RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición

Experiencias, percepciones y bienestar subjetivo de mujeres mayores beneficiarias de un programa alimentario

Experiences, perceptions, and subjective well-being of older women beneficiaries of a complementary feeding program

Troncoso-Pantoja Claudia[1], Flores-Valdebenito Constanza [2], Medina-Chavarría Javiera [2], Silva-Araneda Lucia [2].

1 Universidad Católica de la Santísima Concepción, Facultad de Medicina, Departamento de Salud Pública, Concepción, Chile. 2 Universidad Católica de la Santísima Concepción, Facultad de Medicina, Carrera de Nutrición y Dietética, Concepción, Chile.

RESUMEN

Introducción: El Programa de Alimentación Complementaria del Adulto Mayor en Chile entrega alimentos formulados para personas mayores, con el propósito de mejorar su nutrición y bienestar. **Objetivo:** Explorar las experiencias, percepciones y significados asociados al consumo de los alimentos de un Programa de Alimentación Complementaria en mujeres mayores residentes en zona de tradición rural. **Material y método:** Se realizó un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico hermenéutico. Se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas a seis mujeres mayores beneficiarias del Programa, seleccionadas mediante muestreo intencional. Los relatos fueron grabados, transcritos y analizados mediante análisis de contenido. **Resultados:** Las participantes percibieron a los alimentos del Programa como una fuente de fortaleza física, vitalidad y bienestar subjetivo, influyendo positivamente en su calidad de vida. La aceptación sensorial y la versatilidad culinaria facilitaron su incorporación en los patrones alimentarios. Asimismo, los alimentos fueron valorados como un apoyo económico frente a pensiones limitadas y como una expresión de cuidado institucional, reforzando sentimientos de protección y reconocimiento social. **Conclusión:** Los programas alimentarios cumplen un rol multidimensional que integra nutrición, bienestar y significado social. Los resultados subrayan la importancia de incorporar la perspectiva subjetiva de las personas mayores en la evaluación y diseño de políticas públicas de alimentación.

Palabras Clave: Persona mayor; asistencia alimentaria; mujeres.

ABSTRACT

Introduction: The Complementary Feeding Program for Older Adults in Chile provides formulated foods for older people, with the aim of improving their nutrition and well-being. **Objective:** To explore the experiences, perceptions, and meanings associated with the consumption of foods from a Complementary Feeding Program among older women residing in a rural area with traditional practices. **Material and method:** A qualitative study with a hermeneutic-phenomenological approach was conducted. Semi-structured interviews were carried out with six older women who were beneficiaries of the Program, selected through purposive sampling. The interviews were recorded, transcribed, and analyzed using content analysis. **Results:** The participants perceived the Program's foods as a source of physical strength, vitality, and subjective well-being, which positively influenced their quality of life. Sensory acceptance and culinary versatility facilitated their incorporation into dietary patterns. In addition, the foods were valued as economic support given limited pensions and as an expression of institutional care, reinforcing feelings of protection and social recognition. **Conclusion:** Food assistance programs play a multidimensional role that integrates nutrition, well-being, and social meaning. The results highlight the importance of incorporating older adults' subjective perspectives in the evaluation and design of public food policies.

Keywords: Older adults; food assistance; women.

Correspondencia: Claudia Troncoso-Pantoja ctroncosop@ucsc.cl

Recibido: 30 de diciembre 2025, aceptado: 26 de octubre 2026

©Autor2026

Citar como: Troncoso-Pantoja C., Flores-Valdebenito C., Medina-Chavarría J., Silva-Araneda L. (2026) Experiencias, percepciones y bienestar subjetivo de mujeres mayores beneficiarias de un programa alimentario, *RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición, 25* (4), 10-19. https://doi.org/10.29105/respyn25.4-947

Significancia

Este manuscrito aporta evidencia cualitativa relevante al campo de la salud pública y alimentación de personas mayores, al visibilizar la comprensión del cómo un programa de alimentación complementaria impacta no solo en el estado nutricional, sino también en el bienestar subjetivo, la adherencia y el significado social del consumo. Los hallazgos contribuyen a la formación de recursos humanos en salud, especialmente en nutrición comunitaria, al resaltar la importancia de integrar enfoques centrados en la persona mayor, la aceptabilidad de los alimentos y el rol del acompañamiento profesional en el diseño y evaluación de intervenciones nutricionales dirigidas a la población envejecida.

Introducción

El acelerado envejecimiento poblacional en Latinoamérica constituye un fenómeno demográfico que trasciende las cifras estadísticas para convertirse en un desafío complejo para la salud pública, la economía y la sociedad (Osareme et al., 2024). Este proceso se caracteriza por un mantenido crecimiento de personas mayores de 60 años (CEPAL, 2023), conlleva una mayor prevalencia de síndromes geriátricos como la sarcopenia, la fragilidad y la desnutrición relacionada con la edad, condiciones que comprometen severamente la funcionalidad, la autonomía y la calidad de vida (Choompunuch et al., 2025).

Estos riesgos se ven exacerbados por determinantes sociales de la salud (DSS), definidos como los sistemas sociales, sus componentes, los recursos y riesgos sociales que estos sistemas controlan, distribuyen, asignan o restringen, produciendo consecuencias sobre salud y la distribución de los resultados de salud en la población (Hahn, 2021). Incluyen, entre otros, pensiones bajas, aislamiento social y un acceso limitado a alimentos nutritivos, situando a un segmento significativo de la vejez en un estado de inseguridad alimentaria y vulnerabilidad (Sen et al., 2025).

En respuesta a esta situación, Estados como el caso de Chile, han implementado el Programa de Alimentación Complementaria del Adulto Mayor (PACAM), una política intersectorial que funciona como un pilar de seguridad alimentaria y salud pública, entregando gratuitamente alimentos fortificados diseñados para suplir deficiencias nutricionales específicas de esta etapa de la vida: cremas y bebidas lácteas Nutra Max (Henríquez Romero et al., 2025; Robles-Tapia, 2025).

No obstante, se observa una paradoja crítica, ya que a pesar de la gratuidad y el diseño técnico-nutricional de los alimentos, la evidencia indica una adherencia sistemáticamente baja y un subconsumo que es preocupante (Alvear-Vega & Vargas-Garrido, 2022; García et al., 2024). Una investigación previa revela que, de los beneficiarios que retiran los productos de manera consistente, solo el 63% los consume diariamente (Arazo-Rusindo et al., 2022). La adherencia a una intervención alimentaria no se decide únicamente en el plano nutricional, sino que está profundamente mediada por un entramado de factores subjetivos, culturales y psicosociales (Govindaraju et al., 2022; Walker-Clarke et al., 2022).

Este fenómeno adquiere matices en contextos de tradición rural, en donde factores como la dispersión geográfica, el menor acceso a servicios de salud especializados y redes comunitarias específicas condicionan las experiencias de envejecimiento (Parsons et al., 2021). En este escenario, la dimensión de género emerge como un determinante crítico, dado que las mujeres no solo presentan una mayor esperanza de vida, sino que enfrentan mayores índices de pobreza en la vejez, asumen roles predominantes de cuidado familiar y gestionan cotidianamente la alimentación del hogar (Chen et al., 2021, 2025), lo que las situaría en una posición relevante para la recepción y administración de programas alimentarios como el PACAM.

Esta situación es la base del problema que fundamenta esta investigación: existe un vacío de conocimiento cualitativo y contextual sobre los significados, las motivaciones y las percepciones que mujeres mayores, en su rol de beneficiarias, construyen en torno a programas alimentarios como el PACAM. Mientras estudios cuantitativos han mapeado la magnitud de la adherencia (Henríquez Romero et al., 2025), son escasas las investigaciones que, desde una perspectiva subjetiva, exploren la experiencia vivida, los saberes prácticos, las emociones, los hábitos alimentarios arraigados y las representaciones sociales que finalmente determinan si un producto diseñado en un laboratorio se

convierte en un alimento consumido en la mesa diaria. Las investigaciones cualitativas desde un enfoque fenomenológico hermenéutico permiten comprender el significado de la experiencia vivida tal como es interpretada por la persona (Guillen, 2019). Por lo mismo, cada vez más se utilizan en la investigación en salud y envejecimiento para comprender el cómo las personas mayores, dan sentido a sus prácticas alimentarias, de cuidado y de adherencia a intervenciones sanitarias, aportando una profundidad interpretativa que los métodos cuantitativos no alcanzan (Troncoso-Pantoja et al., 2024).

El estudio presentó como objetivo explorar las experiencias, percepciones y significados asociados al consumo de los alimentos de un Programa de Alimentación Complementaria en mujeres mayores residentes en zona de tradición rural. Para comprender el fenómeno planteado en el objetivo, se buscó responder la interrogante, ¿Qué experiencias y significados atribuyen mujeres mayores residentes en zonas de tradición rural al consumo de los alimentos del PACAM en Chile?, partiendo de la comprensión inicial de que mujeres mayores residentes en zonas de tradición rural construyen significados diversos en torno al consumo de los alimentos del PACAM, los cuales podrían vincularse tanto a dimensiones nutricionales como a aspectos simbólicos y sociales de su experiencia cotidiana.

Materiales y métodos

El diseño y el enfoque del estudio

Con el objetivo de conocer las experiencias de las participantes y los significados que éstas le confieren al retiro y consumo de los productos del PACAM, se llevó a cabo una investigación cualitativa de enfoque fenomenológico hermenéutico. Este enfoque busca comprender la estructura de significado de la experiencia vivida tal como es interpretada por quienes la viven, integrando el rol activo del investigador en la co-construcción del conocimiento (comprensión hermenéutica) como parte constitutiva del proceso de conocer (Kokorelias et al., 2026; Watson, 2025). En el área de la salud y la nutrición, este tipo de diseño ha permitido acceder a la subjetividad de los relatos y a los saberes prácticos que subyacen a las conductas alimentarias (Vasconcelos, 2026). El enfoque metodológico, junto a la experiencia de la investigadora principal en el diseño y área de estudio (Troncoso-Pantoja et al., 2025), permitió que la interpretación de los discursos se hiciera desde el contexto sociocultural de las mujeres mayores y desde la propia interacción investigadora-participante, reconociendo la construcción compartida del significado.

Contexto del estudio

El estudio se realizó durante el 18 de agosto hasta el 14 de noviembre del año 2025 en la comuna de Hualqui, territorio con una importante tradición rural, que se sitúa en la provincia de Concepción, región del Biobío, Chile. Participaron mujeres mayores activas en una agrupación vinculada a una iglesia de la localidad. Este contexto comunitario y de familiaridad con las investigadoras facilitó el acceso al grupo de mujeres y ayudó a generar el clima de confianza para la recolección de los datos.

Participantes y estrategia de muestreo

El estudio utilizó un muestreo intencional por criterios. Esta estrategia de muestreo resulta coherente con el enfoque fenomenológico-hermenéutico adoptado, el que busca una selección de participantes que, por su experiencia directa con el objeto de estudio ofrezcan relatos profundos sobre el fenómeno de interés (Oluka, 2025).

El tamaño muestral no fue definido a priori, sino que se determinó en función del criterio de saturación teórica, entendida como el punto en que las entrevistas dejan de aportar información relevante para el análisis. El proceso de codificación se inició de manera progresiva desde las primeras entrevistas, contrastando los datos emergentes con las categorías ya construidas. La saturación se alcanzó con seis participantes, lo que es coherente con muestras homogéneas de participantes.

Los criterios de inclusión fueron el ser mujer, tener 65 años o más, ser beneficiaria del PACAM, y firmar el consentimiento informado. Las exclusiones consideraron problemas de tipo cognitivo o mecánico que impidiesen el desarrollo de la entrevista. Si bien no se utilizaron instrumentos de tamizaje, sí se realizó la selección de las participantes entre los primeros contactos, mediante conversaciones exploratorias a partir de protocolo fijado por equipo de investigación. El estudio no presentó exclusiones de participantes.

Los datos fueron recolectados por estudiantes de 4º año de la carrera de Nutrición y Dietética de una universidad pública de Chile. Se utilizó una entrevista semiestructurada, confeccionada a partir de los objetivos del estudio y del marco teórico; esta guía de entrevista fue validada por cinco expertos en nutrición y metodología cualitativa y posteriormente aplicada en una prueba piloto para evaluar la claridad, pertinencia y coherencia de las preguntas.
La entrevista indagó sobre tres ejes temáticos a) Motivaciones para el retiro de productos del PACAM, b) Significados atribuidos a su consumo, y c) Percepciones y hábitos de consumo. Las entrevistas fueron realizadas por estudiantes según protocolo establecido para esta actividad en forma presencial en un centro de reunión social de una iglesia local y tuvieron un tiempo promedio de 40 minutos. La conversación fue registrada a través de grabadora incorporada en teléfono móvil y fue transcrita de forma literal (*verbatim*) para su posterior análisis, utilizando TurboScribe, IA de uso libre para transcripción de audios.

Análisis de datos

Se llevó a cabo un análisis de contenido de tipo temático-categorial en el marco de un enfoque inductivo-deductivo. Las transcripciones se leyeron de forma individual por el equipo investigador para acceder a una inmersión en los datos. El proceso de codificación, realizado de forma independiente por las investigadoras, se acompañó de una comparación segmento por segmento de sus codificaciones, registrando los acuerdos y desacuerdos en una matriz de consistencia analítica. La concordancia se valoró cualitativamente de acuerdo con la denominación, el alcance y las citas representativas de cada categoría. Las discrepancias se resolvieron en sesiones de análisis conjunto con el equipo completo de investigación, en las que se contrastaron las definiciones interpretativas y las citas textuales asociadas a cada categoría con el discurso original de las participantes, dirimiendo por consenso argumentado. Las categorías resultantes fueron discutidas y validadas en dichas sesiones, asegurando su correspondencia con el discurso de las participantes y reforzando la rigurosidad del proceso analítico. Las categorías finales se integraron en matrices analíticas que incluyeron definiciones interpretativas y citas textuales representativas, garantizando el apego al discurso de las participantes.

El análisis de los datos se realizó de manera manual, sin el apoyo de software especializado. La implementación de esta toma de decisiones de carácter metodológico se corresponde con el enfoque fenomenológico-hermenéutico escogido, ya que, tal como señala Weiss (2017), los programas de análisis cualitativo sirven para la codificación y clasificación de segmentos de texto, de modo que un excesivo énfasis en tal operación puede impedir otras formas de abordar el análisis e interpretación.

Criterios de rigor científico y consideraciones éticas

En el estudio se aplicaron los Standards for Reporting Qualitative Research (SRQR) para poder garantizar, a través del proceso de conceptualización, la transparencia, rigor y la coherencia metodológica. Se incorporaron elementos de rigurosidad a la investigación cualitativa, como la credibilidad, la dependabilidad y la confirmabilidad. La credibilidad fue marcada a través de la triangulación de investigadoras y la inclusión de citas textuales representativas. Se alcanzó la dependabilidad mediante una descripción suficientemente detallada y transparente del proceso metodológico. Finalmente, la confirmabilidad se resguardó mediante la reflexividad del equipo investigador respecto de su propio rol interpretativo, considerando que la fenomenología hermenéutica reconoce la interacción entre investigador y participante como constitutiva de la construcción de significado. El contraste conjunto de las categorías emergentes, contribuyó a minimizar el sesgo interpretativo individual y a asegurar que las categorías construidas respondieran al discurso de las participantes más que a las preconcepciones de las investigadoras.

El diseño y la realización de la investigación se llevaron a cabo de acuerdo con los principios éticos que reflejan la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (2013). Dicha definición direccionó la acción de explicar a las mujeres mayores el carácter voluntario de su participación, así como los objetivos, los procedimientos y los beneficios y derechos, que incluyeron la capacidad de abandonar en cualquier momento el estudio sin repercusiones. Lo anterior quedó plasmado en un consentimiento informado por escrito, firmado por las participantes. Al mismo tiempo, se respetaron la privacidad, la confidencialidad de los datos y la dignidad de las

participantes, de acuerdo con los sistemas éticos vigentes.

Como parte del proceso, los documentos tangibles serán almacenados por un período de cinco años por una de las investigadoras, para luego ser eliminados según protocolo vigente de Casa de Estudio a la que pertenece el equipo ejecutor.

Resultados

Las seis participantes presentaban una edad media de 74,17 años (+/- 6,85), con un rango entre 67-83 años; las participantes concurrían a un club social adjunto a iglesia local y eran atendidas en el Centro de Salud Familiar Hualqui, desde donde retiraban los alimentos del PACAM.

Los resultados se presentan de manera integrada en el texto a continuación y se detallan en las Tablas 1, 2 y 3; la información para este último formato se presenta según categoría, subcategoría y cita ejemplificadora. La Tabla 1 presenta las experiencias de consumo, beneficios y recomendaciones asociadas a los alimentos del PACAM. La Tabla 2, se centra en el apoyo nutricional y económico del PACAM y sus significados percibidos por personas mayores y la Tabla 3 exhibe las percepciones, prácticas y significados asociados al consumo de alimentos del PACAM en mujeres mayores.

Tabla 1. Experiencias de consumo, beneficios y recomendaciones asociadas a los alimentos del PACAM

Categoría	Subcategoría	Citas ejemplificadoras
Valor nutricional y beneficio para la salud	Bienestar	"Siento que me fortalecen porque me dan más ánimos para caminar y todo eso." [Entrevista 1] "Me motiva porque tiene muchas vitaminas, es más líquida que la leche normal, es más suave." [Entrevista 5]
Satisfacción sensorial	Características organolépticas	"Porque son sabrosas, son ricas, depende de cómo la prepare." [Entrevista 6]
Aprovechamiento del recurso	Sustentabilidad	"Sí, porque si no se pierden, y es pérdida para el país en general cuando se pierden esas cosas." [Entrevista 4]
Influencia del personal sanitario	Recomendación profesional	"La nutricionista me dice que tengo que retirarla, que tengo que comer eso para la edad." [Entrevista 4]
Preparaciones culinarias	Consumo	"Sí, también es rica porque puedo hacer postres, uno puede tomarla con Milo* o café." [Entrevista 1]

Fuente: Elaboración propia.

*Milo es marca registrada de Nestlé©.

Tabla 2. Apoyo nutricional y económico del PACAM y sus significados percibidos por personas mayores

Categoría	Subcategoría	Citas ejemplificadoras
Apoyo nutricional y económico	Aporte nutricional	"…una ayuda, para fortalecerme porque tiene proteína, tiene un montón de cosas, minerales" [Entrevista 3]
	Apoyo económico	"Que el gobierno las entregue es bueno, porque también ayuda a la economía de la gente" [Entrevista 4]
Significados para su consumo	Adaptado a grupo vital y bienestar	"… productos que están hechos para nosotros… para poder tener los nutrientes que a nosotros nos faltan" [Entrevista 5] "Debe servir para la mente igual porque imagínate que a mí todavía no se me va la película" [Entrevista 6]

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3. Percepciones, prácticas y significados asociados al consumo de alimentos del PACAM en mujeres mayores

Categoría	Subcategoría	Citas ejemplificadoras
Consumo de alimentos del PACAM	Selección según gusto personal	"Bueno, yo las preferencias que tengo son la sopa de espárragos, la de verduras… porque la de lentejas no me gusta y la leche [Bebida láctea] me gusta" [Entrevista 1]
	Hábitos de consumo	"Yo me hago un puré con las arvejitas o lenteja y lo acompaño con ensalada o un pedacito de pollo, eso es mi comida diaria" [Entrevista 5]
Bienestar físico y emocional	Vitalidad y disposición diaria	"Me hace sentir más animada, me da energía para el día" [Entrevista 4]
Confianza en el producto	Confianza en su consumo	"Confío que, si me hacen bien, que mal no me hacen, no me produce rechazo" (SIC). [Entrevista 3]
Valoración social y económica del Programa	Economía familiar	"Gracias a este alimento muchas personas subsistimos, sobre todo con las pensiones que son bajas" [Entrevista 6]
Percepción de cuidado institucional y significado emocional	Sentimiento de protección y bienestar personal	"Uno se siente cuidada, como que se preocupan de nosotros" [Entrevista 5]

Fuente: Elaboración propia

En términos de frecuencia de codificación, las categorías con mayor número de referencias en el corpus correspondieron a la valoración del PACAM como apoyo nutricional y económico y a las percepciones de bienestar y salud asociadas a su consumo, lo que sugiere una mayor centralidad de estas dimensiones en el discurso de las participantes. Categorías más específicas, como la confianza en el producto, presentaron menor frecuencia, sin que ello disminuya su relevancia interpretativa.

Como interpretación global de los relatos, el beneficio que proporciona el PACAM es medido por las participantes como una contribución a su bienestar, que va más allá del hecho alimentario estrictamente nutricional y se encuentra en relación con dimensiones de bienestar físico, emocional, económico y social.

Las narrativas muestran el valor positivo que acompaña la entrega de los alimentos, sin diferenciar entre crema y bebida láctea. Las mujeres participantes dan cuenta que el consumo de alguno de los alimentos del Programa está vinculado a la percepción de más "fuerza y vitalidad", lo que se traduce efectivamente en mayor capacidad para realizar las tareas de cada día. Estos beneficios se describen tanto en el plano físico como emocional, lo que sugiere que la comida se vincula de manera directa con una forma integral de bienestar, trascendiendo a los aspectos biológicos o nutricionales.

También aparece la satisfacción sensorial, puesto que las características de sabor, textura y uso en la preparación de los alimentos van en función de la aceptabilidad de los mismos, lo que puede favorecer la propiedad de incluirlos en la dieta diaria. Las participantes seleccionan los productos según sus preferencias personales, descartando aquellos que no son de su agrado y priorizando aquellos que sí lo son, e incorporándolos a sus hábitos alimentarios cotidianos mediante preparaciones propias, como purés y acompañamientos. Esto evidencia que la adherencia al Programa no depende únicamente de la disponibilidad del recurso, sino también de la posibilidad de las beneficiarias de adaptarlo a sus propias prácticas y cultura alimentaria.

El análisis, por otra parte, reconoce que también está presente la influencia que tendría el personal sanitario, en particular los/as nutricionistas, en torno a la decisión de retirar y consumir los alimentos del PACAM. La recomendación profesional fortalece la legitimidad del Programa y la percepción de los alimentos entregados, en relación con el grupo etario, lo que lleva a una confianza en el consumo de los mismos.

El Programa es visto, desde una óptica puramente económica, como una ayuda, un soporte, para la economía doméstica, sobre todo en un escenario de pensiones consideradas escasas. Los productos entregados modulaban la dieta y aligeraban gastos básicos, aportando seguridad alimentaria a este grupo de personas mayores. Asimismo, valoran el uso adecuado de los alimentos, evitando su desperdicio y reconociéndolos como un bien público que conlleva responsabilidad colectiva.

Por último, los significados ligados al consumo revelan que el PACAM es visto como una expresión de cuidado institucional, dado que manifiestan sentirse consideradas y resguardadas por el sistema de salud, lo que refuerza sensaciones de socialización y valoración personal. Puede afirmarse que el Programa no solamente entrega alimentos, sino que también se transforma en el cauce para generar una vivencia de acompañar y cuidar en esta etapa de la trayectoria vital. Si bien las narrativas convergen en una valoración positiva del Programa, el análisis también permite identificar matices en los énfasis atribuidos por las participantes. Mientras algunas destacan preferentemente la dimensión económica del PACAM como soporte ante pensiones insuficientes, otras enfatizan su dimensión simbólica y emocional, vinculada a sentirse cuidadas y consideradas por el sistema de salud. Esta heterogeneidad de énfasis sugiere que los significados atribuidos al Programa se articulan de manera particular según las condiciones socioeconómicas y las redes de apoyo de cada una de ellas.

Discusión

Los hallazgos sugieren que, para las participantes, el consumo de los alimentos del PACAM opera como un significante múltiple que trasciende su función nutricional: es simultáneamente un recurso económico, un vínculo afectivo con la institucionalidad y una señal simbólica de reconocimiento social hacia la vejez. Esta multiplicidad de sentidos permite entender por qué el Programa logra insertarse en la vida cotidiana de estas mujeres con mayor profundidad que la que sugeriría un análisis puramente nutricional. La forma en que consumen estos productos depende del valor sápido, de lo que les recomiendan los profesionales de salud y de los significados que le otorgan para su alimentación diaria. Los hallazgos demuestran que el Programa constituye una intervención holística e integral en la nutrición comunitaria, cuyos resultados se alinean con modelos modernos para un proceso de envejecimiento saludable que promueven la nutrición, la funcionalidad, la autonomía y el apoyo social en la vejez (Paoli et al., 2025).

Al igual que en otros estudios con personas mayores, como los realizados por Balkan et al., (2025) o Fleury et al., (2021), las participantes comprenden que el consumir los alimentos del PACAM les

entrega más energía y motivación para realizar actividades del diario vivir. El bienestar subjetivo influye en la salud de cada persona, ya sea desde una dimensión cognitiva como afectiva (Abdullahi et al., 2020). Desde esta perspectiva, la alimentación adquiere un rol esencial, ya que el seguir una dieta saludable mejora o al menos influye en el bienestar percibido (Qin et al., 2024). Las mujeres de este estudio no solo visualizan a los alimentos del PACAM como una fuente de nutrición; también les importa cómo estos productos afectan su ánimo y su vida social, lo que cimenta su bienestar subjetivo. Después de consumirlos, se sienten con más vitalidad y disposición a realizar diversas actividades. Esto confirma que la adherencia a intervenciones alimentarias está profundamente mediada por factores subjetivos, culturales y psicosociales (Govindaraju et al., 2022; Walker-Clarke et al., 2022). Lo anterior, permite reconocer una satisfacción con la vida y emociones positivas, componentes esenciales que destaca la Teoría de Diener (Giuntoli & Vidotto, 2021). Además, el hecho de sentirse apoyadas por el sistema de salud, poder preparar los alimentos desde sus patrones gastronómicos y saber que estos productos están diseñados para cubrir sus necesidades nutricionales, aportan a su bienestar y salud.

Utilizar ingredientes para preparaciones culinarias en que se reconozca el sabor, la textura y la facilidad para ser incluidos en distintas recetas, mejora la adherencia a programas de alimentación (Esperança et al., 2025; Mashiah et al., 2025). La percepción positiva de las participantes del estudio para consumo de alimentos del Programa, contrasta con la baja adherencia y el subconsumo reportados en estudios cuantitativos previos (Alvear-Vega & Vargas-Garrido, 2022; Arazo-Rusindo et al., 2022; García et al., 2024). Esta aparente contradicción podría explicarse, al menos en parte, por las características de la muestra: las participantes de este estudio forman parte de una agrupación social activa y vinculada a una red comunitaria sostenida, lo que podría situarlas entre las beneficiarias con mayor adherencia al Programa, antes que representar la heterogeneidad de experiencias, incluidas aquellas de subconsumo o abandono, presente en la población general de personas mayores beneficiarias del PACAM. Esta tensión releva la importancia de que futuros estudios cualitativos incorporen también las voces de beneficiarias con baja o nula adherencia al Programa. Como reflexión, la adherencia a este tipo de programas no depende únicamente del diseño nutricional del producto, sino de su capacidad de ser resignificado culturalmente por quienes lo reciben, lo que interpela a las políticas alimentarias a incorporar la flexibilidad culinaria y el respeto por los patrones alimentarios locales como criterios de diseño, y no solo como un resultado deseable.

Considerar el valor del PACAM como apoyo económico se vuelve fundamental, especialmente cuando los ingresos son limitados. Esta situación se vincula directamente con determinantes sociales de la salud (Hahn, 2021; Sen et al., 2025). Las personas entrevistadas refieren que los alimentos que reciben aportan a su seguridad alimentaria y reducen el gasto diario en comida. La literatura respalda que los programas de suplementación alimentaria en personas mayores aminoran desigualdades socioeconómicas y disminuyen la vulnerabilidad nutricional, sobre todo en contextos de envejecimiento y bajos ingresos (National Academies of Sciences et al., 2022).

En relación con lo anterior, la interpretación de los resultados demuestra el cómo personal de salud, y sobre todo nutricionistas, ejercen un papel esencial para dar legitimidad al Programa y lograr que los beneficiarios realmente lo adscriban. Cuando el consejo proviene de un profesional, las personas podrían sentir que estos alimentos responden a las necesidades propias de su edad, lo que posiciona al vínculo clínico como un mecanismo de legitimación simbólica del Programa, capaz de transformar un alimento entregado por el Estado en un cuidado personalizado percibido, y sugiere que la adherencia a este tipo de intervenciones depende tanto de su diseño técnico como de la calidad relacional con quienes las median en el territorio. Este hallazgo fortalece la necesidad de conectar las políticas públicas de alimentación (Henríquez Romero et al., 2025; Robles-Tapia, 2025), con la atención primaria en salud, especialmente para acompañar a personas mayores dentro de su propio contexto social y cultural (Dobrow et al., 2022; Hernández-Moreno et al., 2025).

Los hallazgos deben interpretarse considerando las siguientes limitaciones. Los datos se recolectaron en un contexto específico y las participantes exhiben un perfil parecido entre sí. Esto podría limitar la

comprensión de las experiencias de mujeres mayores beneficiarias del PACAM en otros territorios y justificar la pronta saturación de los datos. Asimismo, los resultados están relacionados con mujeres mayores que viven en una comuna con tradición rural, con características sociodemográficas que pueden influir en cómo viven el Programa, según su cultura, su entorno social o los servicios de salud a los que tienen acceso, además de aspectos específicos ligados a su género en la vejez. Los resultados sirven como una base contextual que puede apoyar futuras investigaciones en otros lugares. Esto podría incluir, por ejemplo, el uso de diseños mixtos o estudios longitudinales para medir cómo el Programa afecta indicadores objetivos de salud y calidad de vida, así como el contraste con la experiencia de mujeres mayores beneficiarias del PACAM residentes en localidades urbanas, dado que la evidencia muestra diferencias significativas en los patrones de consumo alimentario entre personas mayores de zonas rurales y urbanas (Ygnatios et al., 2023), lo que podría influir también en los significados y la adherencia a programas alimentarios. Dicha comparación permitiría identificar con mayor precisión qué hallazgos son atribuibles a la ruralidad y cuáles podrían generalizarse a otros contextos territoriales.

Asimismo, una limitación relevante del estudio es que no se incluyó a hombres mayores beneficiarios del PACAM, lo que impide conocer si sus experiencias, motivaciones y significados en torno al Programa son similares o difieren de los reportados por las mujeres participantes. Si bien esta decisión respondió al interés específico de profundizar en el rol de las mujeres mayores como principales gestoras de la alimentación del hogar (Chen et al., 2021, 2025), se reconoce que esta exclusión limita la comprensión integral de la experiencia de las personas mayores beneficiarias del Programa en su conjunto.

Conclusiones

Las mujeres mayores participantes de este estudio valoran los alimentos del PACAM de manera integral. Sus motivaciones para el retiro y consumo se basan no solo en la percepción de un beneficio nutricional, sino también en la satisfacción sensorial, la utilidad práctica, el alivio económico y el significado emocional de sentirse cuidadas desde una política alimentaria estatal. Estos factores, según lo expresado por las participantes, parecieran interactuar favoreciendo su disposición hacia el Programa.

Como reflexión, los hallazgos del estudio sugieren que los programas alimentarios podrían verse favorecidos al reconocer e integrar dimensiones subjetivas y contextuales en su diseño, implementación y comunicación. Los equipos de salud podrían considerar una manera de co-construir con identidad local, los beneficios nutricionales y socioculturales de la alimentación saludable en esta etapa de la vida, más allá de la entrega de recetas y talleres culinarios.

Declaración de uso de inteligencia artificial

Durante la preparación de este manuscrito, las autoras emplearon TurboScribe, versión de acceso libre (TurboScribe LLC), con fecha octubre de 2025, con el propósito de realizar la transcripción literal (verbatim) de las entrevistas, es decir, la conversión de audio a texto. Asimismo, emplearon DeepSeek, versión V3 Pro (DeepSeek), con fecha de diciembre de 2025, con el propósito de apoyar la traducción del resumen del manuscrito al idioma inglés y realizar correcciones menores de ortografía y gramática. Las autoras supervisaron y editaron en todo momento el resultado generado y asumen plena responsabilidad por el contenido de esta publicación. Asimismo, declaran no haber usado información sensible de los participantes en ningún modelo de Inteligencia Artificial.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no presentar conflicto de intereses.

Bibliografía

Abdullahi, A. M., Orji, R., Rabiu, A. M., & Kawu, A. A. (2020). Personality and Subjective Well-Being: Towards Personalized Persuasive Interventions for Health and Well-Being. *Online Journal of Public Health Informatics*, *12*(1), e62600. https://doi.org/10.5210/ojphi.v12i1.10335

Alvear-Vega, S., & Vargas-Garrido, H. (2022). Social Determinants of the Non-Utilization of the Supplementary Feeding Program (PACAM) Aimed at Older Adults' Nutritional Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(21), 14580. https://doi.org/10.3390/ijerph192114580

Arazo-Rusindo, M. C., Zúñiga, R. N., Cortés-Segovia, P., Benavides-Valenzuela, S., Pérez-Bravo, F., Castillo-Valenzuela, O., & Mariotti-Celis, M. S. (2022). Nutritional Status and Serum Levels of Micronutrients in an Elderly Group Who Participate in the Program for Complementary Food in Older People (PACAM) from the Metropolitan Region, Santiago de Chile. *Nutrients*, *14*(1), 3. https://doi.org/10.3390/nu14010003

Asociación Médica Mundial. (2013). *Declaración de Helsinki de la AMM: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/doh-oct-2013_s/

Balkan, E., Gadbois, E. A., Tucher, E. L., Bernard, K. P., & Thomas, K. S. (2025). Home-Delivered Nutrition Services for Older Adults Under the Older Americans Act. *JAMA Network Open*, *8*(9), e2534747. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.34747

CEPAL, C. E. para A. L. y el C. (2023). Panorama del envejecimiento y tendencias demográficas en América Latina y el Caribe. *CEPAL*.

Chen, C., Lim, J., Koh, J., Beard, J., & Rowe, J. W. (2025). A global analysis of adaptation to societal aging across low-, middle- and high-income countries using the Global Aging Society Index. *Nature Aging*, *5*(1), 113-121. https://doi.org/10.1038/s43587-024-00772-3

Chen, C., Maung, K., Rowe, J. W., Antonucci, T., Berkman, L., Börsch-Supan, A., Carstensen, L., Goldman, D. P., Fried, L., Furstenberg, F., Jackson, J., Kohli, M., Olshansky, J., Rehkopf, D., Rother, J., & Zissimopoulos, J. (2021). Gender differences in countries' adaptation to societal ageing: An international cross-sectional comparison. *The Lancet Healthy Longevity*, *2*(8), e460-e469. https://doi.org/10.1016/S2666-7568(21)00121-5

Choompunuch, B., Lebkhao, D., Suk-erb, W., & Matsuo, H. (2025). Health-Promoting Behaviors and their Associations with Frailty, Depression, and Social Support in Thai Community-Dwelling Older Adults: A Cross-Sectional Analysis. *Annals of Geriatric Medicine and Research*, *29*(3), 393-402. https://doi.org/10.4235/agmr.25.0080

Dobrow, L., Estrada, I., Burkholder-Cooley, N., & Miklavcic, J. (2022). Potential Effectiveness of Registered Dietitian Nutritionists in Healthy Behavior Interventions for Managing Type 2 Diabetes in Older Adults: A Systematic Review. *Frontiers in Nutrition*, *8*. https://doi.org/10.3389/fnut.2021.737410

Esperança, V. J. da R., Castro, I. P. L. de, Couto, C. de C., Macedo, A. V. de M., Freitas de Sá, D. de G. C., Lima, J. P., & Freitas-Silva, O. (2025). Elderly People's Evaluation and Understanding of Vegetable Beverages Based on Brazil Nuts (Betholletia excelsa). *Beverages*, *11*(5), 127. https://doi.org/10.3390/beverages11050127

Fleury, S., Tronchon, P., Rota, J., Meunier, C., Mardiros, O., Van Wymelbeke-Delannoy, V., & Sulmont-Rossé, C. (2021). The Nutritional Issue of Older People Receiving Home-Delivered Meals: A Systematic Review. *Frontiers in Nutrition*, *8*. https://doi.org/10.3389/fnut.2021.629580

García, V., Huenante, N. L., Silva, A., Bustamante, M., León, S., Silva, L., Baeza, M., Chandía, C., & Gamonal, J. (2024). Políticas Públicas sobre Envejecimiento en Chile: Revisión Narrativa 1990-2022. *Revista Estudios de Políticas Públicas*, *10*(1), 23-40. https://doi.org/10.5354/0719-6296.2024.72500

Giuntoli, L., & Vidotto, G. (2021). Exploring Diener's Multidimensional Conceptualization of Well-Being Through Network Psychometrics. *Psychological Reports*, *124*(2), 896-919. https://doi.org/10.1177/0033294120916864

Govindaraju, T., Owen, A. J., & McCaffrey, T. A. (2022). Past, present and future influences of diet among older adults – A scoping review. *Ageing Research Reviews*, *77*, 101600. https://doi.org/10.1016/j.arr.2022.101600

Guillen, D. E. F. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y representaciones*, *7*(1), 201-229.

Hahn, R. A. (2021). What is a social determinant of health? Back to basics. *Journal of public health research*, *10*(4), jphr-2021.

Henríquez Romero, B., Alvarado Soto, T., Vega Mella, J., Viscardi, S., & Lanuza, F. (2025). Programa de educación nutricional para mejorar la calidad de la alimentación en personas mayores: Enfoque en productos Nutramax. *Revista chilena de nutrición*, *52*(3), 126-143.

Hernández-Moreno, A., Gutiérrez-Gutiérrez, F., Celedón-Celis, N., Girona-Gamarra, M., & Hochstetter-Diez, J. (2025). Analysis of Public Policies on Food Security for Older Mapuche Adults in Rural Areas. *Foods*, *14*(6), 1055. https://doi.org/10.3390/foods14061055

Kokorelias, K. M., Valentine, D., Eaton, A. D., Munce, S. E. P., Sheppard, C. L., Hitzig, S. L., Wasilewski, M. B., Zhabokritsky, A., Abdelhalim, R., Jamieson, L.,

Harris, M. T., & Sirisegaram, L. (2026). Lived experiences of social isolation and meaningful relationships among older adults living with HIV with a concurrent mental health diagnosis: A Heideggerian phenomenological approach. *Healthcare*, *14*(2), 257. https://doi.org/10.3390/healthcare14020257

Mashiah, L., Lavoisier, A., Gwala, S., Calahorra, A. A., Shani Levi, C., Rødbotten, R., Varela, P., Sarkar, A., Brodkorb, A., Dupont, D., & Lesmes, U. (2025). Strategic Considerations in Designing Food Solutions for Seniors. *Foods*, *14*(3), 396. https://doi.org/10.3390/foods14030396

National Academies of Sciences, E., Division, H. and M., Board, F. and N., Soltani, H., & Callahan, E. A. (2022). Nutritional Policies, Practices, and Challenges That Affect Older Adults. En *Assessing Intake of Food and Dietary Supplements in Older Adults: Proceedings of a Workshop Series*. National Academies Press (US). https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK588864/

Oluka, A. (2025). Phenomenological research strategy: Descriptive and interpretive approaches. *F1000Research*, *14*, 725.

Osareme, J., Ogugua, Muonde, M., Maduka, C. P., Olorunsogo, T. O., & Omotayo, O. (2024). Demographic shifts and healthcare: A review of aging populations and systemic challenges. *International Journal of Science and Research Archive*, *11*(1), 383-395. https://doi.org/10.30574/ijsra.2024.11.1.0067

Paoli, A., Iaccarino, G., Lucidi, F., Pagnini, F., Boccuzzo, G., & Illario, M. (2025). Multidimensional determinants of active and healthy aging trajectories: A position paper from the Age-It Research Program. *The Journals of Gerontology: Series B*, *80*(Supplement_2), S145-S157. https://doi.org/10.1093/geronb/gbaf196

Parsons, K., Gaudine, A., & Swab, M. (2021). Experiences of older adults accessing specialized health care services in rural and remote areas: A qualitative systematic review. *JBI evidence Synthesis*, *19*(6), 1328-1343.

Qin, A., Wang, M., Yang, H., Xin, T., & Xu, L. (2024). Chinese-modified MIND Diet and subjective well-being in adults aged 60 years or older in China: A national community-based cohort study. *European Journal of Nutrition*, *63*(8), 2999-3012. https://doi.org/10.1007/s00394-024-03484-x

Robles-Tapia, D. (2025). Expansion of the PACAM Coverage Age: A Crucial Action for Healthy Aging in Older Adults. *Revista médica de Chile*, *153*(8), 606-607. https://doi.org/10.4067/s0034-98872025000800606

Sen, K., Kruse, C. S., Mileski, M., & Ramamonjiarivelo, Z. (2025). Interventions to reduce social isolation and food insecurity in older adults: A systematic review. *Frontiers in Nutrition*, *12*. https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1607057

Troncoso-Pantoja, C., Amaya-Placencia, J. P., Alarcón-Riveros, M., & Sotomayor-Castro, M. (2025). Estudiantes universitarios y género: Comprensión hermenéutica de la influencia de personas mayores en patrones alimentarios. *Revista del Nacional (Itauguá)*, *17*, 191.

Troncoso-Pantoja, C., Díaz-Toro, F., Petermann-Rocha, F., Nazar, G., Concha-Cisternas, Y., Leiva-Ordoñez, A. M., & Celis-Morales, C. (2024). Construcción de la alimentación en trayectorias vitales de personas mayores. *ARS medica (Santiago)*, *49*(1), 22-33.

Vasconcelos, F. de A. G. de. (2026). Phenomenological approaches to qualitative research in the field of Nutrition in Brazil: A literature review. *Ciência & Saúde Coletiva*, *31*, e15792024.

Walker-Clarke, A., Walasek, L., & Meyer, C. (2022). Psychosocial factors influencing the eating behaviours of older adults: A systematic review. *Ageing Research Reviews*, *77*, 101597. https://doi.org/10.1016/j.arr.2022.101597

Watson, A. (2025). A postmodernist qualitative research approach: Choosing between descriptive and interpretive phenomenology. *Journal of Advanced Nursing*, *81*(10), 6968-6973.

Weiss, E. (2017). Hermenéutica y descripción densa versus teoría fundamentada. *Revista mexicana de investigación educativa*, *22*(73), 637-654.

Ygnatios, N. T. M., Moreira, B. de S., Lima-Costa, M. F., & Torres, J. L. (2023). Urban-rural differences in food consumption and environment and anthropometric parameters of older adults: Results from ELSI-Brazil. *Cadernos de Saúde Pública*, *39*, e00179222.