Gaceta Médica Espirituana
Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus
2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

Artículo de Investigación

# Frecuencia de consumo de alimentos y estado nutricional en mujeres rurales cubanas de Yaguajay

## Food consumption frequency and nutritional status in rural Yaguajay Cuban women

Vanessa Vázquez Sánchez[1*]. ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3561-2851
Armando Rangel Rivero[1]. ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2636-6695
Lidier Miguel Aroche Peñate[2]. ORCID: https://orcid.org/0009-0001-0859-8727
Camila Rodríguez Denis[2]. ORCID: https://orcid.org/0009-0009-5939-6365
Diana Valdés Massó[3]. ORCID: https://orcid.org/0000-0002-5397-7670

[1]Museo Antropológico Montané, Facultad de Biología, Universidad de La Habana, Ciudad de la Habana, Cuba.
[2]Dirección Municipal de Trabajo y Seguridad Social, Yaguajay, Sancti Spíritus, Cuba.
[3]Hospital Clínico Quirúrgico Hermanos Ameijeiras, Centro Habana, Ciudad de la Habana, Cuba.

[*]Autor para la correspondencia: vanevaz@fbio.uh.cu

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

Gaceta Médica Espirituana
Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus
2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

**RESUMEN**

**Fundamento**: La alimentación saludable y el estado nutricional adecuado son determinantes clave en la calidad de vida porque repercuten en la salud de los individuos y son elementos esenciales para prevenir enfermedades crónicas no trasmisibles.
**Objetivo:** Describir la frecuencia de consumo de alimentos y el estado nutricional de mujeres rurales de la comunidad cubana La Picadora para identificar posibles factores de riesgo para la salud.
**Metodología:** Se realizó un estudio descriptivo transversal en enero de 2025 en 20 mujeres de 24 a 61 años, seleccionadas mediante muestreo intencional. Se aplicó un cuestionario validado de frecuencia semanal de consumo de 20 alimentos. Se midieron peso y estatura y se clasificó el índice de masa corporal según criterios de la OMS. El porcentaje de grasa corporal fue estimado mediante bioimpedancia con la balanza *InBody* H20N.
**Resultados:** El 95 % de las participantes consumió arroz todos los días y el 75 % pan y galletas. El consumo de pollo y cerdo fue más frecuente que el de pescado. La leche fue el lácteo más consumido, con el 50 % de las mujeres ingiriéndola 4 o más veces por semana. El 65 % utilizó grasa vegetal a diario y el 70 % consumió refrescos industriales con alta frecuencia. El IMC promedio fue de 27.42 kg/m², con sobrepeso global en el 55 % de la muestra. El promedio del porcentaje de grasa corporal fue de 34.85 %, con adiposidad excesiva en el 75 %.
**Conclusiones:** El elevado consumo de carbohidratos, bebidas azucaradas y alimentos de menor valor nutricional, así como la alta prevalencia de sobrepeso y obesidad constituyen factores de riesgo para enfermedades crónicas no trasmisibles en la muestra estudiada.

**DeCS:** ANTROPOMETRÍA; NUTRICIÓN, ALIMENTACIÓN Y DIETA; CONSUMO DE ALIMENTOS; ESTADO NUTRICIONAL; ÍNDICE DE MASA CORPORAL; POBLACIÓN RURAL; ADIPOSIDAD; CARBOHIDRATOS DE LA DIETA; FACTORES DE RIESGO; SALUD DE LA MUJER.
**Palabras clave:** Antropometría; nutrición, alimentación y dieta; consumo de alimentos; estado nutricional; índice de masa corporal; población rural; adiposidad; carbohidratos de la dieta; factores de riesgo; salud de la mujer.

**ABSTRACT**

**Background:** Healthy feeding and adequate nutritional status are key determinants in life quality because they have an impact on the health of individuals and are essential elements to prevent chronic non-communicable diseases.
**Objective:** To describe the food consumption frequency and nutritional status of rural women in the Cuban community of La Picadora in order to identify possible health risk factors.
**Methodology:** A descriptive cross-sectional study was conducted in January 2025 in 20 women aged 24 to 61 years, selected by means of purposive sampling. A weekly validated questionnaire on the frequency of consumption of 20 foods was applied. Weight and height were measured and body mass index was classified according to WHO criteria. Body fat percentage was estimated by means of bioimpedance with the InBody H20N scale.
**Results:** 95% of the participants consumed rice every day and 75% consumed bread and cookies. Consumption of chicken and pork was more frequent than fish. Milk was the most consumed dairy product, with 50% of women consuming it 4 or more times per week. 65% used vegetable fat daily and 70% consumed industrial soft drinks with high frequency. The average BMI was 27.42 kg/m², with global overweight in 55% of the sample. The average body fat percentage was 34.85%, with excessive adiposity in 75%.
**Conclusions:** The high consumption of carbohydrates, sugar-sweetened beverages and foods with lower nutritional value, as well as the high prevalence of overweight and obesity constitute risk factors for chronic non-communicable diseases in the studied sample.

**MeSH:** ANTHROPOMETRY; DIET, FOOD AND NUTRITION; EATING; NUTRITIONAL STATUS; BODY MASS INDEX; RURAL POPULATION; ADIPOSITY; DIETARY CARBOHYDRATES; RISK FACTORS; WOMEN'S HEALTH.
**Keywords:** Anthropometry; diet, food and nutrition; eating; nutritional status; body mass index; rural population; adiposity; dietary carbohydrates; risk factors; women's health.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

## INTRODUCCIÓN

La alimentación saludable y el estado nutricional adecuado son elementos fundamentales para la calidad de vida de las poblaciones y en particular de las rurales. En estas últimas repercuten elementos específicos relacionados con aspectos socioeconómicos, culturales y ambientales tales como la distancia a los servicios de salud, mayor aislamiento geográfico, la estacionalidad de las labores realizadas por los pobladores y de los cultivos que siembran, la producción, acceso, disponibilidad, calidad y abastecimiento de alimentos, los ingresos, entre otros. Desde el punto de vista nutricional, es preocupante a nivel internacional las altas cifras de sobrepeso reportadas en las comunidades rurales en los últimos años. Una investigación que abarcó más de dos mil poblaciones y de cien millones de adultos, en la que se compararon tendencias regionales, nacionales y globales en las medias del índice de masa corporal (IMC) según zona de residencia (urbana vs rural) desde 1985 hasta 2017, mostró que más del 80 % del incremento del IMC en algunos países de medianos y bajos ingresos, se debió al aumento de este índice en las áreas rurales. [1] Entre las causas se plantea que como resultado del mayor desarrollo económico alcanzado en algunos países y de la implementación de programas de nutrición, la tradicional malnutrición por defecto en las zonas rurales, ha sido reemplazada por el excesivo consumo de alimentos de baja calidad y altas calorías.

En la III Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Cuba 2010-2011 [2] los valores de IMC mostraron mayor obesidad en los hombres residentes en áreas urbanas respecto a las rurales, mientras que en las mujeres los valores son semejantes en ambas regiones, pero la obesidad mórbida (obesidad extrema), fue ligeramente mayor en las féminas rurales. Por otra parte, en un análisis de los datos de la Encuesta Nacional de Salud de Cuba 2018-2019, Díaz Sánchez ME, et al. [3] refieren que se ha producido un aumento del sobrepeso global (suma de cifras de sobrepeso y obesidad), que es superior en las mujeres adultas y sin diferencias notables entre zonas urbanas y rurales.

Las evidencias de las encuestas nacionales antes mencionadas apuntan la necesidad de considerar el entorno geográfico y el sexo, como factores que pueden influir en la salud nutricional de las poblaciones. Por ello, en un contexto comunitario, se han realizado diversas pesquisas bioantropológicas sobre alimentación y estado nutricional en residentes en la comunidad rural La Picadora, municipio Yaguajay, Sancti Spíritus. En el último quinquenio, los estudios han enfatizado en aspectos relacionados con la frecuencia de consumo de alimentos, estado nutricional y composición corporal en población masculina del territorio. [4-6] En ellos se ha registrado en el tiempo una disminución de la variedad en las dietas e incremento de las cifras de sobrepeso y obesidad, elementos que ocasionan consecuencias negativas para la salud. Sin embargo, se ha identificado un vacío de información en cuanto a estas variables en las féminas. Moon K, et al. realizaron en 2022 una pesquisa sobre el acceso a los alimentos y la comparación de los gustos alimentarios según sexo en esta comunidad, [7] pero sin una perspectiva salubrista. De este modo, al tener en cuenta el incremento del sobrepeso global registrado en féminas cubanas, surgen las siguientes interrogantes científicas ¿las mujeres de La Picadora consumen con frecuencia alimentos saludables? ¿Predomina en ellas el exceso de adiposidad?. Para dar respuesta a este problema de alcance local, el objetivo del presente trabajo es describir la frecuencia de consumo de alimentos y el estado nutricional de población femenina residente en dicha comunidad.

## METODOLOGÍA

### Diseño del estudio, población y muestra

La comunidad rural La Picadora tiene 227 habitantes y las actividades económicas fundamentales que se desarrollan son agricultura, ganadería y agroturismo. Se realizó un estudio descriptivo, transversal, en enero de 2025. La muestra estuvo integrada por 20 mujeres de la comunidad, con edades entre 24 y 61 años, con un valor promedio de 45.55 años. El muestreo fue intencional por conveniencia y se seleccionó el 10 % de la población femenina adulta debido a la reducida cantidad de residentes en el área.

### Variables y criterios de clasificación

Se aplicó un cuestionario validado de frecuencia de consumo de 20 alimentos en una semana típica, con las siguientes clasificaciones: todos los días, 4-5 veces, 2-3 veces, 1 vez, rara vez y

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

nunca. Los alimentos evaluados pertenecen a los siete grupos básicos que aparecen en las guías alimentarias de la población cubana: Grupo I: arroz, panes y galletas, pastas, viandas, Grupo II: vegetales, Grupo III: frutas, Grupo IV: cerdo, pollo, embutidos, pescado, vísceras, huevos, granos, Grupo V: leche, yogurt, queso, Grupo VI: grasas de origen animal y vegetal y Grupo VII: dulces y refrescos. Estos alimentos se seleccionaron además, porque fueron los 20 empleados en estudios efectuados en población masculina de la comunidad. [4] Se analizaron también variables sociodemográficas como la edad, escolaridad, estado civil y ocupación.

Las mediciones antropométricas realizadas fueron el peso (kg) con la balanza de bioimpedancia eléctrica *InBody* H20N y la estatura (cm) con un tallímetro portátil marca SECA. El estado nutricional se evaluó con el índice de masa corporal, de acuerdo con los puntos de corte de la OMS. [8]

Para el análisis de la composición corporal se utilizaron los valores del porcentaje de grasa corporal (%) obtenidos de la balanza *InBody* H20N. Se empleó la clasificación del manual del fabricante, que establece como rango adecuado para el sexo femenino, entre el 18-28 %.

**Análisis estadísticos**

Las variables cuantitativas discretas se evaluaron por distribuciones de frecuencias y las continuas con la media y desviación estándar. Los datos fueron procesados con el programa estadístico SPSS versión 21.

**Consideraciones éticas**

La investigación fue aprobada por el Consejo Científico de la Facultad de Biología de la Universidad de La Habana y se realizó de acuerdo con los principios éticos de la Declaración de Helsinki. Se obtuvo el consentimiento informado firmado por todas las participantes, con el criterio de voluntariedad para participar en el estudio.

## RESULTADOS

La caracterización sociodemográfica se observa en la tabla 1; predominan las féminas con nivel escolar medio general, que están en unión consensual y son amas de casa.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

Gaceta Médica Espirituana
Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus
2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

**Tabla 1.** Caracterización sociodemográfica de la muestra.

| Variable | N mujeres | % |
|---|---|---|
| **Escolaridad** | | |
| Secundaria | 7 | 35 |
| Preuniversitario | 7 | 35 |
| Técnico medio | 3 | 15 |
| Universitario | 3 | 15 |
| Total | 20 | 100 |
| **Estado civil** | | |
| Soltera | 3 | 15 |
| Casada | 4 | 20 |
| Unida | 11 | 55 |
| Divorciada | 1 | 5 |
| Viuda | 1 | 5 |
| Total | 20 | 100 |
| **Ocupación** | | |
| Administradora de bodega | 1 | 5 |
| Ama de casa | 9 | 45 |
| Ama de casa que realiza además trabajo agrícola | 2 | 10 |
| Dependiente (vendedora ) | 2 | 10 |
| Fisioterapeuta | 1 | 5 |
| Trabajadora por cuenta propia | 1 | 5 |
| Trabajadora social | 1 | 5 |
| Trabajadora doméstica a domicilio ( remunerado) | 3 | 15 |
| Total | 20 | 100 |

La frecuencia de consumo de alimentos en una semana típica se presenta en la tabla 2. Los alimentos consumidos a diario por más de la mitad de las encuestadas fueron arroz, panes y galletas, frijoles, grasa de origen vegetal y refrescos industriales. Los menos consumidos fueron las pastas y las vísceras. Fue más frecuente el consumo de pollo y cerdo respecto al pescado. La leche fue el lácteo más consumido, con la mitad de la muestra ingiriéndola cuatro o más veces a la semana. El 70 % consume refrescos industriales cuatro o más veces a la semana.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

Gaceta Médica Espirituana
Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus
2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

**Tabla 2.** Frecuencia de consumo de alimentos en una semana típica.

| Alimentos N=20 | Diario % | 4/5 veces por semana % | 2/3 veces por semana % | 1 vez por semana % | Rara vez % | Nunca % | Total % |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Arroz | **95** | 5 | - | - | - | - | 100 |
| Panes y galletas | **75** | 10 | 10 | 5 | - | - | 100 |
| Pastas | 5 | - | 10 | 15 | **70** | - | 100 |
| Viandas | 40 | 20 | 25 | - | 15 | - | 100 |
| Vegetales | 35 | 20 | 35 | - | 10 | - | 100 |
| Frutas | 30 | 35 | 5 | 5 | 15 | 10 | 100 |
| Carne de cerdo | - | 15 | 40 | 15 | 30 | - | 100 |
| Pollo | - | 5 | **55** | 20 | 20 | - | 100 |
| Embutidos | 5 | 10 | 10 | 20 | 45 | 10 | 100 |
| Pescados | 5 | - | 15 | 30 | 25 | 25 | 100 |
| Vísceras | - | - | 5 | 25 | 15 | **55** | 100 |
| Huevos | 5 | 15 | 30 | 10 | 25 | 15 | 100 |
| Frijoles | **55** | 10 | 20 | 5 | 10 | - | 100 |
| Leche | 40 | 10 | 10 | 5 | 5 | 30 | 100 |
| Yogurt | 5 | 10 | 35 | - | 35 | 15 | 100 |
| Queso | 5 | 5 | 30 | 20 | 30 | 10 | 100 |
| Grasa de origen animal | 40 | 10 | 15 | 5 | 15 | 15 | 100 |
| Grasa de origen vegetal | **65** | - | 20 | 5 | 5 | 5 | 100 |
| Dulces | 5 | 15 | 25 | 15 | 35 | 5 | 100 |
| Refrescos industriales | **55** | 15 | 15 | 5 | 5 | 5 | 100 |

En letra negrita las frecuencias superiores al 50 %

La tabla 3 refleja la estadística descriptiva de las variables e índices antropométricos. El 25 % de las participantes presenta un peso superior a los 80 kg. El IMC promedio indica que las mujeres se clasifican en la categoría de sobrepeso y el porcentaje de grasa corporal evidencia exceso de adiposidad.

**Tabla 3.** Perfil antropométrico y de composición corporal de la muestra.

| Variables | Muestra total n=20 | |
|---|---|---|
| | Media ±desviación estándar | Mínimo-Máximo |
| Peso (kg) | 68.99±19.36 | 44.27-122.27 |
| Talla (cm) | 158.05±6.64 | 144.00-170.00 |
| IMC (kg/m$^2$) | 27.42±6,50 | 17.73-44.91 |
| % de grasa corporal | 34.85±11.61 | 13.40-54.10 |

La distribución de frecuencias de las clasificaciones del IMC y el porcentaje de grasa se exponen en las figuras 1 y 2. El 55 % de la muestra presenta sobrepeso global según los criterios del IMC y el 10 % tiene un IMC superior a los 35 kg/m$^{2.}$ Esto se corrobora con el hecho de que las tres

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

cuartas partes de las mujeres tienen un exceso de grasa corporal determinado con la balanza *InBody*, es decir, un porcentaje superior al 28 %.

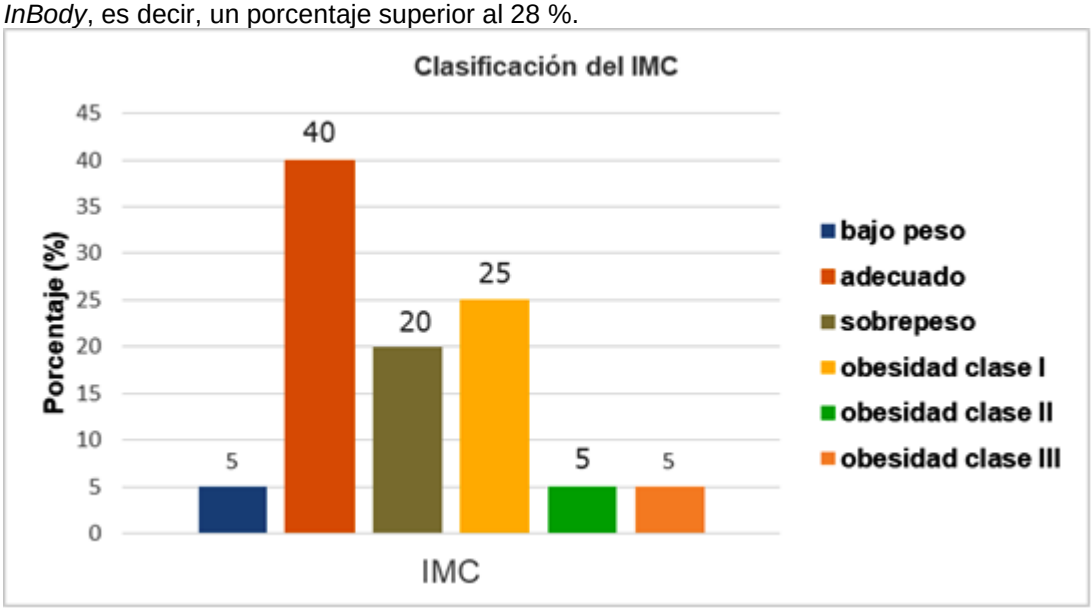



**Fig. 1** Clasificación del IMC según criterios de la OMS.

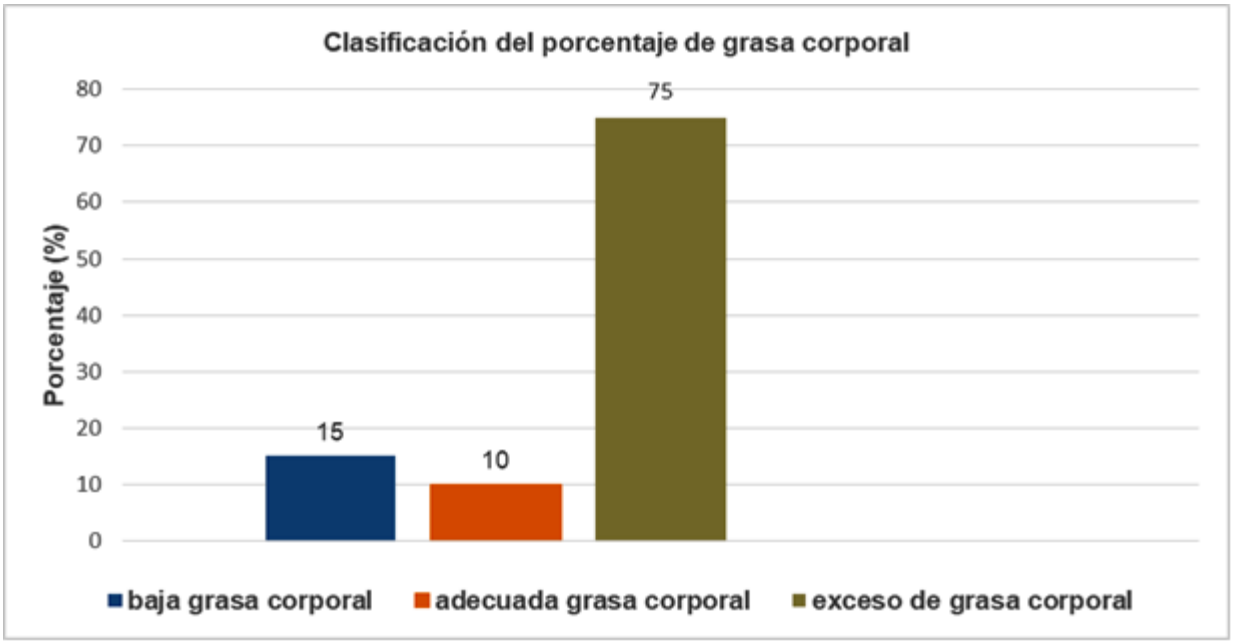



**Fig. 2** Clasificación del porcentaje de grasa corporal total.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

## DISCUSIÓN

En la muestra, la mayoría de las féminas son amas de casa, aunque tienen también disímiles ocupaciones. En La Picadora se han producido importantes cambios en las actividades económicas, que han estado relacionados con el cierre de la industria azucarera en Yaguajay y con el desarrollo del agroturismo, por lo cual las mujeres tienen empleos tanto en el sector público como en el privado. Estos cambios han influido no solo en la diversificación de las actividades, sino que también han implicado modificaciones en la dieta, la disponibilidad de ciertos alimentos y variaciones en los hábitos alimentarios tradicionales dados por la influencia del turismo. [9] Moon K, et al. señalan que, en la comunidad, las preferencias alimentarias se relacionan con la ocupación, el género y el acceso a los alimentos. Estas variables influyen también en las elecciones y reflejan los patrones de consumo. [7]

El consumo frecuente de arroz, granos, viandas, panes y galletas, así como la mayor ingesta de pollo y cerdo respecto al pescado, han sido reportados en investigaciones realizadas en 2022 y 2024 en campesinos de la comunidad. [4,5] Sin embargo, un mayor porcentaje de mujeres del presente estudio consume leche y refrescos industriales, cuatro o más veces a la semana, en relación con los hombres, al comparar con la pesquisa del 2022, en la que se aplicó la misma encuesta de frecuencia de consumo de alimentos. [4]

La alimentación identificada es típica de las zonas rurales, aunque se incluyen además alimentos procesados. Al respecto, González Noriega y Núñez González, ya señalaban desde 1995, como con el desarrollo económico se han expandido al campo productos de fabricación industrial, lo cual ha influido en el mayor consumo de panes y galletas en las zonas rurales del país. [10] En este sentido, se evidencia diversificación de la dieta tradicional campesina, con la incorporación de alimentos procesados, elementos que apuntan a una transición nutricional, tal y como fue reportado en la comunidad por Valdés Massó D, et al. [5]

El peso promedio de la muestra analizada es 7 Kg superior y el IMC, 2 kg/m$^2$ mayor respecto a los valores referidos para la población rural femenina en la III Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Cuba 2010-2011. Por otra parte, el sobrepeso global fue 7 % mayor en relación con el estudio nacional. [2] Estos elementos evidencian elevadas cifras de sobrepeso y obesidad según el IMC, las cuales se corroboran también con el alto porcentaje de grasa obtenido al determinar la composición corporal por bioimpedancia.

En una investigación sobre estado nutricional en hombres de La Picadora [5] se obtuvo que en ellos el IMC promedio fue de 25.1 kg/m$^2$ y el 46.7 % presentaba sobrepeso global. En cambio, el IMC promedio de las féminas del presente estudio fue de 27.42 kg/m², es decir, 2.3 kg/m² superior al de los hombres, con presencia de sobrepeso global en el 55 % de la muestra. Según criterio de los autores de la presente investigación, estas cifras son alarmantes porque indican un exceso de peso considerable en las féminas de la comunidad. A su vez, el hecho de que apenas alrededor de un tercio de la muestra ingiera diariamente frutas y vegetales, y que el 50 % consuma pescado rara vez o nunca, evidencia que no predomina una alimentación sana que pueda contribuir a prevenir la obesidad. Por el contrario, son altas las frecuencias de consumo de panes, galletas y refrescos industriales, alimentos menos nutritivos. Estos elementos de conjunto: adiposidad elevada y dietas no saludables, constituyen factores de riesgo para las enfermedades crónicas no trasmisibles.

A nivel internacional, entre los factores relacionados con el incremento del IMC destacan el aumento del consumo de alimentos hiperenergéticos y ultraprocesados, la disminución de la ingestión de frutas y vegetales, la existencia de ambientes obesogénicos, el sedentarismo y el uso excesivo de dispositivos de pantalla. Estos factores incrementan el riesgo del aumento de peso y la acumulación de la adiposidad abdominal. Ello afecta el cuadro epidemiológico de las poblaciones, la buena calidad de vida, con implicaciones en la elevación de los costos de la salud pública, en especial en las naciones en vías de desarrollo. [3]

Los resultados obtenidos en La Picadora se corresponden con hallazgos en otras regiones de América Latina. En una investigación realizada con una muestra de 54 mujeres residentes en dos comunidades rurales, el 31.5 % tenía sobrepeso y el 59.2 % obesidad, según el IMC; en estas poblaciones no existió una adecuada calidad de la dieta y ha disminuido el consumo de alimentos tradicionales como consecuencia de la transición en la alimentación que enfrenta México. [11]

La principal limitación del estudio es el reducido tamaño de la muestra, lo cual se relaciona con la cantidad de habitantes de La Picadora; no obstante, la pesquisa constituye una primera

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

aproximación a la salud alimentaria y nutricional de este colectivo de mujeres rurales que ha estado menos visibilizado en las investigaciones bioantropológicas de enfoque sanitario realizadas en el municipio Yaguajay. Su aplicación práctica radica en que los resultados pueden ser útiles para las autoridades de salud del territorio, en particular para desarrollar programas nutricionales basados en la prevención de la obesidad. Como proyección futura es importante profundizar en otros factores, además de la dieta, que pueden estar influyendo en la alta adiposidad de estas féminas.

## CONCLUSIONES

El elevado consumo de carbohidratos refinados, bebidas azucaradas y alimentos de menor valor nutricional, así como la alta prevalencia de sobrepeso, obesidad y exceso de adiposidad, constituyen factores de riesgo para enfermedades crónicas no trasmisibles en la muestra. Se evidencia la necesidad de implementar estrategias de intervención nutricional centradas en la promoción de estilos de vida saludables, la prevención y manejo de la obesidad en este grupo poblacional, por las implicaciones negativas para la salud.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). Rising rural body-mass index is the main driver of the global obesity epidemic in adults. Nature [Internet]. 2019 [cited 2024 Dic 6];569(7755):260-4. Disponible en: https://doi.org/10.1038/s41586-019-1171-x

2. Colectivo de Autores. III Encuesta nacional de factores de riesgo y actividades preventivas de enfermedades no trasmisibles. Cuba 2010-2011. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2015.

3. Díaz Sánchez ME, Maldonado G, Suarez Medina R, Varona Pérez P. Nuevos datos sobre el sobrepeso y la obesidad en Cuba [Convención Internacional de Salud, Cuba Salud 2022 [Internet]. La Habana: Palacio de Convenciones; 2022 [citado 21 Dic 2024]. Disponible en: https://convencionsalud.sld.cu/index.php/convencionsalud22/2022

4. Valdés Massó D, Vázquez Sánchez V, Rangel Rivero A. Cambios en la frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en campesinos de Yaguajay, centro de Cuba, 2017-2022. Rev Argent Antropol Biológica [Internet]. 2023 [citado 21 Dic 2024];25(2). Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/3822/382275656007/html/

5. Valdés Massó D, Vázquez Sánchez V, Rangel Rivero A, Montano Pérez M. Alimentación y estado nutricional de población rural masculina de Yaguajay, Sancti Spíritus, Cuba Rev Esp Antrop Fís [Internet]. 2024 [citado 21 Dic 2024];49:64-75. Disponible en: https://www.seaf.es/images/seaf/papers/vol49/5_Valdes_vol49.pdf

6. Vázquez Sánchez V, Valdés Massó D, Monzón Álvarez M, Rangel Rivero A, Ramenzoni V. Monitoreo de la composición corporal en campesinos cubanos de Yaguajay: 2017-2023. Gac Méd Espirit [Internet]. 2024 [citado 21 Dic 2024];26. Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/gme/v26/1608-8921-gme-26-2613.pdf

7. Moon KR; Rhode Ward J, Vázquez Rodriguez J, Foyo Herrera J. Food Access, Identity, and Taste in Two Rural Cuban Communities. Gastronomica [Internet]. 2022 [cited 2024 Dic 6];22(1):66-78. Disponible en: https://doi.org/10.1525/gfc.2022.22.1.66

8. WHO. Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation. Geneva Switzerland: World Health Organization; 2000. [cited 2024 Dic 6]. Disponible en: https://iris.who.int/handle/10665/42330

9. Moon K, Rhode Ward J, Vázquez Rodríguez J, Foyo Herrera J. La Picadora: A Case Study in Cuban Agroecotourism. Int J Cuban Stud [Internet]. 2021 [cited 2024 Dic 6];13(1):7-6. Available from: https://doi.org/10.13169/intejcubastud.13.1.0008

10. González Noriega, E., Núñez González N. Diferencias regionales en las comidas tradicionales de la población rural de Cuba. Rev cuba de alimentación y nutrición [Internet]. 1995 [citado 21 Dic 2024];9(2). Disponible en: https://www.imbiomed.com.mx/articulo.php?id=25957

11. Meneses Álvarez ME, González Ibañez L, Solorio Sánchez J, González Bonilla A, Martínez Carrera D, Macías López A, et al. Evaluación del estado nutricional y calidad de la dieta en dos

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

comunidades rurales, Puebla, México. Nutr Clín Diet Hosp [Internet]. 2021 [citado 21 Dic 2024];41(4):30-38. Disponible en. https://doi.org/10.12873/414meneses

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu

2025;27
ISSN: 3005-3781
ISSN-L: 1608-8921

## Conflicto de interés

Los autores declaran que no existe conflicto de interés en esta investigación.

## Contribución de autoría

**Conceptualización:** VVS, ARR, DVM
**Curación de datos:** ARR, LMAP, CRD
**Análisis formal:** VVS,
**Adquisición de fondos:** ARR
**Investigación:** VVS, ARR, DVM
**Metodología:** VVS, ARR, DVM, LMAP, CRD
**Administración del proyecto:** ARR
**Software:** VVS
**Supervisión:** VVS
**Validación:** DVM
**Visualización:** VVS
**Redacción – borrador original:** VVS
**Redacción – revisión y edición:** VVS, ARR, DVM, LMAP, CRD

**Agradecimientos:** A las mujeres de la comunidad rural La Picadora que participaron en la investigación.

**Recibido:** 13/02/2025
**Aprobado:** 03/07/2025
**Publicado:** 16/07/2025

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional
http://revgmespirituana.sld.cu