

Arriola Aguirre, Raquel; Delgado Larios, Emmanuel; Murillo Castro, Adriana; Sedó Masís, Patricia  
Re-pensar y actuar: Experiencia del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario (PREANU)  
de la Universidad de Costa Rica en el contexto de crisis por COVID-19, período 2020-2021  
*Cuadernos de Extensión Universitaria de la UNLPam*, Vol. 6, N° 1, enero-junio 2022



Sección: Dossier, pp. 51-72

ISSN 2451-5930 e-ISSN 2718-7500. DOI: [10.19137/cuadex-2022-06-03](https://doi.org/10.19137/cuadex-2022-06-03)

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

# Re-pensar y actuar: Experiencia del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario (PREANU) de la Universidad de Costa Rica en el contexto de crisis por COVID-19, período 2020-2021

## **Raquel Arriola Aguirre**

Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica

[raquel.arriola\\_a@ucr.ac.cr](mailto:raquel.arriola_a@ucr.ac.cr)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3629-2653>

## **Emmanuel Delgado Larios**

Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica

[emmanuel.delgadolarios@ucr.ac.cr](mailto:emmanuel.delgadolarios@ucr.ac.cr)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2168-2859>

## **Adriana Murillo Castro**

Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica

[adriana.murillo@ucr.ac.cr](mailto:adriana.murillo@ucr.ac.cr)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5328-2457>

## **Patricia Sedó Masís**

Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica

[patricia.sedo@ucr.ac.cr](mailto:patricia.sedo@ucr.ac.cr)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8879-9635>

## Re-pensar y actuar: Experiencia del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario (PREANU) de la Universidad de Costa Rica en el contexto de crisis por COVID-19, período 2020-2021

### RESUMEN

En este artículo se reflexiona sobre la experiencia del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario de la Universidad de Costa Rica, en respuesta al contexto de crisis por la COVID-19, los aprendizajes y desafíos dados la emergencia sanitaria, las nuevas necesidades socioeconómicas y el crecimiento de la inseguridad alimentaria y nutricional en la población, por lo que se demanda una pronta respuesta universitaria. Se identificaron nuevos temas y abordajes, y la adaptación o creación de nuevas metodologías y herramientas debido a la virtualización del trabajo. Entre los retos y desafíos están los limitados recursos para la sostenibilidad de acciones e innovación, así como las alianzas con otras instancias para brindar apoyo oportuno y pertinente a poblaciones vulnerables que presentaban, desde antes de la pandemia, y luego quizás más, serios problemas alimentarios y nutricionales que afectan su salud y bienestar, con brechas educativas, tecnológicas y menores oportunidades de desarrollo.

**Palabras clave:** nutrición; educación nutricional; atención nutricional; COVID-19.

## Re-think and act: Experience of the University Nutrition Education and Care Program (PREANU) of the University of Costa Rica in the context of the COVID-19 crisis, period 2020-2021

### ABSTRACT

It reflects on the experience of the University Nutrition Education and Care Program of the University of Costa Rica, in response to the context of the crisis caused by COVID-19, the learning and challenges given the health emergency, the new socioeconomic needs and the growth of the food and nutritional insecurity in the population, for which a prompt university response is demanded. New topics and approaches were identified, and the adaptation or creation of new methodologies and tools due to the virtualization of work. Among the challenges and dares are the limited resources for the

sustainability of actions and innovation, as well as alliances with other instances to provide timely and relevant support to vulnerable populations that presented, since before the pandemic, and then perhaps more, serious food problems and nutritional that affect their health and well-being, with educational and technological gaps and fewer opportunities for development.

**Key words:** nutrition; nutritional education; nutritional care; COVID-19.

## Repensar e agir: Experiência do Programa de Educação e Cuidados Nutricionais Universitários (PREANU) da Universidade da Costa Rica no contexto da crise do COVID-19, período 2020-2021

### RESUMO

Reflete-se sobre a experiência do Programa de Educação e Cuidados Nutricionais Universitários da Universidade da Costa Rica, em resposta ao contexto da crise causada pelo COVID-19, os aprendizados e desafios diante da emergência sanitária, as novas necessidades socioeconômicas e o crescimento da população, insegurança alimentar e nutricional da população, para a qual se exige uma pronta resposta universitária. Novos temas e abordagens foram identificados e a adaptação ou criação de novas metodologias e ferramentas devido à virtualização do trabalho. Entre os desafios estão os recursos limitados para a sustentabilidade das ações e inovação, bem como as alianças com outras instâncias para dar suporte oportuno e relevante às populações vulneráveis que apresentavam, desde antes da pandemia, e depois talvez mais graves, problemas alimentares. e fatores nutricionais que afetam sua saúde e bem-estar, com lacunas educacionais e tecnológicas e menos oportunidades de desenvolvimento.

**Palavras chave:** nutrição; educação nutricional; cuidados nutricionais; COVID-19.

## Introducción

La crisis global por la COVID-19, y su impacto en la situación general de salud y bienestar de la población, ha generado grandes preocupaciones y desafíos en diferentes sectores de la sociedad. Existe una mayor complejidad en la problemática sanitaria, social y económica, con el urgente llamado a brindar soluciones creativas basadas en un enfoque de derechos humanos, dado el impacto negativo en las personas, principalmente en aquellos sectores más vulnerados y con exclusión social (Mora *et al.*, 2021).

En los últimos dos años, emerge la necesidad de una revisión y replanteamiento de los roles y focalización del trabajo de los diferentes sectores y actores sociales, entre ellos la acción social promovida por las universidades. Ante los efectos de la pandemia, se presenta una parálisis o ralentización de las actividades productivas, el mayor endeudamiento y crisis fiscal de los países de la región centroamericana y el incremento en la ayuda humanitaria. Frente a este escenario es urgente buscar alternativas basadas en la ética y justicia social que contribuyan a enfrentar con resiliencia los retos y, al mismo tiempo, favorecer el desarrollo humano sostenible (Escalante, 2021).

Asimismo, se requiere una mayor articulación del trabajo para responder de forma oportuna a la solución de los problemas de salud y socioeconómicos que prevalecían antes, y aquellos emergentes durante la pandemia y la pospandemia (Mora *et al.*, 2021).

Actualmente millones de personas en el mundo enfrentan problemas de inseguridad alimentaria y nutricional, en medio de un ambiente de gran incertidumbre. A ello se suma el incremento de la pobreza, la falta de acceso a alimentos inocuos y nutritivos acordes con la cultura alimentaria y cambios abruptos en los estilos de vida y formas de relación e interacción entre las personas (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2021; FAO/CEPAL, 2020).

La pandemia COVID-19 constituye una amenaza para todos los componentes de los sistemas alimentarios (FAO/CEPAL, 2020). Los problemas se han agudizado de manera alarmante, con el consecuente aumento de población con insuficiencia alimentaria y una mayor necesidad de ayuda humanitaria para poder subsistir, sea por medio de los

programas nacionales o mediante el acceso temporal a paquetes alimentarios por parte de instituciones públicas u organizaciones no gubernamentales. En medio de la crisis sanitaria, los hogares enfrentan el desempleo, y la consecuente merma en sus ingresos y oportunidades, lo que supone una crisis estructural profunda que afecta directamente su bienestar en general (Mora *et al.*, 2021).

La COVID-19 ha generado retos importantes en el campo de la educación y atención nutricional. Se requieren nuevos protocolos, estrategias y recursos que favorezcan la seguridad alimentaria y nutricional familiar y comunitaria, principalmente en colectivos que presentan una mayor vulnerabilidad; asimismo, en la atención de la población infectada por el coronavirus que está en proceso de recuperación, tanto a nivel ambulatorio como en los centros de salud, en los diferentes niveles (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2021).

Una de las principales metas es brindar sostenibilidad y fortalecimiento institucional para garantizar los servicios esenciales que protejan a la población. Indudablemente, como medidas protectoras, es determinante mantener la lactancia materna y el fomento de hábitos de alimentación saludables en todas las edades, la detección temprana de problemas nutricionales y brindar pronto apoyo a personas que enfrentan riesgo nutricional, tal es el caso de población materno infantil, con enfermedades crónicas y población adulta mayor (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2021).

La universidad, como motor de transformación social, y como parte de su misión, tiene el compromiso de responder de manera oportuna y pertinente a la sociedad en este contexto de crisis, caracterizado por ser altamente dinámico y agobiante. Es por ello que el llamado a fortalecer la responsabilidad y el compromiso social para forjar sociedades basadas en la solidaridad, la justicia social y el respeto a la dignidad es insoslayable (Unión Latinoamericana de Extensión y Acción Universitaria, ULEU, 2021).

Al respecto, Moya (2021) indica que:

En todos los países, las comunidades universitarias están desempeñando un papel fundamental para la superación de la actual crisis de salud pública mundial. Como centros de ciencia, cultura, tecnología e innovación, debemos ser los primeros en aportar

respuestas interdisciplinarias, realizables y urgentes para los múltiples problemas de alta complejidad que, por causa de la pandemia, nuestros países enfrentan. (p. 7)

El distanciamiento social y la necesidad de mayor conectividad y acceso a nuevas tecnologías imponen nuevos ritmos de vida en el mundo cotidiano, educativo y laboral que peligrosamente pueden generar mayores desigualdades y exclusión. Se han posicionado nuevas formas de organización y comunicación, con lo cual preocupan las brechas digitales y su consecuente impacto en las dinámicas sociales y en el acceso y calidad de la información y educación (Escalante, 2021; Miguel, 2020). Mediante la acción social y la extensión universitaria, las universidades pueden contribuir de manera significativa con el fortalecimiento de capacidades y el empoderamiento de las personas para la búsqueda de soluciones creativas e integrales en la actualidad y, a futuro, a partir de un encuentro de saberes que nutra también los procesos académicos.

Ello significa que, desde el ámbito de la política universitaria, en el contexto de la pandemia, urge un accionar tendiente a redireccionar el trabajo, priorizar sus recursos y favorecer la articulación académica. Sobre este tema, Barbieri (2021) menciona:

Con relación al ámbito académico, cuando un acontecimiento extraordinario como el que estamos viviendo tiene lugar, es preciso avanzar con la decisión política de aunar fuerzas, optimizar recursos y crear nuevos dispositivos, resignificando saberes y formas de hacer, en función de propiciar las mejores condiciones para que todos puedan continuar sus estudios, trabajando para garantizar que sucedan procesos de enseñanza y aprendizaje significativos. (p. 47)

La Universidad de Costa Rica (UCR) juega un papel relevante, al poner al servicio de la sociedad costarricense su capacidad instalada y los esfuerzos tendientes a buscar prontas soluciones a los problemas nacionales. En el contexto de la pandemia, esta institución ha brindado una pronta respuesta en investigación sobre la enfermedad, su control y el impacto en las dinámicas sociales, emocionales y productivas. Se ha dado una priorización de la acción social, asesoramiento y trabajo colaborativo con instituciones, entre ellas Ministerio de Salud, Caja Costarricense de Seguro Social, Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias, otras entidades clave y organizaciones.

A pesar de los buenos resultados, en este contexto, se presentan grandes retos para la UCR relacionados con la mejora en la organización y evaluación, y

la disposición de recursos al interior de la institución ante la “sorpresa exigencia para la virtualización del vínculo Universidad-Sociedad históricamente caracterizado por la presencialidad” (Vicerrectoría de Acción Social, VAS, 2020, p. 3).

Es preocupante la agudización de la desigualdad social y las brechas en el acceso a la tecnología y conectividad en el territorio nacional; el surgimiento de nuevas necesidades en las comunidades influye en el tipo, nivel de participación y permanencia en proyectos universitarios y la necesidad, en algunos casos, del replanteamiento o suspensión temporal de estos, en un contexto de incertidumbre y recursos limitados.

La Escuela de Nutrición (ENu), como parte de su misión y visión, ante el llamado de la Vicerrectoría de Acción Social (VAS), procedió —a partir de marzo del 2020— con una revisión y nueva planificación del trabajo, priorizó el accionar a favor de grupos vulnerados, y la canalización de recursos para apoyar a los más de diez proyectos de acción social vigentes en el periodo mencionado, entre ellos el Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario (PREANU). Se apostó por una mayor articulación de la acción social con la docencia e investigación.

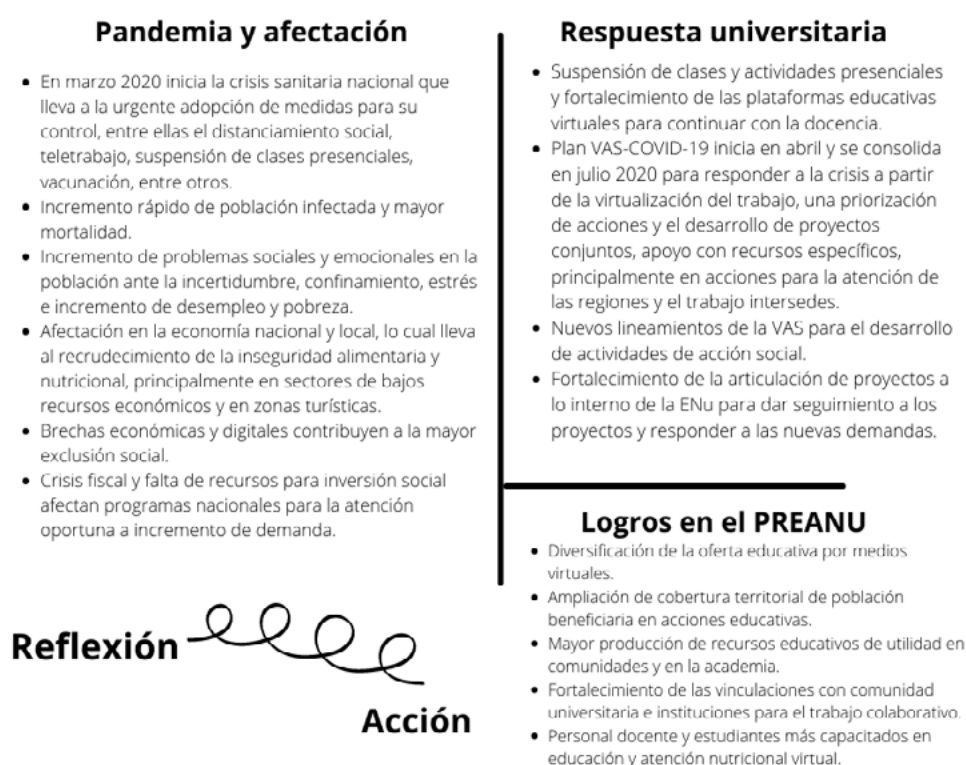
Desde el 2009, el PREANU contribuye con la reflexión y el desarrollo de diversos procesos educativos y de atención nutricional dirigidos a la población universitaria, comunidades, organizaciones e instituciones nacionales y locales, en pro del mejoramiento de la situación alimentaria nutricional de las personas. Se fundamenta en la innovación e integración de la acción social con la docencia y la investigación.

Como parte de los ejes centrales de su quehacer, en concordancia con la agenda nacional, están el fomento de estilos de alimentación saludables en el curso de la vida, así como en diferentes escenarios (familiar, comunitario y laboral) y la atención nutricional. Esta última se enfoca de manera prioritaria en la prevención y el manejo de enfermedades crónicas no transmisibles.

A partir de marzo del 2020, y en atención a las medidas nacionales y universitarias para responder a la crisis sanitaria, el PREANU asumió el reto de replantear su quehacer, según las necesidades y

posibilidades de acción social desde la universidad. Así, se suma al Plan VAS/COVID-19, en el que un grupo importante de proyectos universitarios, según sus perfiles y cobertura, fortalecieron acciones conjuntas con instituciones nacionales y comunidades en todo el territorio nacional.

En la siguiente figura se presentan de forma resumida los aspectos principales asociados con la pandemia, la respuesta universitaria y los logros obtenidos en el PREANU durante el período 2020-2021.



**Figura 1.** Aspectos asociados con la pandemia COVID-19, la respuesta de la Universidad de Costa Rica y algunas acciones del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario, período 2020-2021.

Como fue señalado, el presente artículo tiene como objetivo reflexionar sobre la experiencia vivida durante el período 2020-2021 frente al contexto de crisis por la COVID-19, las lecciones aprendidas y los desafíos universitarios para responder a las demandas sociales actuales y futuras.



Se parte de un proceso reflexivo y de sistematización del quehacer en acción social que desarrolla la ENU. Comprende un análisis reflexivo de la información compilada en varios informes del período 2020-2021, así como resultados de evaluaciones sobre los procesos y productos obtenidos con la participación del personal docente, estudiantes pasantes y población beneficiaria.

Se resaltan, además, las implicaciones de la pandemia durante el periodo 2020-2021, en el quehacer del PREANU, la manera de trabajar conjuntamente y cómo responder a las necesidades de sus poblaciones objetivo. Lo anterior conllevó un proceso de adaptación y cambio, conforme a las circunstancias derivadas por la COVID-19 y las medidas sanitarias generadas por el Ministerio de Salud y en acatamiento a los lineamientos dados por la Universidad, además de buscar formas de acercamiento y diálogo con los grupos en las comunidades, algo que no fue fácil desde el inicio.

Se requirió de un constante proceso de introspección y análisis, tanto desde las capacidades hacia el interior del Programa, como las necesidades cambiantes de la población. En esta línea, fue esencial cotejar los recursos del PREANU (entiéndase, recurso humano, manejo de herramientas virtuales y estrategias educativas adaptadas para estos entornos, vinculaciones estratégicas a nivel país que permitieran captar a poblaciones objetivo, así como la capacidad de establecer vinculaciones emergentes), con las necesidades de la población. Dentro de éstas se priorizó su grado de vulnerabilidad, capacidad de acceso a recursos tecnológicos básicos y vinculación con instancias por medio de la cuales el Programa pudiera mantener el contacto y brindar seguimiento.

En la siguiente figura se puede apreciar, de manera general, la metodología seguida para establecer las líneas de trabajo prioritarias para el PREANU, y su articulación con los diferentes actores involucrados en las diferentes etapas del proceso.

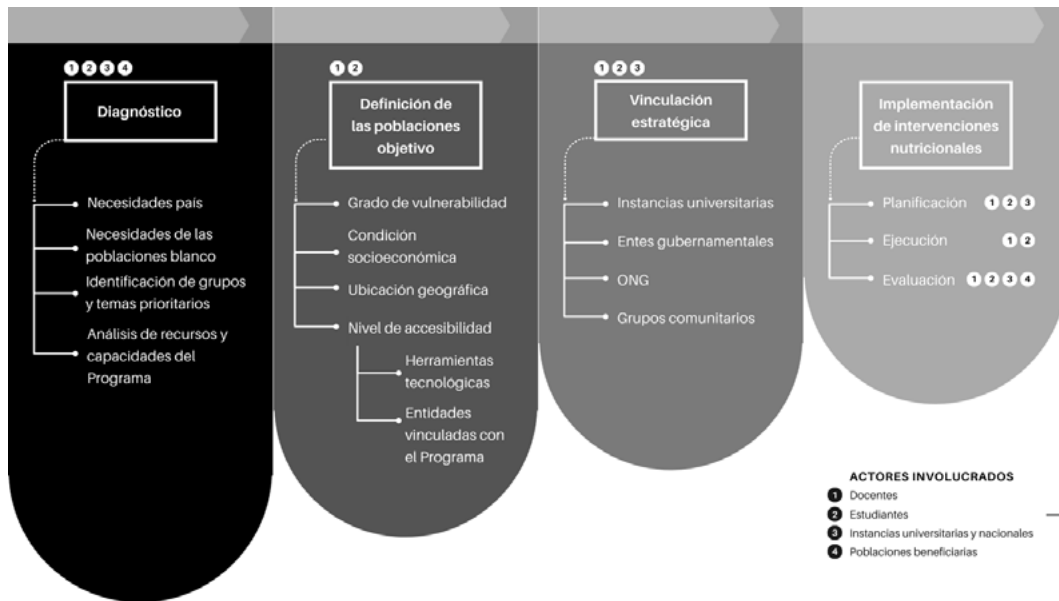


Figura 2. Descripción del proceso metodológico global para el quehacer del Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario, y los actores involucrados, período 2020-2021.

## La acción social universitaria en respuesta a la crisis por la COVID-19: la experiencia de la Escuela de Nutrición de la UCR

A partir de la observación e información acerca de cómo se desarrolla la pandemia en el ámbito internacional, Costa Rica se enfrenta a un contexto en el que prima la incertidumbre, por lo que es necesaria la toma urgente de acciones por parte de las instancias nacionales para prevenir el avance del contagio y favorecer ambientes más seguros.

La UCR asume un importante liderazgo ante la crisis suscitada y pone a disposición de la comunidad nacional sus capacidades, el avance científico y tecnológico en la búsqueda de soluciones y apoyo a instituciones y comunidades. De manera particular, la VAS elaboró el Plan VAS/COVID-19, que incluyó una propuesta estratégica en el marco de la emergencia, la cual tiene como objetivo determinar nuevas formas de gestión, de acuerdo con las necesidades de los desafíos de los proyectos de acción social en el marco de la pandemia.

Se apostó por la mayor orientación y capacitación de los proyectistas para asumir los nuevos retos y desafíos; el fortalecimiento de la articulación y promoción de acciones hacia el interior y exterior de la UCR, en el vínculo universidad-sociedad y virtualización del

trabajo; la facilitación y la mediación de procesos de comunicación y divulgación en la continuidad de los proyectos, y la creación de una caja de herramientas para facilitar los procesos (VAS, 2020).

La acción social es un área de gran desarrollo en la ENU, que cuenta con una trayectoria y reconocimiento universitario y nacional. Entre las fortalezas de esta Unidad Académica están el desarrollo de un currículum basado en el ejercicio del pensamiento crítico social y la construcción de saberes a partir del diálogo, la búsqueda del bien común, la defensa y garantía de la salud y la alimentación como derechos humanos.

Se dispone de mecanismos que favorecen la integración de la acción social con la docencia e investigación, así como el involucramiento en procesos nacionales en pro del mejoramiento de la situación alimentaria y nutricional de la población mediante la participación en comisiones nacionales y acciones interinstitucionales e intersectoriales. Su quehacer tiene correspondencia con la agenda nacional en los campos relacionados con la alimentación, salud, educación, cultura, economía y desarrollo social.

A pesar de contar con limitados recursos, la ENU realiza una inversión significativa para la acción social. En el contexto de la pandemia, se ha logrado un trabajo relevante en diferentes temáticas, según territorios y poblaciones de prioridad nacional, como también tener presencia en escenarios donde convergen diversidad de actores, saberes y campos de acción.

En este sentido, resulta evidente el esfuerzo por una mayor articulación de la acción social con la docencia e investigación, como también la integración estudiantil en organizaciones e instituciones locales, entre ellas municipalidades y programas nacionales para contribuir con la atención de grupos prioritarios en este contexto de crisis. A su vez, se ha propiciado la reflexión y la generación de propuestas para el abordaje con diferentes visiones y paradigmas acerca de las intervenciones que se hacen o deberían realizarse en el ámbito local y nacional.

Así, fue necesario asumir el reto de las brechas sociales y tecnológicas prevaletentes, el crecimiento de las inequidades sociales e inseguridad alimentaria y nutricional, y fomentar la presencia en escenarios de

discusión con el desvelo por no poder tener el control de situaciones sumamente cambiantes a corto plazo.

En relación con lo anterior, se hace referencia a las palabras de Pablo Freire (2003), quien afirma que “el proceso educativo nos impone la necesidad de inventar situaciones creadoras de saberes” (p. 46), lo cual motiva a que docentes y estudiantes brinden una respuesta acertada con compromiso y creatividad.

## Descripción general del PREANU

El PREANU se une al Plan VAS/COVID-19 como parte del eje de Salud, Cultura, Arte y Recreación. Se identificaron las fortalezas y potencialidades del proyecto para responder a las necesidades y se favoreció el desarrollo de experiencias educativas y de atención nutricional con un enfoque más integral y pertinente al contexto. También se procedió a la sistematización del trabajo como un ejercicio evaluativo que, a su vez, nutriera a la academia en su labor actual y futura.

El PREANU, al desarrollar acciones educativas y de atención nutricional en calidad de centro académico especializado y de simulación de práctica clínica, cuenta con el aval de habilitación por parte del Ministerio de Salud y cumple con la normativa establecida por el Colegio de Profesionales en Nutrición de Costa Rica (CPN).

Su accionar tiene correspondencia con las políticas de la UCR para el período 2021-2025, estas últimas están orientadas a establecer espacios para la reflexión y la acción en un marco dialógico de la comunidad universitaria con diferentes sectores de la sociedad, dirigidos a contribuir con el bienestar social y el análisis de los problemas nacionales. Se insta al fortalecimiento de la acción social de beneficio a las comunidades, principalmente las más vulnerables, así como poner a disposición la producción académica al servicio de la sociedad y generar nuevo conocimiento en la búsqueda de soluciones innovadoras y más permanentes (UCR, 2020).

Dada la focalización del trabajo, y tomando en cuenta la declaratoria de vulnerabilidad de las poblaciones ante la COVID-19 por parte del Ministerio de Salud y la Caja Costarricense de Seguro Social, se

determinó que el PREANU abarcaba grupos prioritarios, entre ellos mujeres embarazadas y lactantes, niños y niñas, jóvenes y personas con enfermedades crónicas, principalmente con exceso de peso, hipertensión arterial, diabetes tipo 2 e hiperlipidemias, con lo cual constituía un proyecto clave para el Plan VAS/COVID-19.

Se realizó una evaluación y transición del plan de trabajo de lo presencial a lo predominantemente virtual, entre marzo y julio del 2020. Se crearon nuevos protocolos para la atención nutricional en modalidad virtual, según las nuevas directrices del CPN, aprobadas en junio de 2020, así como nuevas estrategias educativas haciendo uso de las tecnologías de información y comunicación, y la producción de materiales digitales y audiovisuales para diferentes propósitos. De igual forma, se fortalecieron los vínculos de colaboración con sedes universitarias y nacionales en la planificación conjunta de acciones. La suspensión de actividades educativas y de atención clínica presenciales tuvo lugar partir de marzo del 2020, y fue necesario investigar sobre las necesidades imperantes en el momento, y sobre cómo responder desde el ámbito universitario de manera oportuna, pertinente y efectiva.

Por otra parte, al suspenderse los cursos presenciales en la universidad, se evidenció una merma importante de participación estudiantil debido a un replanteamiento de las actividades docentes, principalmente en el 2020, con lo cual uno de los retos importantes fue buscar nuevos escenarios para propiciar el encuentro. Tal como se puede observar en la Figura 3, como parte de los resultados del proceso reflexivo, se priorizó el trabajo en función de las poblaciones participantes y las necesidades identificadas, así como una focalización en términos de temas, cobertura y recursos.



### Poblaciones participantes

- Población infantil.
- Mujeres embarazadas y lactantes.
- Población juvenil en comunidades alejadas.
- Población estudiantil universitaria.
- Personas adultas en el contexto laboral.
- Mujeres emprendedoras y microempresas de zonas alejadas.
- Población adulta mayor.
- Profesionales del Área de la Salud.

### Reflexión Acción

#### Necesidades emergentes



- Apoyo a Centros Infantiles, centros educativos, organizaciones de bienestar social y grupos organizados en comunidades y vinculados con la universidad sobre cuidados en alimentación.
- Ahorro familiar y alimentación saludable.
- Información y capacitación sobre Nutrición y COVID-19.
- Insuficiencia alimentaria, ayuda humanitaria y promoción de una buena nutrición.
- Confinamiento en casa, teletrabajo y alimentación.
- Cuidados nutricionales de personas con enfermedades crónicas en el contexto de COVID-19.
- Educación nutricional virtual: metodologías y recursos requeridos.
- Brechas digitales y acceso a la tecnología por parte de ciertos grupos.

### Focalización del trabajo



- Fomento de la Lactancia Materna.
- Nutrición y COVID-19: fortalecimiento del sistema inmunológico, estilos de alimentación saludables, atención nutricional de personas infectadas, protocolos para la atención nutricional de personas en el contexto presencial, virtual y bimodal.
- Continuidad con acciones en el ámbito educativo terapéutico y apoyo a grupos prioritarios: población materno infantil, personas con enfermedades crónicas, población adulta mayor, poblaciones con necesidades especiales.
- Alimentación saludable en el contexto laboral.
- Alimentación sostenible en el hogar, manejo de alimentos, inocuidad alimentaria y menús nutritivos con máximo aprovechamiento de alimentos disponibles.
- Apoyo a instituciones y organizaciones de bienestar social que brindan ayuda alimentaria.
- Producción de materiales informativos y educativos impresos, digitales y audiovisuales, uso de nuevas tecnologías de comunicación e información y fortalecimiento de los recursos con los que cuenta el programa.
- Capacitación y actualización del equipo docente para asumir los nuevos retos.
- Fortalecimiento de alianzas con Sedes Universitarias en todo el territorio nacional.
- Continuidad con desarrollo de investigación y apertura de espacios para nuevas participaciones estudiantiles
- Intercambio académico.

**Figura 3.** Descripción general de poblaciones, necesidades y focalización del trabajo en el Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario, período 2020-2021.

En relación con la población participante, a continuación, se presentan las cifras de los grupos e instancias vinculadas con el PREANU:

**Tabla 1.** Grupos participantes en las acciones desarrolladas por el PREANU durante el 2020-2021.

Grupo participante	2020	2021
Docentes y estudiantes	12 docentes con participación entre 5 y 15 horas de nombramiento por ciclo lectivo	14 docentes con participación entre 5 y 15 horas de nombramiento por ciclo lectivo
	51 estudiantes pasantes de cursos y Trabajos Finales de Graduación	41 estudiantes pasantes de cursos y Trabajos Finales de Graduación

Grupo participante	2020	2021
<p><b>Personas atendidas en los servicios de atención nutricional</b></p> <p>En el período marzo-junio 2020 se brinda seguimiento a personas que desde el 2019 habían iniciado la atención nutricional en PREANU.</p> <p>A partir de julio de 2020 inician las acciones de consejería y atención nutricional virtual a personas adultas con enfermedades crónicas. En el II semestre de 2021 inicia la consulta en Pediatría y Embarazo.</p>	<p>Consejería en Lactancia Materna: 29</p> <p>Consulta materno-infantil: 8</p> <p>Consulta en Pediatría: 55</p> <p>Consulta a Personas Adultas con enfermedades crónicas: 244</p> <p>Educación grupal terapéutica en grupos cerrados de <i>Facebook</i>: 63 personas adultas con enfermedades crónicas y 24 padres de familia con niños que recibían tratamiento antes de marzo del 2020.</p>	<p>Consejería en Lactancia Materna: 49</p> <p>Consulta materno-infantil: 5</p> <p>Consulta en Pediatría: 39</p> <p>Consulta a Personas Adultas con enfermedades crónicas: 269</p> <p>Consulta grupal a personas con enfermedades crónicas: 20</p>
<p><b>Cursos y talleres dirigidos a diferentes grupos etarios, líderes comunitarios</b></p>	<p>20 actividades ejecutadas (70 % virtuales)</p> <p>301 participantes</p>	<p>20 actividades ejecutadas (100% virtuales)</p> <p>287 participantes</p>
<p><b>Conferencias a público en general o grupos específicos</b></p>	<p>36 (94,4 % virtuales)</p> <p>alcance de 7.702 personas</p>	<p>56 (98,2% virtuales)</p> <p>alcance de 15.167 personas</p>
<p><b>Actualización profesional</b></p>	<p>1 curso a profesionales en Nutrición (25 participantes)</p>	<p>1 curso a profesionales en Nutrición (27 participantes)</p>
<p><b>Audiencia en red social <i>Facebook</i></b></p>	<p>11.310 personas</p>	<p>11.885 personas</p>
<p><b>Producción de recursos educativos</b></p>	<p>45 artículos dirigidos a público en temáticas diversas, 12 recetarios educativos, 5 boletines, 1 guía para brindar educación nutricional a niños hospitalizados, 1 guía para profesionales en atención nutricional de personas adultas con diabetes, 1 guía para elaboración de meriendas en actividades comunitarias de personas mayores.</p>	
<p><b>Vinculación con instancias al interior y exterior de la universidad</b></p>	<p>Instancias universitarias tales como Escuelas, Centros e Institutos de Investigación, Sedes Universitarias localizadas en diversas regiones del territorio nacional a partir de la articulación con proyectos.</p> <p>Ministerio de Salud, Caja Costarricense de Seguro Social, Municipalidades, Organizaciones no gubernamentales, grupos comunitarios organizados.</p>	

Como puede observarse, se pudo lograr una diversidad de actividades y grupos, lo cual contribuyó a responder a las necesidades identificadas, y enriqueció el intercambio y crecimiento académico.

Si bien es cierto que se identificaron diferencias con respecto al quehacer en el 2019 en cuanto a actividades presenciales o grupos participantes, lo relevante es que con los cambios suscitados se pudo continuar con el trabajo, de forma creativa y pertinente, y se fortalecieron lazos de colaboración que permitieron el logro de los objetivos y metas trazadas.

## La educación nutricional como base para el bienestar y salud de las personas y el accionar del PREANU

A pesar de que, previo a marzo del 2020, ya el PREANU contaba con el desarrollo de iniciativas en la modalidad virtual, un sitio web especializado y el manejo de redes sociales, fue necesario proceder con una revisión y fortalecimiento de las estrategias educativas, temáticas y de divulgación haciendo uso de las nuevas tecnologías de información y comunicación.

Entre las necesidades identificadas estaban la mayor demanda de información actualizada y veraz sobre Nutrición y COVID-19; recomendaciones para el máximo aprovechamiento de paquetes alimentarios distribuidos a las familias por las organizaciones; el fomento de una alimentación saludable y sostenible y la reducción de las pérdidas y desperdicio de alimentos en el hogar; el manejo de alimentos e inocuidad; la alimentación en el contexto de confinamiento y teletrabajo, entre otros.

También se evidenció la oportunidad de potenciar el uso de las redes sociales como *Facebook* y *Youtube*, recursos como la Plataforma de videoconferencias *Zoom* y entornos virtuales universitarios, como *Aula Virtual ENU* y *UCR Global* para el desarrollo de acciones educativas virtuales, la oferta de *webinars* y el desarrollo de campañas en redes sociales para el abordaje de temas prioritarios.

Para aquellos grupos que presentaban brechas tecnológicas, principalmente población adulta mayor o de zonas alejadas, se hizo uso de la herramienta *WhatsApp*, para divulgación y educación nutricional, y se dotó de documentos impresos de apoyo a las acciones educativas.

En este sentido, al desarrollarse de forma virtual las diferentes modalidades educativas, fue necesario proponer ajustes en relación con la intensidad en



horas, mediación pedagógica y evaluación de cada una de las propuestas.

Además, como parte del trabajo potenciado por el contexto, se desarrolló un repositorio de los recursos digitales producidos, disponible para diferentes proyectos e instancias universitarias, con el afán de articular un trabajo más integral y al alcance de más personas. En particular, el repositorio albergó una serie de materiales educativos (entre ellos, mensajes para difusión por medio de redes sociales y materiales educativos) orientados al público en general, sobre temas de alimentación saludable, sostenibilidad, calidad e inocuidad alimentaria, y nutrición y sistema inmunológico; todos estos temas abordados en relación con la COVID-19.

## **El fortalecimiento de la atención nutricional en el PREANU durante el período 2020-2021**

Uno de los principales retos asumidos fue la transición de una atención nutricional individual y grupal totalmente presencial a la modalidad virtual, de la que a nivel nacional se tenía poca experiencia y, además, el CPN no contaba con los mecanismos regulatorios para la oferta del servicio virtual.

Aunado a lo anterior, se consideró la diversificación de estrategias para la atención nutricional individual, a partir de lo cual surge la consejería nutricional virtual en lactancia materna y la asesoría nutricional virtual en temas específicos, como por ejemplo enfermedades digestivas y alimentación infantil. Estos espacios se establecieron para educar y buscar juntamente, con las personas participantes, soluciones prácticas a problemas nutricionales en la cotidianidad. Esto representó la oportunidad para investigar y proponer nuevos modelos de atención, cuya experiencia retroalimentó la docencia.

Esta diversificación de la atención nutricional durante el período requirió el desarrollo de protocolos de atención para la consejería, asesoría y consulta nutricional, lo que implicó la revisión de evidencia científica, la adaptación de las herramientas disponibles y el uso de plataformas virtuales para favorecer la comunicación, entre ellas videollamadas mediante la Plataforma Zoom, la herramienta *WhatsApp* y grupos cerrados en la red *Facebook*.

## Barreras y retos para el PREANU

Al inicio del proceso, debido a la falta de familiarización con las herramientas tecnológicas, la virtualidad de la acción social limitó de cierta manera la interacción de las personas participantes, lo cual, a su vez, interfirió con el intercambio dialógico y, por ende, la construcción conjunta de conocimientos. Esta situación se subsanó a partir de propuestas creativas e innovadoras por parte del equipo docente y de estudiantes, lo que devino en la búsqueda e implementación de nuevas aplicaciones y la adaptación de los planteamientos didácticos para la incorporación de recursos digitales.

Como parte de las estrategias de atención y educación en alimentación y nutrición, en la presencialidad, se incluyeron sesiones prácticas para favorecer la apropiación del conocimiento y facilitar la implementación de prácticas saludables en alimentación y nutrición, mediante la metodología de “aprender haciendo”. Por lo tanto, una de las principales barreras fue pasar de estos espacios a sesiones demostrativas en la modalidad virtual, que podrían no impactar de la misma manera debido a la menor interacción por parte del participante. Lo anterior conllevó al reto de generar estrategias y recursos educativos por medios virtuales que propiciaran, de igual forma, la implementación de prácticas por parte de los participantes, pero desde el entorno del hogar o lugar de trabajo, ofreciendo espacios de acompañamiento para la atención de consultas.

En los procesos de consulta nutricional la principal limitante fue el diagnóstico y seguimiento antropométrico de las personas atendidas ya que, en acatamiento a las medidas sanitarias, esta parte de la atención nutricional se vio limitada, por lo que se tuvo que basar en otros indicadores para el seguimiento nutricional.

Los limitados recursos para la sostenibilidad de acciones e innovación, así como la incertidumbre y medidas sanitarias que se ajustaban, según la crisis, también han condicionado la planificación del trabajo. El incremento en la carga académica docente y estudiantil en la virtualidad, y su impacto en la parte emocional y académica, también se reflejó en el desarrollo de la acción social.

Del mismo modo, se destaca la importancia de una alianza con otras instancias universitarias y nacionales para brindar apoyo a poblaciones vulnerables que ya presentaban, desde antes de la pandemia, y luego de manera más marcada, brechas sociales y tecnológicas, ubicadas en zonas geográficas alejadas y con problemas alimentarios y nutricionales que afectan su salud y bienestar. En relación con lo anterior, la priorización de los recursos y actividades en el proyecto resultó clave para continuar vigente y aportar en medio de la crisis, pero con las limitaciones que conlleva la virtualización de la acción social.

Fue evidente, en algunos casos, la merma en la participación de personas o grupos a pesar de la oferta de acción social universitaria, ante el impacto emocional y socioeconómico debido a la pandemia, miedos paralizantes, resistencia a participar en actividades bajo la modalidad virtual y el anhelo del reencuentro presencial y retorno a la “normalidad”.

## Reflexiones finales

La experiencia desarrollada por el PREANU durante el período 2020-2021, en el contexto de crisis por la COVID-19, representó un replanteamiento de las formas de trabajo que ordinariamente se seguían antes de la pandemia.

Como parte de los principales retos figuran la incertidumbre ante las medidas sanitarias cambiantes según el progreso de la pandemia y capacidad de respuesta, la multiplicidad de actores participantes, las preocupaciones de la población asociadas con la crisis sanitaria, y las nuevas formas de interacción y comunicación social con una merma de la presencialidad. A ello se suman los lineamientos y formas de trabajo en el interior de la universidad para el desarrollo de la acción social en el contexto de pandemia y la limitación de recursos para responder a una demanda creciente de instituciones, organizaciones y poblaciones que comenzaron a enfrentar problemas asociados con la inseguridad alimentaria y nutricional debido al impacto de la crisis sanitaria, muchos de los cuales ya estaban presentes desde antes.

A pesar de la incertidumbre y complejidad en la planificación y ejecución del trabajo, se identificaron aspectos positivos en relación con la integración de

las acciones, entre ellos la mayor vinculación con otras instancias en el interior y exterior de la universidad. Ello redundó en un trabajo articulado, el mayor aprovechamiento de los recursos y significó la posibilidad de llegar a grupos vulnerables con lejanía territorial o aislamiento.

Como parte de los retos también figura la generación de nuevas formas de organización, comunicación y participación de los grupos en las comunidades, lo cual llevó al desarrollo de nuevas capacidades por parte del equipo docente y estudiantil para la atención oportuna y pertinente de las necesidades identificadas como prioritarias. Es por ello que fue necesario un proceso previo de investigación y capacitación del equipo en el uso de nuevas herramientas digitales, como también el ajustar técnicas didácticas para dar respuesta a los objetivos del PREANU, y atender las necesidades apremiantes de las poblaciones participantes en esa nueva realidad, con una disposición al diálogo y encuentro de saberes.

Otro aspecto que resultó clave fue la planificación de cada una de las acciones, considerando en primera instancia las condiciones y realidades de la población de interés, según su ubicación territorial, puesto que la pandemia evolucionaba diferente según el ámbito urbano y rural, para lo cual se requirió creatividad y flexibilidad en el desarrollo de las estrategias de intervención.

Debió tomarse en cuenta no solo la prioridad de nueva información y su socialización, sino la disponibilidad y acceso a recursos digitales, y las destrezas y habilidades en el uso de las herramientas en cada una de las poblaciones con las que se desarrollaron las acciones conjuntas; además, fue necesaria la capacitación docente y estudiantil para asumir las nuevas tareas.

A partir de esta experiencia, se abren nuevas posibilidades para el quehacer de la acción social universitaria. El apoyo institucional es fundamental, tanto en función del recurso humano como tecnológico; también es relevante la creación de espacios para el intercambio entre proyectos y el estímulo para el trabajo multi e interdisciplinar.

De igual forma, se debe propiciar la innovación en la acción social, de modo que se cuente con flexibilidad en el trabajo hacia el interior y exterior de la

universidad, y contar con herramientas para responder de manera pertinente y oportuna para lograr una mayor cobertura y acceso a los grupos considerados como prioritarios que, a su vez, enriquezca el crecimiento académico por medio de la efectiva articulación de la acción social con la docencia e investigación.

## Referencias

Barbieri, A. (2021). La Universidad de Buenos Aires en la pandemia. Escalante, R. Ed. *Universidades en pandemia (1 ed.)*. Cuadernos de Universidades, No. 14, Unión de Universidades de América Latina y El Caribe, pp. 25-48. [https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades\\_pandemia\\_rectores.pdf](https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades_pandemia_rectores.pdf)

Escalante, R. (2021). *Universidades en pandemia. (ed. 1)* Cuadernos de Universidades, No. 14, Unión de Universidades de América Latina y El Caribe. [https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades\\_pandemia\\_rectores.pdf](https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades_pandemia_rectores.pdf)

FAO/CEPAL (2020). Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y El Caribe: ¿cómo incrementar la resiliencia? Boletín FAO/CEPAL No.2, abril 2020. <https://www.fao.org/3/ca8872es/CA8872ES.pdf>

Freire, P. (2003). *El grito manso*. Siglo XXI Editores.

Miguel, J. (2020). La educación superior en tiempos de pandemia: una visión desde dentro del proceso formativo. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*. Vol. L, núm. Esp., 13-40. <https://doi.org/10.48102/rlee.2020.50.ESPECIAL.95>

Mora, A., Vargas, J., Araya, O., Camacho, D., Fernández, D., Piedra, S. (2021). La pandemia de COVID-19: efectos sobre el desarrollo humano sostenible y medidas tomadas para enfrentarla. *VI Informe del Estado de la Región 2021*. Programa Estado de la Nación, Consejo Nacional de Rectores. pp. 155-194

Moya, D. (2021). Liminares. A las universidades de América Latina y el Caribe. Escalante, R. Ed. *Universidades en pandemia. (1 ed)*. En: *Cuadernos de Universidades*, No. 14, Unión de Universidades de América Latina y El Caribe, pp.7 [https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades\\_pandemia\\_rectores.pdf](https://www.udual.org/principal/wp-content/uploads/2021/08/unversidades_pandemia_rectores.pdf)

[org/principal/wp-content/uploads/2021/08/universidades\\_pandemia\\_rectores.pdf](http://org/principal/wp-content/uploads/2021/08/universidades_pandemia_rectores.pdf)

Organización Panamericana de la Salud/ Organización Mundial de la Salud (15 de marzo de 2021). Declaración conjunta sobre nutrición en el contexto de la pandemia COVID-19 América Latina y El Caribe. <https://www.paho.org/es/documentos/declaracion-conjunta-sobre-nutricion-contexto-pandemia-covid-19-america-latina-caribe>

Unión Latinoamericana de Extensión y Acción Universitaria, ULEU (2021). “La extensión crítica, creativa y liberadora como eje fundamental de las universidades de América Latina y El Caribe”. *Declaratoria del XVI Congreso Latinoamericano y del Caribe de Acción Social y Extensión Universitaria* <http://extension.conare.ac.cr/wp-content/uploads/2021/09/XVI-CONGRESO-ULEU.pdf>

Universidad de Costa Rica (2020). Políticas Universitarias 2021-2025. San José. [https://www.cu.ucr.ac.cr/uploads/tx\\_ucruniversitycouncildatabases/normative/politicas\\_institucionales\\_2021-2025.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/uploads/tx_ucruniversitycouncildatabases/normative/politicas_institucionales_2021-2025.pdf)

Vicerrectoría de Acción Social, VAS (2020). *Propuesta estratégica de la Vicerrectoría de Acción Social en el marco de la emergencia COVID-19*. Universidad de Costa Rica.

Fecha de recepción: 08/02/2022

Fecha de aceptación: 13/04/2022