|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ¿Con quien convives y como es tu relación con ellos? | Vivo con mi padre, Jorge de 46 años, mi madre Natalia de 41 y mi  hermanito Lautaro de 5. | Dimensión A |  |  |
| ¿Crees que los medios masivos de comunicación informan o, con  frecuencia, con  sus contradicciones, desinforman a la población dada la contingencia del  aislamiento  social, preventivo y obligatorio?¿consideras que fue necesaria la  cuarentena? | Uso las redes sociales y si desinforman. Lo estudiamos  en comunicación y es un peligro para mucha gente la cantidad de noticias  falsas. Mi papá hubiese tomado dióxido de cloro si no fuera porque lo  prohibieron.La cuarentena sirvió. Mi abuela no hubiese  sobrevivido quizás. | Dimensión B |  |  |
| ¿Cuáles son tus hábitos alimenticios? ¿Cambiaron durante la  cuarentena? | Si, totalmente. Antes almorzaba por el centro a la salida del colegio y  desayunaba en el buffet y en la cuarentena pasé de no desayunar porque  me levantaba más tarde a almorzar en la cena. soy  vegetariana de mi alimentación me encargo yo. | Dimensión D |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *19. ¿Algún familiar, vecino, amigo cercano, tuvo covid-19? ¿Crees que*  *contó con redes*  *de ayuda para afrontar su situación?¿ Como consideras que sobrellevaron*  *la*  *situación?* | *Si, conozco gente que tuvo covid-19 y los ayudamos haciendo las compras*  *y llevando las cosas.* | *Dimensión C* |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

*Dimensión A. Pregunta 1 -Microsistema: Siendo el nivel más cercano al sujeto, e incluye los comportamientos, roles y relaciones característicos de los contextos cotidianos en los que éste pasa sus días, es el lugar en el que la persona puede interactuar cara a cara fácilmente, como en el hogar, el trabajo, sus amigos (Bronfenbrenner, 1976, 1977a, 1977b, 1979, 1992). Marlene vive con sus padres y su hermano menor. Este círculo inmediato constituye al Microsistema.*

*Dimensión B pregunta 2-Exosistema: corresponde al conjunto de instituciones y grupos de la comunidad que median entre el individuo, la familia y el sistema cultural más*

*amplio. En este nivel se encontrarán los sistemas de salud, educación, judicial,*

*policial, de protección; las organizaciones religiosas; el ambiente laboral, las*

*organizaciones gubernamentales y no gubernamentales y los medios de*

*comunicación masivos. En este sentido, extrayendo y ampliando la pregunta número 3 recabada de la entrevista paso a desglosar y analizar según los autores citados: “Uso las redes sociales y si desinforman”*

*Dimensión C pregunta 17-Trastornos de la alimentación de origen psicológico. Sobre todo en los países desarrollados, en los que los alimentos son abundantes, existen varios trastornos de la alimentación de origen psicológico que afectan sobre todo a las niñas y mujeres jóvenes.*

*Factores protectores de la alimentación:*

*La adolescencia es un momento ideal para*

*poner en marcha programas de prevención*

*primaria y secundaria contra la obesidad,*

*ya que es la edad en que las personas*

*adquieren mayor independencia en cuanto*

*a sus hábitos alimentarios y también*

*cuando comienzan a aparecer muchos*

*casos de sobrealimentación crónica. (Jenkins; 73:129)*

*Como reflexión y sugerencia en el marco de la Atención Primaria de la Salud respecto de la alimentación vegetariana que incorporó como hábito Marlene, se infiere que en el mediano largo plazo, se puede presentar deficiencia de Cianocobalamina (Vitamina B 12).*

*El hombre debe incorporar B12 de la dieta o de productos farmacéuticos y su carencia puede deberse a dietas vegetarianas extremas, desnutrición, estrés, malos hábitos alimenticios o estados fisiológicos (embarazo, ancianidad), entre otros. El déficit en esta vitamina (micro nutriente esencial para la prevención de diversas patologías) desencadena manifestaciones sintomáticas diversas como fatiga, náuseas, amenorrea, pérdida de peso, neuritis, deficiencias neurológicas en recién nacidos, entre otras. Es por ello que como factor protector de la salud, se sugiere incorporar la vitamina B12. Los alimentos funcionales constituyen un segmento en continuo crecimiento en el mercado de los alimentos fermentados donde las bacterias lácticas juegan un papel muy importante, debido al efecto benéfico (probiótico) que algunas de ellas ejercen en la salud del consumidor.*

*Repositorio del CONICET:*

[*https://www.conicet.gov.ar/new\_scp/detalle.php?keywords=&id=05438&inst=yes&congresos=yes&detalles=yes&congr\_id=393642*](https://www.conicet.gov.ar/new_scp/detalle.php?keywords=&id=05438&inst=yes&congresos=yes&detalles=yes&congr_id=393642)

*La prevención y detección temprana en trastornos del desarrollo y de la alimentación, con una nutrición adecuada a las necesidades, creencias y deseos del paciente es menester para contribuir y permitir que las personas incrementen el control sobre su salud para mejorarla y su opción prepatogénica es la prevención primaria, que impide la aparición de los factores de riesgo.*

*La carta de Ottawa define a la promoción de la salud como “el proceso de capacitación de la colectividad para actuar en la mejora de su calidad de vida y salud, incluyendo una mayor participación en el control de ese proceso” (Brasil, 2002:19) y según el articulo de revisión de la REVISTALASALLISTA DE INVESTIGACIÓN - VOL. 2 No. 2*

*“El desarrollo psicosocial de Eric Erikson”. La relación social significativa es la formación de grupo de iguales, por el cual el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias; superar la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias y enfrentar la realidad de la industrialización y globalización. Es por ello que, más allá de los deseos de llevar una vida y una alimentación más saludable de la que ofrece el mercado (exosistema), de la que nuestros padres llevan a la mesa o las instituciones educativas presentan como menú (microsistema), estos deseos y creencias a priori pueden constituir un factor de riesgo. El hecho de divergir a dietas estrictamente vegetarianas, muchas veces basadas en creencias irracionales, sean religiosas, culturales, morales o impuestas por la publicidad y el marketing tendencioso(meso y macrosistema), la población bombardeada por toda clase de opiniones infundadas y contradictorias que impide distinguir la realidad de la fantasía, generan mitos sobre la alimentación que son contraproducentes dado que la credulidad en materia de alimentación a la hora de elegir que alimentos reemplazar o sustituir, puede generar un déficit nutricional o un exceso de nutrientes. Estas creencias o mitos se autoconfirman en el las relaciones de confianza, donde el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias que derivan en la adopción de creencias en las virtudes sobrenaturales que, sin razón alguna, se le atribuyen a ciertos alimentos.*

*Como mensaje, sin ofender las creencias de la persona, se le sugiere supervisión de un especialista en nutricion, la practica semanal de deportes y actividades físicas y dedicarle tiempo al ocio y a las tareas creativas.*