

# Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

## Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics


[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)

### EDITORIAL

#### Alfabetización alimentaria centrada en las personas mayores desde un enfoque de derechos: la geragogía como desafío para la práctica clínica y comunitaria

➤ Food literacy focused on older adults from a human rights approach: geragogy as a challenge for clinical and community practice

**Claudia Troncoso-Pantoja<sup>a,b,\*</sup>, Juan Pablo Amaya-Placencia<sup>b</sup>, Ashuin Kammar-García<sup>c</sup>, Diego A. Bonilla<sup>d,e</sup>, Edna J. Nava-González<sup>f</sup>, Amparo Gamero<sup>g</sup>, Manuel Reig García-Galbis<sup>h</sup>, Patricio Pérez-Armijo<sup>i</sup>, Edgar Pérez-Esteve<sup>j</sup>, Tania Fernández-Villa<sup>k,l</sup> y Rafael Almendra-Pegueros<sup>m</sup>**

**a** Grupo de investigación inicial COLABORA, Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile.

**b** Vicerrectoría de Investigación y Postgrado, Universidad Arturo Prat, Iquique, Chile.

**c** Dirección de Investigación, Instituto Nacional de Geriátrica, Ciudad de México, México.

**d** Grupo de Investigación en Fisiología Integrativa (DBSS-Phi), Dynamical Business & Science Society – DBSS International SAS, Bogotá, Colombia.

**e** Grupo de Investigación Nutral, Facultad Ciencias Alimentarias y Farmacéuticas, Universidad CES, Medellín, Colombia.

**f** Facultad de Salud Pública y Nutrición, Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, Nuevo León, México.

**g** Grupo de investigación Bionutest, Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Ciencias de la Alimentación, Toxicología y Medicina Legal, Universitat de València, Valencia, España.

**h** Departamento de Química Analítica, Nutrición y Bromatología, Facultad de Ciencias, Universidad de Alicante, San Vicente del Raspeig, Alicante, España.

**i** Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Isabel I, Burgos, España.

**j** Instituto Universitario de Ingeniería de Alimentos FoodUPV, Universitat Politècnica de València, Valencia, España.

**k** Grupo de Investigación en Interacciones Gen-Ambiente y Salud (GIIGAS) / Instituto de Biomedicina (IBIOMED), Universidad de León, León, España.

**l** Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), Madrid, España.

**m** Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Barcelona, España.

\*[ctroncosop@ucsc.cl](mailto:ctroncosop@ucsc.cl)

*Editor Asignado: Rafael Almendra-Pegueros, Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Barcelona, España.*

Recibido: 10/09/2025; Aceptado: 09/10/2025; Publicado: 21/12/2025

### CITA

**Troncoso-Pantoja C, Amaya-Placencia JP, Kammar-García A, Bonilla D, Nava-González EJ, Gamero A, García-Galbis MR, Pérez-Armijo P, Pérez-Esteve E, Fernández-Villa T, Almendra-Pegueros R. Alfabetización alimentaria centrada en las personas mayores desde un enfoque de derechos: la geragogía como desafío para la práctica clínica y comunitaria. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2025; 29(3): e2623.**

doi: <https://doi.org/10.14306/renhyd.29.3.2623>



La población mundial está experimentando un envejecimiento acelerado, proceso natural y progresivo que conlleva alteraciones en diversas funciones fisiológicas del organismo y que se expresa en una pérdida gradual de la funcionalidad, lo que a su vez incrementa la dependencia de los individuos<sup>1</sup>. En este escenario, los estilos de vida, y en especial, la alimentación y nutrición, adquieren un papel central, no sólo en términos de salud física, sino también como componentes esenciales de la calidad de vida, la autonomía y la dignidad<sup>2</sup>. Sin embargo, persiste una brecha importante: las intervenciones alimentarias y educativas dirigidas a las personas mayores suelen basarse en modelos verticales y prescriptivos más que participativos<sup>3</sup>. Esto podría invisibilizar la voz, los significados, los saberes y las trayectorias vitales de quienes envejecen. Frente a esta realidad, la alfabetización alimentaria centrada en la persona mayor y sustentada en un enfoque de derechos ofrece un camino renovado y transformador para el bienestar en este grupo de personas.

La alfabetización alimentaria se define como el conjunto de conocimientos, habilidades y competencias que capacitan a los individuos para tomar decisiones informadas y críticas respecto a su alimentación, independientemente de la etapa del curso de vida en la que se encuentren<sup>4</sup>. Es una consecuencia del proceso educativo y tiene como objetivo centrarse en la persona, en el mensaje que recibe y en los recursos de los que dispone; desde una perspectiva de intervención, deben considerarse tres actores clave: los entornos, los profesionales de la salud y las propias personas<sup>5</sup>. No se trata de entregar información o recomendar conductas, sino de promover procesos de participación activa en los que la persona mayor pueda decidir y co-construir sus necesidades formativas<sup>6</sup>. En este sentido, la alimentación no se concibe sólo como un acto biológico, sino como un fenómeno social y cultural que se entrelaza con identidades, memorias y contextos comunitarios, y que puede influir en las prácticas clínicas y comunitarias, avanzando hacia una atención más humanizada, respetuosa y valorada por las personas mayores.

La educación para la alfabetización alimentaria no puede abordarse con los mismos métodos utilizados en la educación infantil o juvenil. En este punto cobra especial relevancia la andragogía, que enfatiza el aprendizaje adulto y reconoce la experiencia acumulada, la necesidad de pertinencia práctica y la motivación intrínseca de las personas<sup>7</sup>. En el caso de las personas mayores, de manera más reciente, se está acuñando el término "geragogía" para referirse al campo de estudio y práctica educativa centrado en la persona mayor y su proceso de enseñanza y aprendizaje. La geragogía permite reconocer necesidades biopsicosociales propias del envejecimiento, por lo que las estrategias educativas deben fomentar la participación activa, la personalización y la relevancia de los contenidos, así como el desarrollo integral y el fortalecimiento de la autonomía y el bienestar, todo ello adaptado a los contextos reales personales, familiares y comunitarios en este grupo poblacional<sup>8</sup>.

El enfoque de derechos puede situar a la alimentación en un plano normativo y ético, cimentado en el reconocimiento de la

Organización de las Naciones Unidas (ONU) del derecho humano a una alimentación adecuada como principio fundamental<sup>6</sup>. Aplicar este marco en la geragogía, la gerontología y la nutrición, implica superar visiones asistencialistas y reconocer a las personas mayores como titulares de derechos, capaces de exigir condiciones que garanticen su acceso, disponibilidad y disfrute de alimentos culturalmente apropiados y nutritivos<sup>9</sup>. Esto requiere, además, del compromiso de los Estados, instituciones, comunidades y profesionales de la salud en el diseño e implementación de políticas, programas y prácticas inclusivas que no reproduzcan edadismo ni enmascarar las diversidades.

La geragogía, para el logro de sus objetivos, debe responder a una necesidad de alfabetización alimentaria que emane de las personas mayores en un marco de respeto a sus derechos. La aplicación práctica del enfoque de derechos requiere de cambios en la formación y en el quehacer de nutricionistas y otros agentes sanitarios. Estos aprendizajes deben partir de la comprensión de que las acciones destinadas a la enseñanza de una alimentación saludable han de orientarse hacia la co-construcción de saberes, tradiciones y costumbres locales, lo que potencia un aprendizaje dialógico y bidireccional, centrado en la persona mayor y sustentado en un enfoque de derechos.

En la atención clínica, este cambio implica transitar de una prescripción de dietas estandarizadas a la construcción de planes alimentarios personalizados, elaborados en diálogo con la persona mayor y su entorno familiar. Supone también reconocer y validar el papel de los cuidadores y del equipo interdisciplinario, incorporando dimensiones emocionales y sociales vinculadas a la alimentación. En el ámbito comunitario, la alfabetización alimentaria centrada en la persona mayor puede materializarse en talleres participativos, círculos de cocina intergeneracional, programas de compra y consumo responsable, o iniciativas de huertos comunitarios, que refuercen tanto la autonomía como el tejido social.

El rol de los y las nutricionistas-dietistas en los equipos interdisciplinarios debe trascender a la comunicación en estilos de vida saludables y asumir una función facilitadora que promueva la reflexión crítica y el empoderamiento de las personas mayores. Este cambio de paradigma requiere de competencias geragógicas y éticas, además de un compromiso activo con la justicia social y la equidad en salud. Como agentes sanitarios, debemos comprender que las intervenciones basadas en un enfoque de derechos no son opcionales, sino obligaciones derivadas de marcos normativos vigentes en países de Iberoamérica<sup>10</sup>.

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética propone fortalecer la práctica profesional mediante una alfabetización alimentaria centrada en las personas mayores y orientada por un enfoque de derechos. Esta perspectiva promueve la innovación en políticas públicas, investigación y colaboración interinstitucional para vincular la alimentación con la inclusión, el bienestar y la ciudadanía en el envejecimiento.

Las personas mayores no deben ser vistas como destinatarios pasivos de programas alimentarios y nutricionales, sino como

protagonistas de su propio proceso de aprendizaje y decisión alimentaria. Integrar el modelo centrado en la persona, el enfoque de derechos, la alfabetización alimentaria y la geragogía constituye una oportunidad única para transformar la práctica clínica y comunitaria en nutrición gerontológica. Se trata de avanzar hacia intervenciones más humanas, participativas y sostenibles, capaces de responder a los desafíos de la longevidad y de garantizar el derecho a una alimentación adecuada en todas las etapas de la vida.

## CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Todos los autores participaron en la concepción, redacción del manuscrito y aprobaron la versión final del mismo.

## FINANCIAMIENTO

No existió financiamiento para la redacción de este manuscrito.

## CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores son editores asociados de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética (RENHYD).

## REFERENCIAS

- (1) Petermann-Rocha F, Troncoso-Pantoja C, Gamero A, Pérez-Armijo P, Carrillo-Alvarez E, Daga R et al. Food challenges for an ageing world. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2023; 27(3): 179-181. <https://doi.org/10.14306/renhyd.27.3.1975>
- (2) Pageau F, Fiasse G, Nordenfelt L, Mihailov E. Care of the older person and the value of human dignity. *Bioethics.* 2024; 38(1):44-51. <https://doi.org/10.1111/bioe.13251>
- (3) Troncoso C, Monsalve C, Ricchezza J, Burdiles G. Healthcare education for the elderly: assessment of teaching-learning strategies. *Index Enferm.* 2023; 32(2): e14329. <https://doi.org/10.58807/indexenferm20235795>
- (4) García O, Celis I. Design and validation of a scale to measure food literacy among university students. *Rev. Chil. Nutr.* 2023; 50(4): 401-412. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182023000400401>
- (5) Juvinyà-Canal D, Bertran-Noguer C, Suñer-Soler R. Health literacy, more than information. *Gac Sanit.* 2018; 32(1):8-10. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.07.005>
- (6) Belleville S, Anderson ND, Bherer L, Camicioli R, Carrier J, Chan S et al. The development of a web-based program for dementia literacy and risk factor reduction. *J Prev Alzheimers Dis.* 2025; 12(6):100134. <https://doi.org/10.1016/j.tjpad.2025.100134>
- (7) Mulyadi N, Suwarno S, Hakim L. Penerapan model pembelajaran berbasis proyek untuk meningkatkan kemampuan menulis teks naratif siswa kelas VIII. *ELSYA J Engl Lang Stud.* 2022;7(2):267-276.
- (8) Hestyan AP, Mardiyah S, Susanto SF. Exploring geragogy as a non-formal education approach to promote quality of life for the elderly. *EduLine J Educ Learn Innov.* 2025;5(1):188-194. <https://doi.org/10.35877/454RI.eduline3624>
- (9) Brady PJ, Askelson NM, Thompson H, Ashida S, Nothwehr F, Janssen B, Frisvold D. Perceptions of the Right to Food Among Adults Aged 60 Years and Older. *Ecol Food Nutr.* 2023; 62(3-4):165-180. <https://doi.org/10.1080/03670244.2023.2228702>
- (10) Stoeckel KJ, Evers I, Fitzgerald KG. Gerontological education: a pathway towards advancing the rights of older people. *Gerontol Geriatr Educ.* 2024; 45(3):398-409. <https://doi.org/10.1080/02701960.2023.2231361>