

ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE
Maestría de Comunicación, Desarrollo y Cambio Social

Grupos Focales

Objetivo: Validar información y piezas para la estrategia de comunicación para la promoción de la alimentación saludable con un grupo de gestantes pertenecientes al programa de ámbito de las localidades de Suba y Bosa.

Organización:

- **Invitadas:** Gestantes y sus acompañantes de las localidades de Bosa y Suba pertenecientes al programa ámbito familiar de la SDIS
- **Fecha de realización:** 15 de Agosto de 8- 12 en la localidad de Bosa
16 de Agosto de 8- 12 en la localidad de Suba
- **Lugar de realización:** **Bosa:** Subdir. Local de Bosa: Calle 73Sur No. 81B-10
Suba: Jardín infantil Aures ubicado en la Calle 130 B No. 96 – 57 Barrio El Naranjal
- **Guía de preguntas.** Realizar de 4 a 5 preguntas
- **Participantes:** Moderador, Observador o relator
- **Materiales:** Grabadora, guía de preguntas, guía de observación, Computador, Video Bean y Parlantes
Refrigerios y escarapelas para el nombre de los participantes
Detalles para las participantes

Agenda propuesta

7:00 - 8:00 Recoger a los participantes acorde a la ruta programada y alistamiento del salón en U

8:00 – 8:10 Entrega de escarapelas

8:10 – 8:20 Presentación de la jornada, agradecimientos y explicación de la metodología.

8:20 – 9:20 Desarrollo de las preguntas y grabación

9:20 – 9:30 Refrigerio y entrega del detalle a las gestantes

9:30 a 10:30 Devolución de las madres y acompañantes a sus hogares según la ruta

METODOLOGÍA

Se dividirán los temas en 6 grupos de preguntas:

1. Consumo de alimentos
2. Uso de internet y redes sociales
3. Uso de algunas piezas comunicativas
4. Contenido técnico de algunas piezas comunicativas
5. Uso de infografías
6. Validación de mensajes

En los dos primeros grupos se iniciará presentando los resultados del estudio de prácticas del consumo de alimentos y el consumo de medios de comunicación, redes sociales e internet.

En otros se mostrarán partes de videos, programas, mensajes o infografías tomadas de las páginas y temas referenciados en el estudio, por esto es importante contar con computador, video beam y parlantes.

Desarrollo

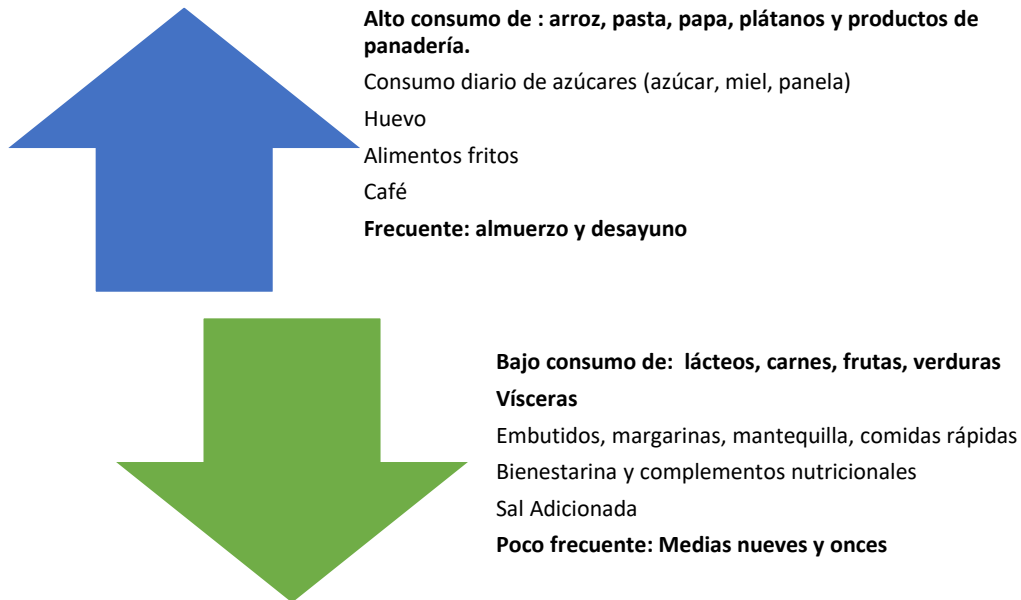
Presentación: Desde el año 2015 el Instituto Nacional de Salud y Secretaria Distrital de Integración Social han estado realizando el estudio: Efecto de las prácticas alimentarias de mujeres gestantes y sus hijas e hijos hasta los 24 meses de edad sobre el estado nutricional, en una población atendida por la Secretaría Distrital de Integración Social de la Alcaldía Mayor de Bogotá, con el objeto de analizar la relación entre las prácticas alimentarias de las mujeres gestantes y de sus hijos y su estado nutricional, realizando seguimiento desde el tercer trimestre de gestación hasta los 24 meses de edad del niño, para el fortalecimiento de políticas y estrategias de intervención y atención acordes a la realidad de la población.

Una de las acciones que se pretende fortalecer es la de Promoción de la alimentación saludable para gestantes, para lo cual se está desarrollando el estudio con la Universidad Santo Tomás, sobre de las prácticas de comunicación con el objeto final de diseñar una estrategia de comunicación que tenga como punto de partida las prácticas alimentarias de las gestantes, el consumo de medios de comunicación de las mismas y finalmente una propuesta de promoción que sea realizada con un grupo de estas mujeres.

Agradecemos de manera atenta su participación en este grupo focal que permitirá validar información registrada en las encuestas y obtener datos sobre el uso de algunos medios de comunicación para la promoción de la alimentación saludable.

A continuación se presentarán algunos de los resultados del consumo de alimentos a la vez que se realizarán algunas preguntas al público para conocer sus opiniones frente al tema desarrollado:

1. **Consumo de alimentos:** El estudio de prácticas alimentarias arrojó los siguientes resultados



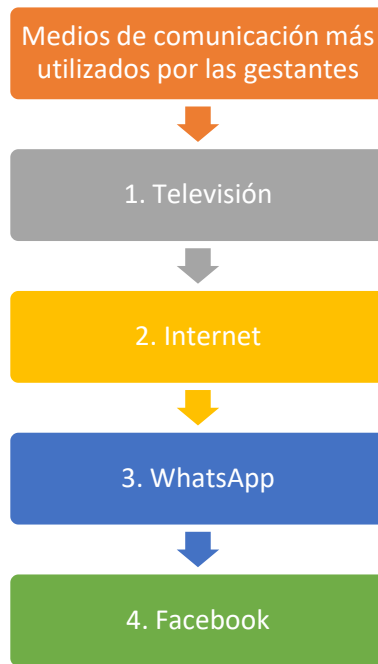
- Primera pregunta: ¿Porque es tan alto el consumo de arroz, pasta, papas, plátanos y panes?

- Segunda pregunta: ¿Porque es tan bajo el consumo de lácteos, carnes, frutas, verduras? ¿Qué pasa con el consumo de vísceras?

- Tercera pregunta: ¿Por qué no es frecuente consumir medias nueves y onces?

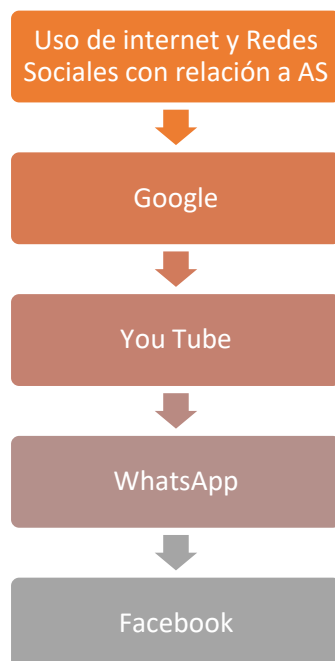
2. **Uso de medios de comunicación, internet y redes sociales.**

El estudio dio como resultados que las mujeres utilizan con mayor frecuencia los siguientes medios de comunicación:



Como se puede observar, el medio de comunicación más utilizado es la televisión, sin embargo no es viable desarrollar una estrategia de comunicación por este medio dado los altos costos que implica la sostenibilidad de cualquier programa y en especial en los canales privados más vistos: Caracol y RCN.

A partir de los resultados anteriores se decidió realizar encuestas sobre el uso de internet y redes sociales obteniendo los siguientes resultados:



- Primera pregunta: ¿Cómo creen que podemos utilizar las redes sociales? ¿Para pasar recetas, videos, datos claves, enviar a un link?

3. Uso de las piezas

Se presentan fragmentos de video Programa periodístico, Youtubers y recetas escritas, luego se pregunta:

- Primera pregunta ¿Cuál de estas opciones le gusta? Y Porqué

- Segunda pregunta ¿Cuál fue el contenido principal de estas?

4. Contenido de las piezas

- Primera pregunta: ¿Cuáles contenidos creen que deberían estar en cada una de las 3 estrategias?

5. Uso de infografías

Se presentan dos ejemplos de infografías y se pregunta:

- Primera pregunta: ¿Cuál de las dos infografías le gusta más y por qué?

- Segunda pregunta: ¿Le gustaría que les llegara infografías por Facebook o por WhatsApp?

- Tercera Pregunta: ¿Cada cuánto le gustaría que le llegara una infografía?

6. Validación de mensajes

Se presentan dos ejemplos de mensajes y las participantes responden a estas preguntas:

- ¿Cuál mensaje les gusta más y porqué?

- ¿Les gustaría que les llegaran este tipo de mensajes?

- ¿Por cuál medio les gustaría que les llegaran estos mensajes?

- ¿Cada cuánto les gustaría que les llegara estos mensajes?

Revisión de materiales:

1. You Tube: Alimentación saludable

YOU TUBE ALIMENTACIÓN SALUDABLE			
Página	Descripción	Duración	No. De Visitas
https://www.youtube.com/watch?v=GWIWeojW7H8	Video atractivo con Dr. Y paciente pero con información errónea. No hígado, todas las verduras bien cocidas y consume brócoli y hojas verdes B. Alimentación saludable	7:00	208.000
https://www.youtube.com/watch?v=YQIkAkCKgms	Video largo y técnico (58.000) b. Alimentación saludable	17 min	58.000
https://www.youtube.com/watch?v=BKLHkSgtHvs	Video con información técnica escrita e imágenes poco atractivas. Música de fondo B: Alimentación saludable	8 min	93.000
https://www.youtube.com/watch?v=noYWFXa1n5g Colombia. Jueves de salud	Reporte en las noticias, información del reportero con acompañamiento de diferentes profesionales y asesoría de un ginecólogo b. Alimentación saludable	7min	58.000
https://www.youtube.com/watch?v=ZJrN6cWmXis españa	Profesional hablando, aspectos generales, fraccionada y nutrientes básicos, agua y actividad física b. alimentos saludables para la gestante	2:30min	1.000.000
https://www.youtube.com/watch?v=YMpFhK_vhqM Colombia	Información hablada, música de fondo, información técnica	9:00 min	146.000
https://www.youtube.com/watch?v=qz65FeGfx3w Peru	Video sobre alimentos para las gestantes. Largo y técnico	15:23	82.000
https://www.youtube.com/watch?v=Xd9wwiU67ec español	You tuber. Moderlo pero largo	15 min	47.000
https://www.youtube.com/watch?v=RjnJlgW8hbw Peru	Programa dirigido por un medico en compañía de una nutricionista: 7 consejos importantes para la gestante Alimentos saludables para el embarazo	7min	27.000

https://www.youtube.com/watch?v=pGPIBv87xbl España	Profesional hablando y dando recomendaciones	8 min	10.000
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------	-------	--------

YOU TUBE RECETAS PARA LAS GESTANTES			
Página	Descripción	Duración	No. De Visitas
https://www.youtube.com/watch?v=OsgUPnU-1Cs	Programa donde presentadora interactúa con el profesional en nutrición y responde a preguntas. Presenta las 3 comidas y dos meriendas	10	42.000
https://www.youtube.com/watch?v=87CWPynWmrs Argentina	Programa	15	24.000
https://www.youtube.com/watch?v=y8Ap88xdQkk español	You tuber que cuenta acorde a su experiencia como hacer un menú de un día con refrigerios, receta y alimentos en su casa y con su pareja	12	42.000
https://www.youtube.com/watch?v=CMIMtyHi_L8	Que como en un día de embarazada	4	614
https://www.youtube.com/watch?v=bLCdg515hWg	You tuber cuenta como es su alimentación en un día y da consejos, incluyendo ejercicios	20	184

GOOGLE ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA LA GESTANTES			
Página	Descripción	Duración	No. De Visitas
https://www.bebesymas.com/nutricion-embarazo/diez-consejos-para-una-alimentacion-sana-en-el-embarazo	Diez consejos para una alimentación sana durante el embarazo		
https://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/embarazo/dieta-sana-para-mujeres-embarazadas/	Nutrientes y alimentos durante el embarazo		

¿Sabías que las mujeres embarazadas no deben comer por dos sino para dos?			
No olvides nunca que si bien quieres estar, 5 comidas al día debes tomar			
Sabías que las gestantes deben consumir mínimo 3 porciones de fruta variada todos los días?			
Si una gestante sana quieres ser, 2 veces al día verdura debes comer			
Si súper mamá quieres ser una alimentación sana debes tener			
Por la buena salud de toda tu familia, todos los días consume frutas y verduras de diferentes colores			
La espinaca es buena para Popeye, pero para ti, lo mejor es: Carne, hígado, vísceras, pescado, huevo y leguminosas			
Cuando la carne está por las nubes, consume huevo, lentejas, frijol, garbanzo o arveja. Estos están al alcance de todos			
Abue, Nona, Oma, Tata, tu eres muy importante para guiar la adecuada alimentación de la nueva gestantes, acompáñala y recuérdale que las grutas y las verduras todos los días debe consumir			
Que tal hoy una rica ensalada de aguacate, con cebolla, tomate, cilantro y pepino? Rica para la familiaiiii			
Has probado la papaya picada con queso? Mmmm es de lo mejoriiii			