



Yahel Teresa Vichi- Martínez²

Universidad Veracruzana, México

Vianey Guadalupe Argüelles-Nava³

Universidad Veracruzana, México

***Autor de correspondencia:** yahelvichi@gmail.com

37

Para citar este artículo / To reference this article / Para citar este artigo

Vichi-Martínez, Y. & Argüelles-Nava, V. (2024). Conexiones entre la educación alimentaria y la sustentabilidad: análisis de los resultados de un programa educativo de alimentación saludable. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 8(15), 37-52. doi: doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog24.08081503

Recibido: 16 de enero de 2024 | **Revisado:** 16 de marzo de 2024 | **Aceptado:** 30 de junio de 2024

¹ Trabajo derivado de la tesis "Efectos de un programa formativo de alimentación saludable: el caso del SAISUV" para obtener el grado de Maestra en Salud Pública en el Instituto de Salud Pública de la Universidad Veracruzana, presentada en agosto de 2021.

² Licenciada en Nutrición y Maestra en Salud Pública, Universidad Veracruzana. Doctoranda en Investigación Educativa en el Instituto de Investigación Educativa, Universidad Veracruzana. México. Líneas de investigación: promoción de la salud, educación ambiental para la sustentabilidad, consumo de alimentos. ORCID ID: 0000-0002-5322-4660. Correo electrónico: yahelvichi@gmail.com

³ Licenciada en Nutrición y Maestra en Salud Pública. Instituto de Salud Pública de la Universidad Veracruzana, México. Líneas de investigación: análisis de la situación de salud y vigilancia epidemiológica. ORCID ID: 0000-0002-5878-2522. Correo electrónico: varguelles@uv.mx

Resumen: Las universidades pueden contribuir, mediante procesos educativos, a transformar los hábitos alimentarios y disminuir el aumento de enfermedades y el deterioro del medio ambiente. El objetivo de esta investigación fue sistematizar información de los efectos individuales, sociales e institucionales desde la mirada de los participantes del curso-taller "Alimentación como estilo de vida saludable" con énfasis en las conexiones entre la educación alimentaria y la sustentabilidad. Se realizó un estudio cualitativo de caso único. Los participantes se seleccionaron mediante muestreo teórico discriminado. La información se colectó mediante entrevista episódica y observación directa. El curso tuvo cambios positivos en las dimensiones analizadas y despertó el interés por la relación entre alimentación y medio ambiente; sin embargo, la disponibilidad de alimentos y la influencia social promueven el consumo de alimentos no recomendados para la salud y el medio ambiente. En conclusión, un programa educativo de alimentación saludable puede despertar el interés por adoptar una dieta sustentable; no obstante, los conocimientos adquiridos parecen ser insuficientes para mantener los cambios ante la dinámica social y disponibilidad de alimentos. Futuras investigaciones deben analizar si adoptar una alimentación saludable estimula el interés por la sustentabilidad, o la preocupación por la sustentabilidad incentiva la mejora de la alimentación.

Palabras clave: docente, educación ambiental, educación nutricional, salud, universidad (Tesauro).

Connections between food education and sustainability: analysis of the results of a healthy eating educational program.

Abstract. Universities have the potential to transform eating habits through educational processes, helping to combat the rise in diseases and environmental degradation. This research aimed to systematize information about individual, social, and institutional effects from the perspective of participants in the workshop "Eating as a Healthy Lifestyle," emphasizing connections between food education and sustainability. Using a qualitative single-case study, participants were selected through discriminated theoretical sampling. Data were collected through episodic interviews and direct observation. The course led to positive changes across analyzed dimensions and sparked interest in the relationship between food and the environment. However, food availability and social influences continue to promote the consumption of foods that harm both health and environmental sustainability. In conclusion, while a healthy eating educational program can inspire interest in adopting sustainable diets, the knowledge gained may not be enough to maintain behavioral changes in the face of social dynamics and food availability. Future research should explore whether adopting healthy eating habits stimulates interest in sustainability, or whether sustainability concerns drive improvements in dietary choices.

Keywords: teacher, environmental education, nutrition education, health, university (Thesaurus).

Conexões entre a educação alimentar e a sustentabilidade: análise dos resultados de um programa educativo de alimentação saudável

Resumo. As universidades podem contribuir, através de processos educativos, para transformar os hábitos alimentares e diminuir o aumento das doenças e o deterioro do meio ambiente. O objetivo desta pesquisa foi sistematizar informações sobre os efeitos individuais, sociais e institucionais a partir da perspectiva dos participantes do curso-oficina "Alimentação como estilo de vida saudável", com ênfase nas conexões entre a educação alimentar e a sustentabilidade. Foi realizado um estudo qualitativo de caso único. Os participantes foram selecionados por amostragem teórica discriminada. As informações foram coletadas por meio de entrevistas episódicas e observação direta. O curso gerou mudanças positivas nas dimensões analisadas e despertou o interesse pela relação entre alimentação e meio ambiente; no entanto, a disponibilidade de alimentos e a influência social promovem o consumo de alimentos não recomendados para a saúde e o meio ambiente. Conclui-se que um programa educativo de alimentação saudável pode despertar o interesse por adotar uma dieta sustentável; no entanto, os conhecimentos adquiridos parecem ser insuficientes para manter as mudanças diante da dinâmica social e da disponibilidade de alimentos. Futuros estudos devem analisar se adotar uma alimentação saudável estimula o interesse pela sustentabilidade ou se a preocupação com a sustentabilidade incentiva a melhoria da alimentação.

Palavras-chave: docente, educação ambiental, educação nutricional, saúde, universidade (Tesouro).

Introducción

El escenario de la Primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud fue Ottawa, Canadá, en 1986. En este evento se establecieron cinco ejes para el logro de la promoción de la salud, definida como la acción del Estado para "proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer mayor control sobre la misma" (Organización Mundial de la Salud [OMS], 1986). Dentro de los ejes establecidos se encuentran el desarrollo de aptitudes personales y la creación de entornos favorables. El primer eje implica el desarrollo individual, mediante procesos educativos, que proporcionen al individuo aptitudes para mantener y fortalecer la salud. El segundo alude a la importancia de mejorar las condiciones físicas, sociales, culturales y ambientales en las que las personas desempeñan diversas actividades, como el espacio de trabajo, considerado un espacio crucial para la mejora o detrimento de la salud (OMS, 1986).

Las universidades son espacios de trabajo y semilleros de conocimiento que congregan diversos actores sociales: personal directivo, académico, administrativo, estudiantes y sociedad en general. Desde 2015, la OMS, reconoce a las universidades como espacios que contribuyen al fortalecimiento de la salud de su comunidad (OMS, 2015). En el ámbito ambiental, el

Seminario Universidad y Medio Ambiente en América Latina y el Caribe realizado en 1985, en Colombia, destaca la urgencia de vincular a las Instituciones de Educación Superior (IES) y los problemas ambientales (Narváez, 2005). Para 1988 se establece la importancia de incorporar la dimensión ambiental en la educación superior y replantear el papel de las IES en la sociedad (Unesco, PNUMA e Icfes, 1988). En 2007, la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) reconoció el rol de las IES en la transición hacia comunidades sustentables (PAIs y ANUIES, 2007), y en 2018 llamó a las IES a coadyuvar al desarrollo integral y sustentable del entorno mediante diversas acciones, como la generación de condiciones que favorezcan que su comunidad adopte medidas para disminuir el impacto negativo de su estilo de vida en la naturaleza, y la formación de agentes de cambio que desde las IES contribuyan, a través de acciones cotidianas, como la alimentación, al cuidado del medio ambiente y, por ende, al bienestar colectivo (Benítez Aguilar et al., 2021).

La alimentación es una necesidad básica y actividad cotidiana de todos los seres humanos definida como el “proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer” (FAO, 2015, p. 126). Según Willett et al. (2019), los patrones de alimentación han conducido al mundo a una sindemia integrada por las pandemias de obesidad, desnutrición y cambio climático. El Panel Intergubernamental para el Cambio Climático (IPCC, 2019), en su informe expone que los patrones de producción y consumo de alimentos son insostenibles para el planeta, por lo que es imperativo implementar acciones para salvaguardar la salud y el medio ambiente a través de cambios en la dieta.

Terán (2010) describe que en México entre los siglos XX y XXI, diversos cambios, como la urbanización, trajeron consigo la adopción de una dieta rica en productos comestibles ultra-procesados, principalmente bebidas azucaradas. Lo anterior se reflejó, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Shamah-Levy et al., 2021) en el aumento en las prevalencias de sobrepeso, obesidad y diabetes mellitus, enfermedades crónicas no transmisibles de etiología multifactorial, fuertemente relacionadas a la alimentación. Respecto al medio ambiente, destaca la pérdida del 4% de la superficie forestal a causa de las prácticas agrícolas (INECC, 2018), el incremento de los GEI relacionados a la ganadería, el aumento de la huella hídrica y de residuos sólidos asociada a la producción y consumo de alimentos (SEMARNAT, 2022). Es destacable que según Chaudhary y Kastner (2016), México se encuentra entre los 10 países con mayor pérdida de biodiversidad relacionada a la producción de alimentos. Ante el contexto descrito, es urgente transformar la dieta cotidiana para mantener la salud y conservar el medio ambiente; en este tenor, las IES como espacios formativos, son idóneos para implementar estrategias educativas que promuevan cambios en la dieta.

La Universidad Veracruzana (UV) es una Institución de Educación Superior de México con presencia en todo el estado de Veracruz mediante cinco sedes ubicadas a lo largo del territorio. Siendo la región de Xalapa la que concentra a la mayor cantidad de su comunidad (Universidad

Veracruzana, 2021). La UV es una IES comprometida con la formación de una comunidad que además de contar con capital académico, cuenta con valores, como la ética y la responsabilidad hacia sí mismos y para la sociedad, mediante temas transversales, entre estos se encuentran la salud y la sustentabilidad (Universidad Veracruzana, 2019).

La UV, a través del Sistema de Atención Integral a la Salud (SAISUV), implementa diversas acciones de prevención de la enfermedad y promoción de la salud dirigidas a personal académico, de confianza y autoridades universitarias (Universidad Veracruzana, 2014). El curso-taller "Alimentación como estilo de vida saludable", surge como parte de las acciones realizadas por el SAISUV, con el propósito mejorar la salud de personal académico mediante la adopción de una dieta adecuada. Este curso abordó las características de una dieta correcta, raciones de alimentos, análisis de la composición corporal, inocuidad de alimentos y elaboración de un menú (Universidad Veracruzana, 2019).

Debido a que participar en estos programas educativos tiene efectos en la vida de los asistentes, el objetivo de la investigación de la que se desprende la presente, fue identificar los efectos del curso-taller en tres dimensiones: individual, social e institucional. En este artículo se exponen los hallazgos que evidencian la relación entre la educación alimentaria y la sostenibilidad.

Metodología

Dado que la realidad es dinámica e interactiva, la investigación se basó en un paradigma interpretativo cualitativo presentado como un estudio de caso único (Rodríguez Gómez et al., 1999), orientado a describir el fenómeno de estudio desde la mirada de los involucrados en el proceso (Vasilachis de Gialldino et al., 2006). Se consideraron como participantes el personal académico que finalizó el curso-taller, y como atributos de selección el área académica (ciencias de la salud, biológico-agropecuario, humanidades, técnica, económico-administrativo) y el sexo (hombre y mujer). Se utilizó un muestreo teórico discriminado (Strauss y Corbin, 1998). Los criterios de inclusión fueron haber concluido el curso-taller y aceptar participar en la investigación. El criterio de exclusión fue la negativa a participar.

Puesto que la investigación se realizó durante la pandemia por Covid-19, se utilizó la plataforma digital Microsoft Teams para coleccionar los datos y así atender las recomendaciones de las autoridades sanitarias. Entre noviembre de 2020 y marzo de 2021 se envió por correo electrónico una invitación a participar que contenía el objetivo de la investigación, los procedimientos para participar y la aprobación del Comité de Ética en Investigación del Instituto de Salud Pública de la Universidad Veracruzana CEI-ISP-R12-2020. Los detalles sobre la participación y horarios se acordaron de manera conjunta.

Se utilizó la entrevista episódica (Flick, 2014) para recabar narrativas de los sujetos, los episodios fueron los efectos individuales, sociales e institucionales del curso-taller. Se diseñó una guía de entrevista validada por otros investigadores y expertos en evaluación de programas de salud. La guía de entrevista fue piloteada para asegurar que fuera detonadora de narrativa, se probaron los procesos para establecer contacto con los participantes y el uso y funcionamiento de la plataforma digital. La observación directa selectiva se utilizó de forma complementaria para comprender la realidad (De Souza Minayo, 2004), se diseñó un protocolo de observación y se solicitó a los participantes compartir fotografías que dieran soporte a lo narrado.

Se realizaron 12 entrevistas, cumpliendo el criterio de transferibilidad (Valles, 1999). Se garantizó la heterogeneidad y homogeneidad de la muestra, y la saturación de los datos. Las entrevistas se grabaron en audio y video para su transcripción fiel. La estrategia de análisis se planteó en dos niveles: descriptivo y reinterpretativo. El nivel descriptivo consistió en una codificación selectiva para conceptos construidos a priori a la luz de la revisión empírica, combinada con una codificación abierta para los temas emergentes (Strauss y Corbin, 1998) y el nivel reinterpretativo en el análisis de la intensidad y espectro del discurso mediante tablas cualitativas para identificar diferencias y convergencias entre los participantes. Para el análisis de las imágenes se diseñó un protocolo de observación a la luz de las recomendaciones establecidas en la Norma Oficial 043 (Secretaría de Salud, 2013). La triangulación entre las técnicas cualitativas para coleccionar los datos garantiza la calidad de la investigación; por otro lado, la transferibilidad y dependibilidad se aseguraron mediante el muestreo y el acompañamiento por otros investigadores (Valles, 1999).

Resultados y discusión

La edad máxima fue 64 años, y la mínima 27 años, siendo 41 años el promedio de edad. El 75% vive acompañado de su pareja-hijos, o de sus padres o abuelos. Respecto al tipo de contratación, la mayoría está contratado por tiempo completo en la universidad (75%). En la tabla 1, se muestran los atributos de los participantes.

Tabla 1

Caracterización de los participantes por atributo, sexo y área académica, entrevistados de noviembre 2020- marzo 2021

Área académica	Sexo		Total
	Mujer	Hombre	
Artes	1	0	1
Ciencias de la salud	1	2	3
Biológico-agropecuario	1	1	2

Económico-administrativo	1	1	2
Humanidades	1	1	2
Técnica	1	1	2
Total		12	

Se identificaron principalmente efectos positivos en las dimensiones analizadas; la carga ideológica del discurso es predominantemente educativa, toda vez que refieren un aprendizaje obtenido por su asistencia al curso-taller. Ante lo anterior, la descripción de resultados se realizó con apoyo de los pilares de la educación escritos por Delors (1996): aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a vivir juntos, y con las categorías construidas previamente basadas en la revisión empírica. Los resultados se muestran por dimensión de análisis: personal, social e institucional.

Dimensión personal

Aprender a conocer se refiere a la adquisición de conocimientos para la comprensión sobre una dieta saludable, aspecto identificado predominantemente en la investigación: “aprendí mucho sobre la división de los platos ¿no?, las cantidades, las porciones, cómo balancear la cuestión de los vegetales, que sean porciones más grandes comparadas a las carnes ¿no? la disminución de lácteos, no tomar refrescos, alcoholes y demás, azúcar todo eso que sabemos que nos hace mucho daño” (4 Ga-1-M, comunicación personal, 3 de diciembre, 2020).

La adquisición de estos conocimientos trajo consigo la modificación de la dieta, esto se enmarca en el pilar *aprender a hacer*; este hace referencia a que el conocimiento adquirido se transforma en una competencia que posibilita al individuo poner en práctica los conocimientos en su entorno. Asimismo, los cambios en la dieta mostraban el interés por optar por alimentos que contribuyeran no solo a la salud, sino también al cuidado del medio ambiente: “antes nada más comprábamos algo rápido jamón, queso para hacer un sándwich ahora ya tratamos de comprar no jamón, más verduras, frutas” (3 Ca-2-H, comunicación personal, 27 de noviembre, 2020).

Según Delors (1996) *aprender a ser* se refiere a la reflexión para el actuar autónomo, con juicio y responsabilidad personal. Se identificó que los participantes reflexionaron sobre su consumo de alimentos, y el de sus pares: “nos confrontó ante nuestros malos hábitos (risas) eso... primero porque ehhh si varios colegas comentaron y no me acuerdo si yo también, pues que yo pensaba que comía bien y ahí me di cuenta que no comía tan bien (2 AG-2-M, comunicación personal, 26 de noviembre, 2020). Es menester destacar que esta reflexión trajo consigo modificaciones positivas en las elecciones alimentarias, en términos de salud y sustentabilidad: “he tenido que sustituir o incluir, mejor dicho, más vegetales o legumbres que luego no las incluía tanto, pero pues ahora intento que tanto en el desayuno, comida, cena pues haya de eso... esos

son algunos de los cambios que he hecho ¿no? que aplico actualmente que vayan verduritas, alguna legumbre” (10 ME-4-M, comunicación personal, 28 de febrero, 2021).

Continuando con los aspectos relacionados a la sustentabilidad, el curso-taller promovió la adquisición y consumo de alimentos naturales beneficiosos tanto para la salud como para el entorno ambiental, como frutas y verduras; al mismo tiempo, incentivó la reducción en el consumo de productos de origen animal y sus derivados, y estimuló la compra de alimentos locales: “por ejemplo tenía más verduras que carnes en mi casa” (4 Ga-1-M, comunicación personal, 3 de diciembre, 2020)”. Sin embargo, los participantes asociaban este cambio con la reducción de opciones en la dieta cotidiana, por otro lado, relacionaban la compra de alimentos locales como una acción derivada de las condiciones sanitarias, es decir, no identificaron la relación entre la dieta cotidiana y el deterioro del medio ambiente, hallazgo similar a lo documentado por Meira-Cartea et al. (2018) respecto a la reducida percepción que tienen los consumidores sobre el efecto de su dieta en el medio ambiente y cambio climático: “pero a la vez como que uno dice si ¿con qué opciones me quedo?, pues con la opción de hacerlo en casa... o con la opción de buscar mercaditos orgánicos con productores locales” (6 Oc-5-M, comunicación personal, 14 de enero, 2021).

Figura 1

Fotografías compartidas por 6 OC-5-M



Entre los efectos negativos se identificó que la preferencia por alimentos ultraprocesados y repostería, son una dificultad para mantener los cambios positivos a largo plazo: “aún me es difícil dejar de comer ciertos antojos como chocolate o dulces, pero en la medida de lo posible trato de que las colaciones sean más saludables sustituyendo cualquier golosina por alimentos sanos” (7 Vi-6-H, comunicación personal, 7 de febrero, 2021). En México, el consumo de pro-

ductos comestibles ultraprocesados ha dado lugar al aumento de enfermedades crónicas no transmisibles, como la obesidad, sobrepeso, desnutrición y diabetes mellitus, enfermedades que tienen mayor prevalencia a nivel nacional en comparación con las cifras reportadas a nivel global (Shamah-Levy et al., 2021). Además, la producción de alimentos ultraprocesados implica una significativa inversión de recursos naturales (tierra y agua) y su consumo aumenta la generación de residuos de un solo uso. Macari y Calvillo (2022) mencionan que entre del 50-88% de los desechos plásticos generados provienen del consumo de alimentos, contribuyendo a la contaminación de la tierra, agua y otros espacios naturales en los que estos se depositan.

Dimensión social

En esta dimensión se incluye el pilar aprender a vivir juntos; según Delors (1996), este alude a la comprensión del otro, al reconocimiento del pluralismo e interdependencia de los seres humanos. Resalta la influencia de la familia como aspecto positivo y negativo, el primero, considerando que estos apoyan el cambio y mantenimiento de una dieta saludable: “en la familia, siendo que mi esposa tomó el curso junto conmigo, pues primero la plática, primero como integrar la reflexión y tratar de aterrizar esa reflexión... en la medida de lo posible fuimos tratando de cambiar la forma en que realizábamos cada comida, escogiendo poco a poco alimentos más sanos, tratando de que en la medida de lo posible fueran menos procesados y más naturales” (Va- 3-H, comunicación personal, 16 de marzo, 2021).

Del lado negativo aparece la resistencia al cambio, incitando el consumo de alimentos no adecuados para la salud y el medio ambiente: “me ha costado sobre todo por mi pareja porque a mí me gusta comer unas cosas y obviamente pues a él le gusta comer otras, entonces viene siendo a veces un poco complicado” (10 ME-4-M, comunicación personal, 28 de febrero, 2021). Destaca la tensión que esta iniciativa trae consigo, principalmente en el ámbito familiar, contrario a lo narrado por los hombres, quienes refieren el apoyo de la familia en los cambios realizados: “hubo ciertos comentarios que le hacen sentir bien a uno, este en el de que “oye ya te bajó la panza” (risas)” (9 Ca-4-H, comunicación personal, 15 de octubre, 2021). En este tenor, Yoshikawa et al. (2021) refieren la importancia de contar con apoyo social para el mantenimiento de los cambios realizados en torno a la alimentación, aspecto identificado en esta investigación.

Las mujeres tienden a convertirse en promotoras de una alimentación saludable, compartiendo los saberes adquiridos con su familia y estudiantes: “incluso con algunas de mis ex estudiantes que gustan de cocinar, sobre todo ahorita en pandemia, luego me escriben y me dicen ¿maestra que va a cocinar hoy? entonces compartimos receta y hasta la foto del así me quedó” (5 Ta-6-M, comunicación personal, 13 de octubre, 2020). Este hallazgo pone de relieve el papel del docente como pieza fundamental para adaptar y compartir conocimiento, y sembrar valores éticos y morales que incentiven a los estudiantes hacia el cuidado del medio ambiente, incluso en tiempos de pandemia (Salazar y Abancin, 2022).

Dimensión institucional

Fue evidente el reconocimiento hacia las iniciativas de promoción de la salud que la universidad llevó a cabo, así como el aprecio por el conocimiento adquirido como resultado de estas acciones (aprender a conocer), el cual es beneficioso para los asistentes al curso y su red social (aprender a vivir juntos): “pareciera que estos beneficios solo son, por ejemplo, para mí, o para los que recibimos el curso, pero si nosotros replicamos y hablamos sobre los beneficios que nos da a nosotros, pues obviamente les puede llegar a otros más...” (10 ME-4-M, comunicación personal, 28 de febrero, 2021).

En el pilar aprender a vivir juntos se identificó el compartir experiencias con compañeros de diferentes áreas académicas como elemento positivo: “había nutriólogos, biólogos, químicos, incluso los del área de negocios ¿no? hablando, explicando cómo se produce y vende la carne ¿no? o sea como que varios ámbitos de la producción de alimentos” (6 Oc-5-M, comunicación personal, 14 de enero, 2021). Esto favoreció la reflexión del efecto de la cadena de suministro en el medio ambiente. Lo anterior gestó la creación de redes sociales positivas y la búsqueda de cambio de las condiciones estructurales del lugar de trabajo, a fin de hacer que estas sean pertinentes para mantener los cambios detonados en el curso: “esto motivó una discusión de que la cafetería que nos da servicio dentro del campus no estaba, no era adecuada para la alimentación que necesitábamos los que estábamos ahí y los estudiantes, entonces se generó ahí una plática con el responsable, el administrador, y platicó con el dueño de la tienda, cambió el proveedor...” (8 Or-5-H, comunicación personal, 30 de enero, 2020).

Por otro lado, la pertenencia social es un obstáculo para el mantenimiento de los cambios derivados del curso en el lugar de trabajo; según Patel y Buckland (2021), la adopción de una dieta que va contra la norma social dominante puede resultar en la exclusión del individuo de los grupos sociales: “me volví como antisocial, yo todo lo hacía en mi oficina, ahí trabajaba, ahí comía, ahí tomaba café (risas) y ya realmente yo salía ya nada más este... pues a dar la clase. Entonces mi afán de intentar que el horario de comida también fuera más sano, me duró una semana ¿no? o dos” (5 Ta-6-M, comunicación personal, 13 de octubre, 2020).

Se identificó que los participantes reconocen los esfuerzos realizados por la Universidad, como el curso-taller, en términos de sustentabilidad y salud: “creo que es una gran ayuda para nosotros y creo que es algo que deberíamos de tener ahí siempre” (9 Ca-4-H, comunicación personal, 15 de octubre, 2021). Sin embargo, reflexionan sobre la pertinencia del entorno en el que se desenvuelven para mantener los cambios gestados mediante el curso-taller: “me sorprendió que dijeran que nuestra cafetería era saludable, porque a mí nunca me lo ha parecido tanto” (1 Me-3-M, comunicación personal, 7 de noviembre, 2021), y sobre factores estructurales como la carga de trabajo y la dinámica organizacional como elementos que dificultan el mantenimiento de los cambios.

Diferencias por sexo

Las mujeres refieren principalmente la influencia de los aprendizajes adquiridos en la escuela sobre la dieta y compartir experiencias y conocimientos relacionados al curso-taller con sus estudiantes. Esto pone de relieve la importancia de implementar procesos educativos que involucren a la familia y el rol de los espacios educativos en la formación de una ciudadanía ambiental. Oguzhan y Carter (2022) en su estudio sobre la influencia en el consumo de alimentos, identificaron a la universidad como espacio proveedor de información en torno a la problemática ambiental y la dieta cotidiana, entre hijas y madres, favoreciendo el intercambio de información relacionada a la dieta; tal como se evidenció en esta investigación y coincide con otros estudios que señalan que las mujeres tienden a mostrar mayor interés en compartir información relacionada con la preservación de la salud y la protección del medio ambiente (Guerra et al., 2020; Díaz, 2018).

Diferencias por área académica

Destaca que participantes de humanidades enfatizan la influencia de su dieta en el medio ambiente; esta preocupación les impulsa a elegir alimentos naturales y evitar el uso de plásticos de un solo uso en la compra de sus alimentos: “es muy difícil luchar contra los empaques porque casi todo viene empacado... por ejemplo, el uso de empaques en galletas, por ejemplo, vienen en caja y adentro de la caja viene un empaque de dos galletas ¿para qué tanto?” (8 Or-5-H, comunicación personal, 30 de enero, 2020). Lo anterior, es congruente con las directrices de una alimentación saludable y con el compromiso social por la sustentabilidad que la universidad espera despertar en su comunidad a través de este curso-taller.

Figura 2

Fotografías compartidas por 8 OR-5-H



Los efectos positivos identificados concuerdan con lo expuesto por Sauvé (2017) sobre el rol de la educación en la movilización, concientización y cambio de la sociedad: "nos deja una consciencia como más clara de lo que está ocurriendo en estos temas de sustentabilidad en este tema específico de la alimentación, pero que tiene que ver también con el desperdicio, las envolturas... los derechos de los consumidores, el saber qué estamos comiendo y todo eso, creo que nos deja una consciencia más clara de lo que pensamos que sabemos, pero en realidad no sabemos mucho" (8 Or-5-H, comunicación personal, 30 de enero, 2020). Y con lo descrito por Gómez (2022), en torno a la escuela como un espacio para la formación humana y la socialización de conceptos y características para el arte de la convivencia, que contribuye a gestar transformaciones sociales y culturales en pro de las nuevas generaciones. Finalmente, en el plano educativo, de acuerdo con Velasco (2021), incorporar en el docente la atención sobre la naturaleza y habilidades de uso general para la vida, como la elección de alimentos que favorezcan la preservación de la salud y del entorno natural, supondría la reinvención de su práctica pedagógica, y por ende, formar al estudiante como un ser humano responsable, consciente y autorreflexivo de su entorno.

Conclusiones

La Universidad Veracruzana como institución educativa, empleadora y comunitaria, influye de manera positiva en su comunidad mediante intervenciones educativas que fomentan modificaciones en la dieta.

Aunque el curso se focalizaba en la relación alimentación-salud, es destacable que este detonó la reflexión sobre la conexión entre el medio ambiente y dieta cotidiana, aspecto que muestra el alcance que pueden tener las universidades en la formación de una ciudadanía ambiental en su comunidad que, mediante sus elecciones cotidianas como la alimentación, contribuya a reducir los impactos negativos de la dieta en el medio ambiente. Los efectos positivos son una muestra del potencial de los procesos educativos para transformar la dieta, de manera individual y colectiva, resaltando que dichos procesos pueden detonar la creación de redes sociales interesadas en el cuidado de la salud y del medio ambiente, tomando acciones conjuntas destinadas a mejorar el ambiente alimentario en el hogar y en el trabajo. Sin embargo, es necesario que la universidad implemente acciones para modificar las condiciones en las que trabajan los académicos para que los cambios sean permanentes.

Como fortaleza, destaca que el uso de plataformas digitales no tuvo afectaciones metodológicas en la investigación. Sobre las limitaciones, es posible que la pandemia haya influido en que los efectos sociales del curso-taller se centren principalmente en la familia; asimismo, se desconoce si los efectos identificados en esta investigación permanecerán después de la pandemia. Además, los resultados de esta investigación obedecen a una población particular en un contexto determinado, por lo que el alcance de este proceso educativo debe considerarse a la luz de estos.

Agradecimientos

Al Sistema de Atención Integral a la Salud y al Instituto de Salud Pública de la Universidad Veracruzana por el apoyo y colaboración para llevar a cabo esta investigación. A los docentes de la Universidad Veracruzana por compartir sus experiencias en torno al curso y a Carvalho Filipe Ido por su respaldo en la traducción del resumen a portugués.

Referencias

- Benítez Aguilar, A., Espinosa Ayala, E. y Márquez Molina, O. (2021). Revisión documental: Implementación de estrategias educativas medioambientales a favor del desarrollo sustentable en IES. En J. Rivera y H. Becerra (coords.), *Teoría y educación ambiental. Reflexiones en tiempo de pandemia* (pp. 67–83). Universidad Autónoma Chapingo. <https://omp.siea.org.mx/omp/index.php/omp/catalog/view/6/131/185>
- Chaudhary, A. y Kastner, T. (2016). Land use biodiversity impacts embodied in international food trade. *Global Environmental Change*, 38, 195–204. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2016.03.013>
- Delors, J. (1996). *La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. UNESCO. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa
- De Souza Minayo, M. (2004). *El desafío del conocimiento. Investigación cualitativa en salud* (9ª Ed.). Universidad de Nuevo México.
- Díaz Carmona, E. (2018). El consumo ético entre los jóvenes universitarios españoles. *Revista de Estudios de Juventud*, 119-144. <http://hdl.handle.net/11531/45611>.
- Flick, U. (2014). *La gestión de la calidad de la investigación cualitativa*. Ediciones Morata.
- Gómez Quitian, J. C. (2022). La educación como camino y arte de hacer convivencia. *Revista Investigium IRE Ciencias Sociales y Humanas*, 13(2), 26–38. <https://doi.org/10.15658/INVESTIGIUMIRE.221302.03>
- Guerra Aragoné, P. A. (2020). Sobre el perfil de las empresas y de los productos preferidos por los estudiantes universitarios millennials del Uruguay en materia de consumo responsable. *Pensamiento y Gestión*, (48); 169-194.
- INECC. (2018). *Sexta Comunicación Nacional y Segundo Informe Bienal de Actualización ante la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático*. INECC-SEMARNAT.
- IPCC. (2019). *Resumen para responsables de políticas. El cambio climático y la tierra: Informe especial del IPCC sobre el cambio climático, la desertificación, la degradación de las tierras, la gestión sostenible de las tierras, la seguridad alimentaria y los flujos de gases de efecto invernadero en los ecosistemas terrestres*. IPCC.

- Macari, M. y Calvillo, A. (2022). *Planeta ultraprocesado: los riesgos a la salud y al planeta de los productos ultraprocesados*. Alianza por la salud Alimentaria. <https://alianzasalud.org.mx/wp-content/uploads/2022/05/PLANETA-ULTRAPROCESADO.pdf>
- Meira-Cartea, P. A., Gutiérrez-Pérez, J., Arto-Blanco, M. & Escoz-Roldán, A. (2018). Influence of academic education vs. common culture on the climate literacy of university students / Formación académica frente a cultura común en la alfabetización climática de estudiantes universitarios. *Psychology*, 9(3), 301–340. <https://doi.org/10.1080/21711976.2018.1483569>
- Narváez, A. I. (2005). *Evaluación de la red de Formación Ambiental durante su etapa en el ICFES 1985 – 1995*. En *Memorias del Tercer Seminario internacional universidad y Ambiente* (pp. 273-282). Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales.
- Norma Oficial Mexicana 043-SSA2-2012. Servicios Básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. Secretaría de salud. Diario oficial No 22/01/2013
- Oguzhan, E. & Carter, M. (2022). Influencia intergeneracional en las actitudes y comportamientos de los consumidores sostenibles: roles de la comunicación familiar y la influencia de los compañeros en la socialización del consumidor ambiental. *Psicol Mark*, 39, 5–26. DOI: 10.1002/mar.21540
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO). (2015). *Alimentación saludable. Glosario de términos*. <http://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (1986). *The Ottawa Charter for Health Promotion*. Health Promotion. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Plan de acción sobre la salud de los trabajadores 2015-2025*. OMS. http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/33983/CD54_10Rev.1-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- PAIs y ANUIES. (2007). *Declaratoria de Campeche por la Sustentabilidad*. Campeche, México. Red de Programas Ambientales institucional de la región Sur - Sureste de la ANUIES.
- Patel, V. & Buckland, N. J. (2021). Perceptions about meat reducers: Results from two UK studies exploring personality impressions and perceived group membership. *Food Quality and Preference*, 93, 104289. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104289>
- Rodríguez Gómez, G., Gil Flores, J., y García Jiménez, G. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa* (Segunda ed.). Ediciones Aljibe.
- Salazar, A. y Abancin, R. (2022). Retos de la Educación Media Latinoamericana en tiempos de pandemia. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 6(10), 210-227. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog22.04061014>

- Sauvé, L. (2017). Educación Ambiental y Ecociudadanía: un proyecto ontogénico y político. *Rev. Eletrônica Mestr. Educ. Ambient.*, 261–278. <https://doi.org/10.14295/remea.v0i0.7306>
- SEMARNAT. (2022). *Impacto de las actividades humanas en el medio ambiente*. Retrieved from *Población y medio ambiente*. SEMARNAT. <https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/informe15/tema/cap1.html#tema3>
- Shamah-Levy, T., Vielma-Orozco, E., Heredia-Hernández, O., Romero-Martínez, M., Mojica-Cuevas, J., y Cuevas-Nasu, L. (2021). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, COVID 2021*. Secretaría de Salud de México. https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf
- Strauss, A. y Corbin, J. (1998). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada* (Segunda ed.). Universidad de Antioquia.
- Terán, S. (2010). Milpa, biodiversidad y diversidad cultural. En Durán R. y Méndez M. (eds.), *Biodiversidad y desarrollo humano en Yucatán. Contexto cultural y económico* (pp. 54-56). CICY, PPD-FMAM, CONABIO, SEDUMA.
- Unesco, Pnuma e Icfes (1988). *Universidad y Medio Ambiente en América Latina y el Caribe*. Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior y Red de Formación Ambiental para América Latina y el Caribe.
- Universidad Veracruzana (2014). *Acuerdo rectoral creación de la Unidad de Servicios de Salud UV*. UV.
- Universidad Veracruzana. (2020). *Dirección General de Desarrollo Académico. Programa de Estímulos al Desempeño del Personal Académico*. UV. <https://www.uv.mx/dgdaie/evaluacion-academica/pedpa/>
- Universidad Veracruzana. (2019). *Misión y visión*. <https://www.uv.mx/universidad/mision-y-vision/>
- Universidad Veracruzana. (2021). *Información estadística. UV en números*. UV. <https://www.uv.mx/informacion-estadistica/files/2019/06/UV-en-numeros.pdf>
- Valles, M. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social Reflexión metodológica y práctica profesional*. Síntesis sociológica.
- Vasilachis de Gialldino, I., Ameigeiras R, A., Chernobilsky B, L., Giménez Beliveau, V., Mallimaci, F., Mendizábal, F., y Jorge Soneira, A. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial Gedisa.
- Velasco, J. (2021). Naturaleza humana y educación: Reflexiones en torno a la formación humana en un mundo incierto. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 5(9), 43-56. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog21.11050904>
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, 393(10170), 447–492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)

Yoshikawa, A., Smith, M. L., Lee, S., Towne, S. D., & Ory, M. G. (2021). The role of improved social support for healthy eating in a lifestyle intervention: Texercise Select. *Public Health Nutrition*, 24(1), 146–156. <https://doi.org/10.1017/S1368980020002700>