



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), noviembre-diciembre 2024,
Volumen 8, Número 6.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6

PERCEPCIÓN DE CAMBIOS ALIMENTARIOS POR AISLAMIENTO DURANTE LA CUARENTENA POR SARS-COV-2 (COVID-19)

**PERCEPTION OF DIETARY CHANGES DUE TO ISOLATION
DURING THE SARS-COV-2 (COVID-19) QUARANTINE**

Reymundo García Bolaina

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

Josué Baldemar Pecero Rodriguez

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

Jasmin Urania Camacho Martínez

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

Pedro González Angulo

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

Miguel Frías Méndez

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15281

Percepción de cambios alimentarios por aislamiento durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (COVID-19)

Reymundo García Bolaina¹

reymundobolaina@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3234-9391>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
México

Josué Baldemar Pecero Rodríguez

josue.pecero@ujat.mx

<https://orcid.org/0000-0001-7406-1808>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
México

Jasmin Urania Camacho Martínez

jasmin.camacho@ujat.mx

<https://orcid.org/0000-0002-9374-9023>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
México

Pedro González Angulo

pedro.gonzalez@ujat.mx

<https://orcid.org/0000-0001-6098-1945>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
México

Miguel Frías Méndez

miguel.frias@ujat.mx

<https://orcid.org/0009-0008-3125-1407>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco
México

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo explorar las percepciones de un grupo de habitantes de Tabasco sobre las alteraciones en su consumo de alimentos durante el confinamiento por COVID-19. Se utilizó una metodología cualitativa exploratoria, implementando un muestreo por bola de nieve para reclutar a 10 participantes, quienes fueron entrevistados mediante un formato semiestructurado. Las entrevistas fueron transcritas y analizadas a través de una matriz de categorías para identificar temas emergentes. Los hallazgos indican que la pandemia impactó significativamente los hábitos alimentarios, con un aumento en el consumo de alimentos poco saludables y cambios en los patrones de compra y preparación de comidas. Además, se reportaron alteraciones físicas en la salud, como sobrepeso y riesgo de trastornos alimentarios. Estos resultados resaltan la necesidad de considerar el contexto local al desarrollar intervenciones nutricionales y políticas públicas para promover hábitos alimentarios saludables en situaciones de crisis.

Palabras clave: COVID-19, consumo de alimentos, Tabasco, hábitos alimentarios

¹ Autor Principal

Correspondencia: josue.pecero@ujat.mx

Perception of dietary changes due to isolation during the SARS-CoV-2 (COVID-19) quarantine

ABSTRACT

This study aims to explore the perceptions of a group of inhabitants from Tabasco regarding alterations in their food consumption during the COVID-19 confinement. A qualitative exploratory methodology was used, implementing a snowball sampling to recruit 10 participants, who were interviewed using a semi-structured format. The interviews were transcribed and analyzed through a matrix of categories to identify emerging themes. The findings indicate that the pandemic significantly impacted dietary habits, with an increase in the consumption of unhealthy foods and changes in shopping and meal preparation patterns. Additionally, physical health alterations such as overweight and risk of eating disorders were reported. These results highlight the need to consider the local context when developing nutritional interventions and public policies to promote healthy eating habits in crisis situations.

Keywords: COVID-19, food consumption, Tabasco, dietary habits

Artículo recibido 18 octubre 2024

Aceptado para publicación: 30 noviembre 2024



INTRODUCCIÓN

La pandemia de COVID-19 transformo radicalmente la vida cotidiana a nivel global, afectando no solo la salud física, sino también el bienestar emocional y los hábitos alimentarios de la población. Durante el confinamiento o aislamiento social la población experimento cambios significativos en su comportamiento alimentario, lo que ha sido centro de cuantiosos estudios. Entre las afirmaciones más comunes presentadas es aquella que genero estrés y ansiedad, esto fue expresado por el alto consumo de alimentos procesados y con mayor contenido azucarado, además del incremento de la comida preparada en el hogar. (Ammar et al., 2020; Ali et al., 2021). Por ejemplo, un estudio realizado en adultos sanos reveló que el 70% de los encuestados reportó un aumento en el consumo de snacks y bebidas azucaradas durante el confinamiento (Álvarez et al., 2020).

Además, en otros reportes se observó que los cambios en los hábitos alimentarios no fueron homogéneos y variaron según factores socioeconómicos y culturales siendo en algunos casos, sobre todo las personas con mayor nivel de educación y con mayor recurso económico lograron obtener una dieta más equilibrada durante el confinamiento. (Górnicka et al., 2020; Di Renzo et al., 2020) un dato reportado de mucho énfasis para los profesionales sanitarios puesto que, en contraste, aquellos en situaciones de mayor vulnerabilidad social enfrentaron mayores desafíos para acceder a alimentos saludables, lo que podría haber exacerbado problemas de salud existentes (Castañeda & Pineda, 2021; Rojas et al., 2021).

Este estudio se ajustó al objetivo de conocer la percepción de los habitantes de Jalpa de Méndez sobre las alteraciones por consumo de alimentos durante el aislamiento así como el análisis de aquellos cambios en patrones de alimentación y elecciones de alimentos durante la contingencia para así identificar aquellos factores que influyeron en las decisiones alimentarias de las personas, como el acceso a alimentos de este modo se observó el impacto de las alteraciones en la salud alimentaria en la salud física y emocional de la población para aquel periodo.

La pregunta de investigación que guió este estudio fue ¿Cómo perciben los habitantes de Jalpa de Méndez los cambios en el consumo de alimentos durante el confinamiento por COVID-19? Esto permitió indagar, los cambios ocurridos además de detectar diferencias en sus elecciones por aislamiento social, así como su toma de decisiones con base a las restricciones poblacionales y aquellos



factores físicos y emocionales que influyeron en el consumo de alimentos. Por ello, la contribución de este estudio es un referente a la zona estudiada permitiendo suscitar estrategias poblacionales que favorezcan entornos saludables, en la época actual aún se viven secuelas post COVID por el estilo de vida en la comunidad y teniendo en conocimiento las opiniones se toma la importancia para adaptar las estrategias de promoción a la salud. A como lo refiere. (Al-Musharaf et al., 2021; Sweeney & O'Neill, 2021). Quien relata que la comprensión de estas percepciones es crucial para desarrollar estrategias de intervención nutricional adaptadas a las necesidades locales y así abordar los desafíos que la pandemia ha planteado a la salud pública.

METODOLOGÍA

Este estudio se enmarca en la investigación cualitativa exploratoria de tipo transversal, dado que buscó comprender las percepciones y experiencias de los habitantes de Jalpa de Méndez respecto a las alteraciones en su consumo de alimentos durante el confinamiento por COVID-19. Este enfoque permite obtener una comprensión profunda de los significados y contextos que rodean el fenómeno estudiado (Creswell, 2013).

Muestreo

Se empleó el muestreo por bola de nieve, una técnica no probabilística que resulta útil para acceder a poblaciones difíciles de alcanzar (Netquest, 2015). Esta técnica consiste en comenzar con un grupo inicial de participantes que cumplen con los criterios del estudio y pedirles que recomienden a otros que también lo hagan. Este proceso se repite hasta alcanzar el tamaño de muestra deseado. Es por eso que se trabajó con la selección de 10 participantes, con ello permitió obtener información detallada siendo útil en el análisis, sin sobrecargarlo para un mejor manejo en el estudio cualitativo. (Biernacki & Waldorf, 1981).

La elección de 10 participantes se basa en la necesidad de alcanzar un equilibrio entre la profundidad de la información y la viabilidad de un análisis. Un número mayor habría hecho que fuera más difícil de administrar y sumergirse en los datos. (Guest, Bunce, & Johnson, 2006).

Recolección de Datos

Se realizaron entrevistas semiestructuradas individuales con cada participante. Esta técnica permitió obtener información detallada sobre las percepciones y experiencias además que permitió un enfoque



flexible para profundizar en temas emergentes según (Kallio et al., 2016). Las entrevistas de los 10 participantes fueron transcritas para su análisis posterior.

Consentimiento Informado y Consideraciones Éticas

Antes de la participación, se proporcionó un consentimiento informado escrito a cada participante, que incluyó:

- Objetivo del estudio: Explicación clara de la finalidad de la investigación.
- Procedimientos: Descripción de cómo se llevará a cabo la entrevista.
- Confidencialidad: Aseguramiento de que la información proporcionada será tratada de manera confidencial y anónima.
- Derecho a la retirada: Información sobre el derecho de los participantes a retirarse del estudio en cualquier momento sin repercusiones.

Las consideraciones éticas siguieron los principios de la bioética, que incluyeron la autonomía, no maleficencia, beneficencia y justicia (Beauchamp & Childress, 2013). Se garantizó que los participantes comprendieran que su participación fue voluntaria y que no habría consecuencias negativas por decidir no participar o retirarse.

Análisis de Datos

Los resultados se analizaron utilizando una matriz de categorías, que permitió el organizar y clasificar la información obtenida de las entrevistas. Este método implicó los siguientes pasos:

- Transcripción: Las entrevistas se transcribieron de manera textual para asegurar que se capture toda la información relevante.
- Codificación: Se identificaron y etiquetaron temas y patrones emergentes en los datos. Esto incluye la creación de códigos que representen conceptos clave relacionados con las percepciones de los participantes sobre su consumo de alimentos.
- Construcción de la matriz: Se organizaron los códigos en una matriz que permitió visualizar las relaciones entre los diferentes temas y categorías. Esto facilitó la comparación de las respuestas de los participantes y la identificación de tendencias comunes o divergentes (Miles & Huberman, 1994).



- Interpretación: Finalmente, se interpretaron los hallazgos en el contexto de la literatura existente, permitiendo una discusión más rica y fundamentada sobre las percepciones de los habitantes de Jalpa de Méndez.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se presento una primera tabla relacionada a la descripción de datos sociodemográficos en los entrevistados donde se asignaron las siguientes categorías socio demográficas: sexo que se clasifico como masculino o femenino; edad como número de años de vida hasta el momento de la entrevista y estado civil que incluyo las categorías de soltero, casado, divorciado y viudo.

Tabla 1. Datos sociodemográficos

Participante.	Sexo.	Edad.	Estado Civil.
Participate 1	Femenino.	24 años.	Soltero.
Participate 2	Masculino.	24 años.	Soltero.
Participate 3	Femenino.	23 años.	Soltero.
Participate 4	Femenino.	25 años.	Soltero.
Participate 5	Femenino.	24 años.	Soltero.
Participate 6	Femenino.	23 años.	Soltero.
Participate 7	Femenino.	24 años.	Soltero.
Participate 8	Femenino.	24 años.	Soltero.
Participate 9	Masculino.	23 años.	Soltero.
Participate 10	Femenino	23 años.	Soltero

A continuación, se muestran las tablas que se organizaron con base a una jerarquía como primer elemento el apartado de datos extraídos de la transcripción de respuestas que se agruparon por códigos que a su vez llevaron a asignar las dimensiones generales en el apartado de categorías, por lo tanto, estas tablas se construyeron en orden inductivo; es decir de las ideas particulares que generaron etiquetas de datos emergentes a las generales que formaron las dimensiones categóricas.

Tabla 2. Percepción y actitudes hacia la alimentación durante la contingencia sanitaria

Categoría	Datos	Interpretación
Percepciones y actitudes hacia la alimentación durante la contingencia sanitaria.	<ul style="list-style-type: none"> • Miedo al aislamiento social • Actitudes negativas • Pereza • Percepción de la alimentación • Importancia de la nutrición • Falta de conocimiento sobre una buena alimentación • Pérdida de hábitos saludables 	<p>El aislamiento provocó pereza y una vida sedentaria, lo que llevó a un desequilibrio alimenticio.</p> <p>La falta de conocimiento sobre una buena alimentación derivó problemas de salud y actitudes negativas relacionadas con el miedo al aislamiento social. El consumo inadecuado de alimentos y la pérdida de hábitos saludables provocaron descontrol en el peso.</p> <p>Refirieron que, si tuvieran un concepto claro de una buena alimentación, podríamos mejorar la salud.</p>

Tabla 3. Cambios en patrones de alimentación y elecciones de alimentos

Categoría	Datos	Interpretación
Cambios en patrones de alimentación y elecciones de alimentos.	<ul style="list-style-type: none"> • Disponibilidad limitada de alimentos • Elección de alimentos poco saludables • Abandono de buenos hábitos alimenticios • Mayor consumo de comida chatarra o enlatados • Cambio en las ideas sobre la alimentación saludable • Preferencia por alimentos de preparación rápida • Cambios negativos en el organismo 	<p>Durante la contingencia sanitaria, el encierro afectó la alimentación de muchas personas, generando cambios tanto positivos como negativos.</p> <p>La disponibilidad limitada de alimentos y las emociones negativas asociadas a salir de casa llevaron a que se eligieran alimentos poco saludables, como comida chatarra o enlatados, debido a su fácil acceso y rápida preparación.</p>

Tabla 4. Factores que influyen en las decisiones alimentarias

Categoría	Datos	Interpretación
Factores que influyen en las decisiones alimentarias.	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Desórdenes alimentarios • Sobrepeso y Obesidad • Escasez de suministros • Estrés • Economía • Redes sociales 	La ansiedad contribuyó a los desórdenes alimentarios durante la pandemia, llevando a enfermedades como el sobrepeso y la obesidad, que aumentaban el riesgo frente al COVID-19. Además, la escasez de suministros y la caída económica generaron estrés, lo que llevó a las personas a comprar cualquier alimento disponible, bueno o malo, y la saturación de información en redes sociales.

Tabla 5. Impacto en la salud física y emocional

Categoría	Datos	Interpretación
Impacto en la salud física y emocional.	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos negativos • Apoyo emocional • Motivación • Salud física • Salud emocional • Sobrepeso • Inseguridades • Miedos • Desórdenes alimentarios • Alimentación balanceada • Actividad física • Vida sedentaria • Enfermedades físicas 	El aislamiento puede generar pensamientos negativos y confusión, por lo que es crucial contar con apoyo y motivación para mantener una buena salud física y emocional. El sobrepeso afectó la salud mental asociado a inseguridades y miedos a medida que se notaron las alteraciones corporales incluyendo desórdenes alimentarios que también influyeron en su salud.

Las tablas presentaron variedad de interpretaciones sobre la problemática, que fueron proporcionales a las múltiples realidades en cuanto a experiencias de los participantes esto derivado de la similitud de respuestas etiquetadas cubriéndose así el fenómeno de saturación muy importante en este tipo de estudios. A razón de esto se percibieron hallazgos en respuestas relacionadas dónde los entrevistados narraron que el estrés y la ansiedad han influido en la elección de alimentos acompañado del aumento en el consumo de productos menos saludables y una mayor preparación de comidas en casa por el aislamiento; dato relacionado con los hallazgos relatados en la obra citada de (Ammar et al., 2020; Ali et al., 2021) realizando una comparación de la literatura existente se mencionó que aunque los patrones alimentarios pueden variar según el contexto cultural y socioeconómico las tablas nos refieren similitudes en las respuestas de las poblaciones ante el confinamiento ejemplo los hallazgos de (Di Renzo et al., 2020; Rojas et al., 2021) quien en su estudio enmarco la importancia de considerar el contexto local al diseñar intervenciones nutricionales durante y después de situaciones de contingencia ; con base a lo anterior se puede tener se propone que las estrategias de intervención se adapten al impacto poblacional y el uso de la información obtenida podría ser fundamental para desarrollar políticas públicas que promuevan hábitos alimentarios saludables y aborden las necesidades específicas de la población en tiempos de emergencia a como lo refiere (Castañeda & Pineda, 2021).

CONCLUSIONES

El estudio que desde el inicio se orientó a conocer las percepciones de un grupo de habitantes de Jalpa de Méndez sobre alteraciones en su consumo de alimentos durante el aislamiento por COVID-19 ,nos refirió hallazgos con impacto en los hábitos alimentarios, influenciados por factores como el estrés, la ansiedad, disponibilidad de alimentos y alteraciones a la salud física y mental como el sobrepeso, la obesidad y el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria asociados a baja ingesta finalmente este estudio pretende no solo contribuir a sumar un aporte a la literatura existente sobre el impacto de la pandemia en los hábitos alimentarios, sino que también proporcione sustento científico para desarrollo de investigaciones y programas de intervención en la comunidad de Jalpa de Méndez y zonas geográficas con características culturales y demográficas paralelas.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ali, A., Sohaib, M., Iqbal, S., Hayat, K., Khan, A. U., & Rasool, M. F. (2021). Evaluation of COVID-19 disease awareness and its relation to mental health, dietary habits, and physical activity: A cross-sectional study from Pakistan. *American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 104(5), 1687-1693. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-1451>
- Ali, A., et al. (2021). The influence of social media on dietary habits during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Nutrients*, 13(3), 678. <https://doi.org/10.3390/nu13030678>
- Álvarez, J., Lallena, S., & Bernal, M. (2020). Nutrición y pandemia de la COVID-19. **Revista de Medicina Militar*, 19(2), 320-322. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30673-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30673-5)
- Al-Musharaf, S., Aljuraiban, G., Bogis, R., Alnafisah, R., Aldhwayan, M., & Tahrani, A. (2021). Lifestyle changes associated with COVID-19 quarantine among young Saudi women: A prospective study. *PLoS One*, 16(4), e0250625. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250625>
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., et al. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1583. <https://doi.org/10.3390/nu12061583>
- Bakaloudi, D. R., et al. (2020). The impact of COVID-19 pandemic on dietary habits and physical activity in children and adolescents: A systematic review. *Nutrients*, 12(8), 2356. <https://doi.org/10.3390/nu12082356>
- Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2013). *Principles of biomedical ethics*. Oxford University Press.
- Biernacki, P., & Waldorf, D. (1981). Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological Methods & Research*, 10(2), 141-163. <https://doi.org/10.1177/004912418101000202>
- Bedford, J., Enria, D., Giesecke, J., Heymann, D., Ihekweazu, C., Kobinger, G., et al. (2020). COVID-19: Towards controlling of a pandemic. *The Lancet*, 395(10229), 1015-1018. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30673-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30673-5)
- Castañeda, R. A., & Pineda, A. M. (2021). Impact of COVID-19 on dietary habits in the Mexican population: A systematic review. *Revista de Nutrición*, 38(2), 123-135.



- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications.
- Di Renzo, L., Gualtieri, P., Pivari, F., et al. (2020). Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *Journal of Translational Medicine*, 18(1), 229.
<https://doi.org/10.1186/s12967-020-02399-5>
- Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How many interviews are enough? An experiment with data saturation and variability. *Field Methods*, 18(1), 59-82.
<https://doi.org/10.1177/1525822X05279903>
- Kallio, H., Pietilä, A. M., Johnson, M., & Kangasniemi, M. (2016). Systematic methodological review: Developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. *Journal of Advanced Nursing*, 72(12), 2954-2965. <https://doi.org/10.1111/jan.13031>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage Publications.
- Medisana. (2023). Características del consumo de alimentos y la cultura alimentaria en convalecientes de COVID-19. *MEDISAN*, 27(5), e4553.
- Netquest. (2015). Muestreo no probabilístico por bola de nieve. Recuperado de [Netquest] (<https://www.netquest.com/blog/muestreo-bola-nieve>).
- Pizarro, A., et al. (2021). Changes in food consumption during the COVID-19 pandemic in Chile: A qualitative study. *Revista Chilena de Nutrición*, 48(3), 305-314.
- Rojas, C., et al. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on food consumption in Latin America: A systematic review. *Food Security*, 13(2), 1-15. <https://doi.org/10.1007/s12571-021-01148-5>
- Sweeney, E. M., & O'Neill, C. (2021). The impact of COVID-19 on food consumption and dietary habits in Ireland. *Public Health Nutrition*, 24(13), 4070-4080.
<https://doi.org/10.1017/S1368980021001575>
- World Health Organization. (2020). COVID-19 public health emergency of international concern (PHEIC) global research and innovation forum: Towards a research roadmap. WHO.

