta de los alimentos. Así mismo en enero del 2016, los resultados fueron discutidos con líderes escolares para identificar donde debían priorizarse los esfuerzos de promoción de la salud considerando que las zonas rurales del país enfrentan desafíos en cuanto a su salud física y mental que no son abordados adecuadamente debido a las limitaciones de los recursos. Este estudio también combinó aspectos relacionados con la nutrición, salud mental y sexualidad (p.6).



Además, Olea (2019) propone comprender teóricamente los procesos que producen el fenómeno de la estigmatización social de las corporalidades gordas, a través de un análisis de literatura focalizado en dos dimensiones que atraviesan esta problemática: la salud y la apariencia. La dimensión de la apariencia relacionada con las evaluaciones y juicios efectuados sobre las cualidades físicas de los cuerpos, basados en la existencia de ideales socioculturales acerca de lo que constituye lo bello y lo socialmente valorado y la dimensión de la salud relacionada directamente con la institución de la medicina moderna, mediante la cual las desviaciones bio-psicosociales propias de la diversidad humana resultan patologizadas, estableciendo estándares de normalización y optimización que desarrollan preocupaciones sobre la apariencia del cuerpo que finalmente se configuran en actos de exclusión y estigmatización social. Esta perspectiva es relevante para identificar ideas relacionadas con la normalidad y patología en los sujetos del presente estudio.

Para concluir, Aparco et al (2016) realizó una investigación con el objetivo de evaluar el estado nutricional , patrones de consumo alimentario y actividad física en estudiantes del Cercado de Lima, el alcance de la investigación fue descriptivo-transversal, la muestra incluyo a estudiantes de 1ero a 4to grado de primaria en cuatro instituciones educativas públicas ubicadas en el Cercado de Lima, las variables de estudio fueron el estado nutricional , nivel de hemoglobina, los patrones de consumo de alimentos y de actividad física. Los resultados de la investigación evidenciaron que 824 estudiantes incluidos en el estudio, se encontró un 24% con obesidad, mientras que el sobrepeso afectó al 22%, la proporción de talla baja fue de 5% y la anemia fue 11.9%, en todos los casos no hubo diferencias significativas según sexo. Mas del 40% de escolares consumían 2 o más veces a la semana galletas saladas, jugos envasados y gaseosas, y el 28% de estudiantes eran sedentarios, encontrándose diferencias significativas según sexo. Concluyendo que la obesidad es un problema vigente, con mayor frecuencia que el sobrepeso y que juntos afectan a casi el 50% de los escolares del estudio, evidenciando patrones de sedentarismo y consumo frecuente de alimentos con contenido de azúcar, sal y/o grasas

4. Planteamiento del problema

Esta investigación se llevó a cabo desde la disciplina de Trabajo Social, en colaboración con otras áreas de las ciencias sociales, como la nutrición y la psicología, lo que permitió abordar el problema de manera integral. Desde la perspectiva del Trabajo Social, se busca entender cómo los discursos normativos y las prácticas alimentarias no solo están influenciados por factores individuales, sino también por estructuras sociales y culturales que configuran las decisiones y comportamientos en relación con su alimentación. Por tanto, este estudio subraya los aspectos simbólicos relacionados con la “comida” y los significados que tienen las prácticas alimentarias. La selección, cantidad y dimensiones de consumo de ciertos alimentos, son prácticas comunes de todos los grupos sociales, pero, además, están también reguladas socialmente, precisamente por la carga significativa que implican.

Ante el escaso interés por investigaciones que exploren la influencia de los discursos normativos y las practicas alimentarias en comunidades como Almolonga, el estudio se delimitó al grupo etario de adolescentes, ya que la mayoría de las investigaciones se centran en la Primera Infancia (gestación hasta los 6 años) y la Niñez (7 a 12 años) dejando en segundo plano el desarrollo durante la adolescencia (13 a 17 años), etapa clave antes de la transición a la vida adulta. Además, dado que Almolonga se caracteriza por su alta producción agrícola, especialmente de hortalizas destinadas al mercado nacional e internacional, se esperaba que su población tuviera acceso a alimentos saludables, locales y pertinentes. Este municipio es conocido como la “Hortaliza de Centroamérica” por su significativa producción de hortalizas.

Por lo anterior, se consideró indispensable comprender la manera en que los discursos normativos, sociales, culturales y estatales interfieren en las conductas alimentarias que inciden en las causas subyacentes de la malnutrición por exceso, es decir, sobrepeso en adolescentes del municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango. Comprendiendo para esta investigación, la etapa de la adolescencia desde los 13 años hasta los 17 años. Considerando para esta investigación a las y los adolescentes que estudian en



centros educativos a nivel básico ubicados en el municipio de Almolonga del Departamento de Quetzaltenango.

Martínez (2020), en su artículo “Significados sociales y alimentación de escolares en la Ciudad de México”, menciona que desde la década de los ochenta se han documentado elevados niveles de exceso de peso en todo el mundo, que se presentan tanto en población adulta como en la infantil; sin embargo, aunque la prevalencia durante la infancia ha sido menor, la evidencia apunta a que está aumentando más aceleradamente que la de los adultos

Existen algunos antecedentes de investigaciones en el departamento de Quetzaltenango sobre el sobrepeso en la niñez, como resalta Gálvez (2010) quien realizó un estudio cuyos objetivos fueron determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil en niños de 7 a 13 años en la Ciudad de Quetzaltenango, Guatemala, y analizar los factores y hábitos asociados con su aparición. Se trata de un estudio de corte transversal, en el que se emplearon medidas directas de parámetros antropométricos y un cuestionario de hábitos para evaluar la situación.

La muestra estuvo compuesta por 522 niños escolarizados en la ciudad de Quetzaltenango, con la colaboración de tres centros educativos, dos públicos y uno privado. Fueron recopilados datos sobre variables como peso, talla, actividad física, hábitos dietéticos y otros factores socioeconómicos. Los resultados mostraron una prevalencia de sobrepeso del 16.9% y de obesidad del 11.1%, lo que suma una prevalencia total de sobrepeso y obesidad del 28% (p.3). Se encontró que la titularidad del colegio influyó significativamente en la aparición de sobrepeso y obesidad, siendo más alta en los niños del colegio privado que en los públicos. Además, el sexo masculino presentó una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad, especialmente en el colegio privado. Factores como la ingesta de verduras, la actividad física solo los fines de semana y el curso escolar también estuvieron relacionados con la presencia de sobrepeso y obesidad. Estos hallazgos sugieren que Quetzaltenango enfrenta un problema de sobrepeso y obesidad infantil similar a otras partes del mundo, lo que indica la necesidad de tomar medidas preventivas y correctivas urgentes, enfatizando la importancia de intervenciones dirigidas a padres, maestros y niños para mitigar la aparición



de enfermedades crónicas asociadas y mejorar la calidad de vida presente y futura de los escolares.

Asimismo, en Almolonga, aunque la producción de hortalizas se realiza a pequeña escala, el último Plan de desarrollo Municipal, indica que una parte significativa del territorio es destinado a una producción intensiva con un alto uso de fertilizantes y plaguicidas (Segeplan, 2010, p.32). Este modelo productivo se ha reflejado en un crecimiento económico evidente desde la década de 1970 (Tec, 2017, p. 70).

Por otra parte, es preciso considerar que, como lo señalan Arnaiz et al. (2020), la desigualdad en la distribución de la obesidad prevalece “entre las personas en situación de mayor precarización social y alimentaria” (p. 2). Esto significa que el crecimiento económico del municipio puede no ser equivalente al desarrollo social asociado a condiciones alimentarias saludables. Por ejemplo, según datos del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social para 2022, las principales causas de morbilidad por enfermedades crónicas en el municipio fueron Hipertensión esencial (33%) y diabetes mellitus no especificada (20%) (MSPAS, 2022).

No obstante, para este estudio, más allá de los factores clínicos, es necesario definir los discursos normativos como categoría que puede entenderse en dos sentidos: el primero de ellos, se refiere a los discursos que están inmersos en el sentido común de los grupos sociales y que muchas veces estos pueden influir en la alimentación no saludable y que se traducen en regulaciones institucionalizadas. En otro sentido, los discursos normativos pueden comprenderse como los discursos traducidos en norma oficial, a través de leyes o políticas oficiales.

Lo anterior se relaciona con las conductas y prácticas alimentarias que tienen como base la motivación y la percepción entre otros procesos que se comunican en diferentes formas individuales y colectivas, así también toman características muy particulares en las familias y en los grupos sociales en donde influyen activamente en la manera como se prepara, alimenta y nutre el individuo, por otro lado, la buena nutrición regularmente es ambivalente en sus prácticas, pues, por una parte, promueve el discurso de la alimentación

saludable, pero por otra, no se involucra en la prevención de factores de riesgo relacionados con la malnutrición por exceso (Vilapriño et al., 2016, p. 13).

Los modelos de la malnutrición identifican a las conductas y prácticas alimentarias como causas subyacentes de padecimientos nutricionales por deficiencia y exceso, en Guatemala el abordaje a la problemática se ha concentrado en el tratamiento de la desnutrición crónica, tomando en cuenta que la mitad de la niñez menor de 5 años la padece, sin embargo, el sobrepeso y la obesidad no es aún una prioridad, a pesar de señalado por Navas et al. (2014) en la definición de sobrepeso y obesidad como problemas de salud pública que implica retos más significativos de lo que inicialmente se podría suponer. De hecho, la consideración de estas condiciones como una epidemia global por parte de las autoridades de salud parece dificultar, en cierta medida, la comprensión de su verdadera complejidad y diversidad (p. 1722).

Además, el sobrepeso es el resultado de la interacción entre diversos factores que regulan los procesos fisiológicos, las preferencias alimentarias y la actividad física a lo largo de la vida, y está influido por un entorno que promueve el consumo elevado de energía en forma de calorías, la ingesta de productos altamente procesados y bebidas azucaradas, así como un estilo de vida sedentario, tal y como lo describen Díaz y Blanco (2021, p. 225). y que al desarrollarse en la infancia y en la adolescencia, constituyen un factor predictor de la obesidad adulta (Lamarque y Orden, 2017, p. 172). Algunas características en los adolescentes con sobrepeso, son de orden biológico, como un mayor historial de lactancia mixta durante los primeros meses de vida, antecedentes de obesidad en familiares de primer grado, y un patrón de alimentación que se caracteriza por el consumo predominante de cereales, lácteos, alimentos azucarados y granos, con un bajo consumo de frutas y vegetales y, otras más relacionadas a los estilos de vida, como una tendencia hacia la inactividad física diaria, poca actividad deportiva, una cantidad considerable de horas dedicadas a ver televisión, o uso de dispositivos electrónicos como computadoras (Guerra et al., 2009, p. 31).



Algunos autores, como Flores (2016), consideran que la obesidad y el sobrepeso está relacionado con comportamientos alimentarios en los que la desmesura es una de sus características esenciales, aunque concluye que se establece como un conflicto entre el discurso biomédico y las representaciones relacionadas a los modelos estéticos.

Sin embargo, como lo han hecho ver Contreras y García, no se trata solamente de un tema de orden médico o, en un sentido más amplio, biológico, sino que se trata de un fenómeno complejo, arraigado en nuevas circunstancias cuyas causas están relacionadas con factores sociales, económicos y culturales (Contreras y Gracia, 2012, p. 42).

Es importante, considerar la posibilidad de otros factores que pueden inducir al consumo excesivo de alimentos que generan sobrepeso, como lo que menciona Pérez-Gil et al. (2012), en relación con que tanto la escuela como la familia ejercen influencia en la población infantil y escolar en términos de información, formación y simbolismos, sobre las prácticas alimentarias de niñas, niños y adolescentes, lo que configura sus conocimientos o desconocimientos relacionados (p. 22). Finalmente se plantea el problema que existe la posibilidad que los discursos normativos a nivel social pueden influir en las conductas alimentarias de los adolescentes, incidiendo en las causas subyacentes de la malnutrición por exceso.

Este estudio busca realizar una contribución desde las ciencias sociales para la comprensión del fenómeno de los discursos normativos que inciden en las conductas y comportamientos alimentarios como causa subyacente de malnutrición por exceso en adolescentes matriculados en 2024 en establecimientos públicos de educación básica del municipio de Almolonga en el Departamento de Quetzaltenango. Por tanto, se plantearon las siguientes preguntas generadoras:

¿Cuál es la situación de peso y talla de las y los adolescentes que estudian el nivel básico en establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango?

¿Cuáles son los discursos normativos existentes en las prácticas de alimentación de las y los adolescentes y sus familias en los establecimientos de educación formal oficial a nivel básico ubicados en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango?

¿Qué relación existe entre los discursos normativos, creencias y prácticas sobre la alimentación, reproducidas por las y los adolescentes de los establecimientos de educación formal oficial a nivel básico ubicados en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango?

5. Objetivos

General:

- Comprender la relación entre los discursos normativos sobre la alimentación y las prácticas alimentarias que contribuyen al sobrepeso en adolescentes de nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial del municipio de Almolonga en el Departamento de Quetzaltenango.

Específicos:

- Determinar la situación de peso y talla de adolescentes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial del municipio de Almolonga en el Departamento de Quetzaltenango, por medio de la aplicación de pruebas antropométricas.
- Identificar los discursos normativos existentes en las prácticas de alimentación de adolescentes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial y sus familias ubicados en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango.
- Interpretar la relación entre discursos normativos, creencias y prácticas sobre la alimentación, reproducidas por los adolescentes que cursan el nivel básico en los

establecimientos de educación formal oficial, del municipio de Almolonga, departamento de Quetzaltenango.

6. Hipótesis

Por tratarse de una investigación mixta, no se ha hecho uso de hipótesis que regularmente se confeccionan en las investigaciones de tipo hipotético-deductivo. Para esta investigación se ha recurrido al uso de una hipótesis emergente (trabajo) para la fase cualitativa de la investigación:

Los discursos normativos influyen en las practicas alimentarias de las y los adolescentes por lo que forman parte de las causas subyacentes de la malnutrición por exceso.

7. Método

La investigación de campo se realizó a través de método inductivo, y con su utilización, se buscó evitar la imposición de marcos teóricos predefinidos que podrían haber limitado tanto la recolección de datos como la interpretación de los hallazgos.

Los sujetos de estudios fueron las y los estudiantes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el Municipio de Almolonga Quetzaltenango, en donde se tuvo un acercamiento directo a los sujetos de estudio y se obtuvieron datos a través de entrevista, encuestas y observación directa con el objetivo de comprender la relación existente entre los discursos normativos relacionados a la alimentación y las practicas alimentarias que producen sobrepeso en adolescentes. La investigación de campo se llevó a cabo durante el mes de abril de 2024.

7.1. Tipo de investigación

Se trata de una investigación de tipo básica, pues fue orientada hacia la generación de conocimiento nuevo acerca del fenómeno de la malnutrición por exceso. Como se indica en los criterios de Frascatti: “La investigación básica consiste en trabajos experimentales o teóricos que se emprenden fundamentalmente para obtener nuevos conocimientos acerca de



los fundamentos de fenómenos y hechos observables, sin pensar en darles ninguna aplicación o utilización determina” (OECD, 2018, P.30).

7.2. Enfoque y alcance de la investigación

La investigación se realizó desde un enfoque mixto secuencial, es decir fue desarrollada por medio del uso de dos fases, una cuantitativa y otra cualitativa, de manera sucesiva y complementaria. Con la fase inicial, de orden cuantitativo, la idea fue obtener datos que permitieran identificar con claridad la dimensión del sobrepeso en adolescentes escolarizados en el sector público. Con esos datos y su interpretación, fue posible avanzar a una segunda fase, de orden cualitativo, la cual fue privilegiada en tanto constituye la base para comprender la relación entre un sentido común arraigado en el sistema de creencias y expresado en los discursos normativos, con las prácticas alimentarias que producen sobrepeso en los adolescentes.

La investigación con enfoque mixto se desarrolló en dos momentos:

En el primer momento se realizó un abordaje cuantitativo cuyo objetivo se enfocó en preparar el campo para la comprensión cualitativa. Por tanto, se aplicaron pruebas antropométricas para establecer el peso y la talla de los adolescentes, no se consideró la evaluación de la circunferencia abdominal para no invadir la privacidad de los adolescentes en su integridad física.

En ese sentido, el primer momento permitió establecer la situación nutricional de las y los adolescentes y los hábitos de la alimenticios saludables y no saludables a través de la aplicación de la encuesta de puntaje de consumo de alimentos.

En el segundo momento se realizó un abordaje cuantitativo y cualitativo para la identificación de la escala de medición actitudinal relacionada a la alimentación saludable y actividad física, así mismo se realizó un proceso de observación directa en el momento de la refacción para observar la dinámica de comunicación entre los adolescentes, selección y el consumo de alimentos en el horario de la refacción escolar.



Además, a través de la entrevista se examinaron las percepciones de la muestra de adolescentes, y se invitó a participar de manera voluntaria a los padres de familia y actores clave como; maestros y directores, esto con el objetivo de identificar los discursos normativos, prácticas de alimentación y estrategias implementadas por el sistema educativo para la promoción de hábitos alimenticios saludables en el municipio de Almolonga, ubicado en el Departamento de Quetzaltenango.

Por otra parte, se puede decir que, por tratarse de una investigación mixta de orden secuencial, esta investigación fue planteada y desarrollada con dos tipos de alcance. La primera fase, tuvo un alcance exploratorio en los términos del aporte inicial a la dimensión cuantitativa del fenómeno. La segunda fase, tuvo un alcance explicativo a partir de la interpretación de los discursos normativos que rigen las interacciones de las personas. Esto fue parte del segundo momento de la investigación, que, como se ha explicado, constituye el centro para la comprensión del fenómeno y cuyo objetivo principal fue comprender y explicar los complejos fenómenos que vinculan las prácticas alimentarias y el sobrepeso en adolescentes del municipio de Almolonga; asimismo, permitió profundizar sobre las dinámicas sociales y culturales que influyen en la alimentación de las y los adolescentes.

7.3. Diseño de la investigación

Se utilizó un diseño fenomenológico ya que este permite retomar las experiencias vividas, las subjetividades de las personas y los significados que atribuyen a sus vidas y/o hechos que se encuentran en la conciencia (Martínez, 2004, p.139), recortes tomados como objeto de investigación, en este caso, los relacionados a la alimentación. El diseño fenomenológico se propone percibir el significado de la conducta con una visión de unidad y totalidad, yendo más allá del pensamiento objetivo. Es una revelación del otro en su totalidad y no en sus fragmentos, comprender su pensamiento es penetrar en su mundo para tratar de interpretarlo.

7.4. Población, muestra y muestreo

Para la investigación cuantitativa se consideró la participación del total de los 139 adolescentes que asistieron a los institutos durante la convocatoria realizada para participar en el proceso de esta investigación.

La investigación cualitativa se adoptó un enfoque de muestreo no probabilístico por conveniencia, en donde la selección de los elementos se fundamentó en las particularidades específicas de la investigación. Este método implicó un proceso de toma de decisiones más subjetivo, priorizando la relevancia de los participantes en función de los objetivos del estudio y el diseño general de la investigación. Por tanto, del total de los 139 adolescentes que participaron en las pruebas antropométricas se seleccionaron a 38 adolescentes que, de acuerdo al IMC, presentaban sobrepeso y obesidad.

Para propiciar la participación de los padres de familia en el proceso de investigación, se convocaron a los padres de familia a través de los 38 adolescentes seleccionados con el objetivo de establecer los nexos entre la reproducción de discursos normativos y prácticas familiares relacionadas con la alimentación y el sobrepeso. Además, con el objetivo de triangular las percepciones y subjetividades de los adolescentes y padres de familia, se realizaron entrevistas a todos los maestros presentes al momento del estudio realizado.

7.5. Técnicas

7.5.1 Técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de la información cuantitativa

Las técnicas y los instrumentos de la investigación cuantitativas fueron aplicados a un total de 139 estudiantes; 53 estudiantes del Instituto Núcleo Familiar para el Desarrollo-NUFED y 86 del Instituto por Cooperativa que corresponde al total de las y los estudiantes que asistieron a la convocatoria realizada en ambos institutos.

La investigación cuantitativa se realizó a través de la aplicación de las siguientes técnicas e instrumentos.

Tabla 1

Técnicas e instrumentos utilizados-cuantitativo

Investigación Cuantitativa		
Técnica	Instrumento	Dirigida a
Mediciones Antropométricas	Formulario de Kobo	139 estudiantes
Encuesta	Guía de encuesta: Sobre el Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA)	139 estudiantes
	Guía de encuesta: Escala de Medición Actitudinal tipo Likert hacia la alimentación y actividad física.	139 estudiantes

Nota. Técnicas, instrumentos y muestra utilizados en la fase cuantitativa

7.5.1.1 Mediciones antropométricas

Está técnica se utilizó para la determinación de peso y talla y establecer la situación nutricional de las y los adolescentes de 13 a 17 años que asisten a los centros educativos públicos de Almolonga, Quetzaltenango, aplicando los parámetros de la Organización Mundial para la Salud (OMS) para clasificar el índice de masa corporal (IMC) según edad.

Es importante mencionar que en un inicio se había considerado dentro de las mediciones antropométricas realizar una evaluación del perímetro abdominal, sin embargo, se concluyó que la evaluación era invasiva y por respeto a la integridad de las y los adolescentes no se realizó.

El instrumento utilizado fue un formulario diseñado en KOBO para facilitar el análisis de los resultados obtenidos a través de Excel.

7.5.1.2 Encuesta de Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA)

Esta técnica se utilizó para obtener información sobre el consumo de alimentos, así mismo para establecer las actitudes de las y los adolescentes sobre la alimentación, hábitos saludables y actividad física.

7.5.1.3 Encuesta de la Escala de Medición Actitudinal (EMA):

Esta técnica se utilizó para evaluar las actitudes de los adolescentes hacia la alimentación y la actividad física. Se aplicó inicialmente a 139 estudiantes mediante una encuesta, proporcionándoles una visión general de sus percepciones. Posteriormente, con el objetivo de profundizar en la relación entre los discursos normativos y las prácticas alimentarias, la escala se implementó en un segundo momento cualitativo a través de entrevistas dirigidas a adolescentes con sobrepeso y obesidad. Este enfoque permitió identificar con mayor precisión las percepciones individuales, las influencias socioculturales y los factores que inciden en la toma de decisiones sobre su alimentación y actividad física.

7.5.2 Técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de la información cuantitativa

En la fase cualitativa se utilizó las siguientes técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de la información:

Tabla 2
Técnicas e instrumentos utilizados-cualitativo

Investigación Cuantitativa		
Técnica	Instrumento	Dirigida a
Observación	Guía de observación estructurada	Mercados y tiendas cercanas a los institutos: NUFED Cooperativa y al momento de la refacción
Entrevista	Guía de entrevista semiestructurada	17 estudiantes
	Guía de entrevista semiestructurada	4 maestros 1 director
	Guía de entrevista semiestructurada	10 padres de familia

7.5.2.1 Observación

Para esta investigación esta técnica, se consideró fundamental, ya que permitió la recolección directa de datos en contextos específicos, por lo que a través de una guía estructurada se realizó un proceso de observación en los establecimientos educativos a nivel básico, en el horario de la refacción escolar. Esta guía incluyó categorías específicas que facilitaron la sistematización de la información sobre la elección de alimentos, así como la accesibilidad y disponibilidad de opciones saludables. La observación se llevó a cabo en dos fases: una preliminar, que permitió familiarizarse con el entorno y los comportamientos de los estudiantes, y otra activa durante la hora de la refacción escolar.



Durante la fase de observación activa, se registraron de manera sistemática las elecciones alimentarias y las dinámicas sociales, prestando especial atención a las interacciones entre los adolescentes. Además, se realizaron interacciones discretas con los estudiantes, lo que enriqueció el análisis de sus preferencias y percepciones alimentarias.

Esta no solo facilitó la identificación de patrones de comportamiento, sino que también contribuyó a contextualizar las decisiones alimentarias dentro de un marco social y cultural específico, brindando una comprensión más profunda de las dinámicas que influyeron en la alimentación de las y los adolescentes.

7.5.2.2 Entrevista

Esta técnica fue empleada para obtener un acercamiento a los elementos subjetivos del fenómeno. Esto quiere decir, que con esta técnica se buscó un acercamiento a pensamientos, percepciones, prácticas y costumbres que tienen las y los adolescentes, padres de familia y docentes, sobre la alimentación, sobrepeso, actividades físicas entre otros. Para este estudio, se empleó una guía semiestructura de pregunta, pues con esta se pudo acceder de manera inmediata a la información deseada. Los instrumentos utilizados fueron;

- › Guía de entrevista semiestructurada dirigida a estudiantes
- › Guía de entrevista semiestructurada dirigida a maestros y directores
- › Guía de entrevista semiestructurada dirigida a padres de familia

Al inicio se justificó la realización de grupos de discusión para obtener una comprensión más profunda de las percepciones, prácticas y costumbres relacionadas con la alimentación, el sobrepeso y las actividades físicas entre adolescentes, padres de familia y maestros; sin embargo, tras observar la dinámica durante la fase de investigación cuantitativa, se decidió que era más prudente llevar a cabo entrevistas individuales. Esta decisión se basó en la necesidad de captar las opiniones y experiencias subjetivas de cada participante de manera más efectiva, ya que las discusiones grupales podrían haber limitado la expresión de ciertos puntos de vista o experiencias personales.

Para ello, se utilizaron guías de entrevista semiestructuradas dirigidas a diferentes grupos: estudiantes, maestros, así como padres de familia. Estas guías permitieron explorar en profundidad los pensamientos y percepciones de los participantes, asegurando que se abordaran aspectos clave relacionados con la alimentación y salud.

La elección de realizar entrevistas individuales garantizó un ambiente más cómodo y propicio para que cada persona compartiera sus ideas y vivencias de forma abierta y sincera, enriqueciendo así la calidad de la información recolectada.

Desde un punto de vista logístico, optar por entrevistas individuales, aseguró el desarrollo de la investigación en un ambiente cómodo y propicio, permitiendo que cada persona compartiera sus ideas y experiencias de manera abierta, lo que enriqueció la calidad de la información recolectada. Además, cada participante confirmó su disposición a participar en el estudio, mediante un consentimiento informado, el que también autorizó la grabación en audio de las entrevistas.

7.6. Resumen de las variables o unidades de análisis

Tabla 3

Variables o unidades de análisis

Fase	Objetivo específico	Variable/categoría	Categoría	Instrumentos	Unidad de medida o cualificación
Cuantitativa	Determinar la situación de peso y talla de adolescentes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango, por medio de la aplicación de	Estado nutricional de adolescentes entre 13 y 17 años.		Medición antropométrica.	2DE de peso para la talla, consumidos en las últimas 24 horas.
				Formulario de Kobo	Media de % de macronutrientes consumidos en las últimas 24 horas.
				Guía de encuesta: Sobre el Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA)	Puntaje de consumo de alimentos

	pruebas antropométricas.			Escala de Medición Actitudinal tipo Likert hacia la alimentación y actividad física.	Escala de calificación de afirmaciones
Cualitativa	Identificar los discursos normativos existentes en las prácticas de alimentación de adolescentes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial, y sus familias ubicadas en el municipio de Almolonga del departamento de Quetzaltenango.		Discursos normativos sobre la gordura y el sobrepeso	Escala de Medición Actitudinal tipo Likert hacia la alimentación y actividad física	Discursos, hábitos y prácticas
			Discursos normativos sobre la alimentación saludable	Entrevistas semiestructuradas	
			Discursos normativos sobre la alimentación cotidiana	Entrevistas semiestructuradas	
			Discursos normativos sobre la alimentación excepcional		
			Discursos normativos relacionados a la salud		
	Interpretar la relación entre discursos normativos, creencias y prácticas sobre la alimentación, reproducidas por los adolescentes que cursan el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial, del municipio de Almolonga, departamento de Quetzaltenango.		Discursos normativos sobre la gordura y el sobrepeso	Entrevistas semiestructuradas	
			Discursos normativos sobre la alimentación saludable		
			Discursos normativos sobre la alimentación cotidiana		
			Discursos normativos sobre la alimentación excepcional		
			Discursos normativos relacionados a la salud		

Nota. Variables y unidad de análisis utilizados en la investigación.

7.7. Procesamiento y análisis de la información.

Análisis de Pruebas antropométricas

Los resultados fueron integrados en la plataforma KOBO, la que permito el ordenamiento de los datos a través de Excel, para luego evaluar los resultados por el Índice de Masa Corporal, que es una medida estandarizada que permite clasificar el estado nutricional de una persona con base en la relación entre su peso y su altura. Este indicador es ampliamente utilizado en estudios de salud pública para identificar riesgos asociados con el sobrepeso y la obesidad, así como posibles deficiencias nutricionales.

Análisis del Puntaje de Consumo de Alimentos

Asimismo, con el objetivo de evaluar la frecuencia y diversidad en el consumo de alimentos durante los siete días previos a la encuesta, se registró el Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA) de los adolescentes entrevistados. El PCA es una metodología aplicada por el Programa Mundial de Alimentos que mide la frecuencia de consumo de ocho grupos de alimentos en un período determinado, proporcionando un panorama sobre la calidad y variedad de la dieta de una población.

El análisis del PCA permite identificar posibles deficiencias nutricionales y patrones de alimentación que pueden estar contribuyendo al sobrepeso y la obesidad observados en los adolescentes evaluados. Una dieta baja en diversidad y alta en productos ultraprocesados puede tener implicaciones significativas en el desarrollo físico y cognitivo de los jóvenes. Por ello, la interpretación de estos resultados es clave para diseñar estrategias de intervención que fomenten prácticas alimentarias saludables y mejoren la seguridad alimentaria en este grupo etario.

Análisis de la Encuesta de la Escala de Medición Actitudinal

Para el análisis de los resultados de la encuesta sobre actitudes hacia la alimentación saludable, se utilizó un enfoque metodológico mixto. En una primera fase, se realizó un análisis cuantitativo de los datos obtenidos mediante la aplicación de la encuesta, utilizando el programa Excel para procesar la información y generar una distribución de respuestas clara



y detallada. Esto permitió identificar patrones y tendencias en las actitudes de los adolescentes respecto a la alimentación saludable.

En la segunda fase, se complementó el análisis con un enfoque cualitativo, integrando la información obtenida a través de las entrevistas realizadas a adolescentes con sobrepeso y obesidad. Este proceso permitió una comprensión más profunda de las percepciones individuales, las influencias socioculturales y los factores subjetivos que inciden en sus decisiones alimentarias. La combinación de ambos enfoques permitió contrastar los datos cuantitativos con las narrativas y experiencias personales de los adolescentes, enriqueciendo la interpretación de los resultados y brindando un panorama más integral sobre la influencia de los discursos normativos en sus hábitos alimenticios.

Análisis del proceso de Observación

El proceso de análisis de la información se llevó a cabo mediante la sistematización de los datos recopilados durante las observaciones estructuradas en los establecimientos educativos a través de una guía de observación consensuada que permitió clasificar la información en categorías específicas, como elección de alimentos, comportamientos sociales y entorno de consumo. Posteriormente, se realizó un análisis cualitativo para identificar patrones y tendencias en las elecciones alimentarias de los estudiantes, así como en sus interacciones sociales. Este análisis se enriqueció con interacciones discretas con los estudiantes, lo que facilitó una comprensión más profunda de sus preferencias y percepciones.

Análisis de las entrevistas semiestructuradas

El análisis de las entrevistas inició con la transcripción de los audios de las entrevistas: para esta tarea, se empleó Pimpoint, una herramienta desarrollada por Google para investigadores. Con esta aplicación, se hizo una captación en texto, de cada uno de los audios. Posteriormente, se hizo un cotejo de los audios con los textos para corroborar la fidelidad y hacer los ajustes necesarios. Luego se realizó la codificación de cada uno de los textos relacionados a las entrevistas, fue codificado de manera libre (no a priori) con el



auxilio de AtlasTi, un software de análisis cualitativo que permite identificar, de manera manual, las regularidades en los discursos de las personas, expresados en las entrevistas. Seguidamente se realizó la categorización, que consistió en correspondencia con cada una de las categorías identificadas en el trabajo de campo. Cada categoría responde, además, al marco conceptual relacionado al fenómeno de investigación. Para ello, se construyeron unidades hermenéuticas con 28 códigos identificados, los cuales fueron agrupados en 5 categorías: Discursos sobre la gordura y el sobrepeso, Discursos sobre alimentación saludable, Discursos sobre alimentación cotidiana, Discursos relacionados a la alimentación excepcional y Discursos relacionados a la salud.

8. Aspectos éticos y legales

La investigación se ajustó a los principios éticos de Helsinki (Asociación Médica Mundial [AMM], 2013), clasificando el estudio como de riesgo mínimo. Para participar y utilizar la información, se solicitó autorización a las autoridades educativas quienes se encargaron de informar a los padres a través de una nota días previos a la toma de datos cuantitativos. En el caso de los adolescentes, se utilizó un formato de asentimiento informado, mientras que para los padres y maestros se empleó un consentimiento informado. A todos los participantes se les explicó el objetivo del estudio, participación voluntaria y su derecho a retirarse sin ninguna consecuencia escolar, garantizando el anonimato y confidencialidad de todos los participantes.

Para garantizar la confidencialidad de las personas que participaron en las entrevistas, a cada una se les asignó un código con el que también fueron nombrados los audios.

9. Resultados y discusión

9.1 Análisis de resultados

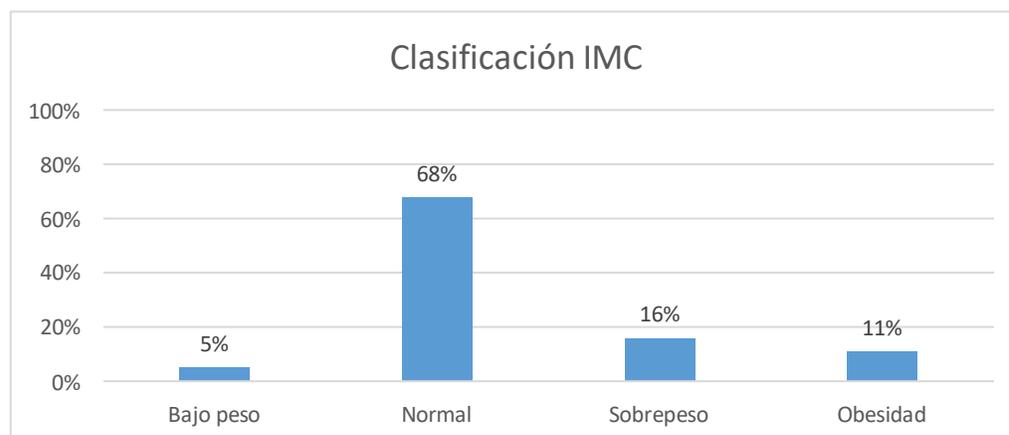
En este apartado se presenta los resultados obtenidos para el alcance de los objetivos de la investigación.

Resultado No. 1: Evaluación de peso y talla en adolescentes que estudian el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

Las pruebas antropométricas de peso y talla fueron realizadas a 139 adolescentes de ellos; 53 son estudiantes del Núcleo Familiar Educativo para el Desarrollo- NUFED y 86 estudian en el Instituto Básico por Cooperativa de Almolonga-IBCA, como se presenta a continuación. A continuación, se detalla la clasificación nutricional de las y los adolescentes evaluados según el Índice de Masa Corporal (IMC), que es una medida utilizada para clasificar a las personas en diferentes grupos de peso en relación con su altura.

Figura 1

Clasificación Nutricional según IMC-Institutos de Almolonga, Quetzaltenango





Nota. El gráfico representa la clasificación nutricional según IMC de los adolescentes evaluados en los dos institutos de Almolonga, Quetzaltenango.

Los resultados de la evaluación realizada a 58 mujeres adolescentes y 81 varones adolescentes (un total de 139) que asisten al ciclo básico de Almolonga muestran una distribución variada de categorías según el índice de Masa Corporal (IMC).

Según los parámetros establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), los resultados se desglosan de la siguiente manera:

- **Bajo Peso (5%):** este porcentaje indica que solo el 5% de los adolescentes evaluados se encuentran en la categoría de bajo peso. Esto significa que tienen un IMC inferior al rango considerado saludable para su edad y altura. Un bajo peso puede ser un signo de deficiencia nutricional o de una ingesta calórica insuficiente, lo que puede afectar el desarrollo adecuado de los adolescentes.
- **Peso Normal (68%):** la mayoría de los adolescentes, un 68%, se clasifica en la categoría de peso normal. Esto sugiere que tienen un IMC adecuado, lo que implica que están en un rango saludable para su edad y altura. Mantener un peso normal es crucial para el desarrollo físico y mental durante la adolescencia.
- **Sobrepeso (16%):** por otro lado, el 16% de los adolescentes se encuentra en la categoría de sobrepeso, lo que indica que su IMC está por encima del rango normal pero no alcanza los niveles de obesidad. El sobrepeso puede ser un indicativo de un estilo de vida poco activo y una dieta poco saludable, lo que puede aumentar el riesgo de problemas de salud en el futuro.
- **Obesidad (11%):** Este porcentaje es preocupante, ya que la obesidad se asocia con un mayor riesgo de desarrollar diversas enfermedades crónicas, como diabetes tipo 2, hipertensión y problemas cardiovasculares. La presencia de obesidad en esta población sugiere la necesidad de implementar estrategias de intervención que promuevan hábitos alimenticios saludables y un estilo de vida activo. Además, es fundamental abordar la obesidad desde una perspectiva integral, considerando

factores sociales, económicos y culturales que pueden influir en los comportamientos alimentarios y de actividad física de los adolescentes.

Según la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015, capítulo Guatemala, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes de 13 a 15 años es de 37.8% (29.4% de sobrepeso y 8.4% de obesidad) (MSPAS, 2019), esa prevalencia es menor a la registrada en el estudio por diez puntos porcentuales (27%), sin embargo, es mayor el porcentaje de obesidad (11%), es decir, el estudio determinó más obesidad que la registrada por la Encuesta Mundial de Salud Escolar, esa mayor proporción significa que existe un aumento de jóvenes a padecer enfermedades asociadas con la obesidad. A continuación, se presenta la clasificación nutricional según IMC de los adolescentes de acuerdo con el centro educativo al que asisten:

Tabla 4

Clasificación nutricional según IMC-NUFED

Clasificación nutricional	%	N
Bajo peso	8%	4
Normal	53%	28
Sobrepeso	21%	11
Obesidad	19%	10
Total, general	100%	53

Nota. Clasificación nutricional según IMC de estudiantes evaluados del NUFED, Almolonga, Quetzaltenango.



Los resultados de la evaluación del estado nutricional de las y los estudiantes en el NUFED revelan preocupantes hallazgos que requieren una atención inmediata. Según los datos, el 8% de los adolescentes presenta bajo peso, lo cual puede ser indicativo de deficiencias nutricionales o una ingesta calórica insuficiente. Esta situación puede afectar negativamente el crecimiento y desarrollo físico y cognitivo de los adolescentes, aumentando el riesgo de problemas de salud a corto y largo plazo.

Aún más alarmante es el hecho de que solo el 53% de los adolescentes se clasifica en la categoría de peso normal, lo que sugiere que una proporción significativa de esta población no mantiene un Índice de Masa Corporal (IMC) dentro del rango saludable para su edad y sexo. Mantener un peso adecuado durante la adolescencia es fundamental para un desarrollo físico, mental y emocional apropiado.

Pero quizás los datos más preocupantes son los relacionados con el sobrepeso y la obesidad. El 21% de los adolescentes presentan sobrepeso, mientras que el 19% se encuentra en la categoría de obesidad y juntos alcanza el 40%. Estas cifras son alarmantes, ya que el sobrepeso y la obesidad en la adolescencia se asocian con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como diabetes tipo 2, hipertensión arterial, problemas cardiovasculares, trastornos musculoesqueléticos y algunos tipos de cáncer. Además, pueden tener un impacto negativo en la salud mental, la autoestima y la calidad de vida de los adolescentes, aumentando la probabilidad de problemas como depresión, ansiedad y acoso escolar.

Tabla 5
Clasificación nutricional según IMC-Instituto por Cooperativa

Clasificación nutricional	%	N
Bajo peso	3%	3
Normal	77%	66
Sobrepeso	13%	11
Obesidad	7%	6
Total, general	100.00%	86

Nota. Clasificación nutricional según IMC de estudiantes evaluados del Instituto por Cooperativa, Almolonga, Quetzaltenango.

Los datos presentados en la Tabla 5 muestran que, en el caso de los estudiantes del Instituto por Cooperativa de Almolonga, Quetzaltenango, la distribución del estado nutricional es más favorable en comparación con los datos de NUFED. Según la clasificación por Índice de Masa Corporal (IMC), el 76.74% de los adolescentes se encuentra en la categoría de peso normal, un porcentaje significativamente mayor al 53% reportado en la evaluación del NUFED.

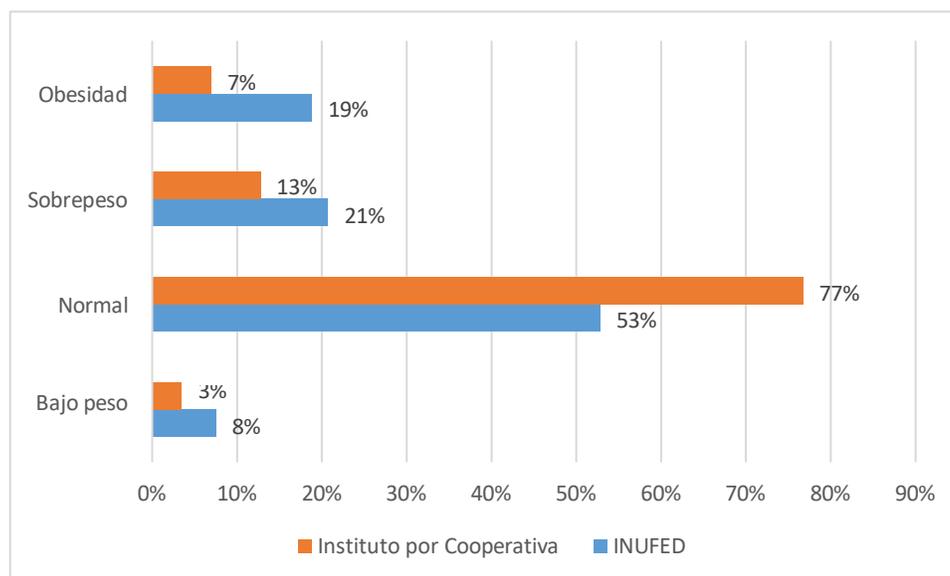
Asimismo, los porcentajes de bajo peso (3.49%), sobrepeso (12.79%) y obesidad (6.98%) son notablemente más bajos que los observados en el análisis general. Esto sugiere que, en el contexto del Instituto por Cooperativa, los estudiantes presentan un estado nutricional más saludable en comparación con la población adolescente del NUFED.

Si bien estos datos son alentadores, es importante no perder de vista que aún existe una proporción considerable de estudiantes con sobrepeso y obesidad, lo cual sigue

representando un riesgo para su salud y bienestar a corto y largo plazo. Es fundamental mantener e incluso mejorar estos indicadores a través de la implementación de estrategias integrales de promoción de estilos de vida saludables en el ámbito escolar y comunitario.

Figura 2

Comparación de clasificación Nutricional según IMC-Institutos de Almolonga,



Nota. Clasificación nutricional según IMC del total de estudiantes evaluados en los Institutos de Educación Básica de Almolonga, Quetzaltenango.

Al comparar estos resultados con los obtenidos en la evaluación de los dos institutos, se observa que el porcentaje de bajo peso es mayor en NUFED (8% frente al 5% al general), mientras que el peso normal es significativamente menor (53% en NUFED frente al 68% al general). Sin embargo, los datos de sobrepeso y la obesidad son más altos en NUFED.

Es importante identificar la brecha notable entre los dos institutos de malnutrición tanto por exceso como por deficiencia. En sobrepeso y obesidad es el doble y en bajo peso el mismo comportamiento en NUFED comparado al Instituto por Cooperativa, además el primero, tiene datos muy cercanos de obesidad y sobrepeso a la encuesta antes mencionada.



La figura No. 2, muestran una distribución variada de categorías de peso entre los estudiantes de nivel básico en Almolonga, con una proporción significativa presentando sobrepeso u obesidad como antes se describió en las tablas 4 y 5. Esto resalta la importancia de abordar los factores que influyen en los comportamientos alimentarios y de actividad física de los adolescentes, con el fin de fomentar un desarrollo saludable y prevenir problemas de salud a largo plazo. Es fundamental implementar estrategias integrales de intervención que promuevan hábitos alimenticios saludables, actividad física regular y un estilo de vida activo entre los adolescentes. Además, es importante abordar los factores sociales, económicos y culturales que pueden influir en los comportamientos de salud de esta población, para así lograr un impacto positivo en el bienestar y desarrollo de los jóvenes.

Los resultados de la medición antropométrica revelaron que, del total de adolescentes evaluados, 22 presentan sobrepeso y 16 obesidad. Esto indica que 38 adolescentes, tanto mujeres como hombres tienen un índice de masa corporal superior al rango considerado saludable. Por esta razón se seleccionaron a 38 adolescentes para participar en la fase cualitativa.

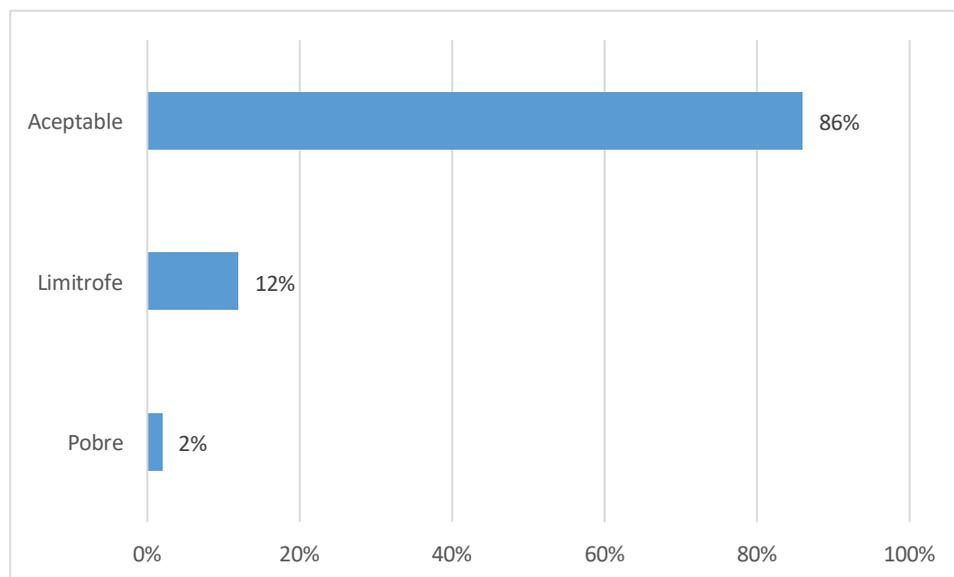
Resultado No. 2: Evaluación de Puntaje de Consumo de Alimentos -PCA- en adolescentes que estudian el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

Para determinar la frecuencia y variabilidad de consumo de alimentos en los últimos siete días antes de la encuesta se registró el Puntaje de Consumo de Alimentos -PCA- de los 139 estudiantes. El PCA es una metodología aplicada por el Programa Mundial de Alimentos y se determina según la frecuencia de consumo de ocho grupos de alimentos en los últimos siete días antes de la encuesta.

Por consiguiente, a continuación, se presenta una tabla de la clasificación del PCA del total de los estudiantes encuestados:

Figura 3

Clasificación de PCA del total de estudiantes encuestados

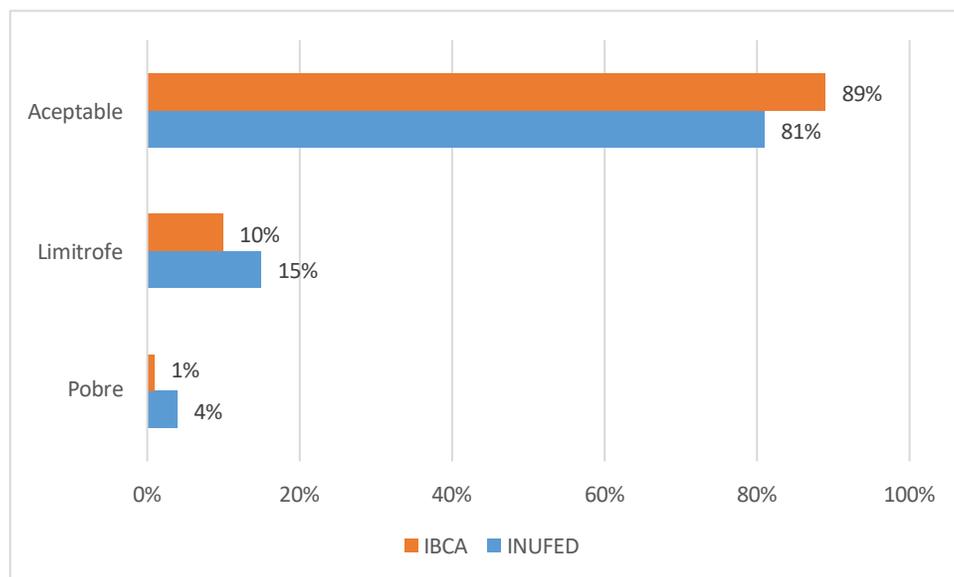


Nota. Clasificación de PCA del total de estudiantes encuestados en dos institutos de Almolonga, Quetzaltenango.

Según los datos registrados, la mayor parte de los estudiantes entrevistados (86%) su consumo es aceptable, mientras que 12% tienen un consumo clasificado como “límitrofe” es decir la variabilidad y frecuencia de consumo de alimentos tiene deficiencias, mientras que 2% se registraron con un consumo pobre, es decir, tienen alta deficiencia en frecuencia y variabilidad en los alimentos que consumen, los estudiantes en esta situación padecen episodios de hambre, es decir el día termina con hambre. A continuación, se presenta la clasificación del Puntaje de Consumo de Alimentos por instituto.

Figura 4

Comparación de PCA de estudiantes por institutos



Nota. Comparación de PCA de estudiantes de los institutos IBCA y NUFED ubicados en el municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

Al comparar los resultados entre los dos institutos, se observa que el NUFED registra una mayor proporción de estudiantes con PCA límitetrofe y pobre, así como una menor cantidad de estudiantes con PCA aceptable, en comparación con el IBCA. Estos hallazgos se correlacionan con los datos presentados anteriormente sobre el estado nutricional, donde el NUFED mostraba mayores porcentajes de sobrepeso y obesidad.

Esta asociación entre un consumo de alimentos deficiente y la presencia de exceso de peso en los adolescentes es un hallazgo esperado. Un patrón alimentario poco diverso, con baja frecuencia de consumo de alimentos saludables y alta ingesta de alimentos procesados, ricos en grasas, azúcares y sal, puede contribuir al desarrollo de sobrepeso y obesidad en esta población (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Estudios previos han demostrado que "una dieta desequilibrada, con un alto consumo de alimentos ricos en grasas y azúcares, se asocia con un mayor riesgo de sobrepeso y



obesidad en adolescentes" (Pérez-Rodrigo et al., 2015, p. 23). Asimismo, la Organización Panamericana de la Salud (2018) señala que "la transición nutricional, caracterizada por el aumento en el consumo de alimentos procesados y ultra procesados, es un factor clave en el aumento de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población adolescente".

Es fundamental abordar estos patrones de consumo a través de intervenciones educativas y de promoción de la salud en el ámbito escolar y comunitario, con el objetivo de fomentar hábitos alimentarios saludables y prevenir las consecuencias negativas del exceso de peso en la salud y el bienestar de los adolescentes.

Resultado No. 3 Aplicación de la encuesta de Escala de Medición Actitudinal aplicada a 139 adolescentes que estudian el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

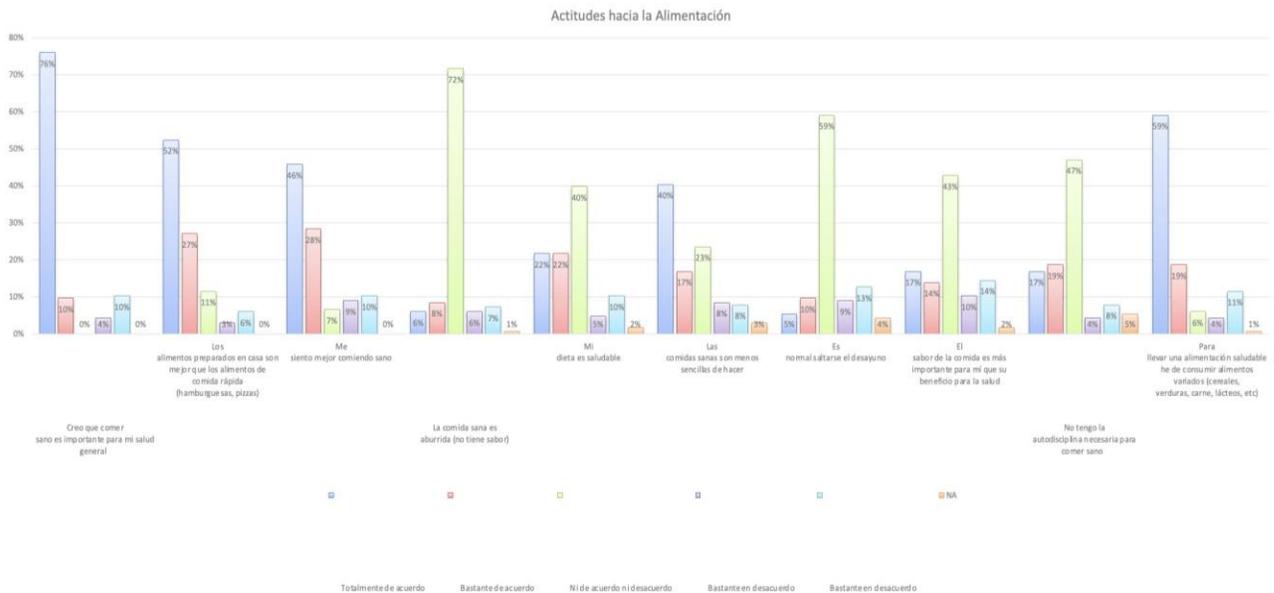
Para este resultado se consideró importante conocer las opiniones de los 139 adolescentes, sobre las actitudes hacia la alimentación y el ejercicio, para ello se realizó una encuesta al total de los adolescentes y posteriormente se profundizó en la encuesta a través de la técnica de la entrevista a la muestra de adolescentes seleccionados con Índice de Masa Corporal de sobrepeso y obesidad y con ello validar y profundizar en las respuestas obtenidas.

Por consiguiente, el análisis de resultados de la Escala de Medición Actitudinal-EMA, se presenta de dos maneras, la primera por el total de adolescentes y la segunda por la muestra de estudiantes seleccionados para la fase cualitativa.

A continuación, se proporciona un análisis de respuestas según cada afirmación de la Escala de Medición Actitudinal por el total de los adolescentes encuestados:

Figura 5

Actitudes hacia la alimentación



Nota. resultados de la encuesta sobre la Escala de Medición Actitudinal-EMA hacia la Alimentación, realizadas a 139 estudiantes del IBCA y NUFED.

En la encuesta aplicada a la población total, el 76% indicó estar *Totalmente de acuerdo* en que “comer sano es importante para su salud general”, mientras que solo el 14% expresó desacuerdo. Respecto a la preferencia por “alimentos preparados en casa en comparación con la comida rápida”, el 52% de los encuestados consideró que los alimentos caseros son mejores, con un 27% adicional que expresó estar *Bastante de acuerdo*.



En cuanto a los beneficios percibidos de la alimentación saludable, el 46% de los adolescentes indicó que se “siente mejor comiendo sano”, con un 28% en *Bastante de acuerdo*, mientras que un 10% expresó desacuerdo. Sin embargo, en la afirmación “*La comida sana es aburrida (no tiene sabor)*”, el 71% se mantuvo en una posición neutral, con un 14% de acuerdo y un 13% en desacuerdo.

Sobre la percepción de su propia alimentación, el 44% afirmó que su “dieta es saludable”, mientras que el 40% adoptó una postura neutral y el 15% estuvo en desacuerdo. Por otro lado, el 57% consideró que las “comidas saludables son más difíciles de preparar”, con solo un 16% en desacuerdo.

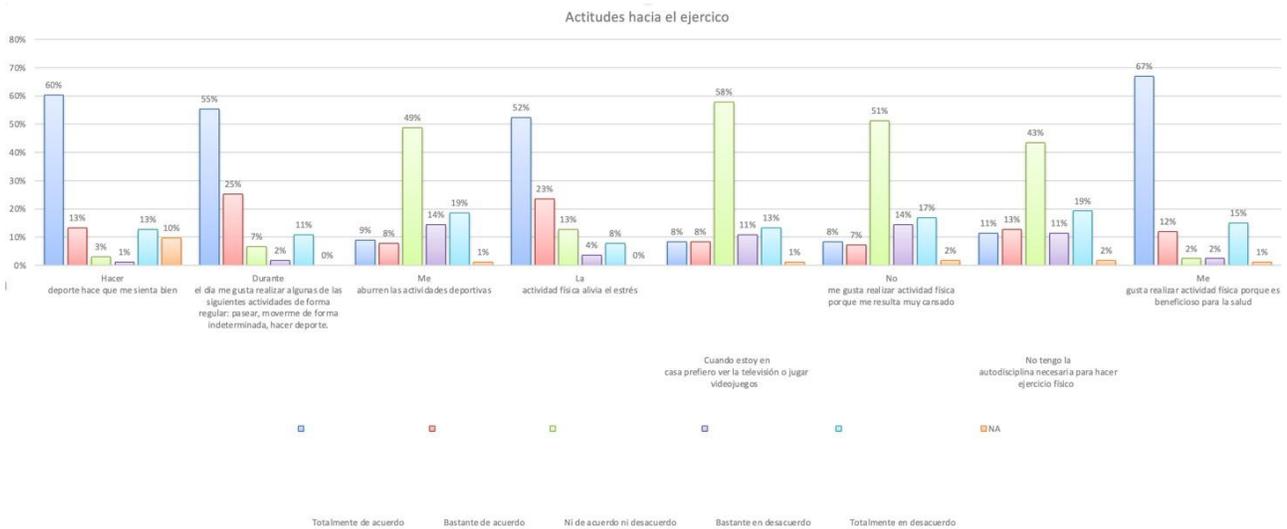
Con relación a la frecuencia del desayuno, solo el 22% rechazó la idea de que sea normal “saltarse el desayuno”, mientras que el 59% se posicionó neutral y el 15% estuvo de acuerdo. Además, al ser consultados sobre la importancia del “sabor en comparación con los beneficios para la salud,” un 31% priorizó el sabor, el 43% adoptó una postura neutral y un 24% estuvo en desacuerdo.

Respecto a la “autodisciplina para comer saludable”, el 36% indicó que carece de ella, mientras que el 47% se mostró neutral y solo el 12% estuvo en desacuerdo. Finalmente, el 78% reconoció que una alimentación saludable requiere variedad de alimentos, con solo un 15% en desacuerdo.

Estos datos reflejan una alta valoración de la alimentación saludable, aunque existen percepciones divididas en aspectos como la dificultad de preparación de comidas sanas y la importancia del sabor en la elección de alimentos.

Figura 6

Actitudes hacia el ejercicio



Nota. resultados de la encuesta sobre la Escala de Medición Actitudinal-EMA hacia la Alimentación, realizadas a 139 estudiantes del IBCA y NUFED.

La figura 6 muestra las respuestas de los adolescentes respecto a varias afirmaciones sobre la actividad física, reflejando hábitos y percepciones sobre el ejercicio. El 73% de los adolescentes manifestó estar de acuerdo con la afirmación “*Hacer deporte hace que me sienta bien*”, superior a esa afirmación se encuentran las respuestas “*Me gusta realizar actividad física porque es beneficioso para la salud*” con un 79% lo que indica una percepción fuertemente positiva del impacto del ejercicio en el bienestar personal. Esto es coherente con las percepciones sobre alimentación saludable, donde los adolescentes también valoran positivamente los beneficios de alimentarse adecuadamente para el bienestar.

El 80% de los participantes afirmó disfrutar realizar actividades físicas con regularidad, como pasear o practicar deporte. Sin embargo, al responder sobre la afirmación “*Me aburren las actividades deportivas*”, el 49% adoptó una postura neutral, sin inclinarse



hacia el acuerdo o desacuerdo. Esto sugiere una percepción dividida en cuanto al interés por el ejercicio. A pesar de ello, un 75% de los participantes estuvo de acuerdo en que la actividad física ayuda a aliviar el estrés, lo que indica que, aunque algunos adolescentes no perciben el ejercicio como una actividad atractiva, reconocen sus beneficios para el bienestar emocional.

Resultado No. 4

Aplicación de la encuesta de Escala de Medición Actitudinal aplicada a través de la entrevista a 17 adolescentes que estudian el nivel básico en los establecimientos de educación formal oficial ubicados en el municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

En las entrevistas se tomó en cuenta la muestra obtenida a partir de los resultados de la medición antropométrica, la cual reveló que, de los 139 adolescentes evaluados, 22 presentan sobrepeso y 16 obesidad. Esto indica que 38 adolescentes, tanto mujeres como hombre tienen un índice de masa corporal superior al rango considerado saludable. Por esta razón se seleccionaron a 38 adolescentes para participar en estas entrevistas a quienes se les informó que la participación es voluntaria, ante ello solo 17 adolescentes participaron en el proceso de entrevistas.

Para analizar los resultados de estas entrevistas sobre las actitudes hacia la alimentación saludable y el ejercicio, se empleó un enfoque de análisis de datos utilizando el programa Excel, lo que permitió obtener información detallada y significativa a partir de la distribución de respuestas. Los datos fueron organizados de acuerdo con las opiniones de los participantes, clasificándolos cuatro categorías con el propósito de identificar patrones y tendencias en sus percepciones sobre la alimentación saludable.

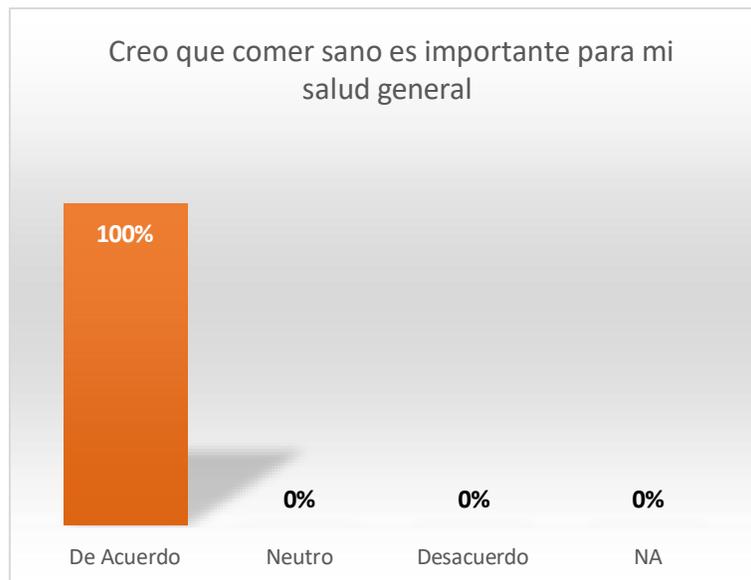
- Primera categoría: los resultados correspondientes a las respuestas "totalmente de acuerdo" y "bastante de acuerdo" se agruparon como "**de acuerdo**".
- Segunda categoría: las respuestas "bastante en desacuerdo" y "totalmente en desacuerdo" se consideraron como "**en desacuerdo**".

- Tercera categoría: la respuesta “ni de acuerdo, ni desacuerdo” se visualizó como una postura “**neutral**” ante las afirmaciones integradas en la escala.
- Cuarta categoría: el dato “**NA**” para la ausencia de información o imposibilidad de conocer la intención de selección del estudiante.

A continuación, se presenta un análisis de los resultados obtenidos durante la aplicación de la **Escala de Medición Actitudinal** en las entrevistas, proporcionando una visión más detallada sobre la manera en que los discursos normativos socioculturales influyen en sus actitudes hacia la alimentación.

Figura 7

Importancia de comer sano para la salud en general



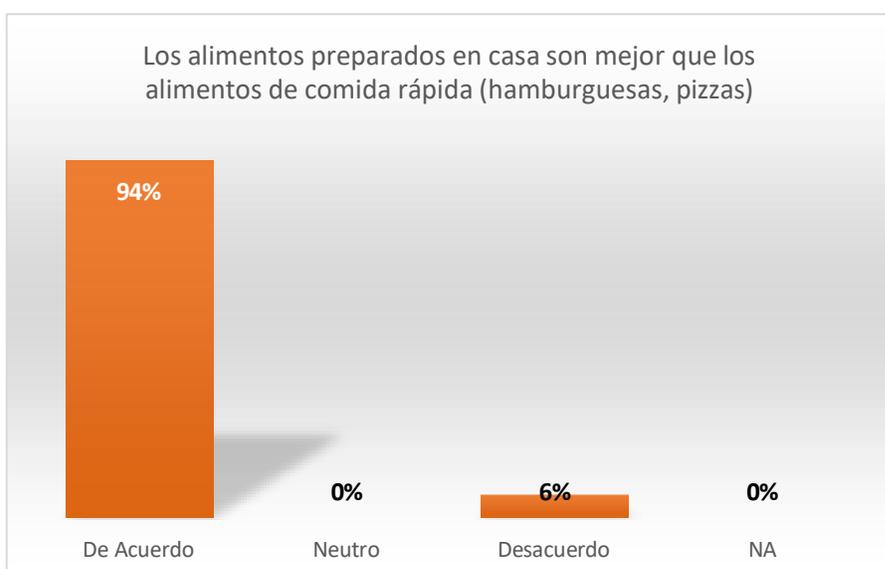
Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

La figura 7 muestra que todos los entrevistados estuvieron de acuerdo en que comer sano es importante para su salud y confirma la consistencia en las respuestas obtenidas en la encuesta. Este resultado sugiere que, más allá de las diferencias individuales, existe un

consenso social que refuerza la alimentación saludable como un valor positivo. La coincidencia en las entrevistas indica que los adolescentes han sido expuestos a discursos normativos que promueven el bienestar a través de la alimentación, ya sea en el hogar, la escuela o la comunidad, lo que influye en su percepción y actitud frente a este tema.

Figura 8

Preferencia por alimentos caseros vs. comida rápida



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

La figura anterior muestra una preferencia por los alimentos caseros, el 94% de estudiantes indicó que prefieren los alimentos preparados en casa sobre la comida rápida, esto refleja la presencia de un discurso normativo que asocia la comida casera con una opción más saludable y socialmente aceptada. Sin embargo, las entrevistas evidenciaron que, en la práctica, las dinámicas familiares y sociales influyen en sus hábitos alimentarios, llevándolos a consumir con frecuencia alimentos de fácil preparación o comida rápida, priorizando la conveniencia sobre la calidad nutricional.

Esta discrepancia del 6% entre preferencia y consumo real sugiere que, aunque existe una conciencia sobre los beneficios de la comida casera, las rutinas diarias y las condiciones del entorno pueden condicionar las elecciones alimentarias. La ausencia de respuestas neutrales indica que los estudiantes tienen opiniones bien definidas sobre este tema, lo que podría estar relacionado con experiencias personales, hábitos adquiridos en el hogar o mensajes sociales que refuerzan la importancia de la alimentación casera frente a la comida rápida.

Figura 9

Sentimientos al comer sano



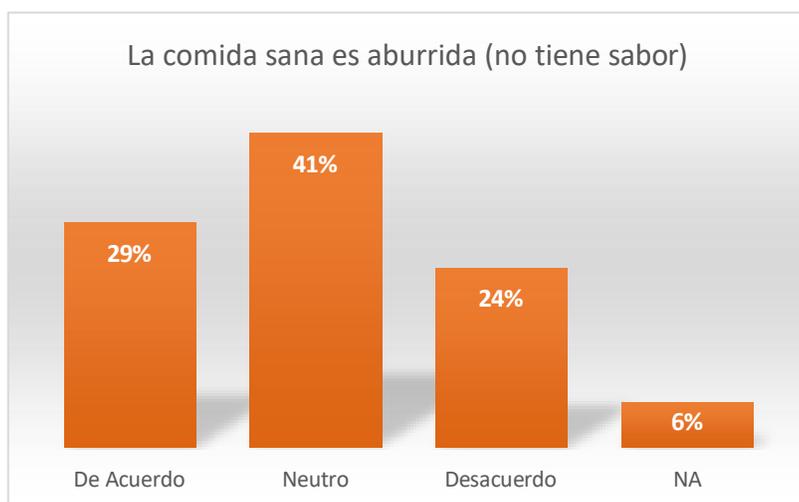
Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

El 88% de los estudiantes entrevistados, refieren que se sienten mejor al comer sano, reforzando los discursos vinculados a los beneficios de una de una dieta saludable. El 6% no se inclina ni a favor ni en contra de la afirmación, lo que podría indicar que no perciben un cambio significativo en cómo se sienten o no están seguros de la influencia de la dieta en su

bienestar general. Ninguno de los adolescentes discrepó con la afirmación, reforzando el discurso de que comer saludablemente es generalmente visto como beneficioso.

Figura 10

Percepción de la comida como aburrida



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

En la encuesta inicial, el 71% de los adolescentes adoptó una postura neutral respecto a la afirmación *"La comida sana es aburrida (no tiene sabor)"*, mientras que un 14% estuvo de acuerdo y un 13% en desacuerdo. Sin embargo, en las entrevistas, la neutralidad disminuyó significativamente al 41%, mientras que el porcentaje de quienes creen que la comida sana es aburrida aumentó a 29%, casi el doble en comparación con la encuesta. A su vez, la proporción de quienes rechazan esta idea creció a 24%, mostrando una percepción más positiva del sabor de los alimentos saludables.

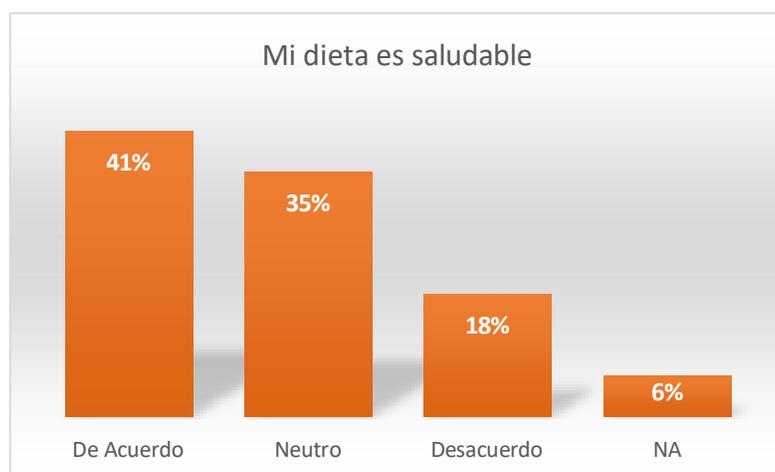
La disminución de respuestas neutrales en la segunda medición sugiere que, al reflexionar sobre sus experiencias personales en un espacio de diálogo, los adolescentes tendieron a posicionarse de manera más definida. Esto revela la influencia de discursos

normativos que pueden estar en tensión: por un lado, el discurso que asocia la comida saludable con una obligación o restricción, reforzando la idea de que es menos atractiva en sabor; y por otro, la creciente promoción de hábitos saludables que posiciona la alimentación sana como una opción preferible y placentera.

El hecho de que casi un tercio de los adolescentes perciba la comida saludable como aburrida sugiere la persistencia de un discurso normativo que vincula la alimentación saludable con falta de variedad o placer sensorial, posiblemente influenciado por el marketing de productos ultra procesados o por experiencias previas con dietas restrictivas. Sin embargo, la presencia de un 24% en desacuerdo con esta afirmación indica que también existe un grupo que ha interiorizado una visión positiva de la comida sana, lo que podría estar relacionado con mensajes que promueven la nutrición equilibrada y el bienestar como aspectos deseables dentro de su entorno social y familiar.

Figura 11

Evaluación de la propia dieta como saludable

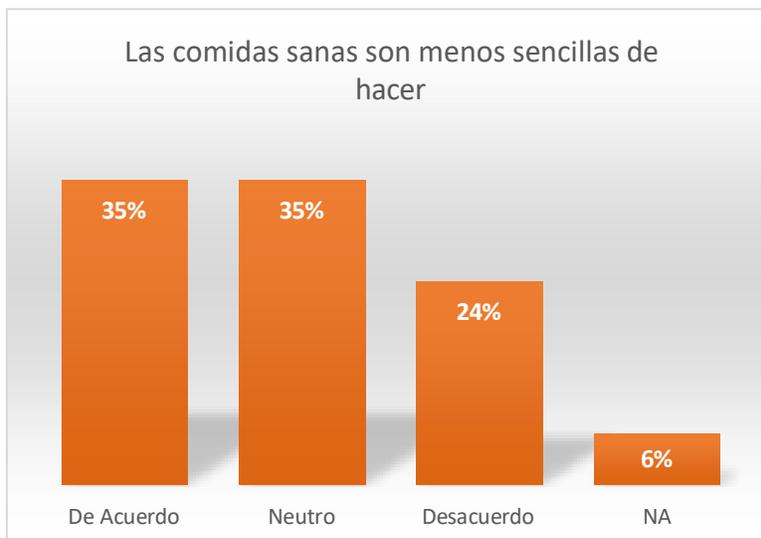


Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

Las opiniones están divididas en cuanto a que tan saludables son las dietas personales de los adolescentes, lo que puede reflejar una variedad de estilos de vida y hábitos alimenticios. Combinando esta percepción de los adolescentes durante la encuesta con las respuestas en las entrevistas, es posible indicar que la variedad de consumo de alimentos no está presente en la vida diaria de los adolescentes y con frecuencia priorizan el consumo de alimentos ya preparados. Una proporción significativa, pero no mayoritaria, el 41% respondió que su dieta era saludable, más de un tercio de los estudiantes no respondió ni a favor ni en contra, lo que puede indicar incertidumbre sobre lo constituye una “dieta saludable” o ausencia de reflexión sobre sus hábitos alimenticios. El 18% no consideró que su dieta fuera saludable, mostrando autoconciencia sobre sus deficiencias nutricionales en la alimentación.

Figura 12

Las comidas sanas son menos sencillas de hacer



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

En la encuesta aplicada a la población total, el 57% indicó estar de acuerdo en que las comidas saludables son más difíciles de preparar, mientras que solo un 16% estuvo en desacuerdo. Comparando estos datos con los obtenidos en las entrevistas, donde el porcentaje de acuerdo disminuyó a 35%, mientras que el desacuerdo aumentó a 24%, se observa una ligera variación en la percepción de la complejidad de preparar alimentos saludables cuando se brinda un espacio para la reflexión individual.

Este contraste sugiere que, en la encuesta, donde las respuestas suelen ser más espontáneas, una mayoría significativa percibe que la preparación de alimentos saludables es más compleja. Sin embargo, en las entrevistas, donde los participantes pueden analizar con mayor detalle sus hábitos y experiencias, la percepción de dificultad parece atenuarse, con un porcentaje mayor de desacuerdo. Esto podría estar vinculado a discursos normativos que asocian la alimentación saludable con un mayor esfuerzo en términos de tiempo, recursos y habilidades culinarias, reforzando la idea de que las opciones rápidas y menos saludables son más accesibles y convenientes.

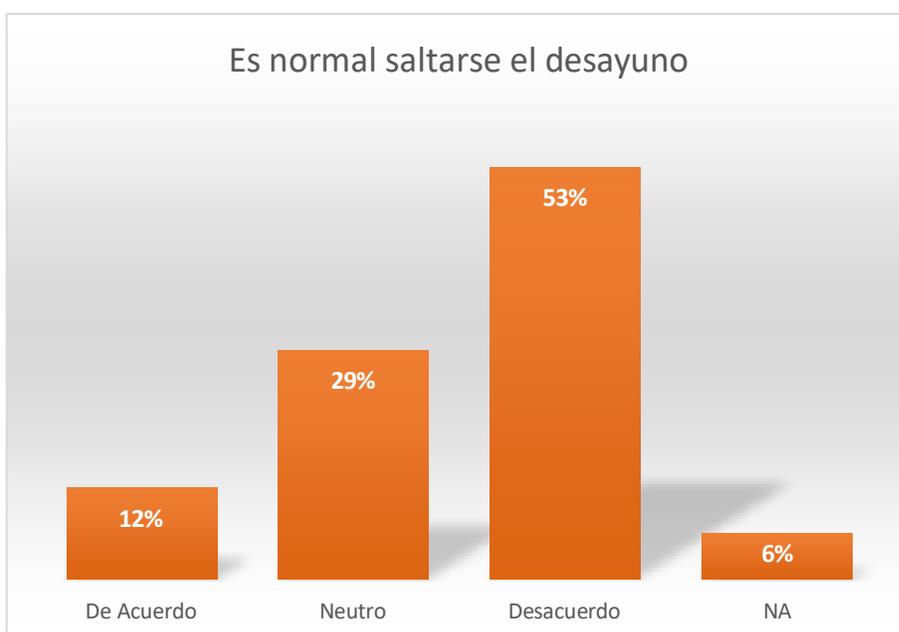
Además, el 35% que se mantiene en una postura neutral en ambas mediciones indica que una proporción significativa de los adolescentes no percibe una diferencia clara entre la facilidad de preparación de alimentos saludables y aquellos de menor calidad nutricional. Esto podría estar relacionado con la exposición a discursos contradictorios: por un lado, se promueve la idea de que comer sano requiere mayor planificación y recursos; por otro, en la práctica, algunos adolescentes podrían haber experimentado que preparar comida saludable no es necesariamente más complicado, sino que su adopción depende de hábitos familiares y disponibilidad de ingredientes.

Estos resultados se vinculan con los hallazgos previos sobre la percepción de la propia dieta y la valoración del sabor de la comida saludable. Aunque existe una autoconciencia sobre la importancia de una alimentación equilibrada, los discursos normativos que presentan la comida saludable como menos accesible o más difícil de preparar pueden influir en la preferencia por alimentos procesados o de menor calidad nutricional. En este sentido, es importante considerar que la percepción de dificultad en la preparación de alimentos

saludables puede ser una barrera para su consumo, no solo desde la disponibilidad de recursos, sino desde la manera en que la alimentación es concebida dentro del entorno familiar y social de los adolescentes.

Figura 13

Normalidad de saltarse el desayuno



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

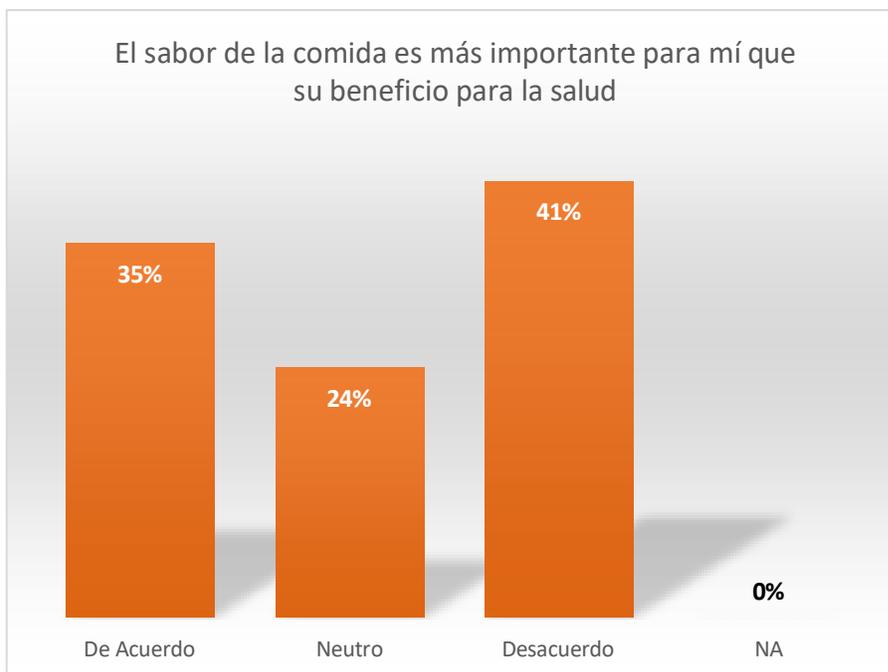
Un 12% de los adolescentes entrevistados, considera que es normal saltarse el desayuno. Esto indica que solo unos pocos ven como habitual omitir esta comida. El 29%, casi un tercio, no tiene una opinión fuerte hacia saltarse el desayuno, lo que podría reflejar indiferencia o variabilidad en sus propios hábitos de desayuno. Un 53% no está de acuerdo con que sea normal saltarse el desayuno, lo que sugiere que valora el desayuno como una comida importante del día, y la visión predominante es que no debería omitirse regularmente,

identificando en esta afirmación la presencia de los discursos generados por los sistemas de salud nutricional.

Es importante enfatizar que durante las entrevistas los adolescentes indicaron que esta comida estaba compuesta por pan y café, valorando la presencia de hábitos alimenticios contemporáneos, donde el pan y café representan un desayuno y se ve como indispensable por todos, aunque tengan estilos de vida variados y exigentes.

Figura 14

Importancia del sabor vs. beneficios para la salud



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

Existe una variación importante entre los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a la población total y los obtenidos en las entrevistas. En la encuesta, el 31% de los estudiantes indicó que el sabor de la comida es más importante que su beneficio para la salud, mientras que un 43% adoptó una postura neutral y un 24% estuvo en desacuerdo. En contraste, en la gráfica de entrevistas, el porcentaje de desacuerdo aumentó significativamente a 41%, mientras que la neutralidad disminuyó a 24%, y el acuerdo se incrementó levemente a 35%.

Este cambio es relevante porque indica que, en la encuesta, los estudiantes mostraban mayor indecisión sobre si priorizaban el sabor sobre la salud (con un 43% en posición neutral), mientras que en las entrevistas las respuestas fueron más definidas, con un mayor porcentaje de desacuerdo.

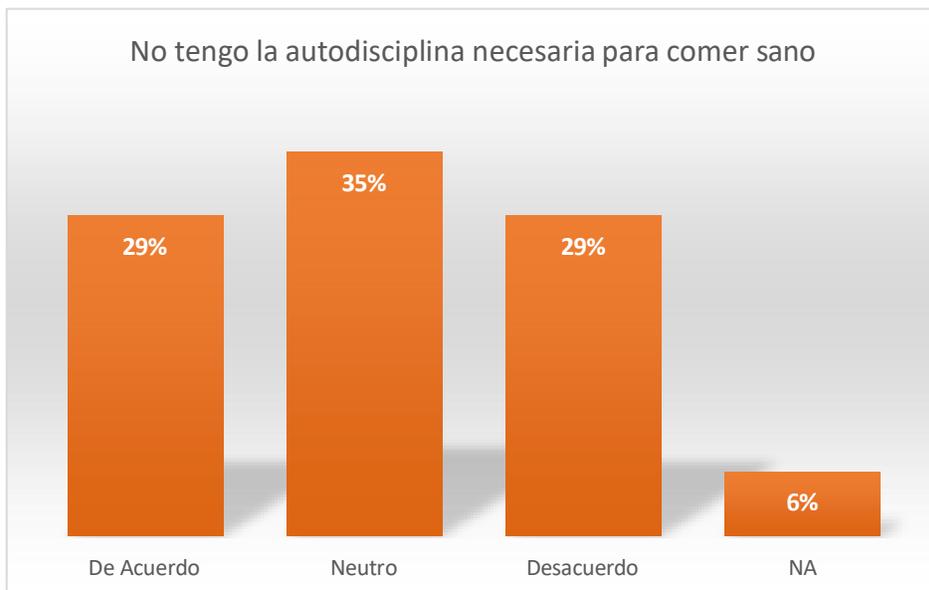
La disminución de respuestas neutrales sugiere que, al reflexionar en un espacio más interactivo, los adolescentes pudieron tomar una postura más clara sobre la importancia de los beneficios nutricionales en su alimentación.

Desde un enfoque social, esta diferencia puede estar relacionada con la manera en que los discursos normativos influyen en la toma de decisiones sobre la alimentación. Mientras que en la encuesta los estudiantes pudieron haber respondido de manera más espontánea y sin profundizar en el tema, en las entrevistas se vieron expuestos a una reflexión más detallada que los llevó a cuestionar la relevancia del sabor frente a la salud.

El aumento del porcentaje de desacuerdo podría indicar que, cuando se analiza con mayor profundidad, los adolescentes reconocen que los beneficios para la salud juegan un papel más importante en su alimentación de lo que inicialmente podrían haber expresado en la encuesta.

Figura 15

Autodisciplina para comer sano



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

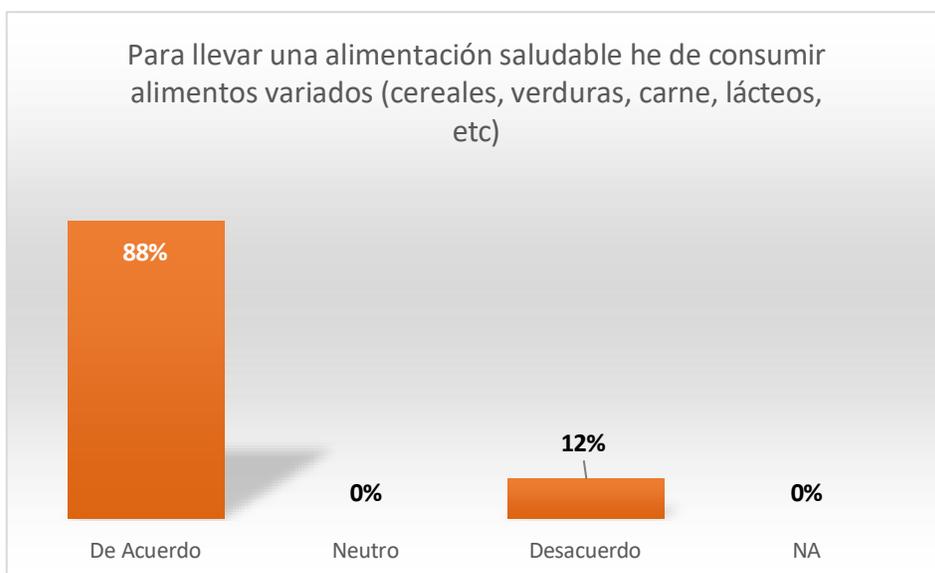
En comparación con la encuesta aplicada a la población total, los resultados de las entrevistas reflejan una variación importante en la percepción de la autodisciplina para mantener una alimentación saludable. Mientras que en la encuesta el 36% de los adolescentes estuvo de acuerdo con la afirmación *"No tengo la autodisciplina necesaria para comer sano"*, el porcentaje se redujo al 29% en las entrevistas. A su vez, la postura neutral disminuyó de 47% a 35%, y el desacuerdo aumentó de 12% a 29%.

Estos cambios sugieren que, al momento de responder la encuesta, muchos estudiantes mantenían una postura de incertidumbre respecto a su capacidad de mantener hábitos saludables, lo que se reflejaba en el alto porcentaje de respuestas neutrales. Sin embargo, en el espacio de entrevistas, más adolescentes tomaron una posición definida, y un mayor número rechazó la idea de que la autodisciplina sea el único factor determinante en su alimentación.

Esta variación resalta la influencia de discursos normativos que asocian la alimentación saludable con el autocontrol individual, sin considerar factores externos como la accesibilidad de alimentos, las dinámicas familiares y los hábitos sociales. La disminución de respuestas neutras y el incremento del desacuerdo en las entrevistas indican que, al analizar más a fondo sus experiencias, los adolescentes pueden haber reconocido que su alimentación no depende exclusivamente de la autodisciplina, sino también del contexto en el que toman sus decisiones alimentarias.

Figura 16

Diversidad en la dieta



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia la Alimentación, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

Los resultados obtenidos en las entrevistas muestran un reforzamiento de la idea de que una alimentación saludable debe incluir variedad de alimentos. En la encuesta, el 78% de los adolescentes estuvo de acuerdo con esta afirmación, mientras que un 15% expresó desacuerdo y un 7% se mantuvo neutral. En las entrevistas, la aceptación de esta idea



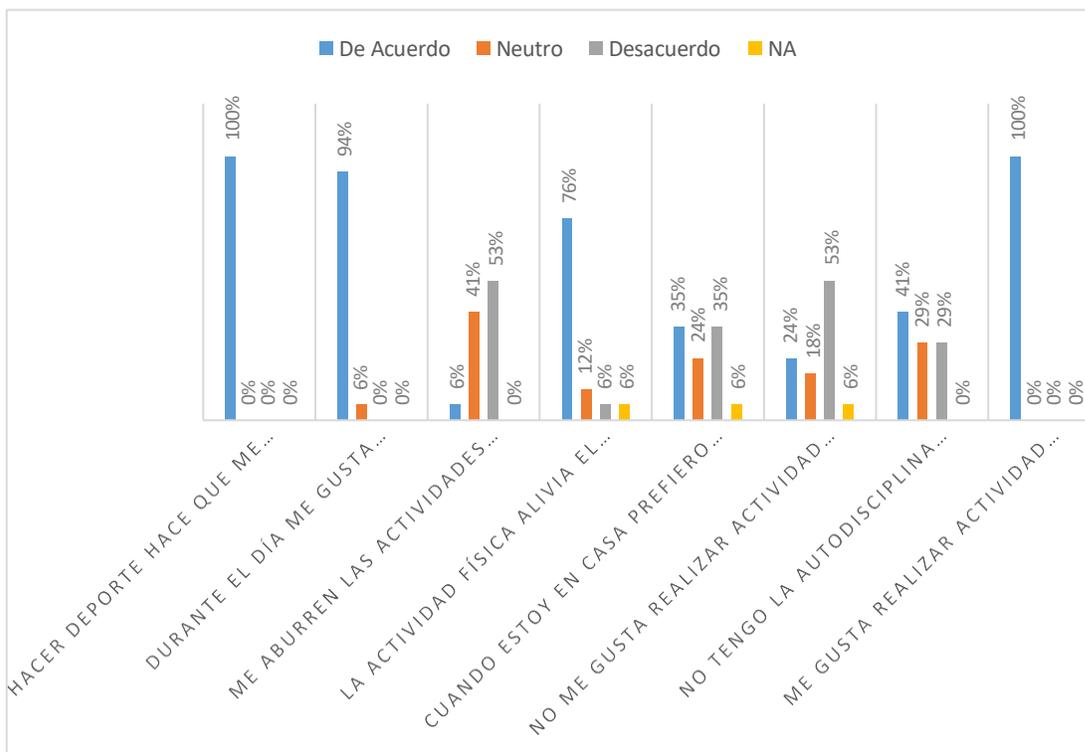
aumentó significativamente al 88%, eliminando completamente las respuestas neutrales y reduciendo el desacuerdo al 12%.

Este cambio sugiere que, al momento de la encuesta, algunos adolescentes aún tenían dudas sobre la necesidad de variedad en la alimentación, lo que se reflejaba en la presencia de respuestas neutrales. Sin embargo, en las entrevistas, donde hubo mayor espacio para la reflexión y la discusión, se consolidó la idea de que la diversidad en la dieta es un aspecto esencial de una alimentación saludable. Sin embargo, este reconocimiento no necesariamente implica que la variedad en la dieta sea una práctica cotidiana, sino que responde a un conocimiento adquirido sobre lo que se considera una alimentación adecuada. Esto refuerza la necesidad de analizar no solo lo que los adolescentes creen sobre la alimentación saludable, sino también los factores que facilitan o dificultan su acceso a una dieta equilibrada en su entorno familiar y social.

En el siguiente apartado se muestran las opiniones de los adolescentes sobre diversas afirmaciones relacionadas con la actividad física y el bienestar personal que expresaron durante la entrevista. Para analizar los resultados, se utilizó la misma metodología implementada para el análisis de las actitudes hacia la alimentación.

Figura 17

Actitudes hacia el ejercicio



Nota. Resultados de la encuesta de la Escala de Medición Actitudinal hacia el ejercicio, realizadas a los adolescentes que estudian en los institutos IBCA y NUFED.

Al comparar los resultados de la encuesta aplicada a la población total de estudiantes con las respuestas obtenidas en las entrevistas, se observan tendencias similares en la percepción de la actividad física, aunque con algunas variaciones en la intensidad de las respuestas.

En ambas mediciones, existe un alto reconocimiento de los beneficios del ejercicio. En la encuesta, el 66% indicó que *hacer deporte los hace sentir bien*, mientras que en las entrevistas esta afirmación alcanzó el 100% de acuerdo. Asimismo, la idea de que *la actividad física alivia el estrés* obtuvo un 56% de aceptación en la encuesta, mientras que en



las entrevistas el porcentaje aumentó al 76%, evidenciando una mayor convicción sobre este beneficio cuando se reflexiona en un espacio más interactivo.

Sin embargo, la percepción sobre la motivación para realizar ejercicio varió entre ambos grupos. En la encuesta, el 49% de los adolescentes expresó una postura neutral sobre si *las actividades deportivas les aburren*, mientras que en las entrevistas esta cifra se redujo al 41%, y el porcentaje de desacuerdo aumentó, sugiriendo que en la conversación los adolescentes fueron más propensos a reconocer que el ejercicio no les resulta monótono.

Respecto a la autodisciplina, en la encuesta el 43% indicó que *no tiene la autodisciplina necesaria para hacer ejercicio*, mientras que en las entrevistas este porcentaje bajó al 29%, con un aumento en las respuestas de desacuerdo. Esto sugiere que, al analizar más detenidamente su relación con la actividad física, los adolescentes reconsideraron la idea de que la falta de disciplina sea la principal barrera para ejercitarse, reconociendo posiblemente otros factores como el entorno o la accesibilidad a espacios deportivos.

Los datos reflejan que los adolescentes tienen una percepción positiva del ejercicio y reconocen sus beneficios, pero existen diferencias en la forma en que internalizan su práctica. Mientras que en la encuesta muchos estudiantes adoptaron posturas más neutrales, en las entrevistas se evidenció una mayor claridad en sus respuestas, con una tendencia a reforzar actitudes positivas hacia la actividad física y a cuestionar la idea de que el ejercicio es aburrido o que carecen de autodisciplina. Esta diferencia puede estar influenciada por discursos normativos que promueven el ejercicio como algo deseable, pero que no siempre se traduce en hábitos constantes debido a barreras personales y sociales.

Resultado No. 5:

Aspectos contextuales observados en el horario de la refacción escolar con estudiantes del IBCA Y EL NUFED

En el marco del proyecto de investigación realizada en los establecimientos de educación básica oficial del municipio de Almolonga, se llevó a cabo un proceso de

observación estructurada, el cual se sustentó en una guía cuidadosamente elaborada y consensuada por el equipo investigador, lo que garantizó la sistematicidad y la validez de los datos recopilados. De esta manera, se buscó obtener una comprensión profunda de las dinámicas y comportamientos presentes en el entorno y refacción escolar, con el propósito de abordar categorías específicas que facilitaron la sistematización de la información sobre la elección de alimentos, accesibilidad y disponibilidad de opciones saludables.

Es fundamental destacar que el proceso de observación se realizó con estudiantes de los establecimientos del Núcleo Familiar Educativo para el Desarrollo (NUFED) y del Instituto de Educación Básica por Cooperativa (IBCA). Este último sirvió como sede del estudio, debido a que la convocatoria se organizó en función de la coordinación y los lineamientos establecidos por los directores de ambas instituciones. Dentro de las categorías analizadas se incluyeron:

Elección de Alimentos, Accesibilidad y Disponibilidad: Esta categoría se refiere a la influencia que ejercen la disponibilidad y los precios de los alimentos en el entorno escolar sobre las decisiones de compra de los estudiantes.

Comportamientos Sociales y Actitudes hacia la Alimentación: Se enfoca en cómo las interacciones sociales entre los estudiantes afectan sus elecciones alimentarias, destacando la tendencia a priorizar la socialización sobre la calidad nutricional de los alimentos.

Entorno de Consumo: Hace referencia al ambiente físico en el que los estudiantes consumen alimentos, incluyendo la disposición de productos y la falta de información que fomente elecciones más saludables.

Interacción con el Entorno: Se centra en la relación de los estudiantes con su entorno inmediato, como la limpieza y el mantenimiento del patio escolar, así como la disponibilidad de infraestructura adecuada para la gestión de residuos.



Conversaciones y Comportamientos: Esta categoría aborda la naturaleza de las interacciones entre los estudiantes, indicando que estas no suelen centrarse en temas relacionados con la alimentación, lo que limita la promoción de hábitos saludables.

Comparaciones entre Pares y Conductas Relacionadas con la Imagen Corporal: Se refiere a cómo los estudiantes perciben su propia imagen y la de sus compañeros, y cómo estas percepciones pueden influir en sus elecciones alimentarias y comportamientos.

Actividades Físicas: Esta categoría se refiere a las actividades que los estudiantes realizan durante el recreo, destacando la influencia de la organización y el apoyo docente en la participación activa de los estudiantes.

Además, se llevó a cabo una interacción discreta con las y los estudiantes, lo que permitió obtener información adicional y enriquecer el análisis de sus preferencias y percepciones alimentarias. Aunado a ello, este enfoque metodológico no solo facilitó la identificación de patrones de comportamiento, sino que también contribuyó a contextualizar las decisiones alimentarias en un marco social y cultural específico.

Por último, se llevó a cabo una observación en los alrededores de los establecimientos educativos, así como en el mercado central, el que se ubica a pocos metros de ambos establecimientos. En esta revisión, se notó que había pocos establecimientos que ofrecieran alimentos considerados saludables. Además, el mercado que sí contaba con una variedad de verduras estaba orientado principalmente al comercio mayorista y a la exportación, en lugar de atender las necesidades de consumo individual o de familias pequeñas. Asimismo, en las afueras del instituto se observaron algunas ventas ambulantes, que ofrecían golosinas y frituras como; chicharrines, entre otros.

a. Categoría elección de alimentos, accesibilidad y disponibilidad de alimentos

Tabla 6

Precios de la tienda escolar en IBCA

Producto	Precio Unitario
Golosinas preparadas (taqueritos)	Q5.00
Pan con Jamón	Q5.00
Papas fritas	Q5.00
Tacos	Q5.00
Enchiladas	Q5.00
Malvaviscos en bolsita	Q1.00
Empanadas	Q5.00
Gaseosas	Q5.00
Donas	Q2.00
Agua Pura	Q2.50
Chupetes	Q 1.00
Fruta en bolsa	Q7.00
Fruta preparada	Q10.00

Nota. Listado de precios de alimentos que se venden en la tienda escolar del IBCA.

El proceso de observación permitió obtener una visión detallada sobre la elección de alimentos y su accesibilidad en la tienda escolar, por lo que, para ilustrar esta información, se elaboró una tabla que presenta los precios unitarios de los productos más comunes, abarcando desde golosinas hasta opciones alimentarias más sustanciales. Los precios

mostraron una notable variabilidad; por ejemplo, los chupetes y malvaviscos en bolsita se ofrecían a Q1.00, mientras que la fruta preparada alcanzaba hasta Q10.00; esta diferencia de precios evidenció una notable disparidad en la accesibilidad económica, lo que influía directamente en las decisiones de compra de los estudiantes.

Particularmente fue notable la constatación de que los precios de las frutas eran significativamente más altos en comparación con los de las golosinas y frituras. Esta diferencia de precios podría haber desincentivado a los estudiantes a optar por opciones más saludables, favoreciendo en su lugar la compra de productos menos nutritivos y más asequibles.

Además de los aspectos económicos, se identificaron patrones claros en las preferencias alimentarias de las y los adolescentes, que variaban notablemente según el sexo. Las mujeres mostraron una marcada inclinación hacia los taqueritos preparados y los cócteles de fruta, mientras que los hombres se inclinaron por las papas fritas y las gaseosas. Este orden de prioridades no solo refleja las elecciones individuales de los estudiantes, sino que también evidencia la influencia de factores socioculturales en sus hábitos alimenticios. Por ejemplo, el derretido de jamón y queso resultó ser especialmente popular entre las mujeres, mientras que los hombres optaron mayormente por opciones más saladas como los nachos.

Estos patrones de consumo pueden estar relacionados con una variedad de factores, como la publicidad dirigida a las y los adolescentes y las dinámicas sociales que prevalecen en el entorno escolar. La observación de estas preferencias alimentarias sugiere que, aunque existen ciertas similitudes en las elecciones de ambos sexos, también hay diferencias significativas que merecen un análisis más profundo para comprender mejor los hábitos alimenticios de esta población.

Otro hallazgo relevante del proceso de observación fue la tendencia predominante entre los estudiantes a adquirir alimentos durante la hora de recreo, en lugar de llevar sus propias refacciones desde casa; solamente se identificó a dos adolescentes que optaron por

traer su propia comida. Esta inclinación hacia la compra de alimentos en la tienda escolar podría indicar una falta de preparación o planificación por parte de los estudiantes y sus familias, así como una mayor comodidad y atractivo en la adquisición de productos alimenticios en el entorno escolar.

La elección de comprar alimentos en lugar de llevarlos de casa también puede estar influenciada por la cultura escolar y las interacciones sociales que se desarrollan durante el recreo. La tienda escolar no solo actúa como un punto de venta, sino que también se convierte en un espacio social donde las y los estudiantes pueden interactuar y compartir experiencias.

b. Categoría comportamientos sociales y actitudes hacia la alimentación

Las y los adolescentes que asistieron a la tienda escolar mostraron una tendencia marcada a compartir los alimentos adquiridos, lo que reflejó un comportamiento social significativo. Durante estas interacciones, conversaron sobre el sabor de los productos y compartieron anécdotas relacionadas con sus experiencias, sin prestar atención al contenido calórico o la cantidad de grasa de lo que consumían. Esta dinámica se observó tanto en hombres como en mujeres, quienes encontraron en el acto de compartir una oportunidad para fortalecer lazos y disfrutar de un momento ameno. La alimentación, en este contexto, trasciende su función nutricional y se convierte en un vehículo para la socialización y la construcción de relaciones interpersonales.

Es fundamental considerar cómo las actitudes hacia la alimentación pueden influir en los hábitos alimenticios a largo plazo; la falta de atención al contenido calórico y a la calidad nutricional de los alimentos puede dar lugar a patrones de consumo que no favorecen una alimentación equilibrada. Cuando las y los adolescentes priorizan la experiencia social sobre la salud, existe el riesgo de que estas decisiones alimentarias impacten negativamente su bienestar general. Por ello, es crucial abordar estos comportamientos desde una perspectiva integral que contemple tanto la alimentación como el contexto social en el que se desarrollan,



promoviendo así un enfoque holístico hacia la salud y la nutrición en los entornos escolares, lo cual es esencial para fomentar hábitos más saludables entre este grupo.

c. Categoría entorno de consumo

La mayoría de las y los adolescentes consumieron sus alimentos en el patio del instituto, ubicado en la parte baja del edificio. Durante la hora de recreo, no se permitió permanecer en los salones, lo que promovió un ambiente de esparcimiento al aire libre; esta regulación buscó fomentar la socialización entre los estudiantes y garantizar un espacio adecuado para el consumo de alimentos. Además, se tiene establecida una política que prohíbe el ingreso de vendedores ambulantes, permitiendo únicamente la venta de alimentos a través de las dos personas designadas para la tienda escolar, quizás para asegurar que los productos ofrecidos cumplieran con ciertos estándares de calidad y seguridad.

En cuanto a la promoción de alimentos, no se observó publicidad pegada en los salones ni en las áreas comunes del instituto; esta ausencia de publicidad pudo influir en las decisiones alimentarias de los estudiantes, ya que limitó la exposición a opciones que podrían haber sido más atractivas. Sin embargo, también podría interpretarse como un esfuerzo por parte de la administración del instituto para evitar la promoción de alimentos poco saludables y fomentar una cultura de consumo más consciente.

d. Categoría Interacción con el entorno

En el patio escolar, no se observó basura tirada, lo que sugiere un esfuerzo por parte de los estudiantes y del personal del instituto para mantener un ambiente limpio y ordenado, no obstante, se notó que los recipientes de basura estaban ubicados dentro de los salones de clase, lo que podría dificultar su acceso durante la hora del recreo. Esta falta de contenedores accesibles en el patio limita las opciones de los estudiantes para desechar adecuadamente sus desechos, lo que podría llevar a que algunos opten por no utilizar los recipientes disponibles, a pesar de la conciencia sobre la importancia de mantener el espacio limpio.

Además, el patio carecía de bancas o áreas designadas para el descanso, lo que obligó a la mayoría de los estudiantes a consumir sus alimentos de pie, afectando no solo la comodidad durante la hora del recreo, sino que también puede influir en la calidad de la interacción social entre las y los adolescentes. Al no contar con un espacio adecuado para sentarse y disfrutar de su comida, es probable que los adolescentes no presten atención a sus hábitos alimenticios, lo que podría llevar a un consumo apresurado y poco consciente.

e. Categoría conversaciones y comportamientos

Aunque fue posible la interacción con las y los estudiantes durante la hora de la refacción escolar, se observó que los temas de conversación eran en gran medida ajenos a la alimentación escolar. Las discusiones entre los estudiantes abarcaban una variedad de asuntos, desde actividades recreativas hasta intereses personales, pero raramente se centraban en los alimentos que consumían. No se notó la presencia de estereotipos relacionados con el peso o la apariencia física, lo que puede indicar un ambiente de aceptación entre las y los compañeros.

No obstante, los estudiantes disfrutaban de los alimentos que eligen, predominando aquellos ricos en harinas y frituras. Esta inclinación hacia opciones menos saludables podría estar relacionada con una falta de conciencia sobre la importancia de mantener una alimentación equilibrada y nutritiva; además, la carencia de conversaciones sobre hábitos alimenticios saludables limita la oportunidad de promover prácticas más conscientes entre los adolescentes, lo que podría contribuir a mejorar su bienestar general.

f. Categoría comparaciones entre pares y categoría conductas relacionadas con la imagen corporal

Durante la observación, se evidenció que las y los adolescentes mostraban una notable indiferencia hacia su imagen corporal, no se percibió que se miraran a sí mismos en los vidrios de los salones ni que ajustaran su ropa de manera habitual. Este comportamiento sugiere un nivel de aceptación personal, donde las y los estudiantes parecen cómodos con su



apariciencia; además, no se observaron comparaciones entre sus cuerpos y los de sus compañeros, lo que indica un ambiente en el que la autoaceptación predomina sobre la crítica o la inseguridad.

Por otro lado, en las interacciones sociales, se notó la ausencia de comentarios despectivos relacionados con el peso. No se escucharon chistes ni se produjeron confrontaciones, desacuerdos o insultos que involucraran la apariencia física de los demás.

Sin embargo, a pesar de la inclusión de estudiantes con diferentes formas y tamaños corporales, se observó una clara división entre hombres y mujeres. Los grupos estaban segregados, sin que se formaran interacciones mixtas. Esta separación puede limitar las oportunidades de establecer relaciones interpersonales significativas y enriquecedoras entre ellas y ellos.

g. Categoría Actividades Físicas

En el contexto de las actividades físicas, se observó que los adolescentes hombres son quienes predominantemente participan en juegos durante la hora de recreo, como el fútbol. Sin embargo, es importante señalar que este grupo es relativamente pequeño y tampoco se llevan a cabo actividades lúdicas coordinadas por los docentes, lo que limita las oportunidades de participación.

En consecuencia, la preferencia por estas actividades sedentarias entre los adolescentes sugiere una falta de interés o motivación para involucrarse en actividades físicas. Esta tendencia se ve exacerbada por la ausencia de coordinación e interacción por parte de los docentes, lo que podría estar contribuyendo a un aumento en la inactividad física.

Resultado No. 6:

Análisis de las entrevistas realizadas a los estudiantes, madres, padres, encargados y maestros.

Para llevar a cabo parte del trabajo de campo que corresponde a la parte cualitativa de la investigación, se utilizó la técnica de la entrevista semiestructurada, la que se caracteriza por la utilización de un guion previamente escrito que se adecúa a los objetivos de investigación previstos. Por lo que a continuación se presenta un análisis general de las percepciones manifestadas por estudiantes, madres de familia, encargados y maestros durante la fase de las entrevistas semiestructuradas para luego exponer el análisis cualitativo a través de plataformas especializadas en este tipo de investigación.

En el proceso de entrevistas participaron 17 estudiantes, 10 padres de familia (madre y abuelas), 4 maestros y 1 director.

- **Análisis general de las entrevistas realizadas a los estudiantes del IBCA e NUFED**

Los estudiantes entrevistados en el municipio de Almolonga mostraron conciencia con relación a la importancia de la alimentación para mantenerse saludables y a diferencia de lo que podría esperarse en un entorno digital, las redes sociales no son utilizadas para promover comentarios ofensivos relacionados con el peso de una persona, lo que sugiere un nivel de respeto y sensibilidad entre las y los adolescentes.

Aunque admiten que ocasionalmente se refieren a sus compañeros como "gordos", este tipo de comentarios no parece tener un impacto significativo en la dinámica del bullying dentro de la institución educativa, más bien, otros factores parecen ser las causas principales de cualquier acoso que pueda ocurrir.



Más bien, indican que otros factores, como las diferencias en el rendimiento académico o las relaciones interpersonales, son más propensos a desencadenar situaciones de bullying; esto sugiere una complejidad en la dinámica social dentro de la institución educativa, donde el peso corporal no se considera un factor determinante en la interacción entre los estudiantes.

Es importante destacar que el uso de términos relacionados con la apariencia física, como "gordo", aún puede tener un impacto negativo en la autoestima de los adolescentes y merece atención y sensibilización por parte de la comunidad educativa.

Resulta también preocupante que muchas familias no otorguen la importancia necesaria a una alimentación saludable, lo que dificulta mantener una dieta estable y aunque los estudiantes consumen alimentos preparados en casa para el desayuno y el almuerzo, la situación cambia en la refacción y la cena, donde optan por alimentos procesados y poco saludables.

La influencia de la publicidad en las elecciones alimentarias es evidente para los adolescentes que fueron entrevistados, especialmente cuando se trata de alimentos con alta cantidad de grasas y calorías poco saludables; no obstante, a pesar de esta influencia externa, algunos refieren que no han recibido charlas relacionadas con la alimentación por parte del Centro Educativo o del Ministerio de Salud, lo que podría contribuir a una falta de información sobre hábitos nutricionales adecuados.

Cuando se les consulta sobre términos como "gordo" y "delgado", los estudiantes muestran una perspectiva interesante, al no percibir el término "gordo" como un menosprecio hacia alguien, ya que comprenden que el cuerpo de cada persona es único. Sin embargo, respecto al término "delgado", consideran que las personas deberían alimentarse mejor para mantener un peso adecuado, lo que refleja una preocupación por la salud más que por los estándares estéticos.

- **Análisis general de las entrevistas realizadas a padres de familia y encargados de estudiantes del IBCA e NUFED**

Es importante resaltar que en las entrevistas semiestructuradas participaron 10 personas entre ellos; madres, abuelas y abuelos, se evidenció que en su mayoría las madres han tenido a sus hijos a temprana edad, en algunos casos, durante la adolescencia. Este factor resulta crucial para el crecimiento y desarrollo de sus hijos durante la etapa de la Primera Infancia.

Según las entrevistas realizadas, la mayoría de las madres afirman mantener una dieta saludable para sus hijos, evitando el consumo de golosinas y comida chatarra; sin embargo, también señalan que el peso no se percibe como un problema significativo en el municipio, sugiriendo que factores genéticos podrían influir en ello.

A lo largo de las conversaciones, se observa un cambio en los hábitos alimenticios de la población, por ejemplo, mientras que anteriormente se consumían más vegetales y frutas, en la actualidad se ha incrementado el consumo de carnes, golosinas y bebidas energizantes. Aunque se reconoce la importancia de la alimentación para la salud, se percibe como un tema más relacionado con la salud que con lo estético; además, las madres no reportan haber escuchado comentarios negativos sobre el peso de sus hijas e hijos.

Resulta interesante notar que el “camarón”, también forma parte del régimen alimentario de algunas familias. Sin embargo, el tema del peso parece afectar más a las mujeres que a los hombres en la comunidad y, que, a pesar de ser una región productora de verduras, éstas no se consumen con la frecuencia esperada debido a las exigencias del trabajo; por lo que la mayoría opta por comida ya preparada, alta en grasas (como empanadas dulces o de carne), ya que no disponen del tiempo necesario para la preparación de alimentos saludables en casa.

Es relevante destacar que la educación alimentaria en el municipio parece ser limitada, ya que la mayoría de las personas entrevistadas no han recibido charlas por parte del Ministerio de Educación o del Ministerio de Salud sobre alimentación saludable, y cuando lo han hecho, ha sido de manera poco frecuente, aproximadamente una vez al año, lo que puede contribuir a los desafíos que enfrenta el municipio en términos de salud y nutrición, especialmente entre las y los adolescentes.

- **Análisis general de las entrevistas realizadas a los docentes del IBCA e NUFED**

El análisis de las entrevistas realizadas a 5 docentes que trabajan en IBCA y NUFED, revela la presencia de diversos discursos normativos en torno a la alimentación en dicha localidad.

En primer lugar, se identifica un discurso normativo sobre la "alimentación saludable", los maestros manifiestan que la alimentación debe proporcionar vitaminas y se basan en la pirámide alimentaria para transmitir a los estudiantes la importancia de una dieta balanceada; no obstante, reconocen que el horario de trabajo y comercio en la madrugada impide que las familias prioricen una alimentación saludable, lo que los lleva a consumir con frecuencia alimentos procesados, a menudo ricos en grasas, como las denominadas "tortas".

Asimismo, se evidencia un discurso normativo en torno al "desayuno ideal", ya que los docentes describen el desayuno típico de los estudiantes, que incluye huevos, frijoles y mosh, como una alimentación adecuada. Sin embargo, también mencionan que algunos estudiantes cenan alimentos como quesadillas, pupusas y hamburguesas, o incluso no cenan y solo consumen pan con café, lo cual sugiere una concepción normativa sobre lo que se considera un desayuno apropiado.

Por otro lado, los maestros señalan que han observado que los adolescentes tienden a consumir en la refacción alimentos como gaseosas, golosinas, empanadas y tacos, en lugar de opciones más saludables como frutas, esto podría indicar la presencia de un discurso normativo sobre la "refacción saludable".



Además, los docentes mencionan que el tema del peso no es una preocupación importante entre los adolescentes, y que incluso consideran que la gordura puede ser algo genético, lo que sugiere un discurso normativo que minimiza la relevancia del peso y la imagen corporal.

Es importante destacar que, si bien los maestros parecen conscientes de la importancia de una alimentación saludable, reconocen que factores como el horario de trabajo y las opciones disponibles en el municipio dificultan que las familias y los estudiantes puedan acceder a una alimentación más equilibrada. Asimismo, mencionan que ni el Ministerio de Salud ni el Ministerio de Educación tienen programas específicos para promover una alimentación saludable en el municipio.

- **Análisis de las entrevistas con el uso de plataformas especializadas para investigación cualitativa.**

En este apartado, se hace una presentación de los hallazgos obtenidos en la fase de investigación cualitativa, en donde se muestran aquellos discursos de lo que “debe ser” en términos de la alimentación y sus implicaciones en el cuerpo de las personas adolescentes.

Para ello, se describe inicialmente, el abordaje metodológico del que se ha partido para acceder a esos discursos. En este caso, se ha pretendido hacer una descripción de la propia interpretación de los participantes sobre lo que representa la alimentación en diferentes circunstancias.

Posteriormente, se inicia la descripción por cada una de las categorías conformadas por los códigos de mayor recurrencia en los discursos. Finalmente, se hace una presentación de algunas conclusiones con respecto a los hallazgos.

Para ello se utilizaron, como grandes temas, categorías de análisis que se han construido con cuidado del lenguaje, forma y un orden secuencial para la elaboración de las preguntas en las guías de entrevista. Para preservar la confidencialidad de los participantes fueron usados códigos para identificar a cada una de las personas participantes.

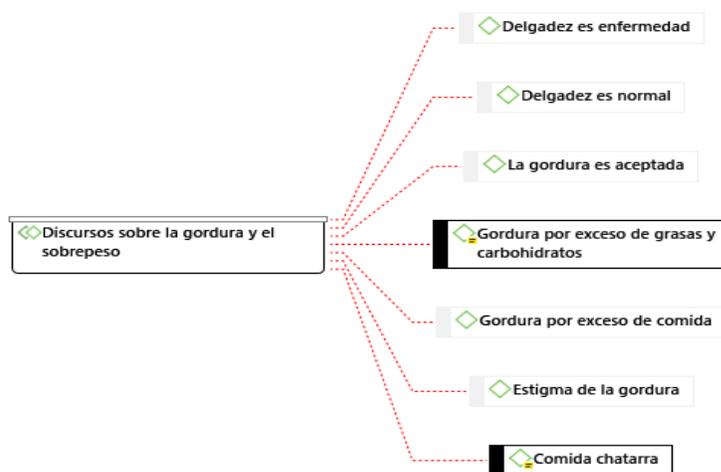
El análisis cualitativo fue realizado por medio de AtlasTi. En las unidades hermenéuticas construidas, fueron identificados 27 códigos que fueron agrupados en 5 categorías:

- Discursos sobre la gordura y el sobrepeso
- Discursos sobre alimentación saludable
- Discursos sobre alimentación cotidiana
- Discursos relacionados a la alimentación excepcional
- Discursos relacionados a la salud

Sobre las relaciones que existen entre los códigos con las categorías, se hace una presentación gráfica. Además, a través de un diagrama de Sankey se muestra las coocurrencias encontradas entre los códigos de mayor recurrencia.

Figura 18

Discursos sobre la gordura y el sobrepeso



Nota: Códigos identificados de la categoría de Discursos sobre la gordura y el sobrepeso.

De las dos categorías que mayor densidad alcanzaron por las regularidades discursivas identificadas en los participantes, están los significados sobre la gordura y el sobrepeso. Los participantes expresaron que la “gordura” y el sobrepeso son producto de exceso de comida, especialmente por el consumo excesivo de grasas y carbohidratos presentes en la comida “chatarra”.

Las representaciones asociadas a los discursos, pudieron ser identificadas en la consideración de la gordura como motivo de estigma. Este estigma está basado en criterios objetivos y criterios subjetivos. Con los criterios objetivos identificados, de acuerdo con lo manifestado por los participantes, la gordura se define por la apariencia. Con los criterios subjetivos, las personas participantes definen a una persona como “gorda” por los patrones sociales que vinculan a la gordura por lo que dice el resto del grupo social. Para el primer caso, se puede ilustrar con lo manifestado por EO3E:

depende de la gordura, es que hay algunos que son más, y otros un poco menos.

Es decir, dentro del sistema de representaciones existe una norma que emerge en los discursos y está relacionada a lo que objetivamente es visible y que en consecuencia se considera como gordura. Respecto al criterio subjetivo, lo que indicó EJINEB, resulta particularmente ilustrativo:

Depende del grado del sobrepeso, pues obviamente va a estar bastante mal, y eso es algo mundial, no existe nadie con sobrepeso que pueda estar bien, tanto física como mentalmente.

Aunque en ese sentido existen también representaciones en disputa sobre la normalidad de la gordura o de la delgadez. Algunos participantes expresaron que la gordura podría ser un problema, no dentro del municipio, más sí en otros lugares.

En mi familia, nadie ha sentido inseguridades. Pero como yo me comencé a interesar, por pura curiosidad, por cosas de otros lugares, fue cuando me entraron a i, personalmente solo a mí, inseguridades sobre mi físico. Si



bien aquí en el pueblo no pasaba nada, todos me veían normal, pero en otras partes yo sé que mi físico podría estar mal. No me refiero al físico que tengo actualmente, porque hace unos cuantos años yo podría decir que era gordito, era un niño con sobrepeso a la edad de nueve años. Tenía bastante sobrepeso, y me comenzó a generar inseguridades al salir a otros lugares, porque aquí era aceptado.

O bien como lo manifiesta EEBH_01:

Normalmente aquí se ve a personas obesas, pero no influye en las relaciones sociales.

Esta representación también es vinculada con los discursos relacionados a la delgadez. Con regularidad, los participantes vincularon la delgadez con problemas de salud:

Las personas delgadas, talvez lo son porque talvez ya tienen alguna enfermedad o desnutrición (EMF_02).

O también se vincula con debilidad o falta de fuerzas:

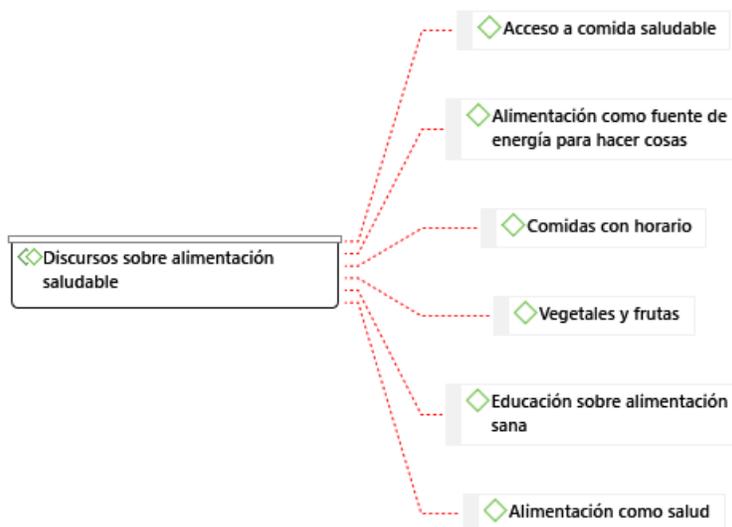
En su mayoría las personas delgadas por aquí, no suelen ser tan, fuertes. Obviamente hay excepciones (EJINEB).

Por ello, estos discursos se relacionan estrechamente, con aquellas representaciones que tienen que ver con la concepción de la alimentación.

Figura

19

Discursos sobre alimentación saludable



Nota: Códigos identificados de la categoría de Discursos sobre alimentación saludable.

Las y los estudiantes entrevistados en el NUFED, manifiestan que la alimentación es un tema central, consideran que una dieta balanceada es esencial para mantener la salud y prevenir enfermedades. Esta percepción es compartida por todos, destacando que una buena alimentación proporciona fuerza y previene problemas de salud. Este consenso, puede verse como parte de la influencia del discurso escolar relacionado a la alimentación.

Al referirse a la alimentación saludable, los participantes subrayaron que es relevante el acceso a este tipo de alimentación, pero, además, expresaron lo que representa alimentarse de manera saludable.

Por una parte, se considera que la alimentación es una fuente de salud, que permite una mejor calidad de vida en cuanto que previene enfermedades:

Gracias a nuestra alimentación, no podemos contraer alguna enfermedad (EEBM_01).



No obstante, la mayor parte de los participantes centra la relevancia de la alimentación saludable en el significado práctico que tiene. Este significado es el de la utilidad que tiene la alimentación para poder hacer algo: estudiar o trabajar. Sin alimentación saludable, no es posible estudiar o trabajar:

La mayoría solemos tener trabajos de campo, lo que nos obliga a tener que comer ciertas cantidades de comida para no cansarnos en pleno trabajo, ya que tenemos que esforzarnos tanto en fuerza física como en mental (EJINEB).

Algunos participantes indicaron que los estudiantes han recibido pláticas o momentos en sus cursos de Ciencias Naturales, en los que se refuerza la idea de la utilidad de la alimentación saludable:

Nos dicen que comer saludable que debemos de desayunar y almorzar y cenar para tener una buena capacidad para venir a estudiar (EEBM_01).

La conciencia sobre el consumo de alimentos saludables, también permite a algunas personas reconocer lo que no es saludable, a pesar de aceptar la regularidad con la que se consumen productos que son nocivos para la salud, como JS1E, quien indicó que:

Yo como cosas sanas, pero a la vez consumo bebidas, gaseosas o chucherías digamos.

Con relación a ello, la publicidad juega un papel importante. Algunos de los participantes mencionaron que la publicidad relacionada a alimentación no saludable, es invasiva y que para muchos resulta ser muy convincente:

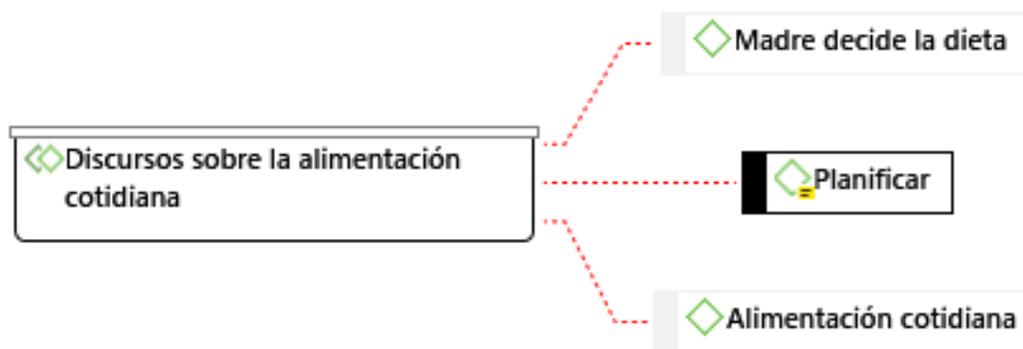
Una vez estuvimos viendo un anuncio y ese día fuimos a ir a probar esa comida. Los anuncios que si me han influido son los de tacos, Taco Bell. Los veo y digo “eso quiero”. También de pizzas (JS1E).

Algunos de los participantes mencionaron que, aunque haya una publicidad excesiva, muchas veces no se tienen los recursos para adquirir los productos que se promocionan. Para

algunos otros, la publicidad también podría ser beneficiosa cuando se trate de promocionar aspectos sobre la alimentación saludable.

Figura 20

Discursos sobre la alimentación cotidiana



Nota: Códigos identificados de la categoría de Discursos sobre alimentación cotidiana

La dieta diaria típica de las familias incluye una combinación de vegetales, carne y alimentos básicos como frijoles, arroz y tortillas. En general, se sigue una rutina alimentaria establecida, con pocas variaciones significativas a lo largo del tiempo. La comida rápida y los alimentos altos en grasas son considerados menos saludables y son consumidos con moderación.

Existe un consenso sobre los productos que se consumen en cada tiempo de comida en la mayor parte de las familias, según los estudiantes entrevistados:

- Desayunos: Frijoles, huevos, pan, café.
- Almuerzos: Caldo de res, ensaladas, sopas.
- Cenas: Suele ser una comida ligera, como un vaso de café con pan.

Para los participantes, la alimentación cotidiana tiene que ver también con lo saludable. En esta categoría sitúan las formas en que se planifica en el círculo familiar los alimentos que se van a consumir en la semana y en los tiempos de comida, así como aquellos



que han de ser consumidos por los miembros que padecen de enfermedades que requieren dietas específicas.

Aunque ha habido algunos cambios en la dieta debido a factores como la pandemia de COVID-19, la mayoría de las familias ha mantenido sus hábitos alimenticios tradicionales. La pandemia ha afectado la disponibilidad y el precio de ciertos alimentos, lo que ha llevado a ajustes menores en la dieta. Sin embargo, las familias han logrado mantener una dieta consistente en términos de los alimentos básicos que consumen.

En ese sentido, en esta categoría sobresalen todas aquellas formas de alimentarse, los productos que suelen consumirse y los horarios:

Acá en cada tiempo de comida da tiempo de comida, en la mañana consumen queso y leche; en el almuerzo hay algunas personas que consumen, por ejemplo, hierba mora; otro tipo de algunas personas que sí consumen más la carne (EEBM_01).

Para los tiempos que no son necesariamente los principales, se suele consumir algunos productos de manera cotidiana, como el pan francés. Pero, además, algunos que son consumidos de manera excepcional.

Para algunas, los tiempos de comida están determinados por las actividades laborales o estudiantiles que deban desarrollar. Es decir, no necesariamente hay una rutina establecida y deben adaptarse cada día a las circunstancias del mismo:

En el desayuno, a veces compramos comida en el mercado, como chuchitos. Otras veces sí cocinamos huevo. En la refacción, no siempre refaccionamos, pero a veces comemos golosinas, como Tortrix¹ de barbacoa, de limón, manía y a veces comemos fruta (AC2E).

¹ Marca de golosina de fabricación industrial.

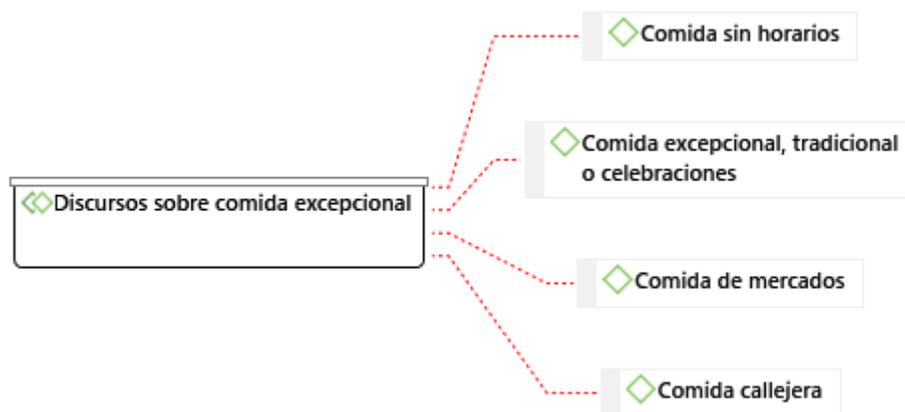
No obstante, en algunas personas se observa un patrón medianamente establecido en los productos que consumen en cada tiempo de comida. La mayor parte de las personas entrevistadas indicaron que, por ejemplo, en el desayuno se consume huevos, plátano y frijol, este último producto es el más regular en la dieta. Sin embargo, otras personas varían la dieta cotidiana:

En la mañana consumen queso y leche, ya en el almuerzo, algunas personas que consumen, por ejemplo, hierba mora u otro tipo de hierba, y algunas personas que sí consumen más la carne. Nosotros consumimos carne, pero de vez en cuando, pues consumimos más hierbas (EEBM_01).

Como se observa, no existe un patrón plenamente establecido en el consumo de alimentos y en los tiempos regulados por horarios. Son las actividades diarias las que determinan lo que se consume y el momento en el que se hace.

Figura 21

Discursos relacionados a la alimentación excepcional



Nota: Códigos identificados de la categoría de Discursos sobre comida excepcional

La cultura y las tradiciones locales juegan un papel importante en ese sentido. Los entrevistados mencionan que la dieta está influenciada por costumbres locales, como el consumo de alimentos específicos, sobre todo en ocasiones especiales (por ejemplo, no comer carne durante ciertos días de la semana santa u otros días). Estas prácticas están



profundamente arraigadas y se han mantenido a lo largo del tiempo, transmitiéndose de generación en generación.

Las creencias religiosas y culturales también juegan un papel en la selección de alimentos. Por ejemplo, la influencia religiosa. Aunque algunas familias no reproducen patrones de creencias relacionadas al cristianismo, es decir, no son católicas ni evangélicas, y por lo tanto no tienen restricciones específicas basadas en creencias religiosas, se menciona que para aquellos que siguen estas religiones, podría haber restricciones en ciertos alimentos durante eventos religiosos como la Semana Santa.

No obstante, existen valoraciones sociales que ejercen una influencia en la percepción social de la alimentación, que en buena medida ha sido influenciada por el discurso acerca de que la alimentación saludable es importante. Por ejemplo, se cree que consumir demasiadas grasas o carnes puede llevar a problemas de sobrepeso, aunque la práctica se vea principalmente afectada por factores tradicionales y el acceso a alimentos considerados saludables.

Por ejemplo, el consumo de alimentos propios de las tradiciones locales. En eventos especiales se preparan comidas más elaboradas que reflejan las tradiciones locales. Siempre se procura incluir alimentos tradicionales del municipio. En ello, se ve el impacto cultural local, que tiene una fuerte influencia en los hábitos alimenticios. Las comidas tradicionales se consumen regularmente y forman parte esencial de la dieta familiar. Incluso las variaciones en la alimentación debido a factores externos, como la pandemia, reflejan adaptaciones a las circunstancias sin abandonar del todo las raíces tradicionales.

Como parte de esta categoría, los participantes identifican aquellas formas de alimentación que no son las cotidianas. Aquellos productos que son consumidos eventualmente pero que tienen algún significado en cuanto a que también subrayan su importancia.

La comida callejera es sin duda, la de mayor referencia en los participantes, pues su eventualidad no es tan marcada como aquellas que tienen que ver, por ejemplo, con

celebraciones. Los participantes se refieren a una variedad de productos, como *chicharrines*², tacos, plátanos, enchiladas como los que se consumen con mayor frecuencia.

Aparte, mencionan aquellos productos que se consumen, también con cierta regularidad, en los mercados, como los caldos, las carnes fritas. Y los alimentos, que tienen que ver con celebraciones locales.

Otros participantes hacen referencia a la comida callejera que venden en carros, como “longaniza, tortillas con carne o los tacos, que también me gustan” (AC2E).

Algunos de los participantes, como ESINEB, tienen cierta conciencia de los riesgos de consumir comida callejera, en cuanto a la exposición a enfermedades:

La comida de la calle te puede dar una sorpresa, te viene una enfermedad. Entonces es mejor comer en casa y preparar bien los alimentos, tú eliges lo que comes o lo elige tu familia.

Otros participantes hacen ver que muchas veces la comida callejera o la comida chatarra se consume por la rapidez con la que se prepara, especialmente en la cena:

El Pollo Granjero, el Pollo Rapidito pues también hay acá y por la cena si siento yo que es más consumible por la comida rápida, lo tacos y todo eso. Para refaccionar, pues las empanadas, las empanadas y enchiladas, porque las empanadas de Almolonga son bien famosas, las enchiladas igual. Las empanadas son enormes, de pollo o de res, son empanadas saladas. También hay dos pizzerías y una venta de bebidas azucaradas que volvieron a abrir y que la gente consume bastante después de venir de trabajar del campo, con el calor que hace (JA3M).

Como se ha observado, la comida callejera es parte de la cotidianidad del municipio, a la que recurren personas que trabajan o estudian, especialmente al final de la jornada de

² Golosinas tipo hojuelas fritas, hechas de harina sumergida en aceite.



trabajo o de estudios, que buscan no consumir algo que sea preparado con mayor rapidez y que no exija mayor preparación.

Finalmente, otros participantes subrayan como parte de la excepcionalidad en la frecuencia de consumo de algunos alimentos, a aquellos que se preparan en celebraciones familiares o los fines de semana. Regularmente es la madre de familia quien decida qué es lo que se va a consumir cada día de la semana:

Yo decido el día que cocino, cocino verduras, arroz. Os domingos coso frijol (EMF_02).

Las madres de familia son quienes toman las decisiones respecto a los productos a consumir y su frecuencia, aunque su incidencia en el consumo que hacen sus hijos respecto a la comida callejera es menor. Esto está relacionado con los horarios:

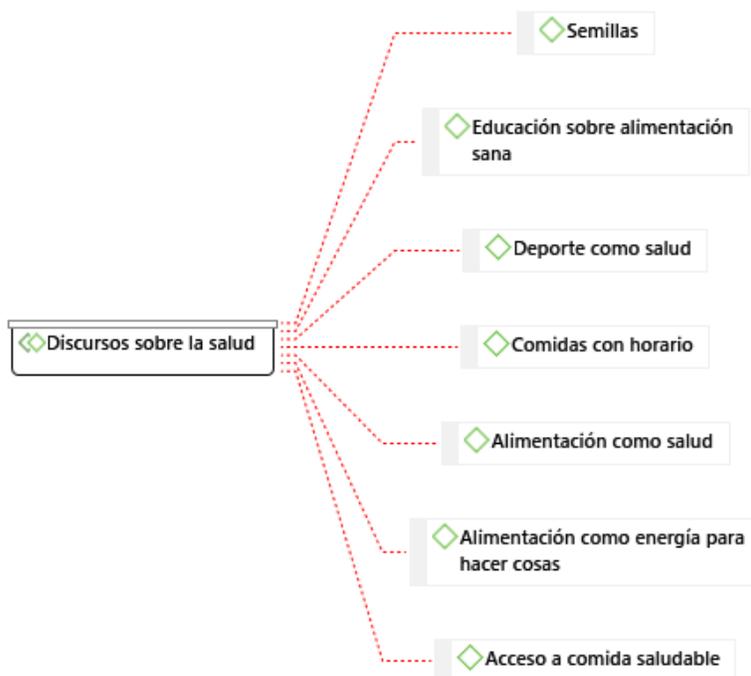
Lo normal sería las tres veces al día, pero como la vida aquí en el municipio es algo...no tenemos horarios fijos en su mayoría. Un ejemplo son mis padres, que a veces se saltan el desayuno por necesidad de salir, a veces no almuerzan. Todo va a depender de qué se tenga que hacer en el día (EJINEB).

Las actividades diarias de las personas son las que determinan, muchas veces, los productos y los momentos en que se van a consumir.

Figura

22

Discursos relacionados a la salud



Nota: Diagrama de Sankey sobre los códigos identificados de la categoría de Discursos sobre salud.

Sobre estos discursos que se manifiestan en lo expresado por los participantes, han sido subrayadas prácticas deportivas como factores complementarios a la conservación de la salud y, además, algunos aspectos relacionados a la educación sobre alimentación saludable.

El deporte también es vinculado al discurso estigmatizante sobre la gordura. Se asume que la gordura se puede “curar” con la práctica de algún deporte:

La recomendación para las personas gorditas es que bajen un poco, que hagan deporte y ya (EO3E).

O cómo lo señala EMINEB:

Yo me considero una persona gorda, porque...me veo el físico. Pienso que tengo que practicar más deporte.

Finalmente, y de alguna manera se expresa, por parte de los participantes, que no existe un programa sistemático de orientación o educación sobre alimentación saludable. La mayor parte de los participantes hacen ver que en los establecimientos lo que se brinda son actividades aisladas o un abordaje mínimo en clase acerca de la importancia de la alimentación saludable:

En el curso de Ciencias Naturales, ellos nos dicen qué comer saludable, que debemos de desayunar y almorzar y cenar para tener una buena capacidad para venir a estudiar (EEBM_01).

De lo que yo me recuerdo, no nos han hablado mucho sobre alimentación. De lo poco que he escuchado, fue en un viaje, en una fiesta en la que una señora dijo que sin los alimentos no podemos tener fuerza (EO3E).

Algunos docentes, por su propia iniciativa, han realizado actividades para abordar el tema de la importancia de la alimentación para la salud.

Ma han hablado que tenemos que alimentarnos para estar saludable, tener más fuerza, que la alimentación nos sirve para el cerebro. Eso lo ha hecho la seño³ y lo hace con frecuencia. Hace actividades, como el mes pasado cuando hicimos una olla alimenticia: cada uno tenía una imagen que tenía que pegar en el cartel [donde estaba dibujada la olla alimenticia]. Nosotros teníamos que pegar la imagen, leer de un libro sobre lo que estábamos pegando y la seño nos explicaba un poco (JS1E).

Se puede afirmar, que los discursos relacionados a la salud están atravesados por las prácticas familiares en cuanto a la planificación de la alimentación, que es incierta. En la mayor parte de las familias, las decisiones sobre el consumo de alimentos están fuertemente

³ Maestra responsable de grado.

influenciadas por la economía familiar. Muchos participantes mencionan que la planificación de las comidas depende de los recursos disponibles y que a menudo se elige qué comer en función de lo que es asequible en el momento. La comida rápida, aunque más cara, a veces se consume debido a su conveniencia. Y en relación al aporte de la educación formal, el abordaje queda a discreción de las iniciativas de cada docente.

9.2 Discusión de resultados

Uno de los discursos normativos predominantes establece que el sobrepeso y la obesidad son condiciones que solo pueden ser identificadas de manera observable, es decir, a través de la apariencia física. Durante el proceso de evaluación de las medidas antropométricas, se observó que, en algunos casos, el exceso de peso no era evidente a simple vista; este fenómeno puede atribuirse a que muchos adolescentes presentan una estatura relativamente baja, lo que puede enmascarar la presencia de sobrepeso u obesidad.

Los resultados de la evaluación realizada a 58 mujeres adolescentes y 81 varones adolescentes (un total de 139) que asisten al ciclo básico de Almolonga muestran una distribución variada de categorías según el índice de Masa Corporal (IMC). Revelando que el 68 % de los adolescentes tiene un índice de Masa Corporal normal, un 5% presentan bajo peso y el 27% presentan sobrepeso y obesidad.

A pesar de esta percepción visual, la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adolescentes del ciclo básico es alarmante, alcanzando un 27% de la muestra analizada. Estas cifras son consistentes con los hallazgos de la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015 a nivel nacional, lo que indica que esta problemática nutricional no solo es local, sino que afecta de manera similar a la población estudiantil en diversas regiones, incluyendo Almolonga.

Además, los resultados de la evaluación revelan diferencias significativas entre las dos instituciones educativas estudiadas. En particular, el NUFED presenta niveles más altos



de malnutrición tanto por exceso como por deficiencia en comparación con el IBCA. Esta disparidad sugiere que factores contextuales, como el acceso a recursos alimentarios, la educación nutricional y el entorno social, juegan un papel crucial en la salud nutricional de los estudiantes.

Con relación a los resultados del Puntaje de Consumo de Alimentos, el 86% de los estudiantes encuestados tiene un consumo aceptable, mientras que el 12% presenta un consumo clasificado como “límitrofe”, es decir, con deficiencias en la variabilidad y frecuencia de consumo de alimentos. Un 2% se registró con un consumo pobre, lo que implica una alta deficiencia en la variedad y frecuencia de su alimentación, lo que puede llevar a episodios de hambre al finalizar el día.

El análisis cuantitativo de la Encuesta de la Escala de Medición Actitudinal permitió identificar tendencias generales en las actitudes de los adolescentes hacia la alimentación y el ejercicio, evidenciando la influencia de factores socioculturales en sus decisiones alimentarias. Sin embargo, dado que los discursos normativos desempeñan un papel clave en la construcción de hábitos, fue necesario profundizar en cómo estas normas modelan sus percepciones.

Otro aspecto importante es la falta de conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable entre los adolescentes, como se refleja en la ausencia de preocupación por el contenido calórico de los alimentos y la escasa discusión sobre el peso y la apariencia física durante la hora de recreo. Estos discursos normativos pueden estar arraigados en la falta de educación alimentaria adecuada y la carencia de modelos a seguir que promuevan hábitos saludables. Asimismo, los discursos normativos entorno a la actividad física también son relevantes en este contexto, ya que la preferencia por actividades sedentarias entre los adolescentes puede estar influenciada por normas sociales que valoran el descanso sobre la actividad física, así como por la falta de incentivos o infraestructura adecuada en el entorno escolar.



Las percepciones sobre la alimentación y el ejercicio no siempre se traducen en hábitos concretos, lo que evidencia una brecha entre el conocimiento y la práctica. La autoevaluación de la propia dieta refleja una gran incertidumbre entre los adolescentes, con una alta proporción de respuestas neutrales, lo que sugiere una falta de criterios claros para determinar qué constituye una alimentación saludable.

Los discursos normativos que se identifican en el contexto del estudio sobre los desafíos del modelo de educación alimentaria escolar en Almolonga están influenciados por diversos factores socioculturales, económicos y educativos.

En primer lugar, se observa la influencia de los discursos normativos relacionados con la disponibilidad y accesibilidad de alimentos. La información proporcionada revela que los precios de las golosinas y frituras son considerablemente más bajos que los de las frutas en la tienda escolar. Este factor económico incide directamente en las elecciones alimentarias de los adolescentes, quienes, debido a limitaciones financieras, pueden optar por alimentos menos saludables.

Además, los discursos normativos sobre las preferencias alimentarias de género también son evidentes. Se observa una clara diferencia en las elecciones de alimentos entre adolescentes mujeres y hombres, lo que sugiere la influencia de normas sociales y culturales en torno a la alimentación y la masculinidad/feminidad. Estos discursos pueden perpetuar estereotipos de género y contribuir a la consolidación de patrones alimentarios poco saludables.

La tienda escolar no solo actúa como un punto de venta, sino que también se convierte en un espacio social donde los estudiantes pueden interactuar y compartir experiencias. En cuanto a la promoción de alimentos, no se observó publicidad en los salones ni en las áreas comunes del instituto. Esta ausencia de publicidad pudo influir en las decisiones alimentarias de los estudiantes, limitando la exposición a opciones más saludables, pero también podría



interpretarse como un esfuerzo institucional para evitar la promoción de alimentos poco saludables.

Además, el patio carecía de bancas o áreas designadas para el descanso, lo que obligó a la mayoría de los estudiantes a consumir sus alimentos de pie, afectando la comodidad durante la hora del recreo y la calidad de la interacción social entre los adolescentes.

Se identificó que existe una discrepancia entre el conocimiento y la práctica, ya que los adolescentes reproducen un discurso normativo relacionado con la alimentación saludable promovido por los sistemas de salud. No obstante, en la práctica, continúan manteniendo conductas alimentarias relacionadas con la ingesta desmedida de bebidas carbonatadas y poca variedad de frutas y vegetales.

Las entrevistas con estudiantes y docentes aportaron una visión más amplia sobre la dinámica alimentaria en el municipio. Estos relatos revelan una percepción generalizada de que el peso corporal no es un problema relevante, lo cual podría estar enraizado en la minimización de la importancia de una alimentación saludable. Además, se evidencia la limitada educación alimentaria proporcionada en el entorno escolar, con escasas intervenciones por parte de las instituciones gubernamentales competentes.

Los participantes identificaron distintas formas de alimentación que pocas veces son planificadas, pues están determinadas por las posibilidades económicas familiares de diversificar los productos consumidos. Han sido identificados intentos por preservar la dinámica de alimentación cotidiana, en la que existen productos fijos y al menos un tiempo de comida suficiente para brindar los requerimientos energéticos necesarios. Ese tiempo de comida es el almuerzo, mientras que los desayunos y cenas se consideran de menor relevancia, por lo que pueden no realizarse o incluir alimentos callejeros.

En cuanto a la percepción del cuerpo, los términos como "gordo" y "delgado" tienen significados particulares. El término "gordo" no se juzga negativamente, ya que el cuerpo de cada persona es único. Sin embargo, respecto a "delgado", consideran que las personas



deberían alimentarse mejor para mantener un peso adecuado. El peso “ideal” está relacionado con la fuerza de trabajo: ser "muy delgado" equivale a estar enfermo y ser poco productivo, mientras que ser "muy gordo" también se asocia con baja productividad.

Los discursos normativos que surgen en esta investigación reflejan una compleja interacción de factores socioculturales, económicos y educativos que influyen en las prácticas alimentarias y el peso de los adolescentes en Almolonga. Abordar estos discursos normativos requiere no solo intervenciones específicas en términos de disponibilidad de alimentos y promoción de la actividad física, sino también un enfoque más amplio que cuestione y desafíe las normas sociales y culturales que perpetúan hábitos alimentarios poco saludables y contribuyen al sobrepeso en esta población.

10. Propiedad intelectual

Los resultados obtenidos no están sujetos a la gestión de propiedad intelectual, ya que no se incluyen datos personales de los adolescentes. Además, los hallazgos de la investigación están enfocados en aspectos generales y pueden ser utilizados con el propósito de promover la salud física en la adolescencia, sin restricciones asociadas a la propiedad intelectual.

11. Beneficiarios directos e indirectos

Tabla

7

Beneficiarios directos e indirectos de la investigación

Resultados, productos o hallazgos	Beneficiarios directos (institución, organización, sector académico o tipo de personas)	Número de beneficiarios directos	Beneficiarios indirectos (institución, organización, sector académico o tipo de personas)	Número de Beneficiarios indirectos
<p>Prevalencia de sobrepeso y disparidades nutricionales.</p> <p>Influencia de los discursos normativos en las prácticas alimentarias</p> <p>Brecha entre el conocimiento y la práctica alimentaria.</p> <p>Limitaciones estructurales y necesidad de intervenciones integrales</p>	<p>Estudiantes de los establecimientos de educación básica del Municipio de Almolonga Quetzaltenango.</p>	<p>225 inscritos en ciclo 2024</p>	<p>Padres de familia</p> <p>Maestros</p> <p>Instituto de Educación Básica por Cooperativa (IBCA) y eNúcleo Familiar para el Desarrollo (NUFED).</p> <p>Ministerio de Educación</p> <p>Municipalidad de Almolonga</p> <p>Quetzaltenango</p> <p>SESAN</p>	<p>Habitantes del Municipio de Almolonga Quetzaltenango.</p>

12. Estrategia de divulgación y difusión de los resultados.

Los hallazgos de esta investigación serán compartidos a la Dirección de Educación de Quetzaltenango a través de un encuentro virtual y de manera física. Además, se difundirá los resultados con los actores claves de la comunidad educativa de los institutos que participaron en dicha investigación y con representantes del Ministerio de Educación,

Municipalidad de Almolonga, Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional y representantes del Ministerio de Salud de Quetzaltenango.

Los resultados de la presente investigación serán socializados por medio de una conferencia presencial, con autoridades y estudiantes de la Escuela de Trabajo Social principalmente a estudiantes Epesistas para que desde los espacios comunitarios puedan sensibilizar a la población sobre la importancia de la alimentación saludable y el ejercicio físico.

Tabla 3

Estrategías de divulgación	Sí	No
Presentación TV		X
Entrevistas radiales		X
Podcast		
Entrevista DIGI	X	
Recursos audiovisuales	X	
Congresos científicos nacionales o internacionales		X
Talleres	X	
Publicación de libro		X
Publicación de artículo científico	X	X
Divulgación por redes sociales institucionales	X	
Presentación pública		X
Presentación autoridades USAC	X	

Estrategías de divulgación	Sí	No
Presentación a beneficiarios directos	X	
Entrega de resultados	X	
Docencia en grado		X
Docencia postgrado		X
Póster científico		X
Trifoliales		X
Conferencias		X
Otro (describa)		X

13. Contribución a las Prioridades Nacionales de Desarrollo (PND)

El tema de investigación se vincula con los Objetivos de Desarrollo Sostenible principalmente con el objetivo 3 de Salud y Bienestar, ya que con los resultados obtenidos se espera sensibilizar a la comunidad educativa a través de la Dirección Departamental del Ministerio de Educación del municipio de Almolonga sobre las buenas prácticas de alimentación y como estas contribuyen a la salud y bienestar en la etapa de la adolescencia, así mismo se vincula al objetivo 4 de Educación de calidad, a través del fortalecimiento del sistema educativo orientando la intervención y el abordaje del problema del sobrepeso en la etapa de la adolescencia y con ello realicen esfuerzos y consideren estos temas dentro del Curriculum Nacional Base para abordar la problemática del sobrepeso desde una perspectiva de derechos, género y relevancia cultural, tomando en consideración los estándares sociales y los obstáculos que enfrenta el sistema educativo en esta materia.

14. Contribución al desarrollo de iniciativas de ley

Los resultados de la investigación podrán constituir insumos para iniciativas de Ley, asimismo generar estrategias para abordar el tema del sobrepeso en procesos de formación y sensibilización hacia los adolescentes y sus familias, además permitirá coadyuvar a los desafíos que presenta el Ministerio de Salud en la promoción de la alimentación saludable y prevención de enfermedades como causa del sobrepeso. El trabajo multidisciplinario e interdisciplinario es elemental para la promoción del derecho a la salud y alimentación saludable en cada etapa del desarrollo y en este caso en la etapa de la adolescencia, considerando que esta etapa es fundamental para la vida independiente, en donde las y los adolescentes están formando su autonomía, para afrontar las adversidades en su vida adulta, y un aspecto elemental para la vida es el cuidado de la salud y la alimentación saludable es fundamental para ello.

15. Vinculación

La presente investigación permitió comprender que existe relación entre los discursos normativos y las practicas alimentarias al sobrepeso en la adolescencia ante ello se propone establecer una vinculación entre los actores gubernamentales y no gubernamentales que se encuentran en el Municipio de Almolonga Quetzaltenango, principalmente la Oficina de Protección Municipal de la Niñez y Adolescencia, quienes podrían beneficiarse de estos hallazgos para establecer acciones de prevención del sobrepeso y la generación de buenas prácticas hacia la alimentación saludable y el ejercicio y con ello promocionar promoción el derecho a la salud de las niñas, niños y adolescentes del Municipio de Almolonga, Quetzaltenango.

Asimismo, se ha considerado dar a conocer los hallazgos de esta investigación con los estudiantes epesistas de la Escuela de Trabajo Social, para que desde los espacios comunitarios promuevan prácticas alimentarias saludables. Además, se pretende compartir estos resultados con la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional para que consideren estos hallazgos en la elaboración de programas de nutrición y diseño de políticas y acciones



para la prevención del sobrepeso y la obesidad. Se espera participar en espacios de colaboración con otras instituciones, universidades o congresos en donde se puedan dar a conocer los hallazgos obtenidos en esta investigación.

Los resultados de la presente investigación serán socializados por medio de una conferencia presencial, con autoridades de la Escuela de Trabajo Social, autoridades de la Dirección General de Investigación, representantes del Ministerio de Educación, Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional y representantes del Ministerio de Salud, así como participación de actores claves de la sociedad civil, de igual manera se considerará la participación representativa de la comunidad escolar de los institutos que participaron en dicha investigación.



16. Conclusiones

- Los discursos normativos reflejan una interacción compleja de factores socioculturales, económicos y educativos que influyen en las prácticas alimentarias y el peso de los adolescentes. La accesibilidad económica prima sobre la calidad nutricional, promoviendo el consumo de alimentos ultraprocesados.
- Se determinó que el 27% de los adolescentes presentan sobrepeso u obesidad, similar a los datos de la Encuesta Mundial de Salud Escolar 2015. Este hallazgo resulta relevante, ya que el exceso de peso en la adolescencia se asocia con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas, cardiovasculares y otros problemas de salud en la adultez.
- Existe una brecha entre el conocimiento y la práctica alimentaria. Aunque los adolescentes reciben discursos sobre alimentación saludable, sus patrones de consumo incluyen altos niveles de bebidas carbonatadas y baja ingesta de frutas y verduras.
- Se identificó la influencia de los discursos normativos en la alimentación, priorizando la accesibilidad económica sobre la calidad nutricional. Además, se encontraron diferencias de género en la alimentación, reforzando estereotipos.

17. Recomendaciones

Estos resultados resaltan la urgente necesidad de implementar estrategias integrales de promoción de la salud y prevención de la malnutrición en esta población, abordando los factores individuales, familiares, escolares y comunitarios que influyen en los hábitos alimentarios y de actividad física de los adolescentes. Solo mediante un enfoque integral y multisectorial se pueden fomentar estilos de vida saludables y prevenir las graves consecuencias a corto y largo plazo del sobrepeso y la obesidad en esta etapa crucial del desarrollo.

Al Estado de Guatemala a través del Ministerio de Educación:

Reforzar los programas de educación sobre alimentación saludable, de acuerdo con lo normado en la Ley de Educación Escolar, de tal manera que existan programas con rutas específicas para la formación de buenas prácticas en niñas, niños y adolescentes y familias. Estos programas deben ser diseñados considerando la diversidad cultural del país en la que los modelos dietéticos sean ajustados a las realidades socioculturales de cada localidad.

Además, se recomienda implementar un sistema de monitoreo y evaluación de los programas implementados, para adecuarlos a las transformaciones demográficas, económicas y sociales de cada localidad.

Al Estado de Guatemala a través del Ministerio de Salud

Implementar un sistema de monitoreo de alimentos que se consumen y se promueven en los establecimientos educativos, a manera de contar con datos confiables sobre las prácticas de alimentación que reproducen los adolescentes escolarizados. De esta manera se puede acceder a información verificable para la toma de decisiones en torno a los programas que se diseñen en el Ministerio de Educación.



Al Estado de Guatemala a través de las municipalidades

Buscar estrategias de diversificación de alimentos pro medio de programas locales de acceso a productos que favorezcan la salud y la identidad sociocultural en los adolescentes, con el objetivo de garantizar la sobrevivencia de las buenas prácticas de alimentación ancestrales y fortalecer las fronteras culturales contra el excesivo contenido mediático en el que se promueve la comida “chatarra”. Integrando a las familias en procesos de formación y sensibilización.

A la academia, a través de la Universidad de San Carlos de Guatemala

Continuar propiciando la investigación de los elementos sociales y culturales relacionados con la alimentación, con el propósito de ampliar la comprensión de las formas en que los discursos se traducen en prácticas, y las formas en que estas se sedimentan en la subjetividad de las personas. Esto es particularmente útil para facilitar el diseño de planes, programas, políticas y proyectos adecuados generacional y culturalmente.

A la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala

Es fundamental que la Escuela de Trabajo Social continúe y implemente programas de formación e investigación aplicada que permita a los estudiantes desarrollar proyectos que aborden problemáticas sociales específicas en su contexto. Esto puede incluir la creación de grupos de investigación interdisciplinarios que integren conocimientos de diversas áreas, como la salud, la educación y la economía. Además, se sugiere establecer alianzas con organizaciones locales y gubernamentales para facilitar la implementación de estas investigaciones y asegurar que los resultados sean utilizados para influir en políticas públicas y programas sociales.



Referencias

- Águila, C., Sicilia, A. y Segovia, L. (2020). El ideal del cuerpo delgado y la formación del sujeto neoliberal: un estudio de caso. *Movimiento*, 26, e26084. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.104124>
- Aguilar, E., y Vázquez, L. (2023). Corporalidades y acuerpamiento: Una mirada a la autopercepción de la imagen física entre mujeres adultas. *Corpo Grafías Estudios críticos de y desde los cuerpos*, 9(9), 35–50. <https://doi.org/10.14483/25909398.20245>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Aleman, M., y Velasco, J. (2008). Género, imagen y representación del cuerpo. *Revista Scielo: Índice de Enfermería*, 17(1), 39-43. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962008000100009&lng=es&tlng=es
- Aparco., J y Bautista, W., Astete,L., Pillaca.,J. (2016) Evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares del Cercado de Lima- *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud*. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000400005
- Arnaiz, M., Demonte, F., Bom, F. (2020). Prevenir la obesidad en contextos de precarización: respuestas locales a estrategias globales (p.2). *Salud Colectiva*. 16. <https://doi.org/10.18294/sc.2020.2838>
- Asociación Médica Mundial. (2013). Declaración de Helsinki – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>



- Avalos, M. (2020). Relación entre hábitos y actitudes hacia la alimentación con indicadores antropométricos por sexo en adolescentes de secundaria. *Acta Universitaria*, 30. <https://doi.org/10.15174/au.2020.2422>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Barrera, O. (2011). El cuerpo en Marx, Bourdieu y Foucault. *Iberofórum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, 6(11), 121-137.
- Berger, P. y Luckmann, T. (2003). *La construcción social de la realidad* (p.74). Amorrortu Editores.
- Bourdieu, P. (1998). *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. Taurus.
- Congreso de la República de Guatemala (1991). Decreto Legislativo 12-91, Ley de Educación Nacional.
- Congreso de la República de Guatemala (1993). Acuerdo Legislativo 18-93, Reformas a la Constitución de la República de Guatemala.
- Congreso de la República de Guatemala (2003). Decreto 27-2003, Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia.
- Congreso de la República de Guatemala (2017). Decreto 16-2017, Ley de Alimentación Escolar.
- Contreras, J. y Gracia, M. (2012) La prevención de la obesidad en España: una lectura crítica desde la antropología. *ETNICEX*, (4).
- Díaz, M. y Blanco, Y. (2021) Una visión antropológica de las prácticas alimentarias de adolescentes con sobrepeso y obesidad del municipio de Bahía Honda, Artemisa. *Antropología biológica aplicada en Cuba*.
- Energici, M. y Acosta, E. (2020). El estudio de la obesidad y la gordura desde la sociología y la psicología social. *Athenea Digital*, 20(2). <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2300>
- Flores, M. (2016) Perspectiva antropológica de los trastornos de la alimentación: el caso del atracón. *Estudios Sociales. Revista de Investigación Científica*, 25 (47).



- Foucault, M. (1998). Historia de la sexualidad I. Siglo veintiuno editores.
- Foucault, M. (2003). Vigilar y castigar. Siglo veintiuno editores Argentina.
- Fustamante, Y. y Quispe, G. (2019). Prevalencia de conocimientos, actitudes y prácticas sobre una alimentación saludable en adolescentes de dos Instituciones Educativas Públicas, Lima Este-2018 (Tesis de Licenciatura). Repositorio de Tesis Universidad Peruana La Union. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1788#>
- Gálvez, M. (2010). Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad en Niños de 7 a 13 años en Colegios Privados y Públicos en la Ciudad de Quetzaltenango- Guatemala. (tesis de Maestría en atención Farmacéutica) Universidad de San Carlos de Guatemala
- García, R., y Castañeda, O. (2001). Aspectos Generales para Elaborar una Tesis Profesional o una Investigación Documental. Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Económicas.
- Gard, M. (2017). Fat bodies. En M. Silk, D. Andrews y H. Thorpe, Routledge Handbook of Physical Cultural Studies. <https://www.routledge.com/Routledge-Handbook-of-Physical-Cultural-Studies/Silk-Andrews-Thorpe/p/book/9780367871246>
- Giddens, A. (1996). Modernidad y autoidentidad. En J. Beriain, Las consecuencias perversas de la modernidad (pp. 33-72). Anthropos.
- Giddens, A. (1998). La transformación de la intimidad: Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas. Ediciones Cátedra.
- Godínez, B. (2004). Diagnóstico socioeconómico, potencialidades productivas y propuestas de inversión: Organización Empresarial (Producción Empresarial). USAC. de <https://bit.ly/AlmolongaUsac>
- Goldin, L. (1989) Comercialización y cambio en San Pedro Almolonga: un caso Maya-Quiché. Universidad de Albany. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2774973.pdf>



- Guerra, C., Vila, J., Apolinaire, J. Cabrera, A., Santana, I y Almaguer P. (2009) Factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en adolescentes. *MediSur*, 7(2), 25-34.
- Instituto Nacional de Estadística. (2001). Encuesta Nacional sobre Condiciones de Vida ENCOVI. Guatemala.
- Instituto Nacional de Estadística. (2018). Encuesta Nacional sobre Condiciones de Vida ENCOVI. Guatemala.
- Jepperson, R. (2001). The development and application of sociological neoinstitutionalism. (pp. 1-54.) Robert Schuman Centre, European University Institute.
- Johnson, R., Lamb, M., Anderson, H., Pieters-Arroyo, M., Anderson, B., Bolaños, G., y Asturias, E. (2019). The global school-based student health survey as a tool to guide adolescent health interventions in rural Guatemala. *BMC public health*, 19(1), 226. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6539-1>
- Lamarque, M. y Orden, A. (2017) Prevención de la obesidad infantil: aportes desde las ciencias sociales para la intervención. *Archivo Argentino de Pediatría*. 2 (115), 169-174.
- Lima, M. (2012) Diseño y validación de dos escalas para medir la actitud hacia la alimentación y la actividad física durante la adolescencia. *Revista Española de Salud Pública*, 86 (3), 253-268.
- Martínez Espinosa, A. (2020). Significados sociales y alimentación de escolares en la Ciudad de México. *Revista mexicana de sociología*, 82(3), 529-556. <https://doi.org/10.22201/iis.01882503p.2020.3.58501>
- Martínez, M. (2004). Ciencia y arte en la metodología cualitativa. Trillas.
- Martínez, A. (2004). La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas. *Papers*, 73, 127-152. Universidad de A Coruña.
- McDonald, I. (2007). Political somatics: fascism, physical culture and the sporting body. En y. J. P. Vertinsky, *Physical Culture, Power, and the Body* (pp. 52-73).



<http://www.routledge.com/books/Physical-Culture-Power-and-the-Body-isbn9780415363525>

Mendoza, G. (1995). Compendio de mercadeo de productos agropecuarios. Costa Rica: Editorial IICA.

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS). (2022). Casos de morbilidad por crónicas, años 2012-2022. https://portal.siinsan.gob.gt/wp-content/uploads/2018/11/EnsmiIndicadoresBasicos_2014_2015.pdf

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social -MSPAS-. (2019). Guía de atención de sobrepeso y obesidad en niñez y adolescencia. Dirección General de Regulación, Vigilancia y Control de la Salud, Departamento de Regulación de los Programas de Atención a las Personas. Guatemala.

Moñina, M., Marques, I., Baladía, B., Russolillo, G. (2007). Diccionario sobre Nutrición y Alimentación.

Municipalidad de Almolonga (2022) Pertenencia Lingüística. <https://munialmolonga.laip.gt/index.php/28-pertenencia-sociolingueistica#658-28-pertenencia-sociolingueistica>

Navas, J., Palacios, J. y Muñoz, P. (2014). La otra cara de la obesidad: reflexiones para una aproximación sociocultural (pp.1721-1729). *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(6). <https://doi.org/10.1590/1413-81232014196.01892013>

Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (2018) Manual de Frascati 2015: Guía para la recopilación y presentación de información sobre la investigación y el desarrollo experimental, OECD Publishing, Paris/FEYCT, Madrid, <https://doi.org/10.1787/9789264310681-es>.

Olea, B. (2019). Elementos teóricos y conceptuales en torno a la estigmatización social de las corporalidades gordas. Un análisis desde las dimensiones de la salud y la apariencia. [Tesis de postgrado, Pontificia Universidad Católica de Chile]. Repositorio



institucional - Pontificia Universidad Católica de Chile.
<https://repositorio.uc.cl/handle/11534/22308>

Pérez-Gil, S., Mosqueda, J. y Romero, A. (2012) Obesidad y alimentación: percepción de un grupo de niños y niñas de la costa de Oaxaca. *Revista Infancias Imágenes*, 2(11), 16-26.

Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia [Segeplan]. (2010). Plan de desarrollo: Almolonga, Quetzaltenango. Segeplan.
https://portal.segeplan.gob.gt/segeplan/wp-content/uploads/2022/07/PDM_913.pdf

Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SESAN). (2022). *Informe sobre la seguridad alimentaria y nutricional en Guatemala*.

Solans, A. (2021). Alimentación infantil: políticas globales y locales de prevención y promoción de la salud. Prescripciones, entornos y desigualdades. *Revista De La Escuela De Antropología*, (XXIX).
<https://doi.org/10.35305/revistadeantropologia.v0iXXIX.138>

Tec, R. (2017). La hortaliza de América: El neopentecostalismo étnico de Almolonga, Guatemala. *Revista Cultura & Religión*, 9 (1) 69-90.
<https://doi.org/10.61303/07184727.v11i1.751>

Tolbert, P. y Zucker, L. (1996). The Institutionalization of Institutional Theory. En Clegg, S., Hardy, C. y Nord, W., *Handbook of organizational studies* (pp. 175-190). Sage.

Toro, J. (2007) El cuerpo en Evidencia. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 18(1)

Vilapriñó, A., Molina, C., Bustos, R., García, C., Vidal, N. y Nicola, S. (2016) Estrategias familiares de consumo, obesidad y sobrepeso en niños escolarizados de Gran Mendoza: una lectura socio-antropológica de un problema de salud pública. Universidad Nacional de Cuyo.



Declaración del coordinador (a) del proyecto de investigación

El coordinador (a) de proyecto de investigación con base en el Reglamento para el desarrollo de los proyectos de investigación financiados por medio del Fondo de Investigación, artículos 13 y 20, dejo constancia que el personal contratado para el proyecto de investigación que coordino ha cumplido a satisfacción con la entrega de informes individuales por lo que es procedente hacer efectivo el pago correspondiente.

<p>Msc. Mariela Edith Hernandez Higueros</p> <p>Nombre del coordinador (a) del proyecto de investigación</p>	
<p>24 de febrero de 2025</p>	

}

Aval del director (a) del instituto, centro, unidad o departamento de investigación o coordinador de investigación del centro regional universitario.

De conformidad con el artículo 13 y 19 del Reglamento para el desarrollo de los proyectos de investigación financiados por medio del Fondo de Investigación otorgo el aval al presente informe final de las actividades realizadas en el proyecto (escriba el nombre del proyecto de investigación) en mi calidad de (indique: director del instituto, centro, unidad o departamento de investigación o coordinador de investigación del centro universitario), mismo que ha sido revisado y cumple su ejecución de acuerdo a lo planificado.

<p>Msc. Ada Priscila del Cid</p> <p>Vo.Bo. Coordinadora del Instituto de Investigaciones de la Escuela de Trabajo Social</p>	 
<p>24 de febrero de 2025</p>	

Aprobación de la Dirección General de Investigación

<p>Ing. Liuba María Cabrera Ovalle</p> <p>Vo.Bo. Nombre coordinador(a) del programa universitario de investigación</p>	
<p>24 de febrero de 2025</p>	

/Digi2024