

## Live Well Omaha Kids: Resumen de Grupos Focales Sobre el Compromiso del Vecindario



Se realizó una serie de grupos focales comunitarios con el objetivo principal de identificar las necesidades y las metas de la comunidad para mejorar el peso saludable de la niñez. Se realizaron dos niveles de grupos focales en los vecindarios con zona postal 68107 y 68111: 1. nivel - organización (n = 1) y 2. nivel - residente (n = 2) para un total de 6 grupos focales. Los temas destacados durante estos grupos focales se resumen a continuación.

### Percepción de los vecindarios

- No está sujeto a límites estrictos, mas bien está enraizado en los espacios y puntos de referencia de la comunidad (por ejemplo, centros de recreación, tiendas de comestibles) y también en las conexiones sociales y el capital social que une a una comunidad.
- Recomendaciones clave: las definiciones y los límites de los vecindarios pueden ser considerados fluidos y autodeterminados por los residentes (es decir, preguntar a los residentes), considerar las barreras únicas que enfrentan los vecindarios (p. ej., impacto de un plan de revitalización, poblaciones de refugiados), y los esfuerzos deben ser dirigidos por los residentes desde el principio.

### Percepciones sobre la salud y barreras generales

- Problemas comúnmente identificados y generalizados con la pobreza, el costo de los alimentos saludables, las disparidades en cuanto a quién participa /quién tiene acceso a las oportunidades de actividad física, el estrés relacionado y las preocupaciones con la salud mental y la falta de transportación.
- Recomendaciones clave: utilizar un "enfoque de familia completa" para la prevención de la obesidad, tratar múltiples comportamientos de salud considerando la salud mental y el estrés, y tomar en cuenta opciones de transportación para que las familias puedan llegar a los programas, tiendas de comestibles, etc.

### Barreras para una dieta saludable

- El pobre acceso a los alimentos saludables es generalizado y es particularmente desafiante en los vecindarios de bajos ingresos, que se ve agravado por las barreras en la transportación.
- Los costos de los alimentos saludables llevan a una mayor dependencia de comida rápida / y artículos de conveniencia.
- Encontrar alimentos importantes para la cultura también se discutió como un desafío.
- Recomendaciones clave: mejorar el acceso ampliando el programa de tienda saludable/pequeña, enseñar métodos para modificar recetas tradicionales para que sean más saludables, desarrollar huertos comunitarios y caseros y abordar el estigma y la facilidad de uso para promover el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, por sus siglas

## Live Well Omaha Kids: Resumen de Grupos Focales Sobre el Compromiso del Vecindario

en inglés) y Programa de Nutrición Complementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés).

### Barreras para la actividad física

- Una de las principales barreras reportadas fue la falta de acceso a oportunidades de actividad física y había interés en utilizar parques y caminos con más frecuencia si el mantenimiento fuera mejor y estos lugares fueran seguros.
- Los niños están limitados en el juego libre y otras actividades al aire libre debido a problemas de seguridad. Además, muchos padres de bajos ingresos tienen múltiples trabajos, lo que no les permite tener tiempo para transportar y supervisar a sus hijos en actividades.
- Recomendaciones clave: agregar más actividades estructuradas a la programación (incluyendo la oferta de más actividades gratuitas), ofrecer actividades no estructuradas con supervisión adulta, alentar a los líderes de la comunidad a abogar por caminos, aceras y conectividad más seguros y considerar formas innovadoras de hacer que el tiempo que los niños pasan frente a una pantalla sea más activo.

### Otras recomendaciones

- Desarrollar más oportunidades para que las agencias se conecten y aprendan sobre los esfuerzos de cada una.
- Fomentar una conexión sana de mente-cuerpo y la importancia de la salud mental.
- Considerar los factores estresantes que enfrentan las familias diariamente como parte de los factores que contribuyen a la elección de estilos de vida.
- Incluir más oportunidades de apoyo entre iguales para familias que enfrentan desafíos similares.
- El personal del programa debe reflejar la población a la que sirven.
- Conocer a las familias donde se encuentran, incentivando la participación, adaptar programas para satisfacer las necesidades y ser culturalmente relevantes, construir relaciones y buena penetración con las comunidades y contar con más programación y liderazgo impulsados por la comunidad.