

# Plan Integral de Educación Nutricional y Seguridad Alimentaria (PIENSA)

## PROBLEMA

El sector Monte Sinaí es uno de los sectores urbano-marginales con mayores índices de inseguridad alimentaria de la ciudad debido a factores como: falta de disponibilidad, acceso, estabilidad y utilización de alimentos, así como déficit de conocimientos sobre nutrición y prácticas de alimentación adecuada. Esta problemática, se agrava en el contexto de pobreza y tiene consecuencias negativas y perpetuas sobre la salud de la comunidad.



## OBJETIVO GENERAL

**Diseñar** un plan de educación nutricional mediante los lineamientos de la seguridad alimentaria que promueva un cambio conductual en las familias de la cooperativa "Triángulo" del Monte Sinaí que impacte en una mejora de la calidad de vida.



## PROPUESTA

Se emplearon las 3 fases del metodo EV.OL.VE.:

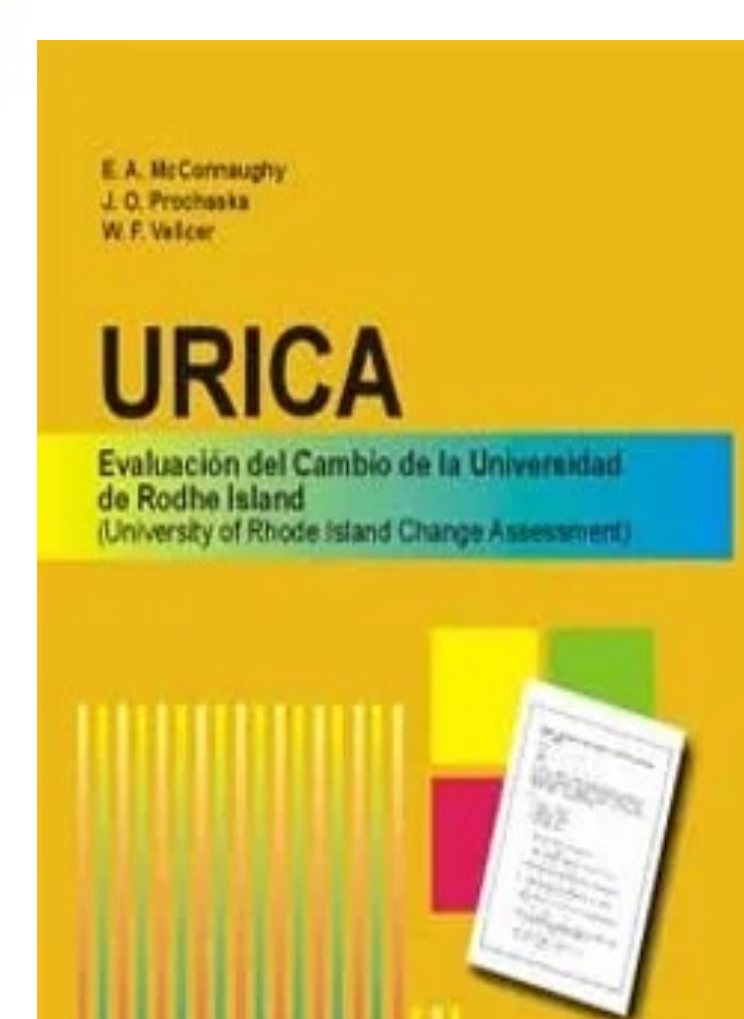
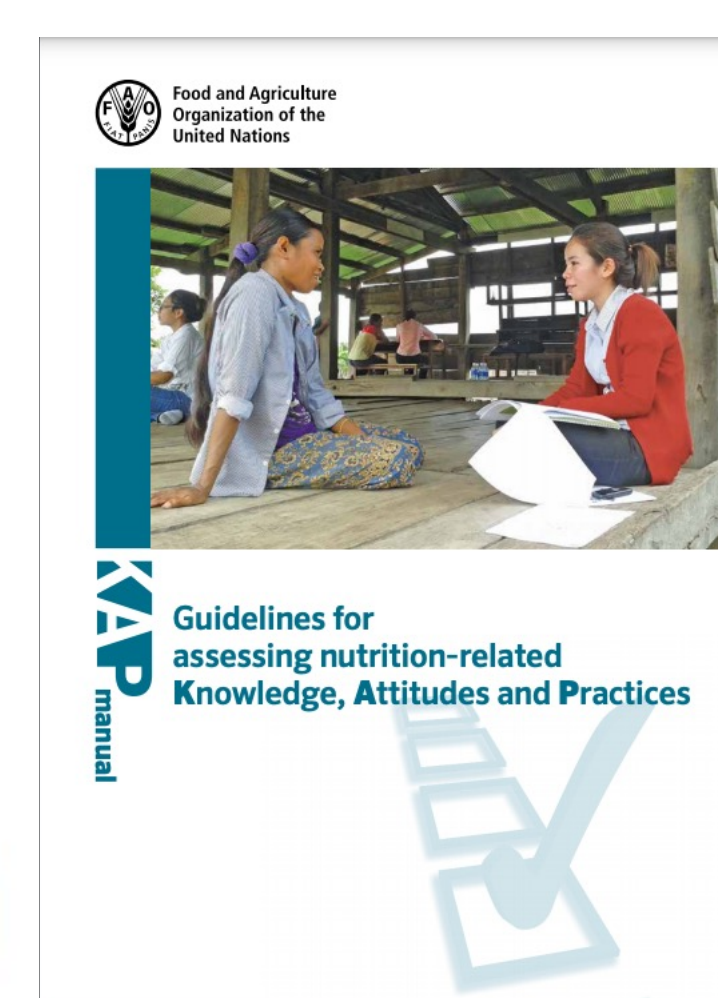
Primera fase EV.: Identificación de la situación nutricional-alimentaria de 32 familias de la cooperativa "Triángulo" de Monte Sinaí mediante:

- Encuestas CAP (FAO) de alimentación e inocuidad alimentaria.
- Mapeo de recursos.
- Evaluación nutricional por componentes antropométricos y clínicos.

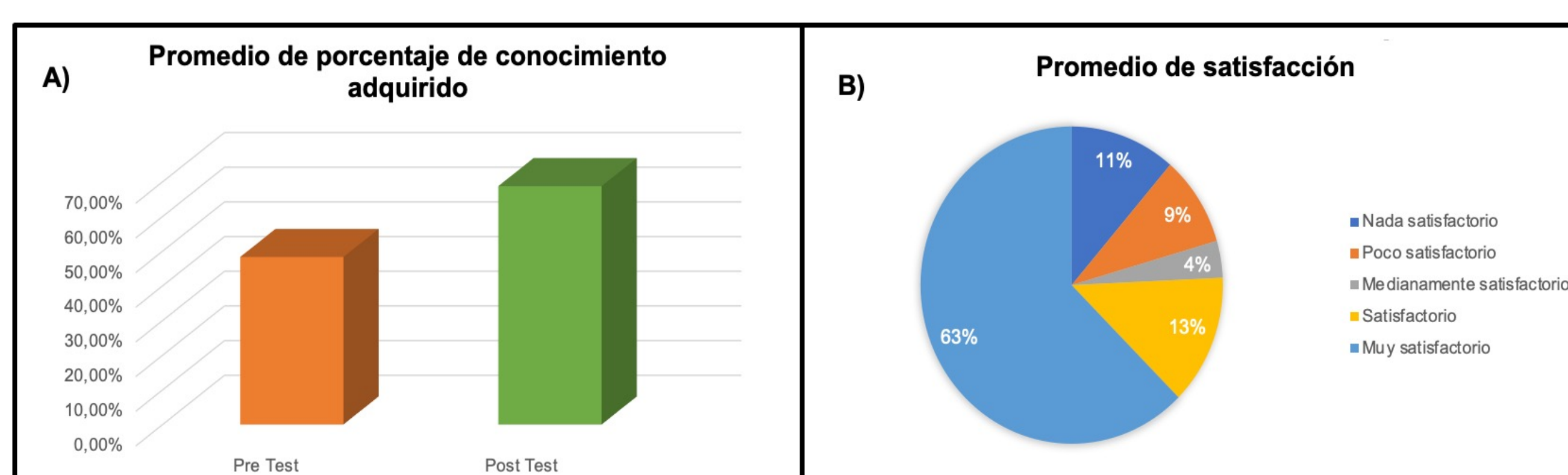
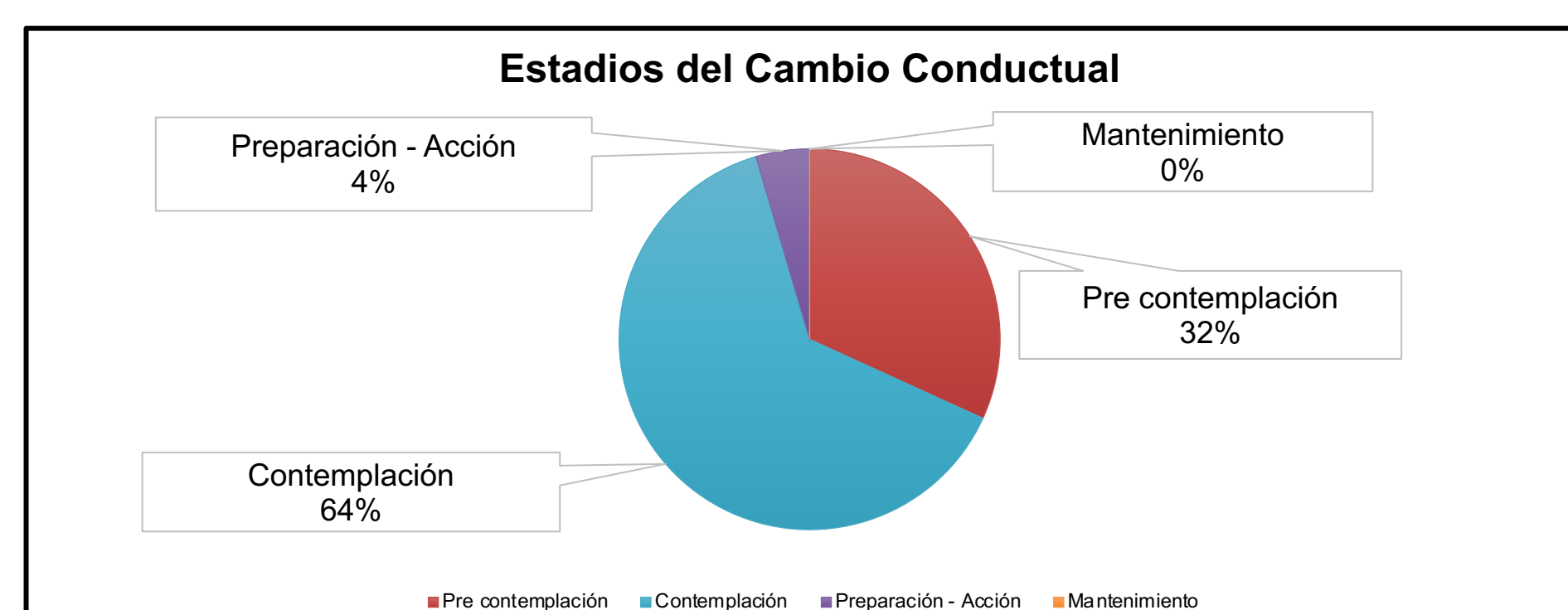
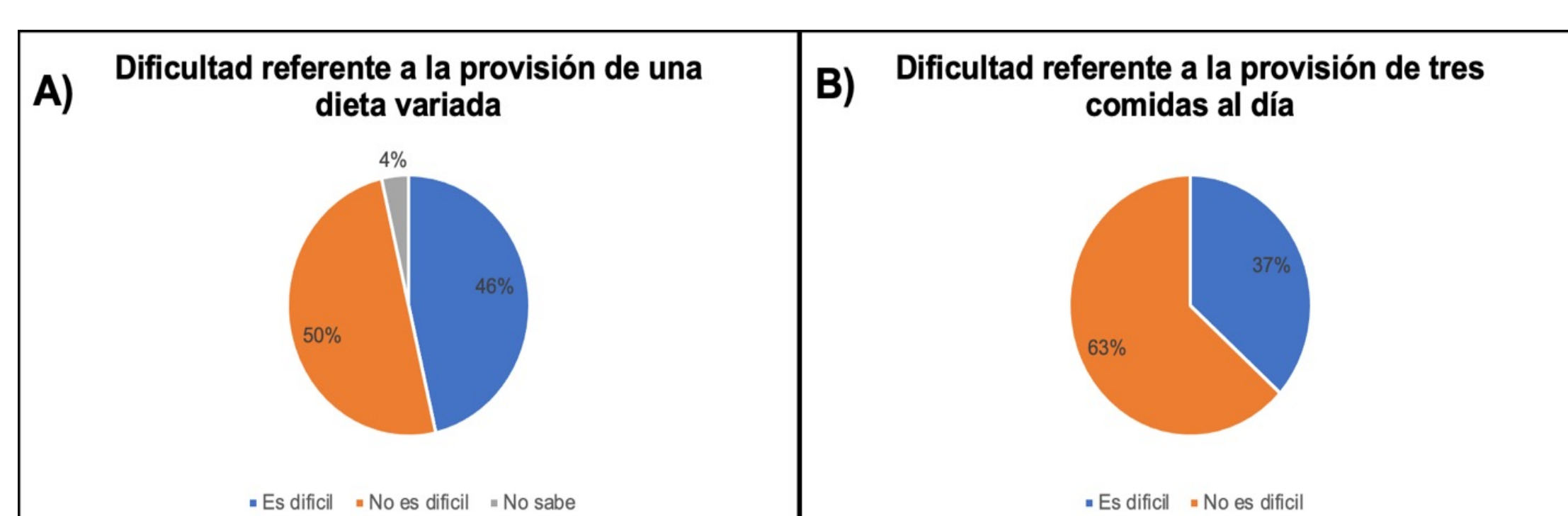
Segunda fase OL.: Implementación de la intervención educativa de talleres vivenciales con temáticas de nutrición, alimentación y seguridad alimentaria.

Tercera fase VE.: Evaluación de la eficacia del plan PIENSA:

- Pruebas de conocimiento previo y posterior a cada taller
- Test de satisfacción de cada taller impartido y
- Escala de medición del cambio conductual de cada participante durante el programa. (URICA – University of Rhode Island)



## RESULTADOS



## CONCLUSIONES

- La situación alimentaria-nutricional de los habitantes de la cooperativa "Triángulo" del Monte Sinaí evidenció que existe dificultad para acceder a una alimentación variada, equilibrada y nutritiva, debido a falta de dinero y empleo.
- Las estrategias y actividades educativas nutricionales crearon empoderamiento en salud, adquisición de nuevos conocimientos y desarrollo de hábitos. De este modo, se reflejó en el nivel de conocimiento adquirido en cada taller resultando favorable al igual que el nivel de satisfacción, que oscilaba entre "Satisfactorio" y "Muy satisfactorio".
- El 32% de los encuestados no están aún conscientes de la falta de educación nutricional y seguridad alimentaria. Por el contrario, el 64% está consciente de la problemática, sin embargo, se percibe ambivalencia para implementar cambios a la conducta alimentaria.
- El Plan Integral de Educación Nutricional y Seguridad Alimentaria (PIENSA) promueve un cambio conductual en las familias de la cooperativa "Triángulo" de Monte Sinaí, mediante talleres vivenciales y actividades educativas estratégicas fomentando un balance decisional positivo que permitiría establecer impactos en una mejora de la calidad de vida en las familias.