



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD  
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**Situación alimentaria del adulto mayor en el barrio General  
Enríquez Gallo del cantón La Libertad, 2025**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

Previo a la obtención del grado académico de:

**LICENCIADO(A) EN GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**AUTOR(A):**

**ORRALA RODRÍGUEZ JANETH CLEOTILDE**

**TUTOR(A):**

**Lcdo. EDGAR FABIÁN COBOS ALVARADO, PhD.**

**LA LIBERTAD – ECUADOR**

**2025**

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**Situación alimentaria del adulto mayor en el barrio General  
Enríquez Gallo del cantón La Libertad, 2025**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

Previo a la obtención del grado académico de:

**LICENCIADO(A) EN GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**ORRALA RODRÍGUEZ JANETH CLEOTILDE**

**LA LIBERTAD – ECUADOR**

**2025**

## ÍNDICE GENERAL

### Contenido

ÍNDICE GENERAL .....	3
ÍNDICE DE TABLAS .....	5
ÍNDICE DE FIGURAS.....	5
DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD .....	6
DEDICATORIA .....	7
AGRADECIMIENTOS .....	8
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN UIC PROYECTO DE INVESTIGACIÓN .....	9
TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR .....	10
RESUMEN .....	11
ABSTRACT.....	12
INTRODUCCIÓN .....	13
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	16
1.1. Antecedentes del problema de investigación.....	16
1.2. Formulación del problema de investigación.....	23
1.3. Objetivos.....	23
1.3.1. <i>Objetivo general</i> .....	23
1.3.2. <i>Objetivos específicos</i> .....	23
1.4. Justificación de la investigación .....	23
2. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL .....	25
2.1. Conocimiento Actual .....	25
2.2. Fundamentación Teórica y Conceptual .....	30
3. MARCO METODOLÓGICO.....	35
3.1. Tipo de Investigación.....	35
3.2. Alcance de la Investigación .....	35
3.3. Operacionalización de las Variables .....	37
3.4. Población, Muestra y Periodo de Estudio .....	39
3.5. Técnicas e instrumentos de levantamiento de información .....	39
4. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	39
5. DISCUSIÓN .....	46

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	49
REFERENCIAS.....	51
ANEXOS .....	57

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Matriz de Operacionalización de Variables: Adulto Mayor .....	37
<b>Tabla 2.</b> Matriz de Operacionalización de Variables: Cuidadores o familiares.....	38

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Red semántica de la entrevista .....	61
---	----

## DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD

Quien suscribe; **ORRALA RODRÍGUEZ JANETH CLEOTILDE** con C.I. 0920936754, estudiante de la carrera de Gestión Social y Desarrollo, declaro que el Trabajo de Titulación; Proyecto de Investigación presentado a la Unidad de Integración Curricular, cuyo título es: Situación Alimentaria del Adulto Mayor en el Barrio General Enríquez Gallo del Cantón La Libertad, 2025, corresponde exclusiva responsabilidad de la autora y pertenece al patrimonio intelectual de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

La Libertad, 18 de junio, 2025.

Atentamente,



Firmado electrónicamente por:  
**JANETH CLEOTILDE  
ORRALA RODRIGUEZ**

Validar únicamente con FirmaEC

---

**Orrala Rodríguez Janeth Cleotilde**  
C.I. 0920936754

## DEDICATORIA

A mis hijas Sheyla, Bridgete y Britanie, fuente inagotable de inspiración y fortaleza, quienes me motivaron a seguir adelante incluso en los momentos más difíciles, aunque mis estudios me hayan alejado en momentos importantes de su niñez, gracias por su paciencia, amor y comprensión; esta meta que hoy alcanzo no es solo mía, sino también de ustedes porque su cariño y confianza en mí me dieron fuerza para lograrla. Con gratitud profunda reconozco el amor, entrega y el apoyo incondicional de mis padres Bolivia y Cirilo, pilares fundamentales de mi vida, gracias por ser guía, ejemplo y apoyo en cada paso de mi formación. No puedo dejar de mencionar a mis hermanos y a mi hermana, compañeros invaluable de esta travesía, sobre todo a Nelson quien fue mi apoyo constante en este camino, gracias por su presencia continua. Finalmente, dedico este trabajo a la memoria de mis abuelitas Teresa y Cleotilde, cuya fortaleza y amor siguen guiando mi camino.

**Orrala Rodríguez Janeth Cleotilde**

## AGRADECIMIENTOS

Expreso mi gratitud a Dios, por haber guiado mis pensamientos y concederme la lucidez necesaria para llegar hasta el final de este camino, por ser mi fortaleza en los momentos más complicados. Quiero expresar un agradecimiento muy especial a las autoridades y directivos de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por brindarme la valiosa oportunidad de formar parte de esta institución y permitirme alcanzar una meta tan anhelada. De igual manera, extendiendo mi gratitud a cada uno de los docentes que, con dedicación y vocación, compartieron sus conocimientos y experiencias. En especial a nuestro tutor de tesis, el Lcdo. Fabián Cobos Alvarado, PhD. De igual manera, a la Econ. Lilibeth Alexandra Orrala Soriano, MBA. Gracias por su constante apoyo y disposición. A mi amigo Franklin, quien supo comprender y reírse de mis locuras y ocurrencias, compañero de aula y de tantos momentos compartidos. Gracias por tu amistad, tu apoyo y por hacer más llevadero este camino.

**Orrala Rodríguez JanethCleotilde**



# FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD

## CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO

### CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN UIC PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

La Libertad, 15 de junio del 2025 Psic.

WILSON ALEXANDER ZAMBRANO VELEZ, Mgtr.  
Director de la Carrera de Gestión Social y Desarrollo- UPSE

En su despacho. -

En calidad de tutor(a) asignado(a) por la carrera de Gestión Social y Desarrollo, informo a usted que la estudiante Janeth Cleotilde Orrala Rodríguez con cédula de identidad No 0920936754, ha cumplido con los requisitos estipulados en el *Reglamento de Titulación de Grado y Postgrado de la UPSE y Protocolos Vigentes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo*, para la implementación y desarrollo del Trabajo de Titulación, bajo la modalidad de Proyecto de Investigación, de título “ **Situación alimentaria del adulto mayor en el barrio General Enríquez Gallo del Cantón La Libertad ,2025**”.

Por lo ante expuesto, recomiendo se apruebe el Trabajo de Titulación referido anteriormente, bajo el Reglamento de Titulación de Grado y Postgrado de la UPSE vigente que cita:

*“Art 11. Actividades académicas del docente tutor. - El docente tutor realizará un acompañamiento a los estudiantes en el desarrollo del proyecto del trabajo de integración curricular, quién presentará el informe correspondiente de acuerdo a la planificación aprobada por el Consejo de Facultad.”*

Debo indicar que es de exclusiva responsabilidad de la autora, cumplir con las sugerencias realizadas durante el proceso de revisión.

Para los fines académicos pertinentes, es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Atentamente,



Firmado electrónicamente por:  
**EDGAR FABIAN  
COBOS ALVARADO**

Validar únicamente con FirmaBC

---

**DOCENTE TUTOR**  
**Lcdo. Fabian Cobos Alvarado, PhD.**

## TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

---

Psic. Wilson Zambrano Vélez, Mgtr.  
**DIRECTOR DE LA CARRERA DE  
GESTIÓN SOCIAL Y  
DESARROLLO**



Firmado electrónicamente por:  
**EDGAR FABIAN  
COBOS ALVARADO**  
Validar únicamente con Firma

---

Lcdo. Fabián Cobos Alvarado, PHD.  
**DOCENTE TUTOR(A) DE LA  
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL  
Y DESARROLLO**

---

Econ. Lilibeth Orrala Soriano, Mgtr.  
**DOCENTE GUÍA DE LA CARRERA DE  
GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**



**Yamel Sofia Garzosi  
Pincay**



---

Abg. Yamel Sofia Garzosi Pincay, Mgtr.  
**DOCENTE ESPECIALISTA DE LA  
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y  
DESARROLLO**



Firmado electrónicamente por:  
**JANETH CLEOTILDE  
ORRALA RODRIGUEZ**  
Validar únicamente con FirmaEC

---

Lcda. Silvia Carpio Panchana, Mgtr.  
**ASISTENTE ADMINISTRATIVA**

---

Orrala Rodríguez Janeth Cleotilde.  
**ESTUDIANTE**

# Situación Alimentaria del Adulto Mayor en el Barrio General Enríquez Gallo del Cantón La Libertad, 2025

Orrala Rodríguez Janeth Cleotilde  
Código Orcid (1) 0009-0000-0505-6423  
Universidad Estatal Península de Santa Elena-Carrera Gestión Social y Desarrollo

## RESUMEN

*La situación alimentaria del adulto mayor es un tema de relevancia social, sobre todo en el contexto de la vulnerabilidad económica y exclusión social. Por lo que, esta investigación explora la situación alimentaria de los adultos mayores en el barrio General Enríquez Gallo, ubicado en el Cantón La Libertad. El estudio identifica las dificultades económicas, las enfermedades, las limitaciones funcionales y la falta de orientación alimentaria como las principales barreras para una nutrición adecuada. Con base en aquello, esta investigación se centra en analizar la situación alimentaria integral de los adultos mayores. La metodología utilizada es cualitativa y de tipo exploratorio basado en entrevistas semiestructuradas. Los hallazgos evidencian una brecha entre las opiniones de los cuidadores y los adultos mayores en como perciben la calidad y cantidad de los alimentos que consumen. Estos resultados ponen en manifiesto la necesidad de proponer recomendaciones concretas con un enfoque participativo e integrador, que respondan al entorno local y promuevan el empoderamiento de los adultos mayores como agentes activos en la construcción de su seguridad alimentaria y bienestar.*

**Palabras Clave:** *Adulto mayor, vulnerabilidad económica, situación alimentaria, enfermedades, seguridad alimentaria.*

## **Food Situation of Older Adults in the General Enríquez Gallo Neighborhood La Libertad Cantón, 2025.**

### **ABSTRACT**

*The nutritional status of older adults is a topic of social relevance, especially in the context of economic vulnerability and social exclusion. Therefore, this research explores the nutritional status of older adults in the General Enríquez Gallo neighborhood, located in the La Libertad canton. The study identifies economic hardship, illness, functional limitations, and lack of nutritional guidance as the main barriers to adequate nutrition. Based on this, this research focuses on analyzing the comprehensive nutritional status of older adults. The methodology used is qualitative and exploratory, based on semi-structured interviews. The findings reveal a gap between the opinions of caregivers and older adults regarding how they perceive the quality and quantity of the food they consume. These results highlight the need to propose concrete recommendations with a participatory and integrative approach, responsive to the local environment and promoting the empowerment of older adults as active agents in building their food security and well-being.*

**Keywords:** Adult, economic vulnerability, food situation, diseases, food security.

## INTRODUCCIÓN

La situación alimentaria se refiere al estado general de acceso, disponibilidad, calidad y consumo de alimentos por parte de una población, lo cual influye directamente en la salud, bienestar y desarrollo considerando el acceso económico y físico para obtener alimentos nutritivos. Es fundamental garantizar una vida digna en poblaciones como adultos mayores. Según la (FAO, 2023), “la seguridad alimentaria se garantiza cuando cada individuo pueda acceder de manera física, social y económica en cantidad suficiente o adecuada de alimentos, libres de contaminación y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y tener una vida activa y saludable”.

En los últimos años, a nivel mundial y regional la situación alimentaria se ha visto afectada por múltiples factores como el cambio climático, el incremento en los precios de los alimentos, los conflictos geopolíticos y la crisis económica derivada de la pandemia. Estas circunstancias han desarrollado la desigualdad contribuyendo al aumento de la inseguridad alimentaria, por lo que, América Latina y el Caribe son unas de las áreas más afectadas. Según datos de la FAO, más de 43 millones de personas de esta región padecían hambre o sufrían una inseguridad alimentaria grave en el año 2023, esto refleja la degradación en el acceso aún apropiada (Organización de las Naciones Unidas, 2023)

En el cantón La Libertad, algunos de los factores que afectan la situación alimentaria de los adultos mayores que inciden directamente en los hábitos alimenticios son la pobreza, poco ingreso estable y el acceso limitado a los servicios de salud y asistencia social. Según el análisis general de los países la (ONU Ecuador, 2024) menciona que los habitantes ecuatorianos viven en condiciones de pobreza extrema, particularmente en provincias como Santa Elena, la brecha territorial afecta directamente a los grupos más desfavorecidos.

La inseguridad alimentaria se agrava considerablemente cuando se combina con condiciones de salud precarias, especialmente en contextos urbanos con altos niveles de pobreza, en el cantón La Libertad, se evidencia que la mayoría de los adultos mayores enfrentan dificultades cotidianas para acceder a una alimentación adecuada, esta realidad afecta directamente en su estado nutricional, acelera el deterioro de su salud y disminuye su calidad

de vida, por lo que resulta prioritario implementar políticas públicas alimentarias que respondan de manera específica a las necesidades de esta población.

En el capítulo uno se aborda temas desde un enfoque cualitativo ya que no se pretende comprobar teorías previas, sino explorar la realidad social que viven los adultos mayores en su entorno cotidiano, ante la falta de información específica sobre esta población en el contexto local, el estudio busca analizar la situación alimentaria integral de los adultos mayores, la investigación pretende aportar datos relevantes que permitan comprender mejor su realidad y contribuir al desarrollo de posibles acciones que mejoren su calidad de vida.

El capítulo dos desarrolla el marco metodológico de la investigación en este se detalla que el estudio es de tipo básico con un alcance exploratorio y enfoque cualitativo, lo que permite comprender de manera profunda las experiencias, percepciones y realidades de los adultos mayores respecto a su alimentación, además, se presentan los conceptos claves que sustentan la investigación, como, seguridad alimentaria, envejecimiento, y la calidad de vida, aportando el fundamento teórico necesario para el análisis posterior.

Complementando lo expuesto anteriormente, se desarrollan los fundamentos teóricos que sustentan el estudio de la investigación, considerando su estado nutricional como un componente esencial para el bienestar en la etapa de la vejez, se analizan los principales factores que inciden en su alimentación de los adultos mayores, tales como los estilos de vida, las condiciones socioeconómicas y el entorno familiar y comunitario, desde una perspectiva centrada en la comprensión profunda de la realidad social, se justifica la necesidad de comprender sus percepciones, hábitos y dificultades alimentarias, con el propósito de aportar elementos que contribuyan a la formulación de propuestas acorde a sus necesidades reales.

El capítulo tres describe los métodos utilizados para la recolección de información, entre ellos las entrevistas semiestructuradas y detalla la población participante, los criterios de selección y las técnicas de análisis empleadas para interpretar los datos obtenidos, este enfoque permite comprender en profundidad las vivencias, percepciones y condiciones alimentarias del adulto mayor en el barrio General Enríquez Gallo.

Así mismo, se define el enfoque cualitativo con orientación fenomenológico de la investigación, orientado a comprender las percepciones y experiencias de los adultos mayores

respecto situación alimentaria, a través de entrevistas semiestructuradas, se busca interpretar el significado que atribuyen a su alimentación, considerando aspectos como el acceso, la disponibilidad y la calidad de los alimentos.

## **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Antecedentes del problema de investigación**

Desde inicios de la humanidad, la situación alimentaria ha sido una preocupación constante para las personas, aunque en la actualidad se han logrado importantes avances en la producción de alimentos, el acceso a una alimentación suficiente y nutritiva no siempre está garantizado para toda la población, diversas condiciones como la pobreza, cambio climático, conflictos sociales y las desigualdades económicas siguen dificultando el acceso a una dieta adecuada, además el desperdicio de alimentos en diferentes etapas de la cadena alimenticia refleja una problemática estructural que agudiza las brechas existente. En este contexto, la seguridad alimentaria continúa siendo un desafío global y una nutrición adecuada es clave para el bienestar individual para el desarrollo integral.

A nivel internacional, en un estudio reciente de (Chicaiza y otros, 2025), en su investigación titulada “Impacto de las tradiciones alimentarias en el estado nutricional de los adultos mayores: revisión sistemática” el objetivo fue explorar como estas dietas, afecta la nutrición en mayores de 60 años, la metodología consistió en una revisión de literatura científica en PubMet, Scopus y Scielo, el instrumento fue selección de estudios sobre dietas tradicionales y nutrición, con una muestra no probabilística intencional, de tipo reflexivo y conveniencia, los resultados revelaron que las dietas tradicionales no cubren necesidades nutricionales afectadas por pobreza, aislamiento y consumos de alimentos altamente procesados.

Por otro lado, (Vargas, 2024), en su investigación “Consecuencias de la asistencia alimentaria en la soberanía alimentaria de la comunidad indígena Emberá de Bajo Gitó, Risaralda”. Analiza el impacto de la asistencia alimentaria en las soberanía de la comunidad antes mencionada, mediante una metodología cualitativa, se identificó que, durante más de 60 años, los programas externos no consideraron sus prácticas culturales ni alimenticias, como resultado, se alteraron sus hábitos alimentarios y se debilitó su identidad cultural, esto derivó a una pérdida de conocimientos ancestrales y biodiversidad local, al final la forma de asistencia ha contribuido en un proceso de genocidio alimentario.

Por otro lado, (Martínez y otros, 2025), en su estudio “Prácticas alimentaria en una comunidad rarámuri de la Sierra de Chihuahua, México”, mencionan que la inseguridad alimentaria que afecta a la población indígenas, cuyo objetivo fue reflexionar sobre el valor del patrimonio nutritivo, la metodología fue una investigación cualitativa con enfoque etnográfico, usando como instrumentos las entrevistas semiestructuradas y observación participantes, la muestra se obtuvo en la comunidad rarámuri ubicada en la sierra chihuahua, en respuesta identificaron que las practicas alimentarias típicas pueden fortalecer la seguridad alimentaria y orientar políticas públicas culturales pertinentes.

Es decir, este estudio pone de manifiesto que las prácticas alimentarias de las comunidades indígenas están influenciadas por sus tradiciones, entorno y desigualdades estructurales, por lo tanto, reconocer y fortalecer su patrimonio alimentario puede contribuir al desarrollo de sistemas nutricionales sostenibles y más equitativos.

Además, (Ayala, 2024), analizó “la seguridad alimentaria en México” donde las familias no acceden a una alimentación adecuada en calidad y cantidad, su objetivo de estudio fue lograr la seguridad alimentaria, la metodología con enfoque mixto, análisis cualitativa y cuantitativa, en el instrumento se utilizó la revisión documental y análisis estadísticos, la muestra se obtuvo con datos nacionales enfocados en las comunidades indígenas y campesinas, se evidencia que existen altos niveles de inseguridad alimentaria vinculados a la pobreza en comunidades indígenas y agricultores a pesar de las políticas públicas.

Asimismo, un estudio realizado en la misma ciudad por (Martín & Espinoza, 2025) analizaron los “Desafíos para garantizar el derecho a la alimentación en México”, un derecho reconocido por marcos legales nacionales e internacionales, la finalidad fue identificar obstáculos estructurales y normativos que dificultan su cumplimiento, el diseño fue documental y analítico, sin muestra específica, como instrumento se usó el análisis de contenido de leyes y políticas públicas, se evidencia que la pobreza, desigualdad y cambio climático afectan la seguridad de ciertos programas, concluyen que se necesitan políticas públicas integrales, inversión en infraestructura y educación nutricional.

Por consiguiente, (Morejon & Guevara, 2024) en su estudio abordó “Evidencia científica en el manejo nutricional en adultos mayores encamados”. Una población vulnerable por su inmovilidad y dependencia, lo ideal fue prevenir complicaciones y mejorar su calidad

de vida mediante intervenciones nutricionales basadas en evidencias, la metodología consistió en una revisión de literatura con enfoque directo, como instrumentos, se utilizaron entrevistas y encuesta, la muestra incluyó a 113 adultos, en fin evidenciaron conflictos como la dificultad para tragar y pérdida de masa muscular, además, de factores como la anemia y situación socioeconómica.

De forma similar (Ruderman & Núñez, 2022) realizaron “Una revisión de literatura” con la meta de analizar estudios latinoamericanos sobre la seguridad alimentaria y su relación con indicadores de salud y nutrición, se revisaron 39 artículos de bases como PubMed, Scielo y Google Académico, con diversas metodologías e instrumentos en respuesta, muestran una gran heterogeneidad en los enfoques y en la relación entre seguridad alimentaria y salud, se concluye que la inseguridad alimentaria impacta de forma distinta según sexo, edad y etapa del desarrollo, lo que exige enfoques contextualizados para abordar estos procesos en poblaciones diversas.

De igual importancia, (Chapetón, 2024), en su estudio “Soberanía alimentaria como camino de resistencia al enfoque de la seguridad alimentaria”, analiza los enfoques de la disponibilidad de alimentos e independencia alimentaria como vía para garantizar al derecho a la nutrición, la meta es comprender las diferencias entre ambos modelos desde una postura crítica, la metodología teórica basadas en fuentes secundarias y análisis crítico de la economía, en el instrumentos se realizó un análisis de documentos de hábito alimentario la muestra se obtuvo mediante estudios teóricos experimentales, se pudo evidenciar que la soberanía alimentaria responde a un modelo industrial y dominio.

A la vez, (Martínez L. , 2025) en su estudio titulado “Seguridad alimentaria y trabajo social: análisis del programa apoyo a la seguridad alimentaria, región de Ñuble 2022”, tuvo como fin evaluar la eficacia del programa en los beneficiarios y proponer mejoras basadas en los hallazgos, la metodología es un estudio de campo descriptivo con enfoque cuantitativo, los instrumentos utilizados escala de HFIAS (componente de acceso de la inseguridad alimentaria en el hogar) la muestra fue con los beneficiarios del programa en la región ñuble, se identificaron niveles de inseguridad alimentaria, permitiendo formular recomendaciones para fortalecer el diseño y aplicación del programa a futuro.

En Latinoamérica, un estudio realizado por (Estrada y otros, 2022) titulado “Inseguridad alimentaria en hogares donde habitan adultos mayores”. Medellín, Colombia, se identificó que en los hogares de bajos ingresos presentaban crisis de alimentación, el fin fue determinar la inseguridad alimentaria y características sociodemográficas en hogares con adultos, se realizó un estudio transversal con muestreo aleatorio estratificado por nivel socioeconómico, la muestra fue acogida de 935 hogares con al menos una persona mayor y se demostró que la inseguridad alimentaria fue menor en hogares formados solo por adultos mayores, con jefes de hogar de 60 años y sin acceso a programas de ayuda alimentaria.

Por otra parte, en América Latina (Flores, 2023) en su investigación titulada “Impacto de la nutrición en el envejecimiento” resalta los beneficios de modelos como la dieta mediterránea, cuyo objetivo era destacar la importancia de una dieta equilibrada y adecuada para fomentar un envejecimiento saludable, la metodología se dio mediante una revisión bibliográfica, análisis de publicaciones científicas, mientras que la muestra realizada fue con personas mayores de 65 años, se evidenció que las dietas saludables reducen el riesgo de enfermedades y mejoran el bienestar en adultos mayores.

Sin embargo, el estudio realizado por (González y otros, 2025) titulado “Condiciones de seguridad alimentaria y nutricional en la comunidad San Antonio, Veraguas”, cuyo objetivo principal era identificar las condiciones de seguridad alimentaria y nutricional en los hogares, la metodología fue de tipo no experimental, con un enfoque cuali-cuantitativo, transversal y descriptivo, aplicando encuestas y realizando medidas corporales a adultos, la muestra incluyó a familias seleccionadas mediante muestreo no probabilístico por fijación simple. Se concluyó que una parte de la población presenta problemas de sobrepeso u obesidad, bajos ingresos económicos y limitaciones en acceso a alimentos.

Según (Cusirramos & Mamani, 2023) se titula “situación alimentaria y nutricional”, como una asignatura teórica práctico analiza el estado nutricional poblacional y su interacción social, formando estudiantes críticos y promotores de políticas públicas, la intención fue desarrollar competencias para diagnosticar e intervenir con una población definida, la metodología empleada fue un análisis teórico experimental de fuentes oficiales, a través de una revisión documental y sistematización de datos, la muestra población local delimitada, y se demostró que los estudiantes tienen habilidades para proponer soluciones innovadoras en salud pública alimentaria.

En el contexto nacional, el estudio de (Velasco & Velásquez, 2023) autor del trabajo titulado “Evaluar el riesgo nutricional y hábitos alimentarios en adultos mayores del centro de atención integral para grupos prioritarios, Ibarra 2023”. La meta fue identificar el estado nutricional y la calidad de la alimentación en este grupo, la metodología fue descriptiva de corte transversal, con una muestra de 60 adultos mayores que residen en sus propios hogares, en los instrumentos utilizados fueron un cuestionario con datos sociodemográficos, una encuesta sobre calidad alimentaria y una herramienta para valorar el estado nutricional, fruto de aquello se evidenció que muchos adultos mayores presentan malnutrición o riesgo de padecerla, junto con una calidad deficiente en su alimentación.

Por su parte, (Angulo y otros, 2024), en su investigación “Revisión sistemática sobre estado nutricional y calidad de vida de los adultos mayores: revisión sistemática”. La idea de este estudio fue identificar los factores asociados a la malnutrición en adultos y su relación con enfermedades, se aplicó una metodología de revisión sistemática seleccionando 30 artículos científicos de los últimos cinco años, la muestra abarcó investigaciones con ancianos en diversos entornos, los instrumentos incluyeron análisis bibliográficos enfocados en estado nutricional y calidad de vida, se demostró una alta incidencia de malnutrición en zonas rurales y su vínculo con enfermedades crónicas como diabetes y artritis.

En Ecuador, (Poveda y otros, 2021) presentan “Una revisión de la seguridad alimentaria en Ecuador desde una perspectiva histórica y estructural”, el fin fue analizar su evolución desde los años setenta, se utilizó una metodología de revisión documental, basada en fuentes teóricas y datos estadísticos, como instrumento se emplean datos secundarios y bibliografía especializada, no se especificó una muestra, ya que el estudio es de tipo bibliográfico, en conclusión evidencian que, a pesar de los avances normativos y conceptuales, persisten desafíos relacionados con pobreza, desnutrición y acceso alimentario adecuado en el país.

(Castillo, 2022), en su trabajo de investigación titulado “Determinantes de la seguridad alimentaria: un análisis para los hogares de la ciudad de Riobamba, Año 2021”. La meta fue determinar las causas de la calidad de los alimentos con base en teorías de Nort y Sen, la metodología fue cuantitativa, con una muestra de 183 personas seleccionadas por conglomerados, el instrumento fue una encuesta estructurada, el análisis se realizó con un

modelo económico, finalmente señalaron que la baja educación, ingreso y empleo precario son factores negativos.

Así mismo, (Andrade y otros, 2023), en su estudio “Estado nutricional y hábitos alimenticios de los adultos mayores entre 65 a 75 años atendidos en el nivel primario del centro de salud UNE-Totoracocha. Cuenca 2022”. Identificaron la malnutrición como problema de salud pública, determinando la relación entre ambos factores, la metodología enfoque cuantitativo y muestreo no probabilístico por conveniencia, en los instrumentos, medición física mediante índice de peso corporal y cuestionario de consumo de alimentos, la muestra incluyó a 100 adulto mayores atendidos en el centro de salud UNE-Torococha, en respuesta de aquello se mostró una calidad alimentaria deficiente relacionada con el estado nutricional.

(Caraguay, 2023) desarrolló un estudio “Hábitos alimenticios y estado nutricional del adulto mayor en la parroquia el Cisne de la ciudad de Loja”, con el propósito de determinar el estudio de la dieta, la metodología fue de tipo relacional con un diseño transversal y enfoque prospectivo, la muestra fue de 62 ancianos, se usaron como instrumentos una encuesta de comportamiento alimentario editada y el mini nutricional Assessment, en conclusión se evidenciaron un alto nivel de malos hábitos alimenticios y estado nutricional generalmente normal, la mayoría presentó un estado nutritivo adecuado, la investigación concluyó que no existe una relación estadísticamente entre ambas variables.

El estudio realizado por (Loor & Sabando, 2022) titulado “Seguridad alimentaria en la comunidad rural las Mercedes, Manabí-Ecuador”. Tuvo como meta del estudio evaluar la seguridad alimentaria en la comunidad del mismo nombre, la metodología fue observacional, descriptiva, transversal y prospectiva, se utilizó muestreo probabilístico aleatorio simple, como instrumento, se aplicaron dos encuestas: uno sobre la escala de inseguridad alimentaria y otra sobre la frecuencia de consumo de alimentos, se evidencia que la totalidad de las respuestas mostraron que la mayoría de las viviendas evaluadas presentan algún nivel de inseguridad alimentaria.

En el ámbito local, (Alcaldía de La Libertad, 2021) señala que en el barrio General Enríquez Gallo, ubicado en el cantón La Libertad, presenta una creciente población de adultos mayores, representando el 9% del total cantonal según proyecciones del INEC, este sector urbano cuenta con servicios limitados y con el respaldo del Hospital Básico Dr. Rafael Serrano

López, que forma parte del sistema público de salud y ofrece atención gratuita, a nivel social, ciertos adultos acceden a programas como la pensión del MIES, destinados a personas bajo la línea de pobreza sin embargo, estos apoyos no siempre garantizan una alimentación adecuada, lo cual evidencia una situación de vulnerabilidad que justifica la necesidad de explorar desde un enfoque cualitativo la realidad alimentaria que enfrentan la población de este barrio.

En la realidad local, se identificó que en el barrio General Enríquez Gallo, del cantón La Libertad, también se evidencia una problemática alimentaria en la población adulta mayor, ya que enfrenta dificultades para acceder a una alimentación adecuada y suficiente, lo que compromete su estado nutricional y calidad de vida, factores como menor capacidad de compra, enfermedades, aislamiento y cambios fisiológicos propios del envejecimiento (como pérdida del apetito, alteraciones en el gusto o la masticación) todo aquello agravan la situación, realidad que refleja la necesidad de implementar estrategias de intervención que mejoren sus condiciones de vida, tales como programas de acceso a alimentos saludables y fortalecimiento de redes comunitarias de apoyo.

De igual forma, en esta localidad también se evidencian casos de alimentación inadecuada en personas adultas mayores, como resultado de una combinación de factores económicos, fisiológicos, de salud y emocionales, la limitación de ingresos restringe el acceso a alimentos variados y nutritivos, lo que compromete su estado nutricional, además los cambios fisiológicos asociados al envejecimiento, como la pérdida del olfato, gusto y visión, disminuyen el interés por la comida, a esto se suman el deterioro cognitivo, y trastornos emocionales como la soledad y la depresión, que afectan la motivación para alimentarse de manera adecuada y saludable.

De hecho, las consecuencias de una alimentación deficiente en esta población son múltiples y afectan tanto su salud física como mental, en este contexto, se vuelve indispensable proponer acciones orientadas a mejorar la situación alimentaria de los adultos mayores del barrio General Enríquez Gallo, para fomentar una vejez digna, es esencial adoptar un enfoque cualitativo que considere los factores económicos, sociales, culturales y de salud, con el propósito de potenciar el bienestar integral de las personas de la tercera edad, esto implica examinar sus necesidades particulares, tomar en cuenta sus vivencias y preferencias, y ajustar las intervenciones a su situación específica.

## **1.2. Formulación del problema de investigación.**

¿Cómo se manifiesta la situación alimentaria de los adultos mayores en el barrio General Enríquez Gallo, del cantón La Libertad?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. *Objetivo general***

Analizar la situación alimentaria integral de los adultos mayores en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad.

### **1.3.2. *Objetivos específicos***

- Identificar las principales necesidades y problemáticas relacionadas con la situación alimentaria del adulto mayor en el barrio General Enríquez Gallo del cantón La Libertad.
- Constatar la realidad alimentaria del adulto mayor mediante la recogida de testimonios y vivencias obtenidas recogidas en el barrio General Enríquez Gallo.
- Sugerir recomendaciones concretas y viables para mejorar la situación alimentaria del adulto mayor.

## **1.4. Justificación de la investigación**

Teóricamente, la presente investigación se justifica por la escasa publicación académica que analice en detalle cómo se manifiesta la situación alimentaria integral de los adultos mayores del barrio General Enríquez Gallo, a pesar de la existencia de antecedentes sobre la alimentación y el bienestar, este fenómeno no ha sido abordado con profundidad en dicha localidad, por ello, ese estudio busca aportar la comprensión una realidad poco explorada, analizando como las condiciones alimentarias afectan directamente el bienestar integral de los habitantes y su calidad de vida.

Así mismo, decidí investigar la situación alimentaria porque es un elemento esencial para tener una buena calidad de vida, vivir con dignidad y ejercer los derechos fundamentales, una alimentación adecuada no solo influye en la calidad en la salud física, sino también en el

desarrollo social, emocionales y mental de las personas, en esta línea, Amartya Sen, mediante su teoría de las titularidades plantea que el hambre no se debe a la falta de alimentos sino a la desigualdad en el acceso a los recursos, como resultados de la pobreza estructural, por eso entender las causas que dificultan una buena alimentación ayuda a ver como estas condiciones mantiene la exclusión social y la desigualdad.

En el contexto social, este estudio surge de la inquietud de cómo la situación alimentaria influye en la vida del adulto mayor. Las condiciones alimentarias inadecuadas afectan de manera directa la calidad de vida, el bienestar emocional, las relaciones sociales y la integración en el entorno, lamentablemente, esta situación suele considerarse como una parte inevitable del envejecimiento, por lo tanto, se considera fundamental contribuir al estudio de esta problemática, orientando el trabajo hacia una comprensión profunda de las necesidades alimentarias de las personas de la tercera edad.

De manera práctica, una buena alimentación mejora la calidad de vida del adulto mayor por ello, el estudio se justifica ya que busca proponer acciones para mejorar la situación alimentaria y contribuir al bienestar integral de los mayores, para lograr esto, es esencial comprobar la situación alimentaria de este grupo a partir del estudio de relatos y experiencias obtenidas directamente en el lugar, lo que facilitara una identificación exacta de las deficiencias, costumbres y elementos que afectan su nutrición, este enfoque ayudara a crear propuestas adecuadas, sostenibles y centradas en la comunidad, que atiendan las necesidades de los adultos mayores y fomenten un envejecimiento más digno y saludable.

Esta investigación es importante ya que permite evidenciar como la mala alimentación influye directamente a la economía de los adultos mayores además de generar un impacto en sus ingresos y en la economía de sus familiares, con este estudio, se pretende mostrar que no solo se trata de una desigualdad social que requiere atención prioritaria, sino también de una situación que demanda estrategias claras destinadas a favorecer la calidad de vida de los adultos mayores y reducir las brechas económicas que enfrentan.

## **2. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL**

### **2.1. Conocimiento Actual**

La alimentación es considerada una preocupación constante, ya que las personas pueden enfrentar dificultades económicas, falta de conocimientos u otros factores que les impiden acceder de forma regular a alimentos adecuados y con valor nutritivo.

La seguridad alimentaria es un reto, debido a que una buena nutrición es esencial para el desarrollo saludable de las personas. En el caso de los adultos mayores, una alimentación deficiente representa un riesgo para desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles, por ello, es fundamental revisar los principales estudios, enfoques teóricos y datos recientes que abordan esta problemática desde contextos globales, regionales y locales.

De acuerdo con investigaciones previas de (Fierro & Lozano, 2022) la seguridad alimentaria se define como un acceso físico, social y económico de todas las personas a alimentos suficientes, seguros y nutritivos que permitan satisfacer sus necesidades alimentarias, y llevar una vida activa y saludable, en un estudio en México, utilizaron datos de la encuesta nacional de salud y nutrición continua Covid-19, se evidenció que la posición laboral del jefe o jefa del hogar influye directamente en el nivel de seguridad alimentaria, en este sentido los hogares encabezados por obreros o jornaleros presentan un mayor riesgo de experimentar inseguridad alimentaria en comparación con los empleadores, lo cual pone de manifiesto cómo las condiciones laborales impactan la capacidad de adquirir alimentos adecuados.

Por aquello, es imprescindible implementar políticas públicas que garanticen la seguridad alimentaria en sectores débil, reconociendo que la estabilidad laboral influye de forma determinante en el bienestar nutricional de las familias.

De igual forma, (FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF, 2021), a través de un booklet, señala que la seguridad alimentaria y la nutrición a nivel mundial experimentó transformaciones relevantes a raíz de la pandemia del Covid-19. Esta situación no solo impactó las relaciones sociales, los estilos de vida y las actividades económicas, sino que también modificó los hábitos alimenticios y la adquisición de la misma, de igual forma, menciona que

en los últimos cuatro años, se ha observado un notable incremento en el comercio electrónico, así como una creciente preferencia por opciones más sostenibles y amigables con el planeta, incluyendo alimentos orgánicos, con menor uso de pesticidas y que impliquen menores riesgos para la salud. Estas tendencias son visibles tanto en países desarrollados como en aquellos que se encuentran en vías de desarrollo.

Por otro lado, en la investigación de (Moreno, 1999), el autor analiza los factores que afectan la seguridad alimentaria y nutricional de las familias rurales en la microcuenca las Pavas, alto Huallaga; en este contexto, estas familias dependen de su producción agrícola y de ingresos adicionales para alimentarse, se evidencian limitaciones en el acceso, disponibilidad y variedad de alimentos, la falta de servicios básicos y el bajo nivel educativo agravan la situación, el estudio concluye que la seguridad alimentaria en la zona es muy baja.

También, en un estudio realizado en Andahuaylillas (Quenaya & Quispe, 2024) analizaron la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional en adultos mayores, la investigación reveló que la mayoría presenta estilos de vida no saludables y están en riesgo de desnutrición, se identificó que una alimentación inadecuada y la falta de actividad física inciden negativamente en su estado nutricional, también factores como el bajo nivel educativo y situación conyugal incluso influyen en su calidad de vida, el estudio resalta la importancia de promover hábitos saludables para prevenir el deterioro nutricional en la vejez.

Desde luego, (Tantalean, 2021) analizó la relación entre los “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano la Victoria, Tarapoto”, su estudio reveló que gran parte de las personas de la tercera edad eran varones con bajo nivel educativo y dedicados a la agricultura, se identificaron malos hábitos de vida alimenticios, el sedentarismo y el manejo inadecuado del estrés, como consecuencias, muchos presentaban desnutrición, con caso de delgadez, sobrepeso y obesidad, mientras que solo una minoría mantenían un peso adecuado, los resultados confirmaron una correlación importantes entre los hábitos de vida y la nutrición, demostrando la necesidad de fomentar intervención en salud preventiva de este grupo etario.

A la vez, (Nava y otros, 2024) abordan el estado nutricional de personas adultas mayores usuarias de centros gerontológicos en la ciudad de México, el estudio revela que los adultos mayores enfrentan serios desafíos en contextos rurales, la investigación muestra que en

los hogares dependen principalmente de la autosuficiencia económica, además, existen escasa oferta de productos básicos y dificultades de conectividad comercial, la evaluación nutricional expone carencias asociadas a bajos niveles formativos, también se identifican condiciones habitacionales inadecuadas, el enfoque mixto permitió una comprensión más amplia del problema, se concluye que es urgente las intervenciones integrales.

La seguridad alimentaria implica no solo la disponibilidad de alimentos, sino también el acceso y el consumo adecuado según criterios nutricionales, en su análisis (Hernández & Salatino, 2024) señalan que en Argentina, la falta de datos actualizados limita el acceso a políticas públicas eficaces, en repuesta, en San Juan y Mendoza, recogen información sobre producción, acceso y consumo de alimentos, siguiendo las dimensiones establecidas por la FAO, a fin se revela que, aunque las familias producen parte de sus alimentos, enfrentan dificultades para completar su dieta de forma equilibrada.

En este estudio realizado por (Del Pezo, 2025) analiza la inseguridad alimentaria en hogares del cantón Salinas, provincia de Santa Elena, Ecuador, entendida como la condición en la que los hogares no logran garantizar un acceso estable, suficiente y adecuado de los alimentos, afectando a la población encuestada, con distintos niveles de severidad (leve, moderada y severa), los factores a esta problemática son el acceso limitados a programas de asistencia social como el bono de desarrollo humano, la precariedad laboral, las deficiencias en servicios higiénicos y las características del núcleo familiar, esta definición permite contextualizar la inseguridad alimentaria como una problemática multidimensional influenciada por determinantes sociales y económicos.

Por otro lado, (Guzmán & Peñafiel, 2022), en un análisis sobre la alimentación saludable y las prácticas alimentarias de adultos mayores del cantón Cuenca, evidenció que estos asocian la alimentación saludable con el consumo de frutas, verduras y carnes blancas, excluyendo alimentos con químicos, grasas saturadas, embutidos y azúcares, las percepciones varían según el entorno, condiciones socioeconómicas y cambios propios del envejecimiento, demostrando que la alimentación no puede desligarse del contexto cultural y social.

Así mismo, (Crotta y otros, 2024) proponen una definición integral de alimentación saludable basada en una revisión bibliográfica, el estudio surge ante la crisis del modelo alimentario global centrado en alimentos procesados y ultra procesados, se analizan

alternativas de producción y consumo priorizando la cercanía entre productor y consumidor, en el sudeste bonaerense se observa una diversidad de circuitos de comercialización con participación de pequeños productores, estos modelos promueven alimentos saludables y sostenibles, la alimentación saludable es abordada desde dimensiones nutricionales, socio culturales, económicas, políticas y ambientales, se plantean indicadores para evaluar su aplicación en contextos locales.

En cambio, (Cuarezma & Guevara, 2021) evidencian la necesidad de evaluar de forma integral la alimentación de los adultos mayores, especialmente en contextos de vulnerabilidad social. evaluaron el estado nutricional y el patrón de consumo de alimentos en adultos mayores no institucionalizados de una asociación en Ecuador, en fin, mostraron un estado nutricional mayormente satisfactorio, se identificaron deficiencias importantes en el consumo de frutas y vegetales, lo que representa un riesgo para su salud a largo plazo, este estudio resalta la necesidad de evaluar de manera integral la dieta de los adultos mayores, particularmente en entornos vulnerables.

En una línea similar, (Andrade S. , 2023) realizó un estudio en el hospital básico de Manglaralto, donde se identificaron hábitos alimenticios poco favorables, como el bajo consumo de lácteos, carnes, frutas y verduras, frente a un elevado consumo de grasas, el acceso limitado a alimentos y el estado emocional también influían en la alimentación de los adultos mayores, quienes expresaron interés en recibir apoyo y formar redes para una vejez digna.

Por su parte, (Chimbo, 2023) llevó a cabo una intervención comunitaria de enfermería en el cantón Guamote, se identificó un bajo nivel de conocimiento sobre hábitos alimenticios en adultos mayores, destacando que algunos de ellos no acudían regularmente a los centros de salud ni contaban con una dieta equilibrada, lo cual generó condiciones como la desnutrición y obesidad, sin embargo, las intervenciones permitieron mejorar las prácticas alimentarias en función de los productos locales y que a su vez sean accesibles económicamente, lo cual muestra una efectividad en la educación nutricional a través del enfoque comunitario.

En el contexto peruano, (Fanola, 2022) analizó la relación entre el consumo de productos andinos y la alimentación del adulto mayor en un comedor comunitario en Lima, este estudio demostró que los productos tradicionales tienen un impacto valioso en la calidad

de los alimentos, por ende, se hace énfasis en la importancia de promover el uso de alimentos locales como estrategia nutricional.

De la misma manera (Mc Kay, 2024) señala que el propósito del siguiente artículo radica en analizar los proyectos sociales comunitarios herramienta para el desarrollo humano a nivel local, el artículo analiza el papel de los programas sociales y progreso local como trabajo clave para el crecimiento de las personas a nivel regional, estos proyectos buscan mejorar la calidad de vida de la población al atender necesidades específicas como acceso a servicios básicos, educación y empleo, se destaca su capacidad para generar cambios positivos y sostenibles en las comunidades, al fortalecer indicadores como salud, educación e ingresos, contribuyen al bienestar integral, además, fomentan la equidad social y la autosuficiencia, su implementación favorece el crecimiento local, siendo esenciales para una vida más digna y productiva.

(Castro, 2025), en su estudio describieron el estilo de vida y el estado nutricional de los adultos mayores del centro poblado Mallares, en Sullana, la investigación reveló condiciones alimentarias limitadas, afectadas por factores sociales y económicos, mediante entrevistas y observación, se evidenció la necesidad de promover políticas públicas que contemplen las realidades locales, para garantizar una mejor calidad de vida a esta población.

Desde la perspectiva local, (Santillán y otros, 2024) abordaron la importancia de la educación nutricional del adulto mayor, su investigación destaca que la adopción de hábitos saludables está influenciada por factores socioculturales y por el entorno familiar y comunitario, las estrategias educativas con enfoque sociocultural resultan fundamentales para lograr cambios sostenibles en las prácticas alimentarias de este grupo poblacional.

El bienestar de los adultos mayores que viven en centros de cuidados representa un aspecto fundamental del envejecimiento digno haciendo referencia al bienestar físico, emocional y social, según (Chicaiza & Macias, 2024), esta condición depende de factores como la salud, la autonomía, el apoyo efectivo y la satisfacción con el estilo de vida, en la institucionalización, es común que existan limitaciones en estas áreas, lo que genera un gran impacto en el bienestar, evaluar las condiciones da paso a identificar necesidades prioritarias, por ello es indispensable garantizar un envejecimiento digno mediante políticas públicas.

Según, (Marín V. , 2023), los adultos mayores son considerados una población vulnerable, dado que la calidad de vida depende en gran medida del acceso a una alimentación adecuada, ya que, con el pasar de los años, sus necesidades nutricionales cambian, por ende, requieren de cuidados especiales y una atención personalizada. En el ámbito de asistencia social, como los comedores comunitarios, es común que estas necesidades específicas en los adultos mayores no se cubran, debido a diversos factores como el insuficiente control médico y nutricional que agravan el estado de salud del adulto mayor, conllevando también a una dieta insuficiente o inapropiada y provocando deficiencias y complicaciones, por ello, es primordial garantizar una alimentación balanceada y adaptada a sus condiciones particulares.

Según (Sagñay & Ocaña, 2024), la inseguridad alimentaria en Ecuador se ha convertido en un problema creciente, donde acceder a alimentos se ha vuelto un lujo, para muchas persona, esta situación refleja una profunda desigualdad entre costo de vida, la inflación y los ingresos de la población, desde el 2015, ha aumentado el número de personas con dificultades para obtener una alimentación adecuada, la inseguridad alimentaria grave ha pasado de afectar a uno de cada cinco individuo a uno de cada tres en el acceso, esto implica una reducción drástica en la calidad y cantidad de los alimentos, duplicando la desnutrición, limitando el acceso de la energía para mantener una vida saludable.

## **2.2.Fundamentación Teórica y Conceptual**

### **Teoría del Desarrollo de las Capacidades Humanas**

(Urquijo, 2014) menciona que la idea del derecho a la alimentación es un logro internacional y representa un progreso importante en el marco del desarrollo de los derechos humanos. Esta conquista universal se ha solidificado gracias a una perspectiva integral de la dignidad humana y al impulso de teorías que abordan las problemáticas sociales desde varias dimensiones. En este contexto, la teoría del filósofo y economista Amartya Sen, resulta fundamental, ya que busca analizar problemas de carácter social, por esta razón, propone que para explicar la seguridad alimentaria es indispensable analizar diversos factores como el ingreso, la tasa de empleo y, sobre todo, las capacidades y los derechos que poseen las personas. Desde su perspectiva, estos elementos son esenciales para garantizar condiciones de vida dignas y promover el bienestar social, situando al individuo como sujeto activo de sus propias oportunidades de desarrollo.

## **Teoría Económica Institucional**

Los autores (Pulido y otros, 2007) indican que el principal precursor de esta teoría es Douglas North, cuyo enfoque se direcciona a que, las instituciones son entidades reguladoras y proveedoras de una sociedad, es decir, las personas se rigen por normas y reglas para mantener una adecuada interacción, así como también, las instituciones políticas o económicas son las determinantes del desempeño económico de un país o región en el largo plazo.

Además, nos indica que North en su teoría busca aquellas consecuencias económicas o aquellas circunstancias sociales que procura el estado de cada país sobre el desarrollo económico del mismo, ya que este ente regulador, es aquel que debe salvaguardar los derechos humanos de cada una de las personas y por lo tanto, el estado debe proveer alimentos de calidad para todos los hogares, también este ente regulador debe proveer de las suficientes fuentes de trabajo que permita a las personas gozar de salarios dignos para la adquisición de dichos alimentos y gozar de una calidad de vida óptima y adecuada.

## **Seguridad alimentaria**

Según (FAO, 2011), el concepto de Seguridad Alimentaria surge en la década del 70, basado en la producción y disponibilidad alimentaria a nivel global y nacional, en los años 80, se añadió la idea del acceso, tanto económico como físico, y en la década del 90, se llegó al concepto actual que incorpora la inocuidad y las preferencias culturales, y se reafirma la seguridad alimentaria como un derecho humano.

Por otro lado, (Marín y otros, 2022) indica que la seguridad alimentaria (SA) es un concepto que emergió como respuesta para enfrentar los problemas del hambre y la malnutrición a nivel mundial en el siglo XX y su abordaje buscaba respuestas a los cambios socioeconómicos y políticos de las sociedades, la SA, en tanto esfuerzo de cooperación internacional, incidiría en los cambios socioeconómicos y políticos de las sociedades, a partir del mejoramiento de los sistemas de producción de alimentos (agricultura, ganadería y pesca).

## **Vejez**

Para (Céspedes & Laguado, 2023), el término vejez evoluciona acorde a las época y cultura, con características agrupadas en dimensión psicológica que depende de la percepción formada sobre los adultos mayores, biológica como proceso inherente o natural del ser humano, la cronológica como el tiempo en años vividos y la social en términos de participación en la sociedad; por tanto, es un concepto que va más allá de una etapa final del ciclo vital.

Según la (Organización Mundial de la Salud, 2024), indica que la vejez se caracteriza también por la aparición de varios estados de salud complejos que se conocen habitualmente por el nombre de síndromes geriátricos. Por lo general son consecuencias de múltiples factores ocultos que incluyen, entre otros, la fragilidad, la incontinencia urinaria, las caídas, los estados delirantes y las úlceras por presión.

Así mismo (Gutiérrez, 2023) señala que desde explicaciones dadas por las ciencias sociales, por autores previos, la vejez se construye a partir de una experiencia, de una historia, de la configuración de una identidad personal, que se da a lo largo de biografías particulares; se produce en función de las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante las etapas previas, además de cómo la persona percibe su proceso de envejecimiento y como la sociedad lo ve; implica procesos de desarrollo y de deterioro.

### **Adulto mayor**

Según la información obtenida del (CNII, 2018) se considera adulto mayor a toda persona de 65 años en adelante. Este grupo poblacional presenta características específicas en términos de salud, necesidades nutricionales y participación social.

### **Vulnerabilidad social**

La vulnerabilidad no solo depende de las condiciones individuales sino, también de factores socioeconómicos, culturales y ambientales del entorno, lo que permite comprender mejor el término, así las poblaciones vulnerables son grupo con mayor susceptibilidad dividido a su contexto y condiciones de vida.

### **Seguridad Alimentaria**

El autor (Anthem, 2025) indica que la seguridad alimentaria es un imperativo moral, porque todas las personas deben tener acceso igualitario y sin restricciones a los alimentos. También es una inversión en estabilidad. Donde hay inseguridad alimentaria, hay desplazamiento, conflictos e inestabilidad que pueden extenderse más allá de fronteras y regiones.

Cabe indicar que, según (Avilleira y otros, 2021), la FAO en 1983 amplió la definición adicionando que la seguridad alimentaria es también «asegurar que todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a los alimentos básicos que necesitan»

### **Inseguridad alimentaria**

(Carcavilla, 2022) señala que la inseguridad alimentaria se refiere al acceso restringido, inadecuado o incierto de las personas o hogares a alimentos sanos, nutritivos y que sean aceptables para las personas, tanto en cantidad, como en calidad y que permitan satisfacer las necesidades energéticas para llevar a cabo una vida sana y productiva. Por tanto, la desnutrición, la mala alimentación o la preocupación por la carencia de alimentos están íntimamente relacionadas con la falta de recursos económicos de las personas o de las familias.

La inseguridad alimentaria nutricional (IAN) es un problema complejo que conlleva a adaptaciones económicas, alimentarias y fisiológicas en las personas, pudiendo impactar negativamente en su estado de salud según el contexto particular (Soldevilla y otros, 2024)

### **Educación nutricional**

Según los autores (Espejo y otros, 2022) la educación alimentaria nutricional es la combinación de estrategias educativas, acompañadas de apoyos ambientales, diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de elecciones alimentarias que conducen a un estado óptimo de salud y bienestar. La educación alimentaria nutricional tiene tres componentes: 1) motivación, 2) acción y 3) ambiente. Para elegir la técnica de educación adecuada para cada persona, se deben considerar las características psicoemocionales individuales, especialmente las motivaciones para el cambio y el tipo de personalidad, ya que ambos han mostrado ser buenos predictores de la conducta alimentaria.

## **Envejecimiento saludable**

Desde la perspectiva de (Borrego & Bustillos, 2024) la Organización Mundial de la Salud, en 2015, acuñó el concepto de envejecimiento saludable como «el proceso encaminado a desplegar y conservar la capacidad eficaz que permite el bienestar en la vejez».

Desde la mirada conceptual, las personas mayores que gozan de buena salud y autonomía aportan al bienestar general de la familia y la comunidad y constituye un mito presentarlas como receptoras pasivas de servicios sociales o de salud. Sin embargo, en los actuales momentos, el número de personas mayores aumenta rápidamente en oportunidades socioeconómicas complejas e inciertas y solo las intervenciones oportunas permitirán potenciar la contribución de este grupo al desarrollo social y prevenir que se convierta en un factor de crisis para la estructura sanitaria y de la seguridad social de las Américas.

### **3. MARCO METODOLÓGICO**

Este estudio adopta un enfoque cualitativo y orientada a la comprensión desde las experiencias, conocimientos y percepciones de los adultos mayores, la situación alimentaria en el Barrio General Enríquez Gallo del Cantón La Libertad, este enfoque permite interpretar en profundidad las realidades de las personas, considerando los significados a su entorno cotidiano.

#### **3.1. Tipo de Investigación**

La presente investigación es de tipo básica, con un diseño exploratorio y un enfoque cualitativo de corte fenomenológico, orientada a comprender las, experiencias, conocimientos y percepciones, de los adultos mayores de este sector en función de su alimentación, a través de técnicas como entrevista semiestructuradas, se busca explorar cómo enfrentan su realidad alimentaria cotidiana, considerando aspectos como acceso, disponibilidad y calidad de los alimentos, este enfoque no busca medir variables ni establecer relaciones causales, sino interpretar y comprender un fenómeno social desde la perspectiva de los propios actores.

La riqueza del enfoque cualitativo radica en su capacidad para recoger información contextualizada y profunda, lo cual permite construir conocimientos teóricos útil sobre las vivencias de una población vulnerable, esta investigación se alinea con un nivel comprensivo e interpretativo, dado que busca identificar los sentidos que las personas adultas atribuyen a su alimentación y como está incide en su bienestar integral, la comprensión obtenida podrá servir de base para el diseño de futuras acciones comunitarias o políticas sociales que respondan a las necesidades notorias.

#### **3.2. Alcance de la Investigación**

Este estudio se llevó a cabo en el barrio General Enríquez Gallo, perteneciente al cantón La Libertad, lo cual define su alcance geográfico, este territorio fue seleccionado por su relevancia social y por concentrar una población importante de adultos mayores, quienes constituyen el eje principal del estudio, la elección de una parte específica permite observar

con mayor profundidad las condiciones locales y obtener información contextualizada, enmarcando un espacio para garantizar efectos valiosos y aplicables.

En cuanto al alcance temporal de la investigación se llevó a cabo el trabajo de campo, incluyendo entrevistas, observaciones y estudios, esta delimitación es fundamental para estructurar y organizar las fases de la aplicación, permitiendo una recolección de datos acorde con el objetivo planteado.

En cuanto al alcance social, la investigación se focalizó en la población de la tercera edad del barrio involucrando también a actores claves como familiares, esta diversidad de voces permitió obtener una visión integral sobre la situación alimentaria de este grupo, lo cual concuerda con el enfoque cualitativo que pretende comprender fenómenos sociales desde la perspectiva de los participantes y dentro de su contexto natural.

### 3.3.Operacionalización de las Variables

**Tabla 1.** Matriz de Operacionalización de Variables: Adulto Mayor

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Preguntas
Situación Alimentaria	La situación alimentaria es el conjunto de factores que establecen el acceso, la disponibilidad y el consumo de alimentos adecuados que cubren necesidades nutricionales. Siendo el caso del adulto mayor quienes dependen de diversos aspectos como la capacidad económica, hábitos de alimentación y estado de salud además del apoyo familiar o estatal.	Acceso a los alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Diversidad de alimentos</li> <li>▪ Seguridad alimentaria</li> <li>▪ Dificultades físicas</li> </ul>	<p>¿Con qué frecuencia compra frutas, verduras, carnes o lácteos?</p> <p>¿Hay alimentos que no puede consumir por su costo?</p> <p>¿En los últimos tres meses, ha tenido problemas para conseguir comprar suficiente comida?</p> <p>¿Usted mismo(a) cocina sus alimentos, o alguien le ayuda con esta tarea?</p> <p>¿Tiene problemas para cocinar algunos alimentos?</p>
		Consumo alimentario y hábitos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Número de comidas al día</li> <li>▪ Diversidad de la dieta</li> <li>▪ Prácticas culturales</li> </ul>	<p>¿Cuántas comidas realiza usted al día?</p> <p>¿Consume alimentos variados como frutas, vegetales, proteínas y cereales en su dieta?</p> <p>¿Qué alimentos son parte de su alimentación habitual?</p> <p>¿Qué tanto ha cambiado su alimentación con la edad?</p> <p>¿Siente que hay alimentos que le hacen mal para su salud?</p>
		Estado nutricional percibido	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Autopercepción del estado físico</li> <li>▪ Síntomas relacionados</li> <li>▪ Pérdida de apetito o peso.</li> </ul>	<p>¿Cuándo no se alimenta bien se ha sentido débil o sin energía por no alimentarse bien?</p> <p>¿Ha notado pérdida de peso en los últimos meses?</p> <p>¿Siente que los alimentos que consume al día cubren lo que usted necesita para su alimentación diaria?</p> <p>¿Siente que pierde el apetito con frecuencia?</p> <p>¿Le han diagnosticado algún problema de salud relacionado con su alimentación?</p>

**Tabla 2.** Matriz de Operacionalización de Variables: Cuidadores o familiares

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Preguntas
Situación Alimentaria	La situación alimentaria es el conjunto de factores que establecen el acceso, la disponibilidad y el consumo de alimentos adecuados que cubren necesidades nutricionales. Siendo el caso del adulto mayor quienes dependen de diversos aspectos como la capacidad económica, hábitos de alimentación y estado de salud además del apoyo familiar o estatal.	Acceso a los alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsable de la alimentación</li> <li>• Disponibilidad de alimentos frescos o variados</li> <li>• Dificultades económicas o físicas para cubrir necesidades alimentarias</li> </ul>	<p>¿Usted es quien se encarga de la alimentación del adulto mayor?</p> <p>¿Con qué frecuencia puede ofrecerle alimentos frescos o variados?</p> <p>¿Tiene alguna dificultad para cubrir las necesidades alimentarias del adulto mayor?</p>
		Apoyo externo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayudas recibidas</li> </ul>	<p>¿Ha recibido algún tipo de ayuda para completar las necesidades alimentarias del adulto mayor en su casa?</p>
		Consumo alimentario y percepción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepción de la calidad de la alimentación</li> <li>• Opiniones sobre mejora de la alimentación</li> </ul>	<p>¿Cómo considera que es la alimentación del adulto mayor: ¿buena, regular o mala? ¿Por qué?</p> <p>¿Qué cosas cree usted que se podrían hacer para mejorar la alimentación de él/ella?</p>

### **3.4.Población, Muestra y Periodo de Estudio**

La población objeto de estudio está constituida por adultos mayores residentes de este sector, para el desarrollo de la investigación se utilizará un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual permitirá seleccionar a participantes que cumplan con criterios como: tener 65 años o más, residir de manera permanente en el barrio, y estar en condiciones de participar voluntariamente en entrevistas. Se estima trabajar con una muestra de 8 adulto mayores 3 cuidadores de las personas de la tercera edad, número considerado suficiente para lograr la saturación teórica de la información, la fase de la recolección de información tuvo lugar en el mes de junio del 1 al 15 del 2025, tiempo en el cual se realizaron entrevistas a adultos mayores y cuidadores del barrio.

### **3.5.Técnicas e instrumentos de levantamiento de información**

Para la recolección de datos se empleará la entrevista semiestructurada como técnica principal, utilizando una guía de preguntas abiertas elaborada por la indagadora, este instrumento facilitará la obtención de testimonios y narrativas sobre los aspectos clave como los hábitos alimenticios, el acceso a los alimentos, la calidad nutricional de su dieta, las limitaciones económicas y la percepción del bienestar general, estas se realizarán de manera presencial además de ser grabadas con el consentimiento de cada participante.

## **4. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Análisis de entrevistas realizadas a Adultos mayores del Barrio General Enríquez Gallo.

### **1. ¿Con qué frecuencia compra frutas, verduras, carnes o lácteos?**

Conforme a entrevistas realizadas, se constató que no todos tienen el mismo acceso a alimentos fresco ya que unos compran frutas y verduras dos veces por semana a diferencia con dos adultos quienes indican que compran una o menos veces por semana, en cuanto a carnes, la mayoría expresó que solo pueden adquirir carne de pollo u otras proteínas una vez por semana, debido a su costo, mientras que, los lácteos son consumidos con menor frecuencia, siendo comprados en ocasiones, este patrón sugiere una frecuencia limitada de compras, condicionada principalmente por factores económicos.

## **2. ¿Hay alimentos que no puede consumir por su costo?**

Unos de los interrogados manifestaron que existen alimentos que no pueden consumir con regularidad por su alto precio, entre estos destacan las carnes rojas, frutas, mariscos, ciertos vegetales frescos y productos lácteos como el queso y yogurt, demostrando así que la situación económica de los adultos mayores incide directamente en la variedad y calidad de su alimentación, restringiendo el acceso a productos nutritivos y necesarios para una dieta equilibrada.

## **3. ¿En los últimos tres meses, ha tenido problemas para conseguir comprar suficiente comida?**

Cinco de los adultos mayores indicaron que, en los últimos tres meses han tenido dificultades para adquirir la cantidad suficiente de alimentos, ya sea por falta de ingresos por el alza en los precios, algunos relataron que han tenido que reducir las porciones u omitir comidas, esta situación refleja un nivel preocupante de inseguridad alimentaria en la población entrevistada, especialmente entre quienes viven solos o dependen de pensiones mínimas.

## **4. ¿Usted mismo(a) cocina sus alimentos, o alguien le ayuda con esta tarea?"**

Tres de los adultos mayores señalaron que todavía son capaces de preparar sus alimentos por sí mismo, aunque indicaron que lo hacen con dificultad debido a problemas físicos como dolores articulares o debilidad además de problemas de salud, este resultado refleja un grado importante de autonomía alimentaria, aunque también pone en evidencia la necesidad de apoyo en ciertos casos para garantizar una adecuada preparación de alimentos.

## **5. ¿Tiene problemas para consumir algunos alimentos?**

Cinco entrevistados señalaron que tienen problemas al consumir ciertos alimentos, como carnes duras, legumbres o productos lácteos debido a dificultades digestivas, pérdida de piezas dentales o intolerancia, esta situación condiciona aún más su dieta diaria limitando el acceso a nutrientes esenciales, además algunos expresaron temor a consumir alimentos que le provoquen molestias digestivas, optando por comidas blandas o líquidas

## **6. ¿Cuántas comidas realiza usted al día?**

La mayoría indican que realizan tres comidas al día, aunque algunos señalaron que la merienda suele ser muy ligera o incluso omitida debido a la falta de apetito o de recursos económicos evidenciando así diferencias reveladoras en los hábitos alimenticios, muchas veces influenciadas por factores físicos, emocionales y económicos.

## **7. ¿Consume alimentos variados como frutas, vegetales, proteínas y cereales en su dieta?**

Poco de los adultos mayores indicaron que su dieta si incluye alimentos variados a comparación de otros, manifestando que su alimentación es poco diversa compuesta principalmente por arroz, pan, fideos y ocasionalmente alguna proteína como huevo o pollo, esta falta de variedad compromete la calidad nutricional de sus dietas, aumentando el riesgo de malnutrición o deficiencias específicas.

## **8. ¿Qué alimentos son parte de su alimentación habitual?**

De acuerdo con las entrevistas realizadas, los alimentos más comunes que consumen los adultos mayores en la dieta diaria incluyen arroz, pan, papa, fideos, huevo y pollo cuando es posible, las frutas y verduras son consumidas con menos frecuencia y generalmente en pequeñas cantidades, esto refleja una alimentación básica con predominancia de carbohidratos y baja presencia de micronutrientes esenciales.

## **9. ¿Qué tanto ha cambiado su alimentación con la edad?**

Según las entrevistas realizadas, los participantes mencionaron que con el paso del tiempo su alimentación ha cambiado, pues las porciones en su alimentación diaria han disminuido, en algunos casos, el consumo de grasas o productos procesados han sido reducidos por recomendación médicas, así como también el consumo de sal, por otro lado, señalan que su alimentación ha variado dado a las texturas de los alimentos, buscando la forma de consumirlos y facilitar a su vez la digestión. Estos cambios reflejan la adaptación natural a la que el adulto mayor debe acostumbrarse en la fase de envejecimiento, aunque también pueden padecer deficiencias si no existe una orientación nutricional adecuada.

### **10. ¿Siente que hay alimentos que le hace mal para su salud?**

Existen personas a quienes les provocan malestar las frituras, comidas muy condimentadas, lácteos o legumbres, otros indicaron que evitan el consumo de comidas pesadas por temor a sufrir o empeorar problemas digestivos demostrando así, una conciencia moderada sobre los efectos de los alimentos en su salud, aunque no todos cuentan con orientación profesional sobre que alimentos deberían evitar o incluir.

### **11. ¿Cuándo no se alimenta bien se ha sentido débil o sin energía?**

Los adultos reconocen que cuando no se alimentan adecuadamente experimentan síntomas como la debilidad, mareos o cansancio, esta percepción es común entre quienes han tenido que reducir la cantidad o calidad de su comida por motivos económicos, la relación directa entre mala alimentación y pérdida de energía es evidente en estos testimonios y debe ser considerada al implementar estrategias de atención para esta población.

### **12. ¿Ha notado pérdida de peso en los últimos meses?**

Cuatro personas dijeron haber notado pérdida de peso, aunque algunas no sabían con certeza si se debía a su alimentación o a otros factores de salud, este dato es preocupante ya que puede ser un indicador temprano de desnutrición o de enfermedades no diagnosticadas, en general quienes viven solos o quienes tienen menos apoyo familiar fueron los más afectados por esta situación.

### **13. ¿Siente que los alimentos que consume al día cubren lo que usted necesita para su alimentación diaria?**

Solo dos adultos mayores se expresaron satisfechos con la alimentación que reciben diariamente a diferencia del resto quienes consideran que su dieta es incompleta sobre todo por la falta de proteínas, frutas o lácteos, algunos incluso reconocen que no comen lo que deberían, pero lo hacen por falta de recurso señalando así una importante brecha entre las necesidades nutricionales y la realidad alimentaria de esta población.

#### **14. ¿Siente que pierde el apetito con frecuencia?**

Unos han manifestado experimentar pérdida de apetito, especialmente durante las mañanas o cuando están tristes o preocupados, esto puede estar relacionado con factores emocionales, enfermedades crónicas o efectos de medicamentos, la pérdida de apetito afecta la cantidad y calidad de su alimento, lo cual puede derivar en pérdida de peso y debilidad física.

#### **15. ¿Le han diagnosticado algún problema de salud relacionado con su alimentación?**

La mayoría de los adultos mayores afirmaron tener diagnósticos como hipertensión, diabetes o anemia, estas condiciones se vinculan directamente con la alimentación, algunos indicaron que intentan seguir dietas recomendadas por médicos, pero no siempre pueden cumplirlas por motivos económicos o falta de información lo que resalta la necesidad de acompañamiento nutricional continuo en adultos mayores.

### **Análisis Entrevistas a Cuidadores de Adulto Mayores**

#### **1. ¿Usted es quién se encarga de la alimentación del adulto mayor?**

Las cuidadoras entrevistadas afirman que son las responsables directas de la alimentación del adulto mayor, esto evidencia que el cuidado alimentario recae principalmente en mujeres del entorno familiar, la situación pone de manifiesto una carga de trabajo no remunerado, sin presencia de actores institucionales.

#### **2. ¿Con qué frecuencia puede ofrecerle alimentos frescos o variados?**

Señalan que procuran ofrecer alimentos frescos a diario o con alta frecuencia lo que refleja una preocupación por la calidad de la alimentación, pero también sugiere que el acceso a alimentos frescos en el barrio es posible, al menos para una parte de la población, sin embargo, no se especifica la variedad nutricional por lo que esta variedad podría ser más limitada de lo que se percibe.

**3. ¿Tiene alguna dificultad para cubrir las necesidades alimentarias del adulto mayor?**

Afirman no tener dificultades , gracias al apoyo económico de familiares o del bono estatal, sin embargo, una de ellas reconoció que si ha enfrentado dificultades, aunque sin especificarlas, lo que sugiere una posible normalización de la carencia o una falta de disposición a hablar de problemas por vergüenza o reserva, esta diversidad de respuestas muestra que no todas las familias tienen las mismas condiciones para garantizar una alimentación adecuada, siendo el apoyo familiar un factor clave.

**4. ¿Ha recibido algún tipo de ayuda para completar las necesidades alimentarias del adulto mayor en casa?**

Solo una cuidadora menciona el bono estatal como forma de ayuda, mientras que las demás no reciben apoyos externos, esto indica una ausencia de intervenciones institucionales permanentes en el ámbito alimentario para adultos mayores del barrio, la alimentación se cubre principalmente con esfuerzo familiar, lo que representa un riesgo en caso de desempleo, enfermedades u otras emergencias que afecten la economía del hogar, se evidencia también la desconexión entre programas sociales y la comunidad, o al menos, una cobertura.

**5. ¿Cómo considera que es la alimentación del adulto mayor: ¿buena, regular o mala?, ¿por qué?**

Se califica la alimentación como buena, esta validación se fundamenta en el compromiso familiar y la intención y cuidar, más que en criterios nutricionales técnico, por ejemplo, una cuidadora menciona que mezcla las verduras porque no le gustan, lo cual es una buena práctica empírica, a pesar de estos, no hace mención de guías alimentarias ni atención especializadas, lo que pone en evidencia una percepción subjetiva del bienestar alimentario sin una evaluación clara de aspectos nutricionales como la ingesta calórica, calidad de las proteínas o micronutrientes.

**6. ¿Qué cosas cree usted que se podrían hacer para mejorar la alimentación de él/ella?**

Las sugerencias giran en torno a mantener dietas equilibradas, mejorar el sabor de los alimentos e incentivar el consumo de frutas y vegetales, estas propuestas son válidas pero generales y reflejan un enfoque casero, no se mencionan soluciones colectivas ni propuestas sostenibles a nivel barrial, nadie plantea la necesidad de capacitaciones, acompañamiento profesional o apoyo estatal lo que evidencia un déficit en la articulación entre la comunidad y las instituciones de salud y asistencia social.

**Análisis de problemas y necesidades alimentarias**

Basándose en resultados obtenidos de entrevistas a adultos mayores y sus cuidadores se identifica una situación alimentaria complicada debido a factores económicos, sociales y de salud lo que impide su capacidad para acceder, preparar y consumir alimentos nutritivos, las cuidadoras buscan brindar alimentos saludables ofreciendo comidas balanceadas y frescas a pesar de tener obstáculos por la variedad y aceptación de ciertos alimentos, revelando la necesidad de incluir ambas opiniones para analizar factores influyentes en la alimentación.

Se concluye que la situación alimentaria en el barrio General Enríquez Gallo requiere una intervención integral que considere la realidad económica, física y social de los adultos mayores que fomenten la colaboración activa de la comunidad y los cuidadores como actores clave para garantizar una alimentación suficiente, adecuada y culturalmente pertinente.

## 5. DISCUSIÓN

La presente investigación y en base a su objetivo, Analizar la situación alimentaria integral de los adultos mayores en el barrio General Enríquez Gallo, del cantón La Libertad, permite comprender de forma profunda las condiciones reales en las que se desarrolla la alimentación de esta población considerando factores económicos, sociales, culturales y de salud.

Los resultados obtenidos en esta investigación reflejan una situación alimentaria compleja y multidimensional del adulto mayor donde factores económicos, físicos y sociales inciden de manera directa en la calidad de la alimentación, coincidiendo con estudios previos (Alvaro y otros, 2025) se observa que la limitación económica restringe el acceso a alimentos frescos y nutritivos, lo que puede contribuir a riesgos de malnutrición y deterioro de la salud e la población del adulto mayor.

De esta forma, el requerimiento de cuidados y la situación de salud desfavorable influyen en la alimentación y forma en que se preparan y consumen los alimentos, aspectos que han sido reconocidos en estudios previos, (Intriago & Navarrete, 2022) lo que resalta la necesidad de intervenciones que además de abordar la disponibilidad de alimentos, incluyan capacitaciones y apoyo a cuidadores.

Un aspecto relevante de este estudio es la identificación de una brecha entre la percepción de los cuidadores y los adultos mayores respecto a la calidad y suficiencia de la alimentación, lo que subraya la importancia de incluir ambas perspectivas en el ámbito de apoyo nutricional.

Por ende, las recomendaciones basadas desde un enfoque participativo fortalecen la necesidad de involucrar activamente a la sociedad, garantizando que las soluciones o propuestas respondan a sus necesidades reales y promuevan la autonomía y bienestar de los adultos mayores y que estos se encuentren alineadas a las tendencias actuales en la gestión social y desarrollo comunitario.

La recolección de datos cualitativos mediante entrevistas permitió obtener una comprensión profunda de la situación alimentaria de los adultos mayores. La coherencia entre las respuestas de los adultos mayores y sus cuidadoras fortalece la validez de los resultados, evidenciando una realidad compartida y reiterada.

La percepción de una buena dieta por parte de las cuidadoras contrasta en ciertos aspectos con la experiencia real de los adultos mayores, lo que evidencia la necesidad de programas formativos dirigidos a quienes cuidan, sobre cómo adaptar los alimentos a las condiciones físicas y médicas de los mayores.

También se identificaron barreras emocionales y sociales (como la tristeza, soledad o falta de apetito) que afectan el estado nutricional. Estas variables son frecuentemente invisibilizadas en los diagnósticos institucionales, pero resultan claves para estrategias integrales de atención.

### **Aportes de la investigación**

Este estudio cualitativo brinda un panorama real y humano sobre las condiciones alimentarias en una comunidad específica. Sus hallazgos pueden servir de base para implementar políticas públicas locales que incluyan:

- Comedores comunitarios con menú geriátrico.
- Huertos familiares y talleres sobre alimentación saludable.
- Redes de apoyo en la comunidad para adultos mayores que se encuentren solos.

El presente estudio ejecutado en el barrio General Enríquez Gallo del Cantón La Libertad permitió identificar y conocer la situación alimentaria de los adultos mayores, a través de entrevistas aplicadas a los propios adultos y cuidadores. Los resultados revelan que algunos de los factores que afectan negativamente su alimentación diaria, son las limitaciones económicas, los problemas de salud, la pérdida de apetito, la poca variedad en su dieta y la escasa orientación nutricional.

Se evidenció que la mayoría de los adultos mayores mantienen una dieta basada principalmente en carbohidratos, con un consumo muy limitado de frutas, verduras y proteínas, esta situación empeora por la elevación de precios, baja autonomía física, y la presencia de ciertas enfermedades, las cuidadoras a pesar de haber indicado esforzarse para proporcionar alimentos variados indican persistir obstáculos que afectan la calidad nutricional de las personas a su cuidado.

Desde la perspectiva social y salud pública, bajo los resultados obtenidos se manifiesta una preocupante inseguridad alimentaria en este grupo, lo cual pone en riesgo el bienestar físico y emocional del adulto mayor. Por ello, es imprescindible diseñar e implementar estrategias integrales que fortalezcan el acceso a alimentos saludables, la educación nutricional y el acompañamiento emocional, tanto para los adultos mayores como para sus cuidadores.

Finalmente, esta investigación aporta evidencia local que puede ser útil para la toma de decisiones en políticas sociales orientadas al envejecimiento digno, y subraya la importancia de escuchar activamente las voces de los adultos mayores como protagonistas de su propio cuidado y alimentación.

## **6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

En conclusión, analizar de manera integral la situación alimentaria del Adulto Mayor, permitió evidenciar factores que afectan su nutrición, salud y bienestar general, las limitaciones económicas, el acceso restringido a alimentos saludables y la escasa orientación nutricional constituyen a una alimentación deficiente, a partir de los testimonios y experiencias recogidas, se identificaron prácticas alimentarias poco equilibrada, y dependencia de terceros, esta situación revela una condición de debilidad sostenida, es necesario impulsar intervenciones comunitarias, políticas públicas inclusivas, garantizar una alimentación integral es fundamental para mejorar su calidad de vida, la atención, problemática que no puede postergarse.

El estudio evidenció que las principales necesidades y problemáticas relacionadas con la situación del adulto mayor están vinculadas a la escasez de ingresos, la dependencia para adquirir alimentos, y el limitado acceso a una alimentación variada y nutritiva, se identificaron inseguridad agravada por el aislamiento social y la escasa atención institucional, estas problemáticas refleja una realidad compleja que afecta su salud y calidad de vida, la carencia de redes de apoyo también limita soluciones sostenibles, atender estas necesidades es clave para garantizar su bienestar

El estudio permitió explorar la realidad alimentaria del adulto mayor a partir del análisis de testimonios y vivencias recogidas en este sector, revelando una baja aceptación en los hábitos y condiciones nutricionales, las intervenciones de los participantes evidenciaron hábitos alimenticios limitadas al consumo de alimentos poco nutritivos y dependencia de familiares o vecinos, estas experiencias reflejan no solo carencias naturales.

En fin, el estudio reafirma la importancia de considerar al adulto mayor como sujeto activo en relación con los principios del desarrollo humano sostenible y la gestión social inclusiva.

## **Recomendaciones**

- Implementar talleres de educación alimentaria dirigidos tanto a adultos mayores como a sus cuidadores, con enfoque participativo y adaptado a las condiciones locales y culturales de la comunidad.
- Fortalecer el trabajo interinstitucional entre el GAD Municipal, el Ministerio de Salud Pública y organizaciones comunitarias, para garantizar acompañamiento nutricional periódico a la población adulta mayor en situación de vulnerabilidad.
- Generar programas de apoyo sostenibles como huertos comunitarios o ferias saludables incentivando el consumo de comidas frescas para reducir el consumo de alimentos ultra procesados.
- Proponer acciones para la toma de decisiones y tomar en cuenta las opiniones de los adultos mayores, mediante la participación comunitaria para garantizar sus experiencias y sus necesidades sean consideradas en la formulación de políticas públicas.

## REFERENCIAS

- Alcaldía de La Libertad. (2021). *Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal Del Cantón La Libertad*. Obtenido de <https://portal.compraspublicas.gob.ec/sercop/wp-content/uploads/2021/10/AVISO-DE-CONTRATACION-DE-LA-UNION-EUROPEA-signed.pdf>
- Alvaro, C., Gadway, M., Encalada, K., Capelo, N., Sumba, M., Ullaguari, S., . . . Vargas, A. (2025). *Factores Influyentes en la Malnutrición del Adulto Mayor e Impacto en su*. Obtenido de Polo del conocimiento: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8704/pdf>
- Andrade, C., Parra, D., y Sánchez, N. (2023). *Estado nutricional y hábitos alimentarios de los adultos mayores entre 65 a 75 años de edad atendidos en el nivel primario del centro de salud UNE – Totoracocha. Cuenca 2022*. Obtenido de Revista Ecuatoriana de Nutrición Clínica y Metabolismo: <https://senpeazuay.org.ec/ojs/index.php/renc/article/view/9>
- Andrade, S. (2023). *Hábitos alimenticios y calidad de vida en los pacientes adultos mayores del Hospital Básico Manglaralto, Santa Elena, 2022*. Obtenido de Repositorio UPSE: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9563>
- Angulo, A., Rodríguez, D., y García, M. (2024). *Estado nutricional y calidad de vida del adulto mayor: revisión sistemática*. Obtenido de Revista Gregoriana de Ciencias de la Salud: <https://doi.org/10.36097/rgcs.v1i2.3149>
- Anthem, P. (2025). *Seguridad alimentaria: qué significa y por qué importa*. Obtenido de WFP - Programa Mundial de Alimentos: <https://es.wfp.org/historias/seguridad-alimentaria-que-significa-y-por-que-importa>
- Avilleira, I., Casanovas, E., y Suárez del Villar, A. (2021). *La seguridad alimentaria: evolución del concepto y su expresión en el contexto cubano*. Obtenido de Revista Científica Agroecosistemas: <https://aes.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/504>
- Ayala, J. (2024). *La seguridad alimentaria en México*. Obtenido de LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2135>
- Borrego, A., y Bustillos, A. (2024). *Intervención social dirigida al envejecimiento saludable: revisión de estudios recientes*. Obtenido de Análisis y Modificación de Conducta: <https://doi.org/10.33776/amc.v50i182.8099>

- Caraguay, J. (2023). *Hábitos alimenticios y estado nutricional del adulto mayor en la parroquia El Cisne de la ciudad de Loja*. Obtenido de Universidad Nacional de Loja: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/27496>
- Carcavilla, A. (2022). *Inseguridad alimentaria: concepto y aordaje*. Obtenido de <https://doi.org/10.5569/1134-7147.77.07>
- Castillo, N. (2022). *Determinantes de la seguridad alimentaria: un análisis para los hogares de la ciudad de Riobamba, año 2021*. Obtenido de Universidad Nacional de Chimborazo: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8611>
- Castro, J. (2025). *Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro poblado Mallares\_Sullana, 2024*. Obtenido de Repositorio ULADECH: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/40019>
- Céspedes, V., y Laguado, E. (2023). *Análisis del concepto de Vejez por el método Walker y Avant*. Obtenido de Cultura De Los Cuidados,: <http://hdl.handle.net/10045/136415>
- Chapetón, M. (24 de 12 de 2024). *Soberanía alimentaria como camino de resistencia al enfoque de la seguridad alimentaria*. Obtenido de Perspectivas Rurales Nueva Época: <https://doi.org/10.15359/prne.22-44.11>
- Chicaiza, A., Vargas, C., Quijije, K., y Fernandez, A. (2025). *Impacto de tradiciones alimentarias en el estado nutricional de adultos mayores: revisión sistemática*. Obtenido de Ibero-American Journal of Health Science Research: <https://doi.org/10.56183/iberojhr.v5i1.743>
- Chicaiza, Y., y Macias, K. (2024). *Calidad de Vida de la Población Adulta Mayor Institucionalizada. Ecuador*. Obtenido de Reincisol: [https://doi.org/10.59282/reincisol.V3\(6\)376-393](https://doi.org/10.59282/reincisol.V3(6)376-393)
- Chimbo, A. (2023). *Intervención Comunitaria De Enfermería Para La Educación Nutricional En Adultos Mayores De La Comunidad San Antonio De Chacaza, Del Cantón Guamote, Provincia De Chimborazo. Enero – Abril 2022*. Obtenido de <https://sangabrielriobamba.edu.ec/tesis/enfermer%C3%ADa/tesis72.pdf>
- CNII. (2018). *Estado de situación de las personas adultas mayores*. Obtenido de Igualdad.cob: <https://www.igualdad.gob.ec/estado-de-situacion-de-las-personas-adultas-mayores/>
- Crotta, C., Cendón, M., y Bruno, M. (28 de 06 de 2024). *Alimentación saludable: Una revisión de la literatura para una definición integral en el marco de los circuitos cortos de comercialización*. Obtenido de Estudios Rurales: <https://doi.org/10.48160/22504001er29.525>

- Cuarezma, G., y Guevara, M. (2021). *Estado nutricional y patrón de consumo de alimentos en Adultos Mayores no institucionalizados de la Asociación de ancianos desprotegidos "Divino Niño Jesús" Agosto 2020-Marzo 2021*. Obtenido de Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua: <http://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/15623>
- Cusirramos, S., y Mamani, V. (2023). *Situación Alimentaria Nutricional - NU141 - 202302*. Obtenido de Repositorio académico UPC: <http://hdl.handle.net/10757/680663>
- Del Pezo, D. (2025). *Análisis de la inseguridad alimentaria en Salinas, Santa Elena, Ecuador*. Obtenido de Repositorio UPSE: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/13435>
- Espejo, J., Tumani, M., Aguirre, C., Sánchez, J., y Parada, A. (15 de 03 de 2022). *Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico*. Obtenido de Revista chilena de nutrición: <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>
- Estrada, A., Giraldo, N., y Deossa, G. (2022). *Inseguridad alimentaria en hogares donde habitan adultos mayores. Medellín, Colombia*. Obtenido de Revista Facultad Nacional De Salud Pública: <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e342583>
- Fanola, P. (2022). *Productos andinos y la alimentación del adulto mayor, Comedor Nuevo Amanecer, Cercado de Lima, 2020*. Obtenido de Repositorio UNFV: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/6563>
- FAO. (2011). *Conceptos básicos de seguridad alimentaria y nutricional*. Obtenido de Programa Especial para la Seguridad Alimentaria - PESA - Centroamérica: <https://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/temas/conceptos-basicos/es/>
- FAO. (2023). *Lanzamiento del Estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023*. Obtenido de Informe Sofi: <https://doi.org/10.4060/cc3017es>
- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2021). *Versión resumida de El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021*. Obtenido de Transformación de los sistemas alimentarios en aras de la seguridad alimentaria, una mejor nutrición y: <https://doi.org/10.4060/cb5409es>
- Fierro, E., y Lozano, D. (2022). *Seguridad alimentaria y posición laboral en el contexto de la pandemia por COVID-19 en México*. Obtenido de RESPYN Revista Salud Pública Y Nutrición: <https://doi.org/10.29105/respyn21.3-1>
- Flores, S. (2023). *Impacto de la nutrición en el envejecimiento*. Obtenido de LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i6.1559>

- González, E., Aparicio, S., Chanis, D., Delgado, O., Martínez, I., Renán, J., y Ortiz, C. (2025). *Condiciones de seguridad alimentaria y nutricional en la comunidad de San Antonio, Veraguas*. Obtenido de REDES: <https://doi.org/10.57819/723a-cx26>
- Gutiérrez, B. (2023). *La evolución del concepto de envejecimiento y vejez ¿Por fin hablaremos de salud en vejez en el sigloXXI?* Obtenido de Pontifica Univesidad Javeriana: [https://www.researchgate.net/publication/366809443\\_La\\_evolucion\\_del\\_concepto\\_de\\_envejecimiento\\_y\\_vejez\\_Por\\_fin\\_hablaremos\\_de\\_salud\\_en\\_vejez\\_en\\_el\\_sigloXXI](https://www.researchgate.net/publication/366809443_La_evolucion_del_concepto_de_envejecimiento_y_vejez_Por_fin_hablaremos_de_salud_en_vejez_en_el_sigloXXI)
- Guzmán, S., y Peñafiel, V. (2022). *Estudio sobre las percepciones relacionadas con alimentación saludable y prácticas de alimentación de los adultos mayores del cantón Cuenca 2021*. Obtenido de Universidad de Cuenca: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/39061>
- Hernández, J., y Salatino, M. (2024). *La inseguridad alimentaria en participantes de programas vinculados a INTA en San Juan y Mendoza (2023-2024)*. Obtenido de Cuyonomics. Investigaciones En Economía Regional: <https://doi.org/10.48162/rev.42.065>
- Intriago, C., y Navarrete, Y. (2022). *Rol de la familia en el cuidado del adulto mayor: un estudio de caso*. Obtenido de Más Vida: <https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0106>
- Loor, M., y Sabando, K. (2022). *Seguridad alimentaria en la comunidad rural Las Mercedes, Manabí-Ecuador*. Obtenido de Revista de ciencias de la salud: <https://doi.org/10.33936/qkracs.v6i1.3809>
- Marín, I., Santana, S., López, P., y Magaña, C. (2022). *Inseguridad alimentaria y vulnerabilidad alimentaria en comunidades: una revisión sistemática*. Obtenido de [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0010.\\_REVISION.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0010._REVISION.pdf)
- Marín, V. (2023). *Nutrición y condiciones de vida de los adultos mayores beneficiarios del comedor San José de la parroquia Santa Rosa, 2022*. Obtenido de Repositorio UPSE: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9147>
- Martín, A., y Espinoza, J. (2025). *Desafíos para garantizar el derecho a la alimentación en México*. Obtenido de Journal of Behavior and Feeding: <https://doi.org/10.32870/jbf.v4i8.66>
- Martínez, A., Álvarez, G., Ezzahra, F., y Aguilera, V. (2025). *Prácticas alimentarias en una comunidad rarámuri de la Sierra de Chihuahua, México*. Obtenido de Antropología de la comida: <https://doi.org/10.4000/13as8>

- Martínez, L. (2025). *Seguridad alimentaria y trabajo social análisis del programa apoyo a la seguridad alimentaria, Región de Ñuble 2022*. Obtenido de <https://repositorio.udec.cl/items/d8f7f149-7d25-45cf-8b9d-6bf40b409f74>
- Mc Kay, L. (2024). *Proyectos sociales comunitarios herramienta para el desarrollo humano a nivel local*. Obtenido de Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.11299](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11299)
- Morejon, J., y Guevara, M. (2024). *Evidencia científica sobre el manejo nutricional en adultos mayores encamados*. Obtenido de Código Científico Revista De Investigación: <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v5/nE3/326>
- Moreno, M. (1999). *Factores que condicionan la seguridad alimentaria y nutricional de las familias de la microcuenca las Pavas – Alto Huallaga*. Obtenido de Repositorio Institucional UNIFE: <http://hdl.handle.net/20.500.11955/319>
- Nava, B., Flores, M., Palacios, M., Salazar, M., y González, J. (2024). *Estado nutricional de personas adultas mayores usuarias de centros gerontológicos en la Ciudad de México*. Obtenido de LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2417>
- ONU Ecuador. (2024). *Análisis Común de País (CCA) - Ecuador 2024*. Obtenido de [https://ecuador.un.org/es/266843-an%C3%A1lisis-com%C3%BAn-de-pa%C3%ADs-cca-ecuador-2024#:~:text=El%20An%C3%A1lisis%20Com%C3%BAn%20de%20Pa%C3%ADs,\(ODS\)%20en%20el%20pa%C3%ADs](https://ecuador.un.org/es/266843-an%C3%A1lisis-com%C3%BAn-de-pa%C3%ADs-cca-ecuador-2024#:~:text=El%20An%C3%A1lisis%20Com%C3%BAn%20de%20Pa%C3%ADs,(ODS)%20en%20el%20pa%C3%ADs).
- Organización de las Naciones Unidas. (2023). *Nuevo informe de la ONU: 43,2 millones de personas sufren hambre en América Latina y el Caribe y la región registra niveles de sobrepeso y obesidad mayores a la estimación mundial*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/9-11-2023-nuevo-informe-onu-432-millones-personas-sufren-hambre-america-latina-caribe>
- Organización Mundial de la Salud. (01 de 10 de 2024). *Envejecimiento y salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Poveda, G., Salazar, V., Avilés, P., Carrera, J., y Neira, G. (15 de 06 de 2021). *Revisión a la seguridad alimentaria en el Ecuador: Seguridad alimentaria en Ecuador*. Obtenido de Revista de Desarrollo del Sur de Florida: <https://doi.org/10.46932/sfjdv2n2-157>
- Pulido, D., Díaz, J., y Hernández, R. (2007). *La teoría económica institucional: el enfoque de North en el ámbito de la creación de empresas*. Obtenido de En Decisiones basadas en el conocimiento y en el papel social de la empresa: XX Congreso anual de AEDEM:

file:///C:/Users/Admin/Downloads/Dialnet-LaTeoriaEconomicaInstitucional-2499446%20(2).pdf

- Quenaya, F., y Quispe, J. (2024). *Estilos de vida y estado nutricional de los adultos mayores del distrito de Andahuaylillas, Cusco 2023*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12918/9800>
- Ruderman, A., y Núñez, A. (2022). *Asociación entre seguridad alimentaria, indicadores de estado nutricional y de salud en poblaciones de Latinoamérica*. Obtenido de Seguridad alimentaria, estado nutricional y salud en Latinoamérica: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8771253>
- Sagñay, G., y Ocaña, J. (2024). *Análisis de la Alimentación de los Adultos Mayores y su Influencia en las Enfermedades Crónico no Transmisibles*. Obtenido de iencia Latina Revista Científica Multidisciplinar: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i5.13285](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.13285)
- Santillán, E., Pérez, J., y Guanga, E. (2024). *Educación nutricional para el fortalecimiento de la calidad de vida en adultos mayores*. Obtenido de Telos: Revista De Estudios Interdisciplinarios En Ciencias Sociales: <https://doi.org/10.36390/telos263.09>
- Soldevilla, E., Cárdenas, H., Roldan, L., y Melgar, H. (2024). *Inseguridad alimentaria nutricional y riesgo metabólico en mujeres adultas de distritos de Lima, Perú. (2024)*. Obtenido de Nutrición Clínica Y Dietética Hospitalaria: <https://doi.org/10.12873/441soldevilla>
- Tantalean, A. (2021). *Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, septiembre 2019 – febrero 2020*. Obtenido de Universidad Nacional de San Martín. Fondo Editorial: <http://hdl.handle.net/11458/3866>
- Urquijo, A. (2014). <http://hdl.handle.net/20.500.12466/657>. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12466/657>
- Vargas, Y. (2024). *Consecuencias de la asistencia alimentaria en la soberanía alimentaria de la comunidad indígena Emberá de Bajo Gitó – Risaralda*. Obtenido de Universidad Nacional de Colombia: <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/87979>
- Velasco, J., y Velásquez, C. (2023). *Riesgo nutricional y hábitos alimentarios en adultos mayores del centro de atención integral para grupos prioritarios, Ibarra 2023*. Obtenido de Horizontes de Enfermería: <https://doi.org/10.32645/13906984.1232>

## ANEXOS

### FORMATO DE VALIDACIÓN DE PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

**Autora:** Janeth Orrala Rodríguez

**Tema:** Situación Alimentaria del Adulto Mayor en el Barrio General Enríquez Gallo, del Cantón La Libertad, 2025

**Objetivo:** Analizar la situación alimentaria integral de los adultos mayores en el barrio General Enríquez Gallo, del cantón La Libertad.

**Guía de Entrevista al Adulto Mayor.**

**Objetivo:** Conocer su situación alimentaria cotidiana.

Nº	Preguntas	Claridad (Sí/No)	Relevancia (Sí/No)	Coherencia (Sí/No)	Adecuación (Sí/No)	Visibilidad (Sí/No)	Comentario s/ Sugerencias	Resultado (Aprobada/ Aprobada c/modif./No aprobada)
1	¿Con qué frecuencia compras frutas, verduras, carnes o lácteos?							
2	¿Hay alimentos que no pueden consumir por su costo?							
3	¿En los últimos tres meses, ha tenido problemas para conseguir comprar suficiente comida?							
4	¿Usted mismo(a) cocina sus alimentos, o alguien le ayuda con esta tarea?"							
5	¿Tiene problemas para consumir algunos alimentos?							
6	¿Cuántas comidas realiza usted al día?							
7	¿Consumo alimentos variados como frutas,							

	vegetales, proteínas y cereales en su dieta?							
8	¿Qué alimentos son parte de su alimentación habitual?							
9	¿Qué tanto ha cambiado su alimentación con la edad?							
10	¿Siente que hay alimentos que le hacen mal para su salud?							
11	¿Cuándo no se alimenta bien se ha sentido débil o sin energía?							
12	¿Ha notado pérdida de peso en los últimos meses?							
13	¿Siente que los alimentos que consume al día cubren lo que usted necesita para su alimentación diaria?							
14	¿Siente que pierde el apetito con frecuencia?							
15	¿Le han diagnosticado algún problema de salud relacionado con su alimentación?							

## Guía de Entrevista a Cuidadores o Familiares

**Objetivo:** Entender el contexto familiar y apoyo alimentario.

Nº	Preguntas	Claridad (Sí/No)	Relevancia (Sí/No)	Coherencia (Sí/No)	Adecuación (Sí/No)	Visibilidad (Sí/No)	Comentario s/ Sugerencias	Resultado (Aprobada/ Aprobada c/modif./No aprobada)
1	¿Usted es quien se encarga de la alimentación del adulto mayor?							
2	¿Con qué frecuencia puede ofrecerle alimentos frescos o variados?							
3	¿Tiene alguna dificultad para cubrir las necesidades alimentarias del adulto mayor?							
4	¿Ha recibido algún tipo de ayuda para completar las necesidades alimentarias del adulto mayor en su casa?							
5	¿Cómo considera que es la alimentación del adulto mayor: ¿buena, regular o mala?, ¿Por qué?							
6	¿Qué cosas cree usted que se podrían hacer para mejorar la alimentación de él/ella?							

Entrevistados



**Figura 1.** Red semántica de la entrevista

