

GUÍA NUTRICIONAL ADAPTADA CULTURALMENTE AL PUEBLO KICHWA-PURUHÁ RESIDENTE EN GUAYAQUIL, SEGÚN SUS PATRONES ALIMENTARIOS

PROBLEMA

La evidencia científica y social en Ecuador confirma que la migración interna produjo cambios estructurales en la cultura alimentaria de los indígenas, llevándolos a modificar sus preferencias, hábitos y patrones alimenticios, y existen estudios que vinculan estos cambios con afectaciones a la salud, principalmente la doble carga de la malnutrición (desnutrición y sobrepeso/obesidad).

La falta de información nutricional acerca de la preparación y consumo de alimento nativos del Pueblo Kichwa-Puruhá, conlleva la pérdida de la calidad de vida debido a detrimento de los valores nutricionales.

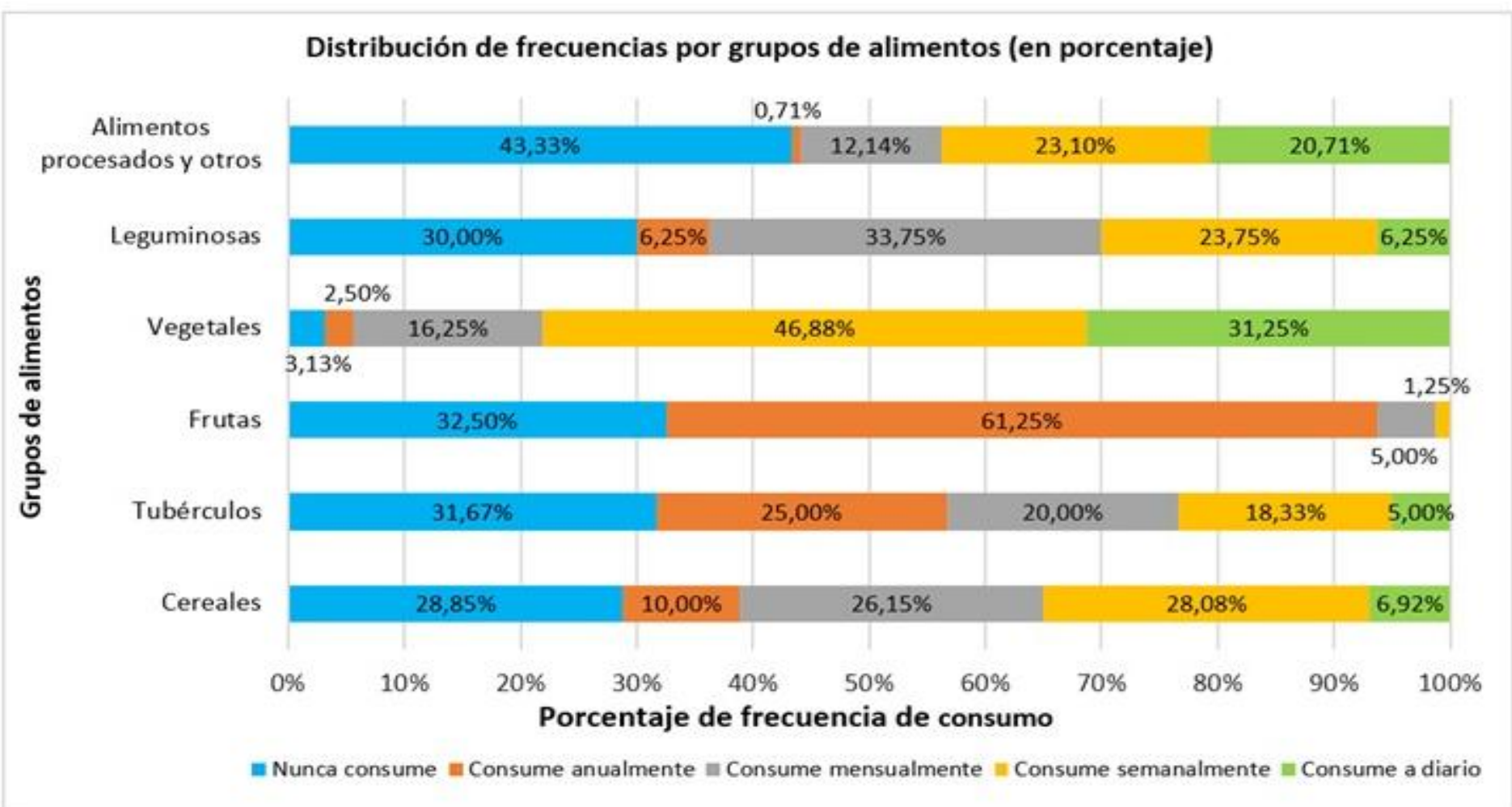
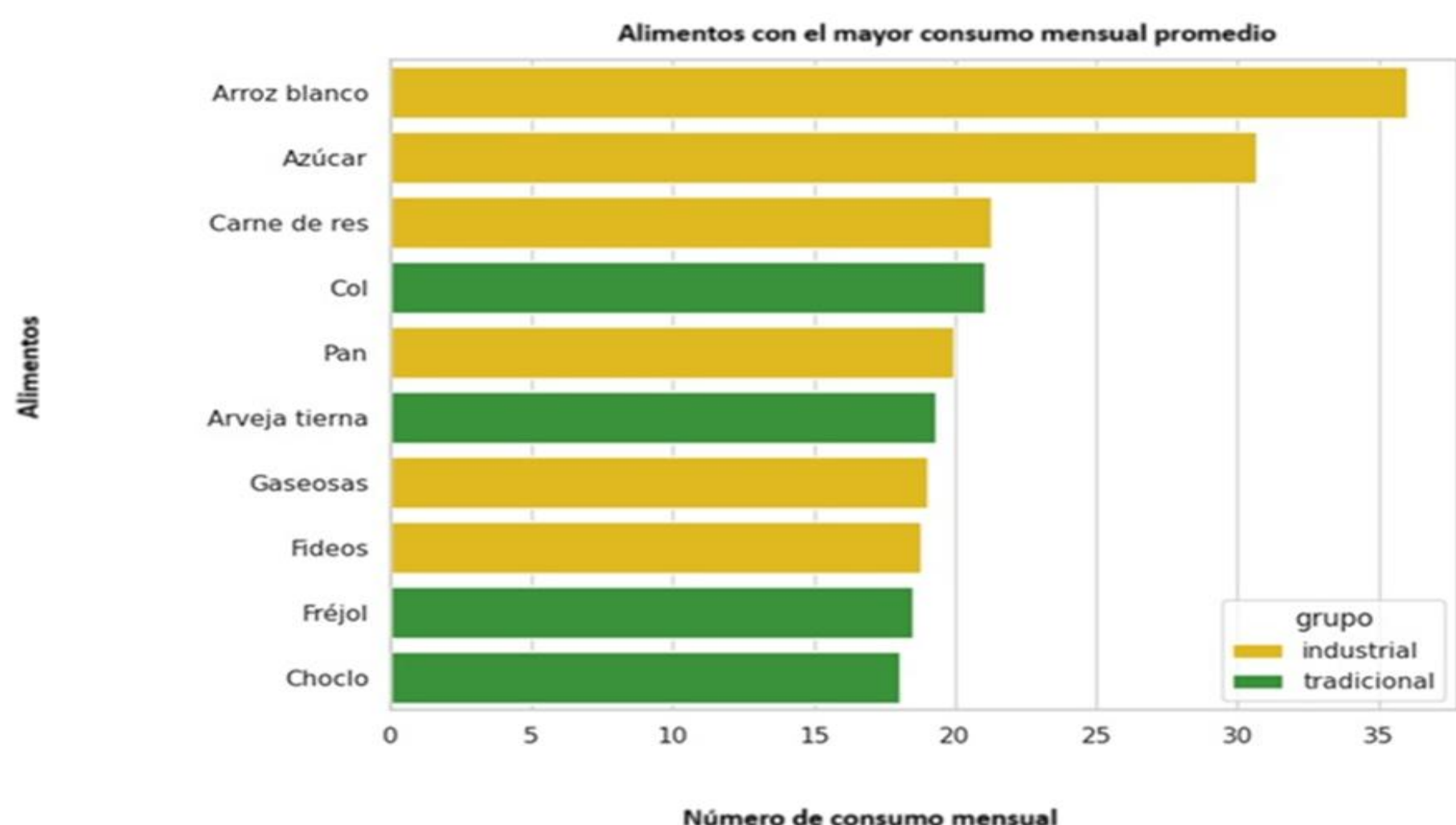
OBJETIVO GENERAL

Diseñar una guía informativa que optimice la nutrición saludable y promueva la alimentación soberana del Pueblo Kichwa-Puruhá residente en la provincia de Guayas, basada en la identificación de sus hábitos y sus patrones alimentarios.

RESULTADOS



A pesar de la influencia citadina, los alimentos tradicionales mantienen una vigencia significativa, aunque secundaria. Entre estos, la ingesta de col en promedio fue de 21 veces al mes, la arveja tierna se consumió 19 veces al mes, así como de fréjol tierno y de choclo con 18 ingestas mensuales.



En cuanto a alimentos procesados y otros, un 43,33% evitaron ingerir; 23,10% reportó una ingesta semanal; un 20,71% indicó que el consumo fue a diario; El 12,14% mencionó haber consumido de forma mensual; solo un 0,71% prefirió anualmente.

PROPUESTA

El objetivo de esta investigación es el estudio exploratorio de la pérdida de la calidad de vida debido al detrimento de los valores nutricionales, en un contexto étnico alimenticio del Pueblo Kichwa-Puruhá que reside en la ciudad de Guayaquil.

Tras evaluar la factibilidad, los recursos disponibles y la pertinencia cultural, se optó por la elaboración de una Guía Nutricional adaptada a los patrones alimentarios del pueblo Kichwa-Puruhá habitante en la urbe porteña, para contrarrestar la falta de información nutricional acerca de la preparación y consumo de alimento nativos de esta etnia.

DISCUSION

La muestra fue pequeña, en comparación a los 12.944 migrantes Puruháes que residen en Guayaquil (según Censo de Población 2022), lo que limita la potencia estadística del estudio y, por lo tanto, dificulta establecer relaciones significativas entre los hábitos alimentarios y el rendimiento laboral. Además, la Encuesta Dietética Frecuencia Consumo de Alimentos (últimos 12 meses) y el Cuestionario de Preguntas Cerradas se basaron en la auto-percepción de los participantes, lo que puede generar sesgos, ya que las respuestas podrían estar influenciadas por la subjetividad o el deseo de responder de manera socialmente aceptable.

Asimismo, al tratarse de un diseño transversal, no es posible determinar causalidad ni cambios en el tiempo. Por último, factores externos como el estilo de vida, estrés o condiciones de salud de los participantes podrían haber afectado tanto sus hábitos alimentarios como su desempeño laboral, sin que estos fueran controlados en el estudio.

CONCLUSIONES

- Los migrantes mantienen un consumo semanal respecto a la quinua, la máchica de cebada, haba tierna y el melloco, mientras que la col, arveja tierna, fréjol tierno y choclo, son consumidos mensualmente.
- Los resultados evidencian un proceso de adaptación cultural alimentaria caracterizado por continuidad y cambios simultáneos: se mantiene un vínculo fuerte con la alimentación tradicional, mientras se incorporan prácticas propias del entorno urbano.
- La transición nutricional presente en la etnia tiene como hito concluyente, la fusión gastronómica de alimentos andinos tradicionales con alimentos porteños en la elaboración de platos constituyentes de la dieta urbana actual.
- Los datos revelan que la congregación evangélica consume una dieta mixta que combina tanto alimentos tradicionales, como productos procesados urbanos. Esto es generado por el hecho de que mayoritariamente son dueños de locales comerciales y por la disponibilidad a dichos alimentos.