

UNIVERSIDAD AUSTRAL DE CHILE  
Facultad de Filosofía y Humanidades  
Escuela de Antropología

**Profesor Patrocinante**  
**Ricardo Oyarzún Bahamondes**  
**Instituto de Salud Pública**

**Analizando Nuestra Mesa:**  
**Conceptos y conductas alimentarias en familias con niños escolares que**  
**Cursan 5 Básico en la ciudad de Valdivia**

Tesis para optar al grado de Licenciado en Antropología

**Pamela Elizabeth Fontecilla Contreras**  
**Sergio Enrique Pizarro Manzano**

**Valdivia Chile 2003**

## INDICE

	página
1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. EL PROBLEMA Y SU CONTEXTO.....	4
3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	5
4. MARCO TEÓRICO.....	6
4.1. Desde la historia.....	6
4.2. Tendencias de la antropología nutricional.....	8
4.3. El hombre frente al alimento: La evolución de la dieta.....	9
4.4. Desde la teoría: Explicaciones antropológicas y sociológicas	16
4.5. Clasificación de los alimentos.....	22
5. ANTECEDENTES GENERALES DEL TEMA.....	27
5.1 Perfil epidemiológico en Chile.....	29
5.2 Un poco de historia.....	31
5.3 Promoción de salud.....	32
6. ANTECEDENTES DE LA POBLACION ESTUDIADA.....	37
6.1. Sector Las Animas.....	37
6.2. Sector Angachilla.....	38
6.3. Sector Teniente Merino.....	39
6.4. Sector Corvi 2.....	40
7. ASPECTOS METODOLÓGICOS.....	42
7.1. Tipo de investigación.....	42

7.2. Contexto geográfico y temporal.....	42
7.3. Unidad de análisis.....	43
7.4. Población.....	43
7.5. Muestra.....	44
7.6. Recolección de Información.....	44
7.6.1. Revisión Bibliográfica.....	44
7.6.2. Recolección de datos secundarios.....	45
7.6.3. Recolección de datos primarios.....	45
7.7. Análisis de la información.....	48
8. RESULTADOS.....	49
8.1. Sobre las familias.....	49
8.1.1. Estado civil de los padres.....	50
8.1.2. Composición familiar.....	51
8.1.3. Religión.....	52
8.1.4. Nivel de estudio de los padres.....	53
8.1.5. Ingresos y trabajo.....	54
8.1.6. Quién cocina.....	56
8.1.7. Número que saben cocinar en la casa.....	57
8.1.8. Formas de aprendizaje.....	58
8.1.9. Planificación.....	59
8.1.10. Información.....	60
8.1.11. Enfermedades más comunes relacionadas con alimentación.....	62
8.1.12. Preferencia para escoger alimentos.....	63

8.2. Resultados por escuela.....	65
8.2.1. Escuela Fernando Santiván.....	65
8.2.2. Escuela Teniente Merino.....	65
8.2.3. Escuela Las Animas.....	66
8.2.4. Escuela Angachilla.....	67
8.3. Resultados generales.....	68
9. DISCUSIÓN.....	83
10. CONCLUSIONES.....	91
11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	95
12. ANEXO N°1 .....	99
13. ANEXO N°2.....	104

## INDICE DE CUADROS Y GRAFICOS

	página
Cuadro N°1, Cuadro resumen de recolección de datos primarios.....	47
Gráfico N°1, Estado civil.....	50
Gráfico N°2, Número de personas por familia.....	51
Gráfico N°3, Religión.....	52
Gráfico N°4, Nivel de escolaridad.....	53
Gráfico N°5, Ingresos.....	54
Gráfico N°6, ¿Quién cocina?.....	56
Gráfico N°7, Número de personas que saben cocinar.....	57
Gráfico N°8, ¿Cómo aprendió a cocinar?.....	58
Gráfico N°9, Se planifica para cocinar.....	59
Gráfico N°10, Ha recibido información.....	60
Gráfico N°11, Medios de información.....	61
Gráfico N°12, Enfermedades.....	62
Gráfico N°13, Preferencia para escoger alimentos.....	63

## AGRADECIMIENTOS

Los autores agradecen a las siguientes personas que hicieron posible la realización de esta investigación:

A todas las familias que nos abrieron las puertas de sus hogares y se dieron el tiempo para conversar y compartir sus experiencias. Su buena disposición nos hizo pensar que la conversación es posible, a pesar del modelo individualista y de desconfianza que intentan imponer.

A los directores de las escuelas Angachilla, Las Animas, Teniente Merino y Fernando Santiván, y a los profesores jefes de los quintos básicos que nos dieron todas las facilidades para que este proyecto resultara.

A todos los niños de quinto básico, por su cariño hacia un par de desconocidos.

A nuestro profesor patrocinante Ricardo Oyarzún por el apoyo, las horas de conversación amenizadas con café, y el estímulo para desarrollar este trabajo.

Por último debemos agradecer a los profesionales del Departamento de Nutrición Pública del INTA, por la acogida, facilidades y el material otorgado durante nuestra visita a sus dependencias.

Quiero dedicar este trabajo a Mónica y Patricio, mis padres, quienes por su esfuerzo, cariño y aliento han hecho posible el término de este camino y el comienzo de otro. No puedo dejar de mencionar a mis hermanos, sobrinos y amigos quienes amenizaron mis largas horas de trabajo.

*Pamela*

Este trabajo está dedicado a mis padres, hermanos y sobrinos por todo el amor, apoyo y esfuerzo entregado en estos años lluviosos. También a los amigos que hicieron de mi estadía en Valdivia unas largas vacaciones.

*Sergio*

"Las costumbres del buen comer, que vienen de lejos, tienen, en algunos países, miles de años de refinamiento y diversidad, y son un patrimonio colectivo que de alguna manera está en los fogones de todos y no sólo en la mesa de los ricos. Estas tradiciones, esas señas de identidad cultural, esas fiestas de la vida, están siendo apabulladas, de manera fulminante, por la imposición del sabor químico y único: la globalización de la hamburguesa, la dictadura de la *fast food*."

Eduardo Galeano (1999: 261-262)

## 1. INTRODUCCION

Cuando pensamos en las necesidades básicas que permiten al hombre su supervivencia una de las primeras que se nos viene a la mente, si es que no la primera, es la alimentación, porque indudablemente nuestro organismo necesita de nutrientes para su normal funcionamiento y desarrollo. Pero un acto aparentemente tan sencillo como es llevarse un alimento a la boca, al estar el hombre en sociedad, toma una serie de pautas que impone la cultura de la que forma parte, las que tiene que respetar para estar integrado y persistir en el tiempo. Si agregamos a esto el hecho que en la actualidad entre el producto y el consumidor hay una gran cantidad de intermediarios que hacen de la elección un proceso bastante complejo.

La motivación de llevar adelante esta investigación está dada por el alto número de personas, especialmente niños, que están contrayendo enfermedades relacionadas con la alimentación, como la obesidad o la diabetes, que deterioran su calidad de vida y la de las personas que los rodean. Frente a esta problemática se han realizado diversas investigaciones para intervenir en la población a través de campañas de promoción y prevención, no obteniendo los resultados deseados. A nuestro entender las investigaciones realizadas en el país han estado marcadas por un fuerte contenido biomédico dejando de lado la parte social y cultural, que sin duda tienen importancia en este tema.

Ante esta problemática planteamos como tesis que la familia no está reproduciendo las pautas alimentarias de la manera tradicional, por lo que sus miembros están más expuestos



a las influencias de los diferentes agentes externos que dictan nuevos modelos. Por esta razón la comensalidad es un aspecto importante en la investigación, este concepto debe ser entendido como aquel proceso compartido y de reunión en la obtención, preparación y consumo de los alimentos.

Para verificar esta tesis se ha realizado la investigación que se presenta en el siguiente informe que parte con el planteamiento de los objetivos, que tienen como propósito explorar y describir los factores socioculturales que influyen en los hábitos alimentarios de familias con niños escolares que cursan quinto básico en cuatro establecimientos educacionales municipalizados de la ciudad de Valdivia.

El marco teórico presenta un recorrido en la evolución de la dieta, pasando por el aporte de antropólogos que explican la relación del hombre con los alimentos, hasta algunas corrientes que explican los aspectos de consumo.

En los antecedentes es posible identificar dos grandes temas; el primero relacionado con la transición dietaria y epidemiológica a través de los años, y con las políticas de promoción en el área nutricional; mientras que el segundo muestra la caracterización de los sectores en que se realizó la investigación.

La investigación tuvo carácter exploratorio y descriptivo debido a que en la ciudad no hay trabajos anteriores respecto al tema. En términos metodológicos las técnicas utilizadas para

lograr los objetivos fueron la encuesta, entrevistas semiestructuradas, entrevistas grupales y observación, las que se aplicaron a las familias en estudio.

Por último, expondremos y discutiremos los resultados obtenidos en la investigación, para finalmente presentar las conclusiones.

## 2. EL PROBLEMA Y SU CONTEXTO

En nuestro país la alimentación ha sufrido cambios importantes a través del tiempo que se ven reflejados en el perfil epidemiológico y en las preferencias de consumo. Las personas consumen alimentos ricos en grasas saturadas y azúcares, aportando a que los factores de riesgo y las enfermedades crónicas no transmisibles y degenerativas tales como la diabetes, cánceres, obesidad y cardiovasculares prevalezcan en la población. Esto ha hecho que la calidad de vida de las personas y sus familias se deteriore. (Albala, et al. 1993; Albala & Vio, 1998)

En la ciudad no existen investigaciones antropológicas sobre el tema, lo más cercano son trabajos orientados hacia el mundo rural y específicamente en comunidades indígenas, por lo que esta investigación puede sentar un precedente para futuros trabajos. De ahí su carácter exploratorio y descriptivo que permitirá dar una aproximación a los conocimientos, prácticas alimentarias y como éstos se utilizan en la cotidianidad, para lo que se indagó en los conceptos, ideas, valores, creencias que manejan las familias de cuatro sectores de Valdivia con hijos que cursen quinto básico en escuelas asociadas a su barrio. La investigación no pretende ser un estudio comparativo entre aquellas familias con hijos en establecimientos educacionales con programas de "escuela saludable" y aquellas con hijos en escuelas no intervenidas, sino determinar la influencia que ejercen los factores socioculturales (dentro de los que la escuela es uno de ellos) en los conocimientos alimentarios.

### 3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION

#### Objetivo General

Analizar los factores socioculturales que influyen en los conocimientos y las conductas alimentarias en familias con niños que cursan quinto año básico en cuatro escuelas municipalizadas (Escuela Angachilla, Escuela Las Animas, Escuela Fernando Santiván y Escuela Teniente Merino) de la ciudad de Valdivia.

#### Objetivo Específicos

- ❖ Identificar los factores socioculturales que influyen en los conocimientos, conceptos y conductas alimentarias de las familias y su influencia en la nutrición de los niños
- ❖ Determinar y analizar los conocimientos sobre alimentación y nutrición en las familias.
- ❖ Determinar la importancia que las familias atribuyen a la alimentación en la calidad de vida de sus miembros.
- ❖ Describir y examinar los conceptos de alimentación que maneja la población.
- ❖ Describir y determinar las pautas de alimentación que se utilizan en los hogares de los niños que cursan quinto básico en las escuelas en estudio.
- ❖ Determinar y describir las dietas de uso frecuente entre las familias estudiadas.

## 4. MARCO TEORICO

### 4.1. Desde la Historia

Los estudios o investigaciones sobre alimentación o nutrición han tenido fuerte énfasis en aspectos biomédicos y economicistas que no explican el porqué de la construcción de hábitos alimentarios. Con los estudios desde las ciencias sociales y más específicamente desde la antropología se ha entendido que la alimentación es una parte importante en la vida del hombre no sólo como un mero acto biológico de supervivencia, sino como un acto que está regulado por creencias, hábitos culturales y sociales.

Para nuestra investigación un concepto clave es el de comensalidad, por lo que en el desarrollo de ésta este concepto será mencionado con frecuencia. En un comienzo fue utilizado por los ecólogos culturales y posteriormente es tomado y utilizado por la antropología nutricional. La comensalidad puede ser entendida como un proceso en que el grupo obtiene y reparte colectivamente la comida. En sus inicios esta alimentación grupal fue funcional en ambientes de abundancia donde era posible cooperar y correr mayores riesgos para obtener mejores presas y luego compartirlas con todo el grupo (Aguirre, 2001). Esta situación se ha mantenido a través del tiempo y si bien en la actualidad prácticamente no se corren riesgos para obtener alimentos, se conserva la cooperación y el momento de la comida en conjunto. Según Porzecanski (1994:96) el alimento compartido ha constituido universalmente la expresión de ciertos tipos de sociabilidad y comunión. Durante bastante tiempo el momento de la comida familiar era el espacio de intimidad que se compartía solo con aquellos con que se convivía y con quienes se enfrentaban problemas en común, y ha

significado una suerte de "comuni3n simb3lica" que reforzaba la identidad del linaje y ligaba estrechamente a distintas generaciones a una misma tradici3n de costumbres.

A partir de la d3cada del 30 encontramos estudios antropol3gicos orientados en las descripciones de formas de alimentaci3n, primeramente fueron estudios etnogr3ficos que describían las formas de preparaci3n de los alimentos como una parte de una cultura particular. Sin embargo con el trabajo de Audrey Richards "Hunger and Work in Savage a Tribe: a Functional Study of Nutrition Among the Southern Bantu" escrito en 1930 y "Land, Labour and Diet in Northern Rhodesia" de 1939 dan al estudio de la alimentaci3n un valor m3s relevante en las investigaciones. Poco despu3s en Estados Unidos se inician investigaciones aplicadas sobre h3bitos alimentarios, incluso se form3 un comit3 al respecto bajo la direcci3n de Margaret Mead que tenía como finalidad comprender los usos alimenticios de ciertas comidas norteamericanas, de esta 3poca resalta su obra "Dietary Patterns and Food Habits" publicada en 1943 (Soto, 1991; Pelto, 1988).

En la d3cada del 60 el antrop3logo Claude Levi-Strauss nos comienza a ofrecer una mirada novedosa para el an3lisis de las actividades culinarias. En su obra "Mitol3gicas III, El origen de las maneras en la mesa" sostiene que es posible analizar estas actividades como un sistema de significaci3n, proponiendo un esquema denominado *Tri3ngulo Culinario*, en 3ste se ubican tres estados de los alimentos: lo crudo, lo cocido y lo podrido, en lo crudo se representa la naturaleza, en la cocci3n los alimentos sufren una transformaci3n o elaboraci3n que se mediatiza y se aprende por medio de la cultura; mientras que en la putrefacci3n la transformaci3n de los alimentos es hecha por la naturaleza y el hombre

utiliza para su provecho. (Levi-Strauss en Porzecanski; 1994) Ahondaremos en este tema más adelante.

En esta misma década las investigaciones sobre alimentación son mucho más numerosas, sobresaliendo el desarrollo de perspectivas teóricas en ecología humana, antropología simbólica y emergiendo lo que posteriormente será un gran aporte en los estudios alimentarios y que conoceremos con el nombre de antropología nutricional (Pelto, 1988).

Otro aporte en el ámbito antropológico lo hace Mary Douglas quien pone énfasis en la significación social de los alimentos, sugiere que hay un sistema estructurado en cada comida y en cada patrón que involucra todo lo referente a la comida, este sistema se realiza rutinariamente y en él están implícito muchos mensajes de comunicación cultural (Soto, 1991).

Ya en 1976 aparece la antropología nutricional. Su campo puede ser definido como "el estudio de la disponibilidad, selección cultural, preparación y significación de los alimentos, como también las consecuencias biológicas de la ingestión de esos nutrientes" (Wolf en Soto, 1991: 32).

#### **4.2. Tendencias de la antropología nutricional**

Según Pelto (1988) la antropología nutricional se clasifica en:

1. Antropología de la alimentación y estudios sobre las costumbres alimentarias.

Entre los tipos de estudio y los temas de investigación se encuentran:

- a. Descripción e historia de las prácticas alimentarias dentro de un grupo cultural específico.
- b. Análisis de los alimentos, incluyendo la manera de servirlos y comerlos para dar a conocer estructuras simbólicas.

Estos estudios se han caracterizado en poner énfasis en el análisis de los alimentos como forma de comprender procesos sociales y culturales.

## 2. Antropología de los sistemas alimentarios e investigación de políticas alimentarias.

En estos estudios se describen y analizan las políticas alimentarias, la producción y distribución de alimentos y los estudios de promoción y evaluación de políticas y programas nutricionales.

## 3. Antropología nutricional.

Estos estudios son esencialmente bioculturales, y a diferencia de la "antropología de la alimentación" se analiza también las consecuencias nutricionales como por ejemplo las epidemiológicas.

### **4.3. El hombre frente al alimento: La evolución de la dieta**

Para entender la situación actual del problema alimentario es necesario remontarse al pasado y conocer los diferentes procesos que ocurrieron en la evolución del hombre relacionados con la alimentación, conocer nuestra historia y entender los procesos que se enlazan con la actual situación. Sobre esto la antropología ha realizado importantes contribuciones especialmente en lo referido al proceso de hominización. Según Porzeczanski



(1994) en la mayoría de las hipótesis sobre el proceso de hominización que se circunscriben dentro de la moderna teoría de la evolución del hombre se apoya la idea que los cambios ocurridos en ciertas especies de primates y homínidos fue producto de un incremento de proteínas en la dieta que provocó un aumento de la corteza cerebral, lo que a su vez se tradujo en una transformación radical en la morfología, fisiología y estilos de vida de quienes llegarían a convertirse en Homo Sapiens Sapiens.

Estudios paleoantropológicos explican lo anterior, pensemos que hace unos dos millones de años se produce un **pasaje desde una dieta vegetariana a una omnívora**, en la primera se consumía principalmente frutos, raíces, hojas y semillas mientras que en la segunda la dieta se compone de una mayor ingesta de carne, incorporada especialmente por una actividad carroñera antes que cazadora. Pero uno de los aspectos importantes de este periodo es que comienza un aprendizaje de cooperación para obtener el alimento, iniciándose una de las características más importantes de la vida en sociedad: la comensalidad (Aguirre, 2001). Si en un principio la forma de conseguir carne fue el carroñerismo luego el hombre fue capaz de crear instrumentos capaces de ser arrojados, de cortar y desgarrar, que le permitieron incrementar la caza colectiva. La historia cambia, los homínidos de ser presas se transforman en cazadores, lo que les permitió depender no tan sólo del carroñerismo, si no de la cantidad de alimento que ellos podían obtener en su medio ambiente.

Así la especie humana vivió millones de años como cazadora–recolectora, sin duda mucho más que como industrializadores de comida. Generalmente se piensa en el hombre cazador-recolector como hambriento casi al límite, pero es probable que en aquellos tiempos el

bienestar alimenticio de los cazadores paleolíticos era bastante abundante, así lo demuestran diversos estudios, entre los que destaca el trabajo de Marshal Sahlins (1983) sobre los cazadores recolectores. El autor plantea que los medios que utilizaban eran acordes a sus determinadas necesidades, por lo que lograron niveles de bienestar bastante mejores que las sociedades que los sucedieron, lo que da pie para denominar a aquellos pueblos como la "sociedad opulenta primitiva".

Así debemos imaginar que en épocas de primavera o verano, cuando el clima mejoraba, las bandas se agrupaban formando macro-bandas lo que les permitía cazar mayor cantidad de presas, mejorando ostensiblemente la ingesta de carne, mientras que en otoño o invierno los recursos eran más escasos y las bandas debían permanecer como micro-bandas y dispersarse por el territorio. Esto lleva a pensar en un medio de abundancia y escasez al que el hombre debió adaptarse, en este contexto es que J. V. Neel en 1962 planteó la posibilidad de un *thrifty gen*, "gen ahorrador", lo que quiere decir que el cazador-recolector a través de miles de años en esta condición adaptó un genotipo que le permitía conservar la energía para sobrellevar de buena manera los periodos de escasez. Si esto es así, algunos estudiosos sostienen que es posible que enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes estén asociadas a este gen, que forma parte del hombre y que si bien antes lo ayudó a superar etapas de escasez, hoy por condiciones sociales diferentes le predisponen a enfermedades (Aguirre, 2001).

Otro aspecto importante de la alimentación paleolítica es el uso del fogón, que nos denota la importancia que tiene la comensalidad y la reciprocidad, o sea el reunirse a compartir los

alimentos que se han conseguido en forma individual o grupal con la seguridad de quien no contribuyó hoy lo hará mañana. Con esto también es posible delinear que en este periodo la organización social comienza a definirse, aparecen los roles específicos para cada género, situación que aún se conserva.

En este sentido debemos entender que nuestro paso de vegetarianos a omnívoros fue una etapa compleja de cientos de miles de años de evolución donde el hombre lidiaba con un ecosistema cambiante que terminó por transformar y adaptar a nuestros antecesores a nuevos requerimientos alimenticios.

Hace unos 13.000 mil años el clima comenzó a cambiar, la megafauna existente a extinguirse y con ella las culturas de caza mayor, de esta manera el hombre se adapta a su nueva situación, aprendiendo a domesticar animales y plantas por lo que las bandas nómades comenzaron a hacerse cada vez más sedentarias agrupándose en aldeas. Este cambio da paso a un **segundo pasaje: el de cazador -recolector a agricultor**. Esta nueva forma de vida trajo consigo un cambio en la alimentación, pasó de un alto consumo de proteínas y ácidos grasos incorporados por la caza a un alto consumo de hidratos de carbonos adquiridos por el consumo de cereales y maíz, con esto se colocan los cimientos para una nueva forma de producción, alimentación y organización social (op. cit.).

Esta nueva forma de alimentación transformó varios aspectos de la vida del hombre, uno de ellos fue el cambio en el cuerpo, alto y delgado en los cazadores que promediaba 177cm de estatura en los hombres y 165cm en las mujeres a uno más pequeño y robusto en los

agricultores. Además los estilos de vida más sedentarios sumados a la alimentación rica en carbohidratos, pero pobre en proteínas y ácidos grasos acortaron el promedio de vida en unos 5 años. A pesar de que el promedio de vida era menor la población aumentó, al vivir en aldeas las personas se hacían, lo que trae aparejado que las aguas se contaminaran surgiendo de esta manera las primeras epidemias. (Molleson en Aguirre, 2001)

La dieta que antes era variada por la actividad nómada, ahora se concentra en algunos cereales complementados con productos de pastoreo, porque si bien aumentó la cantidad de alimento se redujo la variedad limitándose a un alimento principal (*staple food*) como un cereal o un tubérculo. El problema de este tipo de alimentación es que cuando faltaba este alimento principal aparecía el hambre, pues se alimentaban con él en varios momentos del día, contrariamente cuando carecían de los alimentos complementarios se enfermaban por falta de micronutrientes (Eaton y Cordain en *ibid*).

Aunque la agricultura supone una intensificación en términos productivos, el costo que se paga es muy alto debido a que el medio ambiente pierde diversidad, lo que puede provocar la aparición de plagas o desgaste de los suelos. Pese a lo anterior la posibilidad de obtener excedentes va dar origen a muchas de las instituciones sociales que conocemos en la actualidad, en las que se encuentran las sociedades divididas en clases, castas y la administración estatal. A partir de las sociedades estatales se hace evidente que la organización social comienza a formar “dos cuerpos de clase porque las sociedades estratificadas cultural y políticamente darán origen a cocinas diferenciadas (alta cocina, cocina aristocrática o *cuisine* y baja cocina, cocina campesina o cocina a secas)” (Aguirre,

2001:10). En estas clases de cocina se ven plasmadas la relación de producción y distribución de los alimentos, por un lado la baja cocina se caracteriza por estar sustentada por un alimento base y uno que otro complemento, cocina pobre, monótona y sencilla que a través de los mismos recursos trata de producir variedad. En cambio la alta cocina dispone gran cantidad de ingredientes, hay variedad de platos y muchos de ellos son preparados por personas especializadas y preparadas para esta labor. Esta diferenciación de cocina también va a producir cuerpos estéticamente distintos y una serie de consideraciones sociales ligadas a la belleza y a la salud; como por ejemplo los cuerpos obesos con gran volumen fueron considerados en un momento estéticamente símbolos de belleza y poder ya que sólo se podía tener esa forma accediendo a muchos recursos alimenticios, mientras que la delgadez era sinónimo de enfermedad, fealdad y pobreza (McIntosh, 1996).

Pero quizás lo que más nos ayuda a entender la situación actual de la alimentación es una **tercera transición de agricultores a industriales**, este cambio comenzó cuando los sistemas sociales pre-industriales advierten que el aumento de la población y la degradación de los suelos les es negativo para el desarrollo del sistema productivo, por lo que deciden ampliar las fronteras productivas apoderándose de nuevos territorios o usando nuevas tecnologías. El siglo XVI es la época que marca la entrada en la modernidad alimentaria de la mano de un producto: el azúcar. En un principio era usada como medicamento, era bastante exclusiva y su dulzura estaba asociada al placer, situación conflictiva para la época. Sin embargo a fines del siglo XVI los médicos cuestionan sus usos medicinales y es aquí donde comienza a masificarse y a posicionarse como comida. A raíz de su mayor consumo fue necesaria mayor producción con nuevas tecnologías, lo que da origen a una

revolución agrícola que integra la agricultura y la ganadería incrementando la producción (Fischler s.f.).

En relación con este nuevo sistema de producción Sidney Mintz en su obra "La dulzura del poder" (1985) plantea que el industrialismo se inventó en América en lugar de Europa, porque las plantaciones de azúcar del caribe en el siglo XVII compartían muchas características, por lo que habrían servido de modelo, con las factorías industriales que se desarrollaron un siglo más tarde en Europa. Las plantaciones eran como fábricas porque tenían una especialización por trabajo y nivel de cualificación, mantenían una división de trabajo según edad, género y condición (trabajador esclavo, libre o contratado) y como las fábricas los trabajadores estaban organizados en equipos, turnos y brigadas, y se enfatizaba la puntualidad y la disciplina en las operaciones coordinadas (Kottak, 1994: 192).

Eduardo Galeano (1983), nos ilustra la situación de las plantaciones de azúcar en la América Latina de los siglos XVI y XVII, en ella las coronas europeas ceden en comodato grandes extensiones de terrenos a capitanes para explotar la tierra, poniendo en marcha las plantaciones de azúcar, donde se combinaron tres edades históricas distintas (mercantilismo, feudalismo y esclavitud) en una misma sociedad.

La producción industrial tomó forma para la comercialización masiva cuando pudo elaborar *nuevos mecanismos de conservación* como frascos, latas, congelados para reemplazar los sistemas tradicionales, cuando logró incorporar *sistemas de mecanización* como maquinarias de producción industrial como picadores, lavadoras, envasadoras, etc. que

aseguraran la higiene de los alimentos, cuando el *transporte* pudo crear redes de comunicación con lugares cada vez más alejados, cuando se garantiza la *seguridad biológica* del alimento en su higiene, calidad, origen y procesamiento, y cuando la *venta* se produce a través del mercado mayorista y minorista (almacenes y fabricas). Estos cinco elementos que dieron forma a la modernidad alimentaria produciendo alimentos en grandes cantidades, produjeron que se redujeran las variedades en ciertos alimentos como por ejemplo la papa, también no es menos cierto que no sabemos qué comemos, no conocemos su origen, ni el proceso que sufrió y es que la industria alimentaria eliminó las fronteras entre la producción de alimento y la producción de mercadería “No comemos lo que queremos sino lo que nos quieren vender y no nos venden lo que alimenta sino lo que produce ganancias” (Harris, 1997:19).

#### **4.4. Desde la teoría: Explicaciones antropológicas y sociológicas**

Actualmente los seres humanos comemos una infinidad de alimentos tanto de origen animal como vegetal, nos clasificamos como omnívoros. Sin embargo muchos alimentos que se pueden comer no son usados y ni siquiera pensados como alimento. Por ejemplo los judíos no comen carne de cerdo, en la India quienes aún contando con una numerosa población de vacunos tienen políticas de protección y prohibición de sacrificio; los estadounidenses no pensarían jamás en hacer un asado de carne de caballo; o en un ejemplo más cercano pensemos en alimentarnos con carne de perro o gato a quienes concebimos como mascotas, o comer bichos o lombrices (Harris, ob.cit.).

Pero ¿por qué en algunas sociedades se come lo que en otras no? Según el antropólogo francés Claude Levi-Strauss “la comida tiene poco que ver con la nutrición. Comemos lo que comemos no porque sea conveniente, ni porque sea bueno para nosotros, ni porque sea práctico, ni tampoco porque sepa bien” (Levi-Strauss en Harris, 1997:12). Él sostiene que así como en el lenguaje se pueden buscar leyes de funcionamiento y evolución, es posible también hacerlo en el campo de la alimentación, de esta manera sugiere que el análisis culinario debe hacerse como un sistema de significación. Para Levi-Strauss, “... el universo culinario *“es la imagen en miniatura del universo cósmico”* y por ello, las formas de tratar el alimento están fuertemente insertas en los sistemas simbólicos desde los cuales se interpreta el mundo” (en Porzecanski, 1994:93-94). Como cada sociedad tiene una estructura particular, la comida es el reflejo de su estructura inconsciente, esto quiere decir que el universo culinario se relaciona y se hace presente en actividades cotidianas otorgándoles sentido simbólicos a los alimentos, por ejemplo en algunas sociedades lo hervido tiene connotaciones de comidas más económica mientras que lo asado es más público y denota festividades.

Contrariamente, el antropólogo Marvin Harris (1997) plantea que los alimentos que consumen y prefieren ciertas sociedades se debe a que ellos presentan una relación de costes y beneficios más favorables que aquellos alimentos que se evitan, por ejemplo hay alimentos que no vale la pena producir o preparar por lo costosos, u otros alimentos que sólo se pueden consumir tras la renuncia o restricción de otros. No se trata que los alimentos sean buenos o malos para pensar si no primero deben ser buenos para comer o malos para comer, recién aquí toman valor en la mente de las personas, aquí es donde se



inician los tabúes hacia ciertos alimentos y es aquí donde se construye nuestra historia de prejuicios y hábitos. Justifica así que las sociedades más carnívoras se relacionan con poblaciones de baja densidad y falta o mala tierra para el cultivo; mientras que las sociedades más herbívoras se relacionan con poblaciones de alta densidad y donde no se puede sostener abundante cría de animales.

Hasta ahora hemos hecho un recorrido por la evolución del hombre y cómo la alimentación ha jugado un rol fundamental en ella, afirmamos la existencia de diferencias alimentarias entre las distintas culturas, pero como sabemos, dentro de una misma sociedad se encuentran preferencias y marcados consumos alimentarios de una clase social a otra, o mismas preferencias en estas mismas clases ¿Qué es lo que nos lleva a elegir ciertos productos? ¿Por qué consumimos siempre lo mismo?

Si bien necesitamos alimentarnos para sobrevivir, no comemos cualquier cosa ni a cualquier hora, comemos lo que nuestra cultura impone. Comer es un proceso social, pues como hemos visto, se construye por el cúmulo de conocimientos, hábitos, técnica, valores y creencias de una historia particular. Con el proceso de socialización todos los conocimientos (también los alimentarios) se van interiorizando, generando prácticas y pensamientos que guían las conductas dándoles significado. El sociólogo francés Pierre Bourdieu (1990:34) define este fenómeno como *habitus* “... el proceso por el que lo social se interioriza en los individuos y logra que las estructuras objetivas concuerden con las subjetivas. Si hay una homología entre el orden social y las prácticas de los sujetos no es por la influencia puntual del poder publicitario o los mensajes políticos, sino porque esas

acciones se insertan – más que en la conciencia, entendida intelectualmente – en sistemas de hábitos, constituidos en su mayoría desde la infancia”.

La alimentación está presente en cada minuto de nuestras vidas y en todos los aspectos sociales; si miramos nuestra vida diaria nos podemos dar cuenta que juega un papel importante al momento de tomar decisiones, muchas veces es tratada como al vestuario, como una forma de presentación, así cuando tenemos una reunión nos arreglamos usando un traje adecuado, con los alimentos pasa lo mismo, existen alimentos para adentro y para afuera, de lo íntimo a lo externo, de lo doméstico a lo público, del ser al parecer, para sentirnos parte de un estilo de vida, de una identidad, de un pertenecer a un grupo y diferenciarnos de otro. Cada clase genera un *habitus* determinado, produce distintas formas de servir y estar en la mesa, de qué, cómo y cuánto se come, de dónde, cómo y quiénes se sientan a la mesa, etc. Así pues, cada clase va a estimar lo necesario para invertir en costes económicos, culturales y corporales.

La elección de los alimentos y la formación de hábitos alimentarios está determinada por aspectos económicos, familiares, psicológicos, sociales y culturales, donde cada uno de ellos por separado no explicarían el fenómeno que estamos investigando, y por lo tanto se debe pensar el análisis como un conjunto de estos factores. Por ejemplo, tiempo atrás los análisis en torno a las dietas sólo eran vistos en términos económicos y no explicaban casos en donde varias familias de iguales ingresos tenían patrones de consumo distintos. Cuando nos alimentamos, pocas veces pensamos en el hecho que estamos incorporando nutrientes a nuestro organismo, más bien nos alimentamos ejerciendo una discriminación a través del

gusto o preferencia por algún alimento e identificando los alimentos a ciertas ocasiones. En este sentido Bourdieu (1998: 182) señala que la clave para el consumo, la distinción e identificación está en tres estructuras de gastos que se conectan entre sí: gastos de cultura (que incluye libros, diarios, música, deporte y espectáculo), gastos de presentación (vestuario, peluquería, belleza, calzado, etc.) y gastos de alimentación (que incluye comidas fuera del hogar). Es así que la preferencia de un alimento va a depender de la idea que tenga cada clase de la belleza, de la salud, del cuerpo, de la información sobre los alimentos. Por ello los alimentos, no sólo en un sentido económico sino también simbólico, son fuente de riqueza y poder para la clase dominante. La oposición entre rico y pobre da pie para generar en el consciente e inconsciente estilos de vida y de alimentación con el sello de lo que es “*popular*” y lo que es “*burgués*”, lo popular va a relacionarse con la clase menos favorecida económicamente y lo burgués se relacionará con la clase dominante o más acomodada.

Esta oposición, por factores sociales y culturales, comienza a delinearse en gustos, encasillando en ciertas ocasiones. Así encontramos los *gustos de lujo (o de libertad)* y los *gustos de necesidad*; los primeros se definen por “... las facilidades que le asegura la posesión de un capital y los segundos por su ajustamiento de las necesidades de las que son producto” (Bourdieu, 1998: 77). Los gustos de lujo son propios de la clase dominante, pues ella se puede tomar la libertad de escoger libremente sin presión de reprimir algunos gustos para beneficios futuros (lo que ocurre con la clase media); en cambio los gustos por necesidad están en directa relación con los primeros, en el sentido de ser elementos básicos de la vida en sociedad.

Aquí es donde Mary Douglas (1998) nos hace un aporte para entender las prácticas de consumo. Según la autora los bienes de lujo de los que nos habla Bourdieu no son propios de las elites privilegiadas pues las familias o los grupos sociales pueden emplear estos bienes (de lujo) en ocasiones especiales, marcando de forma especial a personas y acontecimientos. Cuando algo que fue considerado lujo se masifica es porque los controles de la comunidad y de las clases dominantes comienzan a debilitarse.

De esta manera los bienes que las personas adquieren están directamente relacionadas con las aspiraciones que se hacen entre sí, correspondiendo éstas a la sociedad en la que viven; de tal modo la elección no es por los diferentes tipos de productos sino por los diferentes tipos de sociedades y por los tipos de posición en la sociedad.

La teoría cultural propone que el consumidor al elegir que hacer o qué comprar se hace parte de un proyecto para elegir a otras personas que lo acompañen y lo ayuden a construir un mundo que él estima el mejor posible, o sea las formas de consumo que el individuo prefiere son aquellas que mantienen los lazos de la colectividad en la que a él le gusta vivir, relacionarse y compartir. Esta teoría concentra cuatro tipos estables de preferencia cultural, la primera está referida a la competencia en una sociedad que le permite a sus miembros negociar con un mínimo de regulaciones que asegure un buen funcionamiento, la segunda es hacia una sociedad que permita a una persona que no tenga deseos de negociar permanecer fuera sin ser molestado, la tercera está en la preferencia en la colaboración social que limita el oportunismo protegiendo las categorías sociales; y la cuarta es la preferencia para unirse en grupos de personas con similares pensamientos para hacer frente

a aquellos que quieren dominar. Las dos primeras preferencias son individuales mientras que las dos últimas son colectivas; en cualquiera que el individuo se sitúe defiende su elección al pertenecer a un estilo de vida particular (op.cit.).

El consumo es la apropiación colectiva y de distinción con otros, en el caso de los alimentos no sólo dan satisfacciones biológicas sino también simbólicas. García Canclini (1995:45) define el consumo como "... el conjunto de procesos socioculturales en que se realiza la apropiación y los usos de los productos".

#### **4.5. Clasificación de los alimentos.**

Como hemos visto existen diferencias de gustos entre clases sociales, entre los que se encuentran los alimentarios. Sin embargo, en la mayoría de las sociedades es posible encontrar sistemas de clasificación de alimentos que son creados y aceptados culturalmente, que se ven reflejados en reglas que son indispensables para la vida en sociedad.

Los sistemas clasificatorios de alimentos son comunes a muchas sociedades, y según Helman (1994) existen casi universalmente cinco clasificaciones de alimentos:

a) Alimento versus no alimento: en esta categoría cada cultura define que sustancias son comestibles y cuales no, aunque en muchas sociedades ciertas sustancias no son consideradas alimentos aunque tengan gran valor nutricional, sin embargo esta clasificación puede quebrarse bajo situaciones de escasez, privación económica y viajes al extranjero.

Además dentro de la categoría de alimentos es posible encontrar subcategorías como aquellos nutritivos (en nuestra sociedad el almuerzo, la cena) y aquellos ingeridos entre comidas (golosinas, snack<sup>1</sup>).

b) Alimentos sagrados versus profanos: en esta clasificación los alimentos sagrados son aquellos que una religión acepta como comestibles, mientras que los profanos van a ser todos aquellos que están prohibidos por religión y que son considerados como peligrosos o sucios. Algunas religiones tienen tabúes de alimento, ejemplos conocido es la prohibición de los judíos a comer carne de cerdo, como los hindúes a la carne de vacuno. Otro ejemplo que se encuentra en la actualidad, que aún no teniendo bases religiosas conserva la dicotomía entre sagrado/profano, es el movimiento contemporáneo de alimentación natural en lo que lo sagrado es todo lo “natural” mientras que lo que lo profano se asimila a todos aquellos alimentos “artificiales” que son dañinos para el cuerpo, porque contienen colorantes, preservantes, pesticidas, etc. Lo mismo pasa con las dietas vegetarianas, que ven en los alimentos vegetales lo sagrado, lo puro mientras que en la carne y la sangre está lo profano debido a que es signo de agresividad, instinto de base sexual, naturaleza animal y desarmonía con el mundo.

c) Clasificación paralela de alimentos: esta división de los alimentos comprende principalmente dimensiones binarias de clasificación que se han impuesto en la cultura

---

<sup>1</sup> Dentro de la categoría snack se encuentran los siguientes alimentos: papas fritas, galletas dulces y saladas, los chocolates, los dulces compuestos (galletas con chocolate y/o crema), los helados y otros alimentos caracterizados por su alta densidad energética, elevado contenido de grasas, grasas saturadas, azúcar o sal y bajo contenido de fibra (Olivares et. al.1999:793).

luego de largos periodos de observación y práctica, donde la más universal y documentada es la dicotomía caliente-frío que es parte de un sistema mucho más amplio que incluye enfermedades, medicinas, estados físicos y mentales, entre otros. Además hay otras dicotomías entre las que se encuentran: mojado-seco, maduro-verde, femenino-masculino, etc., aunque estas divisiones siempre están presentes, existe un espectro más amplio entre ellas lo que permite que en algunas sociedades se puedan identificar categorías intermedias como neutro o fresco. Estas dimensiones son aplicadas a todos los grupos etareos, siendo las más conocidas las que se dan en grupos vulnerables que necesitan mayor atención como niños, mujeres embarazadas y en periodo de lactancia. El significado de estas dicotomías van variando según el contexto de cada cultura y forman reglas a seguir según el momento, por ejemplo si una persona sufre de dolor estomacal por enfriamiento se evitarán consumir alimentos fríos para no agravar la enfermedad, prefiriendo los alimentos cálidos o calientes para restablecer el equilibrio perdido.

d) Alimento como medicina y medicina como alimento: En muchas sociedades esta categoría se superpone y convive con la dicotomía caliente-frío de la clasificación de alimentos paralelos. En cambio en otros grupos ciertos alimentos o dietas especiales son usados para tratar algunas enfermedades o ayudar en ciertos estados fisiológicos especiales. En el caso de enfermedades algunos alimentos y vitaminas son consumidos para evitar resfríos y en ciertos estados fisiológicos como la menstruación se evita ingerir alimentos fríos para no provocar dolores.

e) Alimentos sociales: Esta definición se utiliza para todos los alimentos que son consumidos en presencia de otras personas, fuera de la intimidad y en ciertos momentos otorgándoles un valor simbólico, el que reafirma lazos sociales, de parentesco, religiosos, etc. Por ejemplo que una persona consuma alimentos como galletas o pasteles en privado no tendría ninguna connotación social, mientras que si los come en un cumpleaños sí la tendría. Existen también en estos alimentos normas o reglas que determinan quién prepara y sirve los alimentos, cuándo y cómo deben ser comidos y qué debe utilizarse para la ocasión. Los alimentos sociales son una comida que llevan implícito en sí un mensaje con un valor particular el cual es entendido y reconocido por la sociedad.

Las cinco clasificaciones mencionadas describen cómo y cuándo los alimentos deben ser consumidos en una sociedad, pero desde una perspectiva clínica estas clasificaciones pueden tener influencias en dos sentidos dentro de la nutrición del hombre, la primera es el efecto que produce el excluir ciertos alimentos con nutrientes necesarios para la dieta como es el caso de los alimentos considerados como profanos, no alimentos; y la segunda es la posibilidad de promover el consumo de alimentos o bebidas que son perjudiciales para la salud como en algunas ocasiones ciertos alimentos sociales, con uso medicinal, etc.

Sin embargo en la actualidad la publicidad y los medios de comunicación colaboran en la definición que se tienen de los alimentos ya que es posible encontrar alimentos definidos para ciertas edades y género; en nuestra sociedad es posible distinguir aquellos que están destinados para los niños y que la publicidad promueve con características de desarrollo y crecimiento, asimismo hay otros destinados para las mujeres impregnados con una idea



construida de la belleza, imagen o ideal del cuerpo clasificando algunos alimentos como “aquellos que engordan” prefiriendo “aquellos más livianos”.

De esta manera una sociedad construye una dieta y patrones alimentarios en base a una codificación de los alimentos y a criterios de selección, distinguiendo entre alimentos considerados como básicos y acompañamientos, entre los condimentos o los saborizantes, aquellos que son comida “verdadera” y aquellos que son colación o golosina, los que se deben comer ordinariamente y los que son de ocasión o fiesta, el número de comidas su estructura su contenido y el horario (Messer,1989).

En suma, todos los criterios de selección representan modelos de consumo con mensajes asociados a los alimentos, los que se transmiten a través de la endoculturización o socialización modificándose y reinterpretándose en el tiempo por todos aquellos factores que socialmente nos influyen (el medio ambiente, la educación, los medios de comunicación, etc.).

Para efectos de análisis en la investigación, veremos como los autores nos señalan que los alimentos al igual que el vestuario o los accesorios para el hogar son elementos de consumo para la identificación y distinción que implican aspectos simbólicos reconocidos por la sociedad. En los resultados veremos como los diferentes factores socioculturales actúan, por medio de sus mensajes, en las elecciones de consumo y hábitos alimentarios que realizan los integrantes de las familias.

## 5. ANTECEDENTES GENERALES DEL TEMA

Los estudios sobre alimentación y nutrición han tenido una fuerte orientación hacia sus bases biológicas y secundariamente hacia lo social. Sin embargo, los estudios sociales que se realizaron en la década de los 80' y 90 se centraron en las características carenciales de la malnutrición con fuerte énfasis en perspectivas económicas y políticas. La incorporación de puntos de vistas sociales y culturales son muy importantes para comprender el proceso de la alimentación, toda vez que la incorporación de estos aspectos permiten analizar la alimentación como un fenómeno que caracteriza a grupos específicos a través de un compartido proceso histórico, social y cultural y no sólo como un mero proceso biológico.

En nuestro país la alimentación ha sufrido cambios importantes en los últimos 30 años, pasando desde una dieta carencial que se vio reflejada en problemas de desnutrición, hacia una dieta hipercalórica basada en productos envasados e industrializados que han producido problemas de sobrepeso y obesidad (Vio et al. 2000).

Ante la rápida transición epidemiológica la obesidad, que por mucho tiempo fue vista como un trastorno médico, ha sido declarada en 1997 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como enfermedad, siendo además un factor de riesgo importante de cánceres y enfermedades cardiovasculares, las que constituyen un porcentaje importante de las causas de muerte, y es la que en la actualidad está causando preocupación en el área de la salud pública, pues ha aumentado en forma considerable en todas las clases sociales afectando a niños y adultos (Saavedra, 1998; Albala, comunicación personal).

Si definimos la obesidad debemos decir que es una enfermedad nutricional que "... se produce por un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético, aunque en su etiología actúan también factores genéticos" (Atalah et al. 1999: 484). Este desequilibrio puede ser atribuido, entre otros, a los cambios y malos hábitos alimentarios de la población a través del tiempo. Si analizamos lo que comemos hoy y lo que comíamos hace treinta años podemos decir que actualmente comemos menos pan, legumbres, cereales, frutas y verduras prefiriendo más las carnes sobre todo de cerdo y pollo, huevos, leche entera, alcohol, galletas, pasteles, bebidas gaseosas y comidas fuera del hogar, modelo de consumo conocido como "dieta occidental" caracterizada por alto consumo de alimentos procesados, altos en grasa y azúcar, delatando una población con altos índices de colesterol. Lo básico ha sido sustituido por alimentos industrializados, por ejemplo desayunamos cereales (Chocapic, Zucaritas), el consumo de cecinas desde 1980 ha crecido en un 251%, cuando una persona consumía 9,6 grs diario, en cambio en 1998 se consumen 33,7 grs diario. En parte como consecuencia de este modelo de dieta la obesidad aumentó principalmente en niños y embarazadas (Velasco, 2001).

Los nuevos hábitos alimentarios, sin duda, son resultado de un mundo integrado y globalizado donde las empresas a través de la publicidad y los medios de comunicación nos ofrecen una gama extensa de productos ricos en grasas saturadas y azúcar con un costo económico bajo y atractivo. Hoy han aumentado y cambiado los espacios de reunión social, y en algunos segmentos etéreos, como en los jóvenes, los puntos de encuentro giran entorno a los locales de comida rápida, la oferta se diversificó ya que existen alimentos y lugares para todos los estratos. Otro punto importante que no podemos dejar de mencionar, es la

poca colaboración de la familia en asumir los roles del hogar relegando este trabajo a la mujer, la que aún estando inserta en el mundo laboral asume la tarea de ser dueña de casa y preocuparse por la alimentación familiar, lo que ha hecho que al momento de tomar la decisión de cocinar busque ofertas fáciles, agradables, baratas y que no requieran tanto tiempo de manipulación (Crovetto, comunicación personal).

### **5.1. Perfil epidemiológico en Chile**

El perfil epidemiológico, al igual que la alimentación, ha sufrido variaciones a través del tiempo, las que se explican a través de los índices de natalidad y mortalidad junto a las condiciones sociales y económicas de cada etapa; en una primera etapa conocida como *pre-transición epidemiológica* el país se caracterizaba por un alto índice de natalidad y mortalidad general, en un contexto ambiental de precarias condiciones de higiene como carencias de agua potable, sistemas de alcantarillado y eliminación de excretas, las enfermedades más comunes son las infecto-contagiosas tales como sarampión, cólera, diarrea, hepatitis, desnutrición, etc., en la dieta se detectan deficiencias nutricionales y existe un predominio de cereales, tubérculos, vegetales y frutas (Albala et al. 1993).

En esta realidad, Chile se enmarca hasta la década del 70' donde el Estado impulsa políticas para atacar la desnutrición creando el Consejo Nacional para la Alimentación y Nutrición (COPAN) que desarrolló programas focalizados para los grupos más vulnerables, madres embarazadas y menores de 6 años, quienes recibían un aporte alimenticio del Programa Nacional de Alimentación Complementaria (PNAC) consistente principalmente en leche. Además el Sistema Escolar contenía el Programa de Alimentación Escolar (PAE)

dependiente de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) para escolares entre 6 a 14 años y un programa alimentario para niños preescolares dependiente de la Junta Nacional de Jardines Infantiles (JUNJI). Junto a esto el Sistema Nacional de Salud crea políticas de prevención de enfermedades infecto–contagiosas a través de campañas de vacunación infantil, y en general, da mayor cobertura a la Atención Primaria en Salud; además comienzan las campañas de planificación familiar. El Estado se preocupó de mejorar la infraestructura de la población de menores ingresos y el saneamiento básico (Atalah, 1991; Albala & Vio, 1998).

Debido a lo anterior en los años 80 se abre paso a otra etapa conocida como *transición epidemiológica* que se caracteriza por la disminución de las tasas de mortalidad y natalidad produciendo un envejecimiento de la población, las enfermedades infecto–contagiosas aún están presentes aunque en menor grado que en la etapa de pre–transición, la desnutrición aún es importante, pero ahora convive con la obesidad, principalmente en niveles socioeconómicos bajos, ejemplo de ello son los niños desnutridos con madres obesas. En la dieta se observa un incremento en los alimentos procesados, azúcar y grasa. Junto a esto se manifiesta un incremento en los factores de riesgo de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT)<sup>2</sup> como el tabaco, la inactividad física, colesterol, hipertensión arterial, diabetes, stress y obesidad, colocando a las enfermedades cardiovasculares y cánceres dentro de las principales causas de muerte (Albala et al. 1993; Vio et al. 2000).

---

<sup>2</sup> Se utilizará en adelante la sigla ECNT para referirse a las Enfermedades Crónicas No Transmisibles

En la década de los 90 comienza la *post-transición* epidemiológica, en ella la desnutrición prácticamente desaparece, pero predominan los problemas y enfermedades relacionadas con falta o exceso de micronutrientes como el bocio, anemia, etc., acentuándose la obesidad, diabetes y problemas derivados de trastornos mentales, todo aparejado con un crecimiento nulo o negativo de la población con baja mortalidad general e infantil. La dieta se caracteriza por sus contenidos altos en grasa y azúcar, y bajo en fibras (op. cit).

El perfil epidemiológico en Chile actualmente es similar al de un país desarrollado donde sus tasas de crecimiento son bajas, produciendo un envejecimiento de la población y siendo las ECNT la principal causa de muerte, pero la situación social, económica y cultural no tienen similitud. Chile pasó rápidamente de la pre a la post-transición epidemiológica lo que significa que el Sistema Nacional de Salud necesitaría adecuarse a las nuevas realidades y adaptar rápidamente los programas nutricionales, los que aún han mantenido como prioridad la situación de carencia alimentaria siendo que hoy predomina la obesidad, ECNT y sus factores de riesgo (op. cit.).

## **5.2. Un poco de historia**

Dentro de la planificación dietaria que ha propuesto el Gobierno de Chile se han utilizado varias guías alimentarias “... que son mensajes claros ideados para ayudar a la población a seleccionar una alimentación balanceada, promoviendo estilos de vida saludables y previniendo enfermedades nutricionales tanto por déficit como por exceso” (Martínez & Leyton, 1999: 12).

Chile ha utilizado 3 clasificaciones alimentarias, la primera aparece en 1948 como el cartel de los 4 grupos de alimentos, el que tenía forma de plato dividido en cuatro partes iguales donde se ubican cada uno de ellos, esta clasificación se mantuvo hasta 1985 cuando se oficializa una nueva clasificación en forma de trébol y su diferencia con la anterior es que esta guía indicaba la importancia nutricional de cada grupo e incorporaba como nuevo elemento enfermedades asociadas a la alimentación como las caries o la arteriosclerosis. En 1988 y 1989 la UNICEF propone unificar la clasificación de los grupos alimentarios en América Latina en tres grupos, resaltando sus funciones constructoras, reguladoras y energéticas; representado en un plato dividido en partes iguales y en el centro agua. La pirámide alimenticia que hoy conocemos aparece en los 90' en Estados Unidos y por su forma clara, didáctica y de fácil traducción es copiada y adaptada a la realidad chilena, en esta no sólo se consideran los alimentos básicos, también incorpora los azúcares como alimentos no obligados sino de libre elección, y su innovación es el estar basada en el concepto de porción, o sea, traduce las recomendaciones nutricionales en porciones caseras. La idea fundamental es que la pirámide alimenticia sea una guía simple de ser usada por la familia y de alguna forma ayudar a tener una alimentación saludable (op. cit.).

### **5.3. Promoción de Salud**

Actualmente la prioridad en salud está en reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, para lo cual el Estado está trabajando en promociones que apunten a mantener una dieta baja en grasas, impulsar la actividad física permanente y fortalecer campañas para dejar de fumar. Para ello se han puesto en práctica Guías de Alimentación para la Población Chilena como la Guía de Alimentación del Adulto Mayor, y se trabaja

con la Junta Nacional de Jardines Infantiles (JUNJI), Fundación INTEGRAL y la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) para reevaluar y modificar los programas de alimentación en los niños (Vio et al. 2000).

En la búsqueda de estilos de vida más saludables en 1998 se realiza un programa a nivel nacional de formación de recursos humanos para directivos de salud, el que continuó en 1999 en las municipalidades y con líderes comunitarios. Ese mismo año se crea el Consejo Nacional para la Promoción en Salud que luego tomó el nombre de **VIDA CHILE**, organismo de carácter intersectorial integrado por 24 instituciones nacionales quienes asesoran a los Ministerios y Gobiernos Regionales y Locales en planes, políticas saludables y promoción en salud. Este organismo posiciona un nuevo enfoque centrado en la promoción y busca mejorar la calidad de vida de las personas.

Por esta razón define a la promoción de salud como "... un bien social de carácter universal. Confiere a la población los medios para asegurar un mayor control sobre su propia salud e impulsa la creación de nuevas políticas públicas que otorguen mayor protección y bienestar. La promoción de salud es una estrategia que involucra individuos, familias, comunidades y sociedad en un proceso de cambio de los condicionantes y determinantes de la salud. La promoción de salud se realiza con acciones de educación, información y comunicación social, trabajo comunitario y abogacía, atención de salud, investigación, vigilancia y regulación" (Vida Chile, 2000: 16).



De esta manera se pretende lograr un cambio positivo frente a los factores de riesgo de las ECNT a través de la alimentación saludable, actividad física, ambientes libres de humo de tabaco, asociatividad y espacios saludables.

Las políticas de búsqueda de estilos de vida más saludables se han empezado a implementar dentro de las escuelas ya que se las reconoce como un ente integrador y formador de la comunidad, por ello desde algún tiempo el concepto de "Escuelas Saludables" se nos ha hecho cada vez más común. El Ministerio de Salud en el Plan Nacional de Promoción de la Salud en 1999 define a la "Escuela Saludable" como aquella que aborda tres puntos fundamentales, el realizar acciones integrales de promoción de salud en donde participen alumnos, padres, profesores, administrativos, la comunidad y su entorno, pretende promover hábitos saludables, e incentivar el desarrollo de la autoestima y autovaloración para enfrentar el medio social. O sea un "Centro donde la comunidad educativa trabaja para mejorar la educación y la salud desarrollando conocimientos, habilidades, destrezas y responsabilidades en el cuidado de la salud personal, familiar, comunitaria y del ambiente" (en Documento de trabajo, Servicio de Salud Viña del Mar-Quillota s.f.).

Para que una escuela se considere como saludable debe pasar por un proceso de acreditación demostrando tener trabajo sobre tres condicionantes de la salud, por ello el proceso es largo y primeramente se deben diagnosticar la situación de la escuela en relación con las necesidades y problemáticas de salud, crear un plan de acción que contenga estrategias que involucren a la escuela y la comunidad en sus actividades. Dentro de los condicionantes de salud se encuentran:

- a) Alimentación, que abarca tres áreas de acción, kioscos saludables, colaciones saludables y ambiente comedor saludable.
- b) Actividad física, la que debe extenderse por todo el año y realizarse tres veces a la semana, con espacios destinados para esta actividad y en la medida de lo posible contemple recursos humanos capacitados para dirigir las actividades.
- c) Factores protectores psicosociales, área que busca fortalecer las habilidades, autoestima, las relaciones interpersonales, la participación y la permanencia de los niños en los establecimientos educativos.
- d) Tabaco, alcohol y drogas, el que busca implantar establecimientos libres de humo de tabaco, y trabajos en la prevención del consumo de alcohol y drogas.
- e) Salud oral, área importante ya que gran parte de la población presenta caries y otras enfermedades bucales, por lo que se considera importante que los cursos cuenten con un cepillero y realicen un cepillado dental correcto a lo menos una vez al día.
- f) Medio ambiente, la importancia de este ítem radica en la educación ambiental, en el mejoramiento a través de la creatividad del ambiente físico del establecimiento como también de las áreas verdes y educación ambiental con actividades grupales como brigadas ecológicas.

Pero no todas las escuelas logran tener éxito en todas las áreas de intervención por lo tanto deben seguir trabajado para poder acreditarse como "Escuela saludable".

En Valdivia el Departamento de Salud Municipal en el año 2001 tenía tres escuelas en proceso de acreditación como "Escuelas saludables" Escuela Francia, Escuela Las Animas y Escuela Angachilla, junto a este Departamento la JUNAEB también trabaja en el proceso de acreditar y promover en las escuelas estilos de vida saludables, especialmente en el área de salud oral.

## **6. ANTECEDENTES DE LA POBLACION ESTUDIADA**

El estudio se realizó en la ciudad de Valdivia, perteneciente a la Provincia de Valdivia, Décima Región de Los Lagos, Chile. Se trabajó con familias de cuatro sectores de la ciudad, los que a continuación se describen. Estas descripciones están hechas sobre la base de observaciones, conocimientos y datos que las personas entrevistadas nos entregaron, al no existir mayores datos oficiales de estos sectores.

### **6.1. SECTOR LAS ANIMAS**

Las Animas constituye uno de los barrios más antiguos de la ciudad, ya en las estadísticas de la provincia en el año 1846 es mencionada como una de las aldeas aledañas a Valdivia (Sanfuentes, 1925:90). A principios del siglo XX fue uno de los puntos escogidos por los establecimientos industriales de la ciudad para establecerse (Almonacid, 1995:11), distinción que aún conserva con las actividades del astillero ASENNAV S.A. y las empresas madereras como INFODEMA o MASISA.

En este sector convive lo urbano y lo rural y por la antigüedad del barrio es posible encontrar casas antiguas de autoconstrucción, división de terrenos familiares en donde cada miembro a construido su hogar, poblaciones nuevas construidas por el Estado y fundos como Santa Elvira, pero también encontramos apostados en terrenos ribereños campamentos como el Campamento Padre Hurtado.

El acceso al sector se realiza cruzando el puente Calle - Calle ya sea caminando o en locomoción colectiva, la cual lo conecta con el centro de la ciudad. Las Animas consta del Centro de Salud Familiar Las Animas (dependiente del Departamento de Salud Municipal), una sucursal de BancoEstado, la Tenencia de Radiopatrulla Las Animas, la 2° Compañía de Bomberos. En el área educacional cuenta con la Escuela Las Animas, el Liceo Carlos Acharán Arce y el Instituto Nacional de Capacitación (INACAP). También cuenta con la parroquia católica El Buen Pastor y numerosas iglesias evangélicas. Cuenta con varias juntas de vecinos y el Club de Remos Centenario. En el sector comercio cuenta con dos servicentros, diversos locales nocturnos como discotecas y pub, un supermercado pequeño, numerosos almacenes y locales de comida rápida, no se realizan ferias, pero sí hay fruterías. Con relación a las áreas de esparcimiento hay multicanchas, no tiene muchas plazuelas, pero sí hay bastantes sitios eriazos donde los niños juegan. También encontramos la particularidad (que no se encuentra en los otros sectores estudiados) que adultos mayores salen en las tardes a las calles a conversar.

## **6.2. SECTOR ANGACHILLA.**

Es un sector poblacional relativamente nuevo, en él el Estado construyó viviendas básicas para erradicar campamentos y dar vivienda principalmente a familias de escasos recursos. Por esta razón es uno de los sectores de mayor expansión urbana y en él se encuentran las poblaciones San Pedro en sus diversas etapas, San Pablo, las villas Los Alcaldes, Los Ediles y diversos block de departamentos. Las áreas de esparcimiento son pocas, no existen juegos infantiles ni plazuelas, pero sí una multicancha. Igualmente se han conformado varias juntas de vecinos. En el área educacional cuenta con la Escuela Angachilla, Escuela

Nueva Angachilla, Escuela Particular Angachilla y el colegio Helvecia. Además cuenta con jardines infantiles administrados por la JUNJI. En el área salud cuenta con un Centro de Salud Familiar recientemente inaugurado, el que reemplaza al policlínico que existía. También se encuentra una capilla católica dependiente de la parroquia Cristo Rey y diversas iglesias evangélicas.

En el sector comercio se encuentran algunos pequeños supermercados, botillerías, además de los numerosos almacenes de barrio. Los habitantes del sector tienen la posibilidad de acudir a una feria cercana que se ubica en la calle Rubén Darío los días lunes.

Las casas del sector son bastante pequeñas, por lo que es posible ver a gran cantidad de personas en las calles, especialmente a niños y jóvenes que se ubican en las esquinas para jugar y conversar.

### **6.3. SECTOR TENIENTE MERINO**

En este sector se ubica la población Teniente Merino, barrio pequeño y tranquilo catalogado como de clase media. La característica más importante de este barrio son las numerosas familias de funcionarios de las Fuerzas Armadas y de Orden (carabineros y militares), algunos de los cuales habitan estas casas a través de comodato con el Estado.

En el ámbito educacional podemos encontrar la escuela Teniente Merino, en el área de la salud por ubicación geográfica les corresponde atención en el consultorio externo dependiente del Hospital Base cercano al sector, pero que no se encuentra ubicado en él. En

lo relativo al comercio posee botillerías, frutería, supermercado, varios almacenes y todos los días lunes en la calle Rubén Darío se instala una feria. También se encuentra la Parroquia católica Cristo Rey y algunas iglesias evangélicas. Con relación a las organizaciones territoriales y funcionales existen juntas de vecinos y organizaciones deportivas. En lo relativo a las áreas de esparcimiento encontramos numerosas plazuelas donde pasean familias y juegan los niños, y además posee una multicancha.

El Departamento de Aseo y Ornato de la Municipalidad envía regularmente a personal que se encarga de mantener y cuidar las plazuelas, por ello las calles y áreas de esparcimiento del barrio siempre se encuentran en buen estado.

#### **6.4. SECTOR CORVI 2**

El sector conocido como Corvi abarca un gran territorio en la ciudad, su poblamiento se realizó por etapas y el sector conocido como Corvi 2 se levantó más tarde en relación con el resto del lugar.

El sector Corvi, en el plano educacional posee las Escuela Fernando Santiván, Escuela Mulato Gil de Castro, Escuela Particular Metodista, Escuela Santa Marta y el Liceo Benjamín Vicuña Mackenna, además de jardines infantiles dirigidos por la JUNJI. En el área salud se encuentra el Centro de Salud Familiar Gil de Castro dependiente del Departamento de Salud Municipal, también se ubica la 6° Compañía de Bomberos, la Tenencia de Carabineros José Gil de Castro y la Subcomisaría de menores. También

encontramos la parroquia católica Preciosa Sangre y numerosos templos e iglesias evangélicas.

En el sector conocido como Corvi 2 se encuentran las poblaciones Bernardo O' Higgins, Petrohué y Alfonso Cañas. En el área comercio se encuentran supermercados, botillerías, almacenes, locales de comida rápida, fruterías y además las familias del sector tienen la posibilidad de concurrir a una feria libre que se instala los días miércoles en la calle Río Calle-Calle. Las áreas de esparcimiento son pocas, no hay juegos infantiles ni tampoco multicanchas, pero sí algunas plazuelas y sitios baldíos en donde juegan los niños los que generalmente se encuentran sucios porque son utilizados como basureros. También, como en otros sectores, se han conformado juntas de vecinos y clubes deportivos.



## **7. ASPECTOS METODOLOGICOS**

La forma en que son enfocados los problemas y la búsqueda de sus respuestas es lo que se conoce como metodología (Taylor S.J. y Bogdan R, 1987:15). La metodología empleada en la investigación fue de carácter cualitativo y cuantitativo, porque al combinar sus técnicas fue posible tener una visión más completa del problema estudiado.

### **7.1 Tipo de Investigación**

Investigación antropológica, aplicada en el área de la salud pública, que se desarrolló como un estudio exploratorio, dada la escasa acumulación de antecedentes en este campo, y como un estudio descriptivo, porque a través de esta manera se puede dar a conocer mejor la realidad estudiada.

### **7.2. Contexto Geográfico y Temporal.**

La recolección de datos primarios para la investigación comienza a principios del 2002 cuando se hacen los primeros contactos con las escuelas en las que se trabajó; estos contactos nos ayudarían a encontrar familias pertenecientes a un mismo sector o barrio y que compartan aspectos tales como un centro de salud familiar, plazuelas, áreas de recreación y otros elementos que permitieran identificarlos con características comunes. Por ello se decidió trabajar con familias de cuatro escuelas, dos de las cuales deberían haber tenido intervención como escuelas saludables por parte del Servicio de Salud Municipal. Así se trabajó con familias con hijos que cursan quinto básico en la Escuela Las Animas que abarca todo el sector Las Animas y la Escuela Angachilla que abarca el sector San

Pedro y San Pablo, ambas intervenidas. Las restantes familias con las que se trabajó fueron de la Escuela Teniente Merino que abarca el sector Teniente Merino y Escuela Fernando Santiván que abarca el sector Corvi 2.

### **7.3. Unidad de análisis**

Según Hernández Sampieri (1991:209) la unidad de análisis se determina identificando quienes van a ser medidos en la investigación. Para conocer la formación de hábitos alimentarios en las familias tomamos como unidad de análisis aquellas familias con hijos que cursaban quinto año básico las escuelas urbanas municipalizadas de la comuna de Valdivia el año 2002.

### **7.4. Población**

Es definida como un “*conjunto de datos que concuerdan con una serie de especificaciones*” (Selltiz en Hernández, 1991:210), estas especificaciones están dadas por familias con hijos que cursen quinto básico en escuelas municipalizadas que se encuentren insertas en un sector o barrio. Las familias provienen de cuatro escuelas, dos con intervenciones como “Escuela Saludable” por el Departamento de Salud Municipal de Valdivia y las otras dos no. Por lo tanto nuestra población serán *las familias con niños que cursan quinto básico en las escuelas municipalizadas Fernando Santiván, Teniente Merino, Angachilla y Las Animas, de la ciudad de Valdivia.*

## **7.5. Muestra**

Es definida *como un subgrupo de la población*. Para esta investigación se utilizó una muestra intencionada no probabilística, centrada en estudios de casos, pues a través de estos lineamientos se privilegia la profundidad y la calidad de la información, más que la cantidad y la estandarización. La muestra se seleccionó con aquellas familias que vivieran en villas o poblaciones cercanas a la escuela a la que asiste su(s) hijo(s) que cursa(n) quinto básico.

La muestra consistió en un número de 48 familias divididas en 12 por sector. En el caso de la escuela Fernando Santiván se trabajó con familias que viven principalmente en las poblaciones Petrohué y Bernardo O'higgins; en la escuela Teniente Merino con familias que comprenden el sector ubicado entre las Avenidas Francia, Ramón Picarte, las calles Rubén Dario y René Schneider; en la escuela Angachilla se trabajó con familias que viven en las poblaciones San Pedro y San Pablo; y en la escuela Las Animas se trabajó con familias que habitan el sector del mismo nombre.

## **7.6. Recolección de información**

### **7.6.1. Revisión bibliográfica**

Esta etapa se realizó principalmente a través de una pasantía realizada al Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile. Aquí fue posible recoger información para construir el marco teórico y obtener antecedentes referidos a las principales líneas de investigación y acciones que se realizaron y realizan en

Chile en materias de la alimentación y su relación con el perfil epidemiológico. Además se realizaron entrevistas con profesionales del INTA (Médicos, Nutricionista y Antropóloga) quienes complementaron y guiaron la recopilación de información.

### **7.6.2. Recolección de datos secundarios**

La recolección de datos secundarios se realizó principalmente a través de las escuelas a las que pertenecían los niños, de esta manera se recogieron las direcciones de los domicilios de las familias que comprendieron la muestra.

### **7.6.3. Recolección de datos primarios**

Las técnicas de recolección de datos primarios utilizadas en la investigación fueran aquellas con las cuales pudiéramos recoger las ideas y percepciones tanto de los niños como de los padres y apoderados, para lo cual se realizaron entrevistas grupales, entrevistas semiestructuradas y conversaciones informales. También se diseñó una encuesta para obtener datos generales de las familias en estudio

En primer lugar se diseñó y aplicó una *encuesta* a toda la población (400 familias), dirigida a los padres o a un adulto que fuera parte de la familia del niño (ver anexo N°1). Para hacer llegar la encuesta a los hogares la entrega se realizó por intermedio de las escuelas y con la ayuda de los profesores jefes de cada quinto básico, la recolección de ella fue realizada por los docentes en conjunto con los investigadores recogiendo 353 encuestas. Además nos exigimos como requisito que cada encuesta reuniera un mínimo de 80% de preguntas contestadas para aceptarla como válida, de lo contrario no serían consideradas para el

análisis, de esta manera se analizaron 315 encuestas. Ella consistía de 33 preguntas, donde se tocaban temas sobre la composición familiar, condición económica, participación comunitaria y sedentarismo, enfermedades relacionadas con alimentación, y preferencias alimentarias. Para validar la encuesta se aplicó en un sexto básico de la escuela Angachilla, lo que sirvió para corregir algunas preguntas que se prestaron a confusión.

Otra técnica utilizada fueron las *entrevistas grupales*, esta actividad – pensada exclusivamente para los niños – se realizó en las salas de clases y tuvo una duración de dos horas; la finalidad de este trabajo era recoger las ideas, preferencias y vivencias que los alumnos tienen frente al tema de la alimentación. Se realizaron 13 entrevistas grupales (una por curso) en las que se utilizó como metodología trabajos grupales de aproximadamente 6 niños por grupo los que comentaron y compartieron una pauta con 9 preguntas, las que posteriormente serían dadas a conocer al resto del curso y comentadas; para esta técnica se utilizó grabadora, papelógrafos, láminas y dibujos.

La *entrevista semiestructurada* se aplicó a la muestra para recolectar información acerca de como han influido ciertos factores, tales como la escuela, los centros médicos, el barrio, los medios de comunicación, los amigos y la familia, en la apropiación de conceptos, creencias y hábitos alimentarios de la familia. Para realizar las entrevistas nos presentamos frente a los padres en una reunión de apoderados, donde se les solicitó consentimiento para llegar a sus hogares a realizar la entrevista, además se les explicó en qué consistía y cual era la finalidad del estudio; en algunos cursos donde no fue posible esta presentación se envió una

comunicación por intermedio de los niños en la que se pedía la aprobación para realizar la entrevista. De esta manera fue posible que la Dirección de los establecimientos educacionales nos facilitaran las direcciones de los niños. Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de dos horas (ver anexo N°2).

Las conversaciones informales con los directores de las escuelas y los profesores jefes de cada uno de los quintos básicos nos ayudaron a tener una idea general de cada curso y de las características sociales de los alumnos.

Cuadro resumen de recolección de datos primarios

FAMILIAS CON NIÑOS EN 5º BÁSICO	NUMERO DE ENCUESTAS	ENTREVISTAS SEMIESTRUCTURADAS	ENTREVISTAS GRUPALES
ESCUELA LAS ANIMAS SECTOR LAS ANIMAS	69	12	3
ESCUELA ANGACHILLA SECTOR ANGACHILLA	73	12	3
ESCUELA FERNANDO SANTIVÁN SECTOR CORVI 2	69	12	3
ESCUELA TENIENTE MERINO SECTOR TENIENTE MERINO	104	12	4
TOTAL	315	48	13

Cuadro N°1

### **7.7. Análisis de la información**

El análisis de los datos obtenidos en la investigación se realizó de dos formas, una analiza aquellos datos obtenidos de las entrevistas semiestructuradas y entrevistas grupales siguiendo la idea propuesta por Deutscher (citado en Taylor y Bodgan, 1987:159). El autor plantea tres fases para el análisis. La primera fase consiste en la identificación de temas, conceptos y proposiciones, los que en nuestro caso fueron la familia, la compra de alimentos, conductas frente a la alimentación, la religión, el consultorio, el sector en que viven las personas y la escuela. La segunda fase se refiere a la codificación de los datos y comprensión de los temas ordenados por tópicos e ítems. Y la tercera y última fase corresponde a la comprensión de los datos de acuerdo al contexto en el cual fueron recogidos.

La otra forma de análisis fue utilizada para aquellos datos cuantitativos recogidos en la encuesta, primeramente fue necesario codificar cada una de las preguntas y respuestas de ella e ingresarlas a una planilla Excel para posteriormente obtener resultados a través de un tratamiento estadístico con el programa computacional Epi Info obteniendo de él principalmente frecuencias, promedios, gráficos y cruce de variables.

## **8. RESULTADOS**

En este capítulo presentaremos los resultados obtenidos por las diferentes técnicas de recolección de datos utilizadas en la investigación. A continuación se presentarán tres apartados, en el primero se darán a conocer aquellos datos que nos ayudarán a visualizar la composición familiar (estado civil de los padres, número de integrantes, etc.) y cómo estas se han organizado en torno a aspectos alimentarios. En el segundo apartado se entrega una reseña que caracteriza a los cuatro establecimientos educacionales y sus familias. Y por último encontraremos datos en torno a las pautas que rigen las prácticas alimentarias de las familias.

### **8.1. SOBRE LAS FAMILIAS**

A continuación se presentan algunos gráficos construidos a través de las frecuencias obtenidas del programa computacional Epi Info. Los datos que se presentan fueron extraídos de la encuesta, la que fue contestada en un 68,6% por las madres, en un 22,2% por padres, y un 7,6% por otro familiar (1,6% no responde); por ello el número de familias que se indica en los gráficos corresponde a 315, sin embargo algunos gráficos muestran más o menos de ese número debido a que las respuestas podían ser múltiples (por ejemplo quién cocina en la casa) o dejar preguntas en blanco (por ejemplo si la familia ha tenido enfermedades relacionadas con alimentación), en estos casos se indicará cuando corresponda.



### 8.1.1. Estado civil de los padres

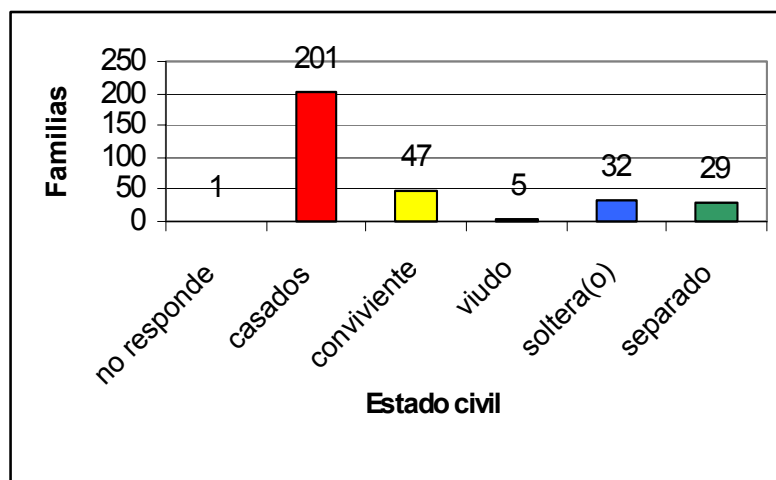


Gráfico N°1

Un 63,8% de las familias está constituida por parejas casadas, seguido por 14,9% de parejas convivientes, un 10,2% son padres solteros, un 9,2% se encuentran separados y un 1,6% son viudos.

### 8.1.2. Composición familiar

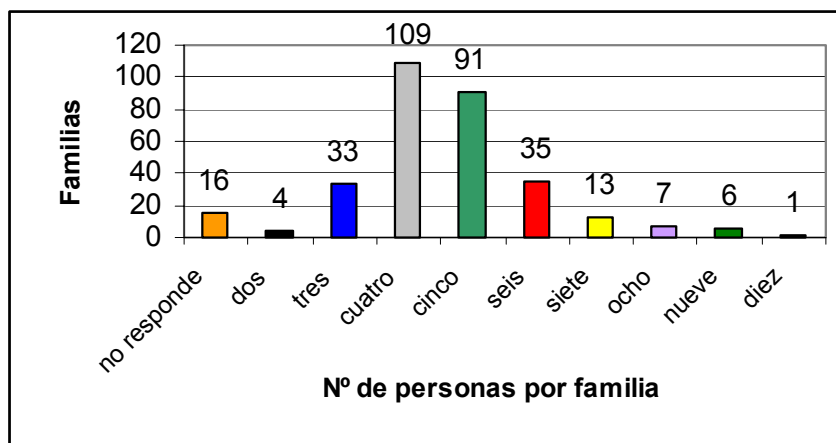


Gráfico N°2

Para entender las dinámicas que se dan al interior de las familias en el aspecto alimentario es importante conocer la composición familiar porque puede determinar el manejo y elección de los alimentos. Así encontramos que las mayores frecuencias están dadas en familias compuestas por cuatro (34,6%) y cinco personas (28,89%) las que por lo general se componen de padre, madre e hijos. Además existen familias compuestas por seis a diez personas, algunas de ellas en calidad de allegadas, prestando alojamiento a un familiar, o que nunca han salido de la casa de los padres; con esto no se quiere decir que no existan familias con un alto número de hijos, sino que mientras más alto el número de integrantes de la familia existe mayor complejidad en el tema que estamos investigando.

### 8.1.3. Religión

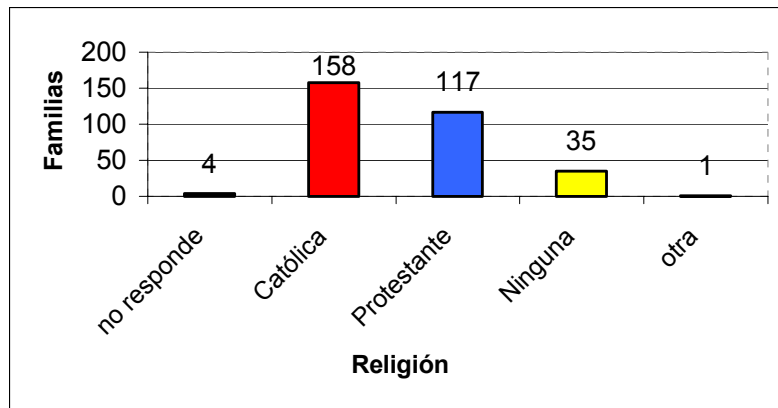


Gráfico N°3

El tema de la religión es importante ya que algunas de ellas, especialmente Evangélicas, tienen restricciones sobre algunos alimentos como carne de cerdo y sus derivados, sangre animal, cafeína, alcohol, etc. De las familias encuestadas un 50,2% profesan la religión Católica, mientras que las familias que profesan la religión Evangélica equivalen a un 37,1%; entre ellas encontramos a la Iglesia Adventista del Séptimo Día, Iglesia Pentecostal, Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, Iglesia Metodista Pentecostal, Salón del Reino de los Testigos de Jehová, Iglesia Bautista, Iglesia del Señor, Iglesia del Señor la Cual Ganó por su Sangre, Iglesia Unión Evangélica, Ministerio "Jehová es mi pastor, nada me faltara", Iglesia Católica Aliancista Misionera.

#### 8.1.4. Nivel de estudio de los padres

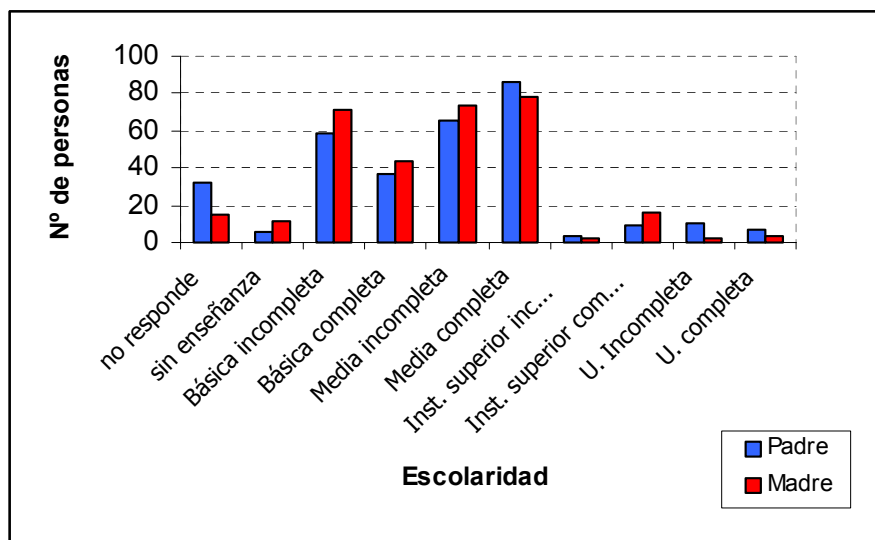


Gráfico N°4

El nivel de estudio de los padres como se aprecia en el cuadro es diverso. Se puede destacar que los padres que no tienen o no han terminado su enseñanza básica corresponden a un 20,6%, mientras que ese porcentaje en las madres se incrementa a un 26%, cifras importantes al compararlas con quienes han terminado algún estudio superior (aproximadamente un 5%). Por lo tanto, el nivel de escolaridad de los padres y madres se concentra entre la enseñanza básica incompleta hasta la enseñanza media completa.

### 8.1.5. Ingresos y trabajo

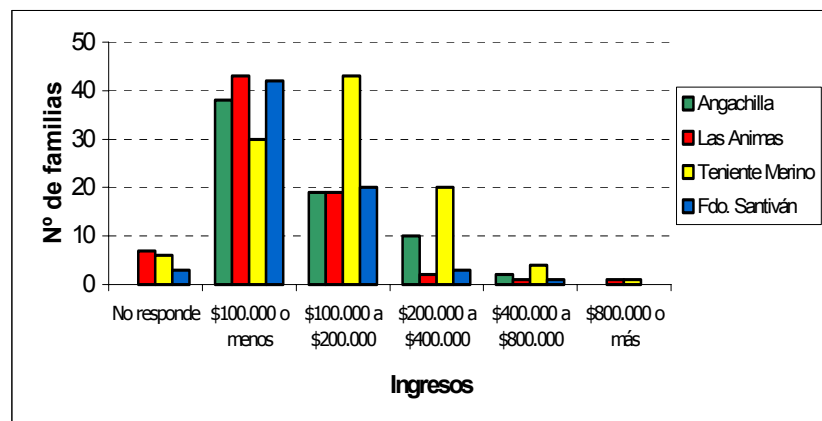


Gráfico N°5

Sin duda el factor económico es importante al decidir la organización y compra de alimentos. En el gráfico N°5 se exponen los ingresos de las familias de acuerdo a las escuelas a la que pertenecen los niños, de esta manera se aprecia que el mayor número de ingresos se encuentra en el rango \$100.000 o menos, seguido de \$100.000 a \$200.000 sumando un 80,7% de las familias encuestadas, lo que denota que nos encontramos con muchas familias que viven con un promedio cercano al sueldo mínimo, además si pensamos que muchas de estas familias se componen de cuatro o cinco personas la cantidad de dinero que se destina a la alimentación va a ser alta. En el gráfico se puede notar que el las familias (con hijos en quinto básico) que pertenecen a la escuela Teniente Merino declaran tener ingresos superiores frente a las demás escuelas, si bien es un aspecto importante para la libertad de elección de una familia al momento de comprar alimentos, veremos más adelante que los patrones alimentarios son muy similares, por lo que

podremos afirmar que el factor económico da mayor libertad y menos preocupaciones, pero no es lo más determinante al momento del consumo.

En esta misma línea un elemento relacionado con el consumo es el porcentaje que se invierte para compra la de alimentos al interior del hogar. En la investigación un 20,3% invierte menos del 25% de sus ingresos, un 41,3% destina entre un 25% a un 50% de sus ingresos en alimentos mientras que un 27% gasta entre un 50% a 75%, y un 5,7% emplea más del 75%.

Al exponer los ingresos no podemos dejar de mencionar que son los padres quienes mayoritariamente trabajan en forma remunerada, llegando a ser un 75,5%, mientras que las madres que trabajan sólo suman un 33,3%.

### 8.1.6. Quién cocina

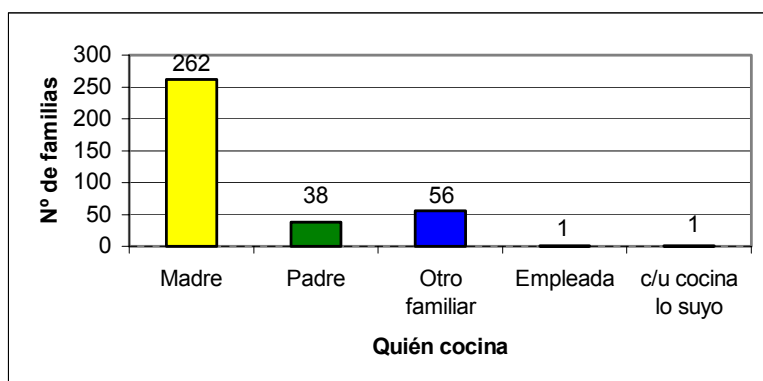


Gráfico N°6<sup>3</sup>

De las familias con las que se trabajó un 82,3% de las madres eran las encargadas de cocinar, mientras que un 12,1% de los padres cumplían esta labor. En algunas ocasiones esta labor la cumple otro familiar llegando a un 17,8%, lo que se explica por la cantidad de familias que viven en condición de allegados o prestando alojamiento a otro familiar.

La tarea de cocinar es sin duda aliviada cuando hay ayuda la que puede ser de distintas maneras como poner los cubiertos, lavar la loza, pelar las verduras. La encuesta nos revela que en más del 50% de los hogares la persona que cocina no recibe ayuda, y mientras que al interior del porcentaje que ayuda los padres suman un 18,4%, las hijas cooperan en un 15,6%, los hijos en un 7,3%, y otros familiares en un 6%.

<sup>3</sup> La respuesta a esta pregunta podía ser múltiple, por lo que en algunos casos la labor de cocinar en el hogar se puede presentar simultáneamente. Por ello en el gráfico el número de personas sobrepasa las 315.

### 8.1.7. Número que saben cocinar en la casa

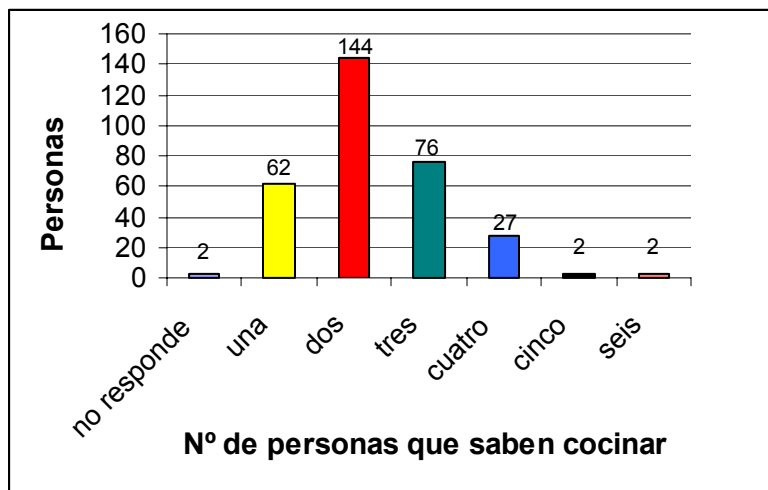


Gráfico N°7

Como se aprecia en el gráfico, el mayor porcentaje está dado por dos personas que saben cocinar llegando a un 45,7%, seguido por tres y una persona, con un 24,1% y 19,7% respectivamente. Esta situación es importante porque pese al número de personas que saben cocinar en el hogar, en la mayor parte de las oportunidades es la misma persona la que realiza esta labor, que como se aprecia en el gráfico número 6 es la madre.



### 8.1.8. Formas de aprendizaje

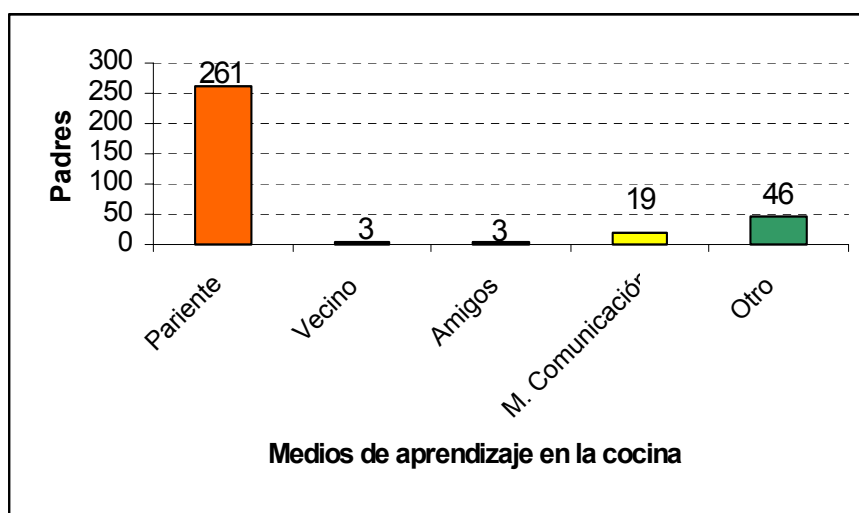


Gráfico N°8<sup>4</sup>

La manera en que las personas aprendieron a cocinar queda bastante claro, el aprendizaje para padres y madres es principalmente por la familia y dentro de ella por vía materna, en segundo lugar se encuentra la opción otro que generalmente se refiere al aprendizaje por necesidad o por trabajo (como empleada de casa particular), y en tercera opción se encuentran los medios de comunicación como la televisión, la radio o revistas.

---

<sup>4</sup> El gráfico muestra un número superior a las 315 personas que respondieron la encuesta, situación que se explica porque las formas de aprendizaje en la cocina son múltiples.

### 8.1.9. Planificación

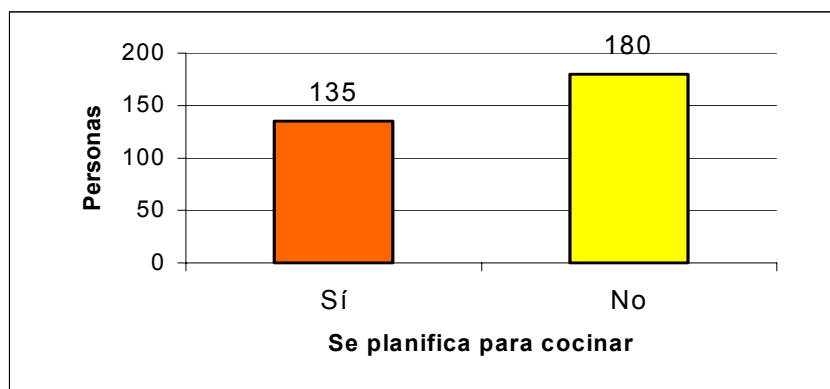


Gráfico N°9

Quienes tienen la labor de cocinar deben lidiar todos los días con la preocupación de que alimentos preparar, en la investigación el 42,9% de los casos declara que se planifica para cocinar, por lo general a cada día de la semana se le otorga un plato (ej. Lunes legumbres, martes cazuela, miércoles fideos, etc.). En los casos restantes manifiestan que no tienen planificación, pero sí declaran que durante la semana se trata de cocinar no repitiendo las comidas e intercalando platos secos (ej. fideos) con platos húmedos (ej. cazuela).

### 8.1.10. Información

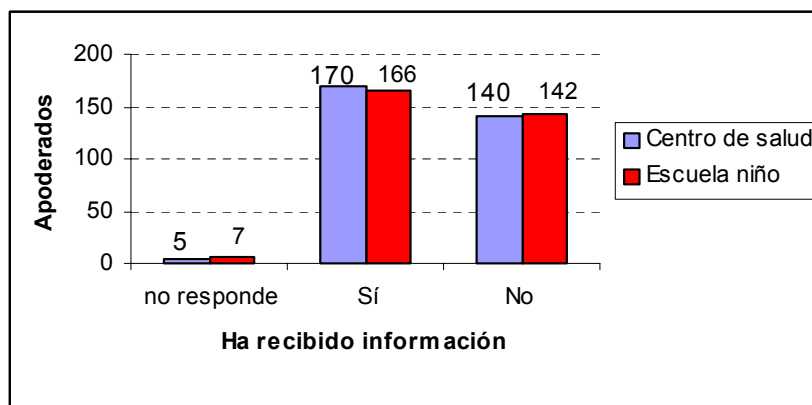


Gráfico N°10

Para la formación de hábitos y conocimientos alimentarios la información que se recibe de instituciones como la escuela o el centro de salud son importantes, porque representan la visión oficial del Gobierno en materias alimentarias. De esta manera, al consultar quienes han recibido información sobre alimentación en la escuela de su hijo un 52,7% declara haberla recibido, mientras que un 45,1% no. Así mismo un 54% declara haber recibido información del centro de salud en el cual se atiende y el 44,4% no.

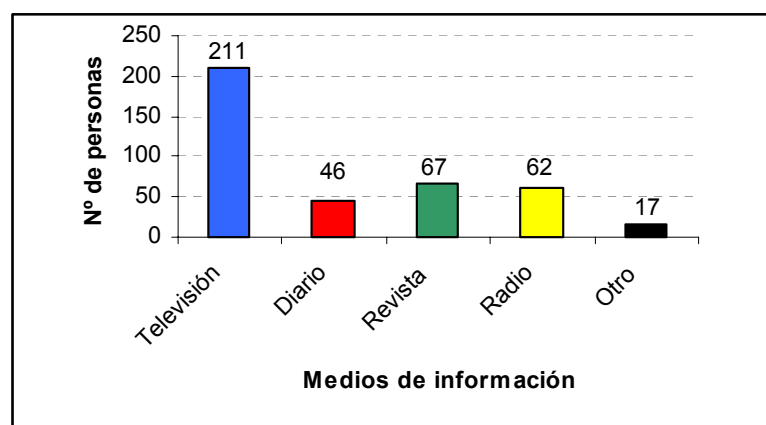


Gráfico N°11<sup>5</sup>

Además de lo anterior, las personas tienen otros medios por donde informarse, el gráfico N°11 nos muestra en forma clara que el medio de comunicación más usado por las personas es la televisión, seguido muy a lo lejos por las revistas, los diarios y algunos programas radiales.

Es importante mencionar que aunque existen varios canales por los que se entrega información en temas alimentarios, ésta en algunas ocasiones puede ser reinterpretada por la población, lo que provoca que los mensajes sean adaptados de acuerdo a su situación particular.

<sup>5</sup> Los medios de información que utilizan las personas pueden ser múltiples, por eso en el gráfico el número de personas es superior a 315.

8.1.11. Enfermedades más comunes relacionadas con alimentación

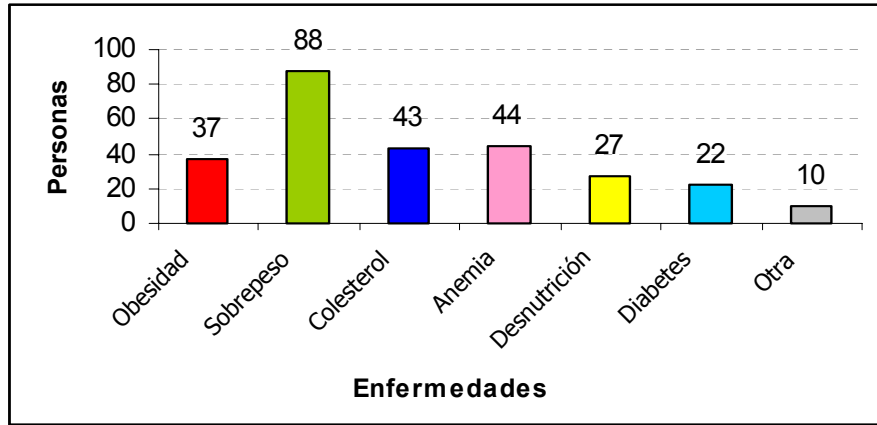


Gráfico N°12<sup>6</sup>

Cuando se habla de hábitos alimentarios es imprescindible conocer el estado de salud en que se encuentran las personas. En el estudio es posible apreciar que entre las enfermedades y factores de riesgo más significativas para la población se encuentran las siguientes: en el 27,9% de las familias algún miembro tiene sobrepeso, un 14% anemia, un 13,7% colesterol y un 11,7% obesidad; sin duda todas enfermedades relacionadas directamente con malos hábitos alimentarios.

<sup>6</sup> En este gráfico el número de respuestas es menor a 315, porque en algunas familias ningún miembro ha padecido enfermedades, y en otras había más de alguna.

Un factor importante para el tratamiento y control de estas enfermedades, por la cantidad de especialistas, rapidez, etc. son los centros de salud. Según los resultados de la encuesta las familias se atienden en forma mayoritaria en los centros de salud familiar con un 72,4%, seguido por aquellas que se atienden en policlínicos con un 8,3%, por medio de Isapres con un 8,6%, en el hospital con un 5,7% y en los centros de salud de las fuerzas armadas con un 2,5%.

### 8.1.12. Preferencias para escoger alimentos.

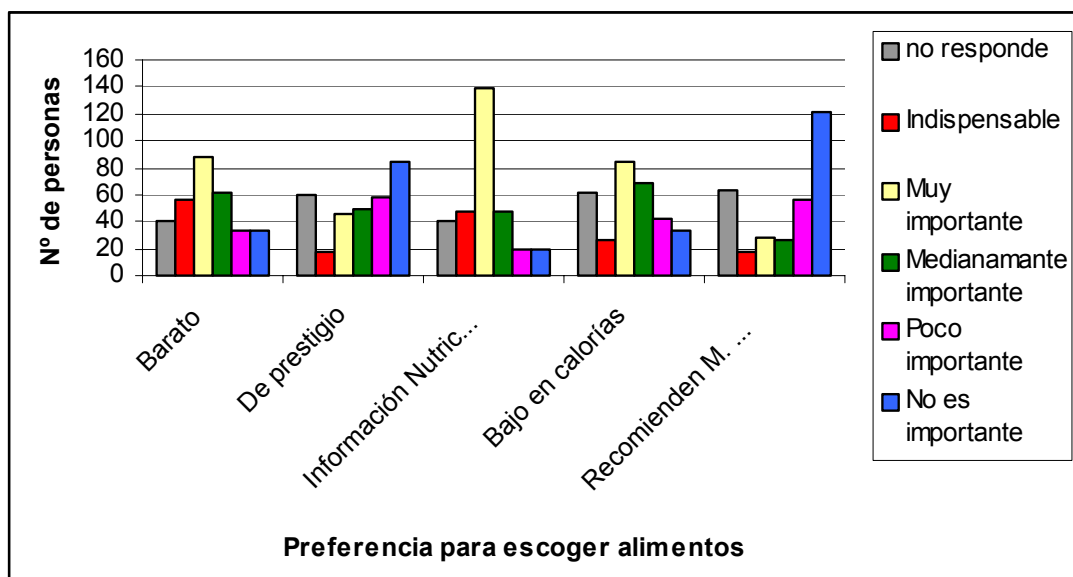


Gráfico N°13

Si bien la familia sale en conjunto a comprar los alimentos, es la madre quien los escoge. El gráfico muestra la importancia de determinadas cualidades al momento de preferir un producto. La información nutricional es un elemento considerado como muy importante. Que el producto tenga un precio económico es otro factor de importancia, al igual que sea

bajo en calorías. Si estas tres condiciones se encuentran en un producto la posibilidad de escogerlo será mucho mayor.

Las familias responden en la encuesta que al elegir un alimento no es importante que sea recomendado en los medios de comunicación y que tengan prestigio, pero con los resultados de las entrevistas se ve que esta situación no se refleja con lo que realmente ocurre, situación que veremos más adelante.

## **8.2. RESULTADOS POR ESCUELA.**

### **8.2.1. Escuela Fernando Santiván.**

Este establecimiento educacional se encuentra ubicado en la calle Andrés Bello s/n en el sector Corvi 2, sus alumnos provienen principalmente de las poblaciones Petrohué, Bernardo O'Higgins y Alfonso Cañas todas cercanas a él. La escuela está integrada a la jornada escolar completa, tiene tres quintos básicos con un promedio de 28 alumnos por curso, más de la mitad de ellos almuerzan en la escuela.

Las familias de estos niños se componen en forma mayoritaria de cuatro o cinco personas, en términos religiosos la iglesia católica y las evangélicas casi se equiparan en número de fieles, pero la primera supera por estrecho margen a la segunda. El estado civil de los padres se desprende de la siguiente manera: un 50,7% se encuentran casados, un 21,7% convive, un 15,9% se encuentra separado y un 11,6% son solteros (as). Con relación a la situación laboral, los padres trabajan en un 71% mientras que las madres lo hacen en un 40,6%, lo que deja de manifiesto que en un número importante de hogares ambos padres realizan esta labor. Con respecto a los ingresos un 60,9% percibe \$100.000 o menos y un 29% recibe entre \$100.000 y \$200.000.

### **8.2.2. Escuela Teniente Merino.**

Establecimiento ubicado en Valle Hondo N°2915 en el sector Teniente Merino. Los alumnos que acoge son mayormente de la población Teniente Merino. Esta escuela tiene cuatro quintos básicos con aproximadamente 30 alumnos por curso, no está integrada a la



jornada escolar completa, en las mañanas atiende al segundo ciclo básico y en las tardes al primero. El nivel socioeconómico de la escuela es medio por ello son muy pocos quienes almuerzan en el establecimiento.

Un 69,2% de las familias tienen padres casados, un 9,6% convive, otro 9,6% se encuentra separado y un 8,7% es soltero(a). Estas familias se encuentran constituidas principalmente de tres a cinco personas y son mayoritariamente católicas (en un 65,4%). En el aspecto laboral los padres trabajan en un 76,9% mientras que las madres lo hacen en un 27,9%. Sobre las frecuencias más importantes en los ingresos que perciben las familias un 43,1% se encuentra entre los \$100.000 a \$200.000, un 28,8% obtiene menos de \$100.000 y un 19,2% percibe entre \$200.000 y \$400.000.

### **8.2.3. Escuela Las Animas.**

Establecimiento ubicado en la avenida Pedro Aguirre Cerda N°1002 en el sector Las Animas. Sus alumnos provienen de poblaciones del sector como Acharán Arce, José Miguel Carrera, Teodoro Segovia y de algunos sectores rurales como Santa Elvira y fundos cercanos. La escuela tiene tres quintos básicos con 29 alumnos en promedio. En el transcurso de la investigación la escuela se integró a la jornada escolar completa, de los alumnos de quinto la mitad tomaba desayuno en la escuela y de ellos un gran porcentaje almorzaba en ella.

La situación familiar de los alumnos se puede describir de la siguiente manera: respecto al estado civil, un 64,4% de los padres se encuentran casados, seguido por los que conviven

con un 15,1% y por las madres y padres que son solteros con un 13,7%. Las familias están compuestas principalmente por cuatro y cinco personas. En el aspecto religioso un 32,9% se declaran católicos, mientras que un 53,4% dice pertenecer a alguna religión evangélica. En el aspecto laboral el padre trabaja en un 65,8% y la madre lo hace en un 27,4%. De los ingresos percibidos por las familias el 58,9% recibe \$100.000 o menos y el 26% recibe entre \$100.000 y \$200.000.

#### **8.2.4. Escuela Angachilla.**

Este establecimiento se encuentra ubicado en la Avenida Angachilla s/n en el sector del mismo nombre. Sus alumnos provienen principalmente de las poblaciones San Pedro y San Pablo. Tiene tres quintos básicos con un promedio de 38 alumnos por curso, de los cuales un 90% almuerzan en la escuela. Además se encuentra integrada a la jornada escolar completa.

La situación familiar de los alumnos se desprende de la siguiente manera: las familias están compuestas mayoritariamente por cuatro a seis personas y en términos religiosos un 52,5% son evangélicos mientras que un 33,5% son católicos. Los padres se encuentran casados en un 64%, los que conviven representan un 15,4% y los solteros (as) llegan a un 13,8%. En lo referente a la situación laboral los padres trabajan en un 61,6% y las madres en un 27,5%. Los ingresos percibidos por las familias son bajos, un 58,3% recibe \$100.000 o menos y un 26,6% entre \$100.000 y \$200.000.

### **8.3. RESULTADOS GENERALES.**

En este apartado presentares los resultados obtenidos principalmente de las entrevistas semiestructuradas y de las entrevistas grupales. Las primeras aplicadas a los padres y la segunda a los niños, en algunos momentos para cuantificar lo que se discute nos remitiremos a las encuestas.

De los resultados de la encuesta podemos constatar que en las familias estudiadas son las mamás quienes están dedicadas a cocinar, quienes aprendieron esta labor principalmente de sus madres. Los conocimientos y el aprendizaje de la cocina casi en todos los casos no son directos, o sea no es a través de una enseñanza metódica, sino más bien los conocimientos se van incorporando a través del tiempo por la observación, por la prestación de ayuda al momento de cocinar, por las consultas y conversaciones sobre la preparación y manipulación de los alimentos. En forma adicional las personas que cocinan en estas familias han ido complementando lo aprendido mediante otras vías, como programas de televisión, recetas de cocina que aparecen en revistas o diarios, por los trabajos que realizan o por los círculos de amigos en los cuales están insertos.

La relación de los padres (varones) en la cocina es muy distinta a la de las madres, por los datos de la encuesta encontramos que en 11 familias son los papás quienes cocinan diariamente y sin ayuda, de estos casos cinco padres están separados. En otras 27 familias el padre también cocina y/o ayuda a cocinar, por lo general lo hacen cuando la madre no se encuentra en la casa o cuando ha enfermado.

*"Yo aprendí a cocinar viendo a mi mamá, cuando ella cocinaba, yo la miraba y así aprendí a cocinar, ella a veces me decía cómo hacía la comida y de esa manera aprendí a cocinar, también cuando no sé hacer algo tomo un libro de recetas y cocino... Mi marido no es muy bueno para cocinar, pero sabe cocinar, cocina sólo cuando yo me enfermo o no estoy en la casa, la que más me ayuda es mi hija, porque como le gustan las ensaladas me ayuda a aliñarlas, pone la mesa y a veces me ayuda a lavar la loza."*

*Guadalupe (madre, sector Teniente Merino)*

*"Yo aprendí mirando a mi mamá, como yo soy el mayor de mis hermanos tuve que aprender desde chico para ayudar a mi mamá, éramos siete hermanos, así que ya a los 8 años hacía pan y ahora igual, será donde uno tiene más fuerza que queda bien sobado y infladito".*

*Carlos (padre, sector Angachilla)*

*"¿A ver...? Cuando yo tenía diecisiete años no sabía hacer ná', yo me crié con mis abuelos y lo único que tenía que hacer era estudiar no más y jugar los ratos libres, mi abuela era enemiga de que yo me meta a hacer algo lavar.. nada, entonces cuando me casé con mi marido yo no sabía hacer nada y lo que sé ahora lo he ido aprendiendo mirando a mi suegra a veces, pero claro poco me explica ella, así que con los amigos a veces..."*

*Andrea (madre, sector Corvi 2)*

Debido a que es la madre quien cocina la mayoría de las veces, es ella quien realiza la tarea de enseñar a sus hijos esta labor, la disposición está, pero al considerar que los niños son muy pequeños existe el temor que puedan sufrir algún accidente, por ello tratan de darles tareas alejadas del fuego como aliñar las ensaladas, poner la mesa, pelar verduras, lavar loza, etc. En las entrevistas grupales casi todos los niños dicen saber cocinar, nombrando comidas que no requieran tanta elaboración y tiempo como fideos, huevos y alimentos semipreparados (como puré de papas en caja, sopas); ellos al igual que sus progenitores han adquirido conocimientos y nociones de la preparación de algunos platos porque han visto a sus madres (fundamentalmente), abuelas, tías o padres manipular los alimentos. La tarea de

cocinar en muy pocos hogares (cinco) debe ser asumida, en algunas ocasiones, por los niños quienes debido a la ausencia de los padres en el hogar por trabajo, tienen que tomar esta responsabilidad.

*"Yo a veces tengo que hacer la comida porque mi mamá trabaja y tengo que cuidar a mi hermanito"*

*Jessenia (niña, sector Las Animas)*

Al consultar a los niños si es bueno que ambos padres sepan cocinar las opiniones se dividen, para las niñas prima la idea que el hombre debe ayudar a cocinar en la casa, en cambio para algunos niños el hombre debe dedicarse sólo al trabajo.

*"Porque las cosas de la casa son lo principal para la mamá y el papá está en el trabajo"*

*Jonathan (niño, sector Las Animas)*

Aún con la preocupación que los niños puedan sufrir algún accidente en la cocina, los padres y madres entrevistados piensan que es importante que sus hijos aprendan a cocinar, porque es una manera para que ellos sean independientes en el futuro, pero sobre todo creen que es importante porque las madres no siempre estarán junto a sus hijos, y por lo tanto necesitarán tener estos conocimientos y las herramientas necesarias al momento de encontrarse solos. Aún con lo anterior, prevalece para padres y madres la idea que las niñas deben aprender más y mejor que los varones, porque ellas serán las encargadas de un hogar en el futuro, mientras que para los hijos varones el aprendizaje es necesario para cuando se encuentren solos o para ayudarles a sus futuras esposas.

*"Sí, es bueno que ambos sepan cocinar porque en el momento que salgan fuera de la casa, por ejemplo a estudiar, van a necesitar saber algo para cocinarse y alimentarse y no comer cosas chatarras como hamburguesa y completos."*

*Matilde (madre, sector Teniente Merino)*

*"Es bueno que sepan cocinar, porque si están solos pueden vivir, porque no siempre va a estar la mamá con ellos"*

*Jaime (padre, sector Las Animas)*

En relación con los patrones alimentarios aproximadamente un 80% de las familias (información entrevistas grupales) come tres veces al día: el desayuno, almuerzo y once, el resto de las familias suma a lo anterior la cena, y en otros casos la tercera comida se transforma en once-cena. En estos horarios no todas las familias se pueden reunir porque muchos niños desayunan y/o almuerzan en la escuela, o por la jornada laboral de los padres uno o ambos no se encuentran, por lo tanto el momento que tiene la familia para reunirse alrededor de una comida sólo se da durante la semana en la tarde a la hora de once o cena, y los fines de semana el almuerzo tiene el sentido de la reunión familiar. A pesar de lo anterior padres y niños manifiestan que les agrada comer acompañados porque de esta manera es posible conversar y contarse todas las experiencias que han vivido durante el día; pero aún así en estos momentos de encuentro que tiene la familia más del 50% de ellas (datos entrevistas grupales) mantienen el televisor encendido y por lo tanto la conversación tiende a diluirse con las imágenes y sonido. Lo anterior refleja que la comensalidad aún es valorada por los integrantes de la familia en su sentido de un espacio de encuentro y reunión, pero como estamos detallando hay hábitos y circunstancias que juegan en contra del aprovechar estos momentos para la comunicación.

*"Sí, porque cuando llegan estos la prenden pa' ver los monos y si uno la quiere cambiar queda el puro griterío. Acá por decirle la tele está todo el día prendida ¡si falta ponerle un puesto acá (señalando la mesa) a la tele!"*

*José (padre, sector Angachilla)*

Contrario a lo anterior algunos niños (poco más de la mitad) nos cuentan que a pesar de que les gusta comer acompañados, hay ocasiones en que prefieren comer solos porque así nadie los molesta, pueden comer más de lo que a ellos les gusta o demorarse el tiempo que quieran.

*"Yo prefiero comer solo porque así puedo comer más, a veces cuando compran cosas ricas prefiero comer solo porque si está mi mamá me anda mirando, no me deja comer tanto".*

*Cristian (niño, sector Corvi 2)*

Aunque un 57,1% de las madres dice no planificarse durante la semana para cocinar, encontramos mecanismos comunes a la hora de decidir cuál será el plato del día, algunas personas nos señalan que en la noche deciden que prepararán el día siguiente, otras además intercalan entre los días de la semana la dualidad seco-húmedo, si un día se cocina algo seco como arroz o fideos al otro día se cocina una comida húmeda como cazuela o sopa, además de destinar un día a la semana para cocinar legumbres, para los fines de semana cocinar algo de gusto familiar o que dedique mayor elaboración, generalmente estas comidas contienen carne, pollo o pescado. La composición actual del almuerzo consta de un plato único (salvo en algunas familias, principalmente del sector Teniente Merino), a diferencia de lo que ocurría años atrás en que se cocinaba una sopa ligera y un plato de fondo que generalmente es seco.

*"Las comidas son algo que se ha perdido, yo ya soy vieja y recuerdo que en la casa de mis padres se hacían siempre sopas y segundo, ahora no, hacen un solo plato, por ejemplo hacen fideos y ensalada y eso es lo único que comen, el resto del día comen puro pan. Yo creo que la alimentación ahora es mala, se come mucho de lo mismo, no como antes que se comía de todo, la gente aprovechaba los patios y se hacían huertas, se cocinaba cochayuyo que es tan bueno y ahora las mamás ya casi no los cocinan. Yo recuerdo que cuando era niña en las mañanas siempre tomábamos leche con pan y a veces llegaba una tía que le gustaba tostar el cochayuyo en la cocina a leña y después como quedaba crujiente lo usleriaba, lo dejaba como polvo y se lo echaba a la leche, ¡Eso a mi no me gustaba! Y siempre cuando venía esa tía yo lloraba, ¡Pero eso sí era bueno para la salud!"*

*Lucía (abuela, sector Teniente Merino)*

Además de las tres comidas principales mencionadas (desayuno, almuerzo y onces) muchos niños ingieren otros alimentos durante el día, cuando van a la escuela algunos llevan colación, que puede consistir en una fruta o un sandwich, varios de los que no llevan colación (incluso aquellos que llevan alimento a la escuela) manejan dinero para comprar en el quiosco del establecimiento (principalmente snacks). Pero la colación también se ha trasladado a las tardes, ocasión en la que muchos niños comen sandwich, fruta, o snack, mientras ven televisión, se entretienen con juegos de vídeo o en momentos de ocio. Las colaciones que los niños llevan a la escuela o las que consumen en la casa generalmente son preparadas o elegidas por ellos.

En las familias de todos los sectores estudiados encontramos que en algunas fechas importantes del año, como fiestas y cumpleaños, suelen prepararse alimentos especiales, los que van de acuerdo a la fecha celebrada y a las personas que participaran; en ocasiones cambia si es que la reunión es sólo familiar o si es que hay invitados. Por ejemplo para los cumpleaños de los niños se preparan cosas dulces, aunque también con motivo de esta



celebración se realizan "completadas"<sup>7</sup> que son bastante apetecidas por estos. Por otra parte, si es una festividad para adultos se prefiere preparar comidas que contengan carne.

Al momento de consultar, en las entrevistas semiestructuradas, si las familias suelen comprar comida preparada, la respuesta variaba dependiendo del sector. De modo general podemos decir que a las madres no les gusta adquirir este tipo de productos, en cambio los padres están más dispuestos a hacerlo. Para las familias del sector Angachilla sólo el 17% consumen comidas preparadas, en el sector Corvi 2 el 25%, en Las Animas el 33% y en el sector Teniente Merino un 58%; si bien el porcentaje es alto la frecuencia es baja pues estos productos se consumen principalmente cuando no se alcanza a cocinar, cuando los maridos llevan esta comida a la casa o en algunas familias para cumpleaños, fiestas familiares o días de pago se compra como una exclusividad o especialidad. Las familias que no compran comida preparada argumentan que este tipo de productos tiene un precio demasiado elevado, tienen desconfianza en la forma que son preparados estos alimentos, y por encontrar que las porciones son muy pocas y pequeñas para una familia numerosa.

*"No mucho, como pizzas y esas cosas las traen las niñas, pollo asado a veces pero eso lo compra mi marido, a mí no me gusta comprar esas cosas, porque con esa plata compras lo mismo, cocinas en tu casa y mucho más y como la familia creció entonces así sale más y más rico".*

*Rosa (madre, sector Teniente Merino)*

Una situación similar es la que se da al momento de preguntar si la familia sale a comer

---

<sup>7</sup> Término usado en forma cotidiana para referirse a las ocasiones en que la comida principal es el completo o hot-dog.

afuera, en los sectores Angachilla, Corvi 2 y Las Animas esto sucede en menos del 25% de ellas, mientras que en el sector Teniente Merino este porcentaje se duplica. En las familias donde se suele comer fuera del hogar principalmente salen padre y madre como un momento de distracción para la pareja, en cambio las que no salen a comer fuera de casa tienen motivos esencialmente económicos, *"es un lujo salir a comer, con la misma plata puede cocinar lo mismo en la casa, harto y más barato"*. Por esto cuando quieren comer algo diferente prefieren comprar los ingredientes y prepararlo en casa.

Los niños manifiestan que si deben elegir entre ir a un restorán o a un lugar de comida rápida ellos prefieren lo segundo; por esta misma razón las ocasiones en que los padres salen a comer con los niños es cuando van a estos locales (Mc Donal's, Buggi's, Mavi's, etc.). En algunas familias encontramos que los niños son llevados a estos locales por un familiar (tíos, hermanos mayores) o bien los padres les dan dinero para que vayan con su grupo de amigos, pues estos locales son utilizados por ellos como un lugar de encuentro. Aunque algunos padres acompañan a sus hijos a estos establecimientos no les gusta la comida rápida, sienten que no es una comida sino más bien un tipo de golosina para jóvenes. A pesar de esto en casi todos los hogares se prepara en forma esporádica comida rápida (completos, hamburguesas, pizza).

*"No, los dos somos de comer comida como hecha en casa, no esa comida media plástica que venden en el Mc Donal's, si es como artificial, pero yo no creo que a los niños les guste tanto la comida sino que les gusta lo que traen las comidas; ¿sabes? yo te digo esto porque lo veo en los míos, andan locos por tener las figuritas, si hasta el local es feo, o sea es limpio pero no es acogedor es como para comer y listo en cambio cuando salgo con mi marido los restorán están hechos como para conversar y hacer sobre mesa, en cambio los*

*lolos comen y se van a la plazuela después, entonces yo no los entiendo mucho, pero es su onda"*

*Mónica (Madre, sector Teniente Merino)*

*"Sí, a mi hijo le encanta ir a comer esas comidas chatarras, y el papá a veces lo lleva o se le da plata para que vaya con sus amigos. Pero como él nos tiene harta confianza nos cuenta cuándo van y no es de todas las semanas. Igual a mí no me gusta que coma muchas golosinas porque le van a hacer mal a la larga, pero a él igual le gusta porque junta unas láminas".*

*Mariela (madre, sector Corvi 2)*

Otro aspecto que debe ser considerado parte de la comensalidad es la compra de los alimentos. En las conversaciones grupales, casi todos los niños cuentan que suelen acompañar a los padres en la compra de alimentos, aproximadamente un 70% de las familias realiza una gran compra mensual en los grandes supermercados de la ciudad, otro 20% realiza dos compras grandes en el mes en los mismos establecimientos y el resto de las familias va abasteciéndose principalmente en los almacenes de barrio en la medida que van llegando ingresos al hogar; la lógica de estos consumos se asocia directamente con los días de pago de los sueldos de los padres (mensual, quincenal o en forma diaria). A los niños les agrada acompañar a sus padres porque van al centro de la ciudad a hacer las compras, también porque pueden elegir algunos alimentos y además pedir lo que a ellos les gusta como lácteos, snack y en menor medida alguna fruta como plátano o mandarina. En la elección de los abarrotes los padres manifiestan no tener una marca específica, sino que tratan de aprovechar las ofertas de los supermercados que consideran convenientes, en las entrevistas semiestructuradas pudimos constatar que la importancia del precio de los productos no siempre es el factor más importante, las madres muchas veces privilegian alimentos que asocian a calidad y publicidad televisiva antes que un producto barato aún

pagando un poco más, mientras que los padres reconocen no integrarse a las elecciones de los productos confiando plenamente en la elección de la mujer (ellos acompañan a sus mujeres, pero no eligen y cuando lo hacen escogen lo más económico).

*"En eso yo peleo hartito con mi marido porque él busca lo más barato, póngale en los fideos busca los más baratos y esos "Remos" ¡son malos!, Yo prefiero pagar un poquito más, no lo más caros, pero intermedio".*

*Juana (madre, sector Angachilla)*

En el caso de las frutas y verduras la compra varía dependiendo del sector, en Las Animas donde no se instala ninguna feria libre prefieren los supermercados y fruterías, en el caso de la Corvi 2, Angachilla y Teniendo Merino las familias aún teniendo feria libre en sus sectores prefieren los supermercados para la compra de frutas y algunas verduras y la feria para productos como cebolla, papas y zanahorias.

*"(¿Van a la feria?) Sí a veces, casi nunca, ya vamos al supermercado, es que en la feria si uno compra dos kilos nunca te dan el kilo justo siempre te dan menos y las bolsas te las amarran bien para que en la casa uno recién vea que le dieron dos buena y una mala, en cambio en el super uno puede elegir y te dan el kilo exacto, las papas, las cebollas esas cosas conviene comprarla en la feria".*

*Oscar (padre, sector Corvi 2)*

*"... voy a la feria pero también voy al supermercado, el problema de la feria es que nunca te dan el kilo justo, siempre te dan menos y a veces te dan frutas malas o feas, por eso es mejor el supermercado".*

*Janette (madre, sector Angachilla)*

La religión para algunas familias es importante al momento de planificar las comidas, los católicos no tienen restricciones alimenticias, sólo se abstienen de comer carne en Semana

Santa. En cambio algunas religiones evangélicas tienen restricciones sobre algunos alimentos, en la entrevista encontramos miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día quienes nos cuentan que su religión les enseña y sugiere que no consuman cerdo y sangre animal porque está escrito en la Biblia y hace mal al organismo, otras familias pertenecientes a la Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días comentan que se abstienen de comer alimentos que puedan dañar al cuerpo, por lo que evitan ingerir cafeína, té, sangre, alcohol, cerdo, etc. Los pertenecientes a estas iglesias indican que las personas encargadas de guiarlos no les prohíben ningún alimento, pero se les aconseja y se les enseña sobre aquellos que dañan al cuerpo.

*"Que nos prohiban algo no, nosotros podemos comer lo que queramos, pero en la iglesia nos enseñan que hay alimentos que no son buenos para nuestro cuerpo y de ahí nosotros elegimos si queremos o no comer esa comida"*

*Jaime (padre, sector Las Animas).*

Otro aspecto importante de destacar es la información que los padres han recibido de los centros de salud. De las familias encuestadas el 72,4% se atiende en los centros de salud familiar; un 8,3% en policlínicos; 5,7% directamente en el Hospital Regional de Valdivia; un 8,6% por intermedio de Isapre y 2,5% en centros de salud pertenecientes a las Fuerzas Armadas (un 2,5% no responde). Para los padres entrevistados la información sobre alimentación y nutrición que ofrecen estos centros es considerada escasa, comentan que han observado afiches pegados en las paredes de los consultorios que tienen relación con la pirámide alimenticia, pero los médicos no han dedicado tiempo en explicarles como funciona o como deben aplicarla, algunas madres (en especial aquellas que tienen niños pequeños) conocen o han participado en charlas para embarazadas en donde se les aconseja

como deben alimentar a sus hijos, pero recalcan que esa información sólo sirve cuando una madre es primeriza pues aquellas que han criado hijos ya saben todo lo que se les enseña, por lo que aquellas madres que han asistido con su primer hijo son reacias a volver.

*"Por mi niñita tuve que ir a una charla, yo no quería ir porque la primera vez que fui por Jorge (hijo mayor) no me dijeron nada que yo no supiera, a parte que mi mamá ya me había dicho algunas cosas de la alimentación, cosas que no te dicen en la posta por ejemplo te dicen que no debes darle agua a las guaguas, pero cuando están amarillas es la única forma de que se les pase, ellas te dicen que no, pero son secretos que las mamás saben, por eso no quería ir, pero tuve que ir porque si no iba no me entregaban la leche de la niña".*

*Verónica (madre, sector Corvi 2).*

Según la encuesta, las enfermedades relacionadas con la alimentación y los factores de riesgo que tienen mayor índice en las familias son el sobrepeso y la obesidad que suman un 40% en la población estudiada, además de otras en menor medida (diabetes, colesterol, anemia, desnutrición). Un 50,5% ha debido atenderse con nutricionista y algunos de ellos seguir un régimen. En la entrevista pudimos constatar que de las personas con dieta médica sólo el 30% seguían las indicaciones del médico, principalmente aquellas que padecían diabetes eran más constante con las indicaciones, el resto no terminaba los regímenes principalmente por lo costoso de privarse de algunos alimento, suprimir hábitos arraigados en la rutina diaria, y por el alto precio de algunos alimentos recomendados lo que provoca que gran parte modifique la dieta indicada según sus propias creencias.

*"Oscar: No, acá yo también tengo que hacer dieta, pero no, trato de no cocinar con tanto aceite, y como yo soy operado del corazón tengo que hacer dieta... sí, si por ahí la tengo (buscando la hoja), si después que me operaron me dieron esta hoja donde dice lo que debo y lo que no debo comer, pero casi no la he leído, porque tiene muchas cosas caras, estaba viendo que la leche descremada me está saliendo a \$400 y tantos mientras que una de las*

*otras me sale a \$280, ahora compro de esas naturales y les hecho  $\frac{3}{4}$  de agua que es lo mismo que descremada.*

*Antropólogo: ¿Y eso quién se lo dijo?*

*Oscar: ¡Ha! Un amigo, es que a uno no le falta".*

*Oscar (padre, sector Angachilla).*

*"Hace cuarenta años que soy diabética, cuando me empecé a tratar me hicieron una dieta con todo lo que no podía comer, el médico que me atiende siempre me ha aconsejado con las comidas y el siempre me ha dicho que los diabéticos pueden hacer una vida normal, y yo siempre he seguido lo que él me ha indicado."*

*Lucía (abuela, sector Teniente Merino).*

*"Tenía que tomar leche descremada, la carne debía ser a la plancha, debía comprar unas galletas especiales y otras cosas más, al final pasó que cuando seguía la dieta se me terminaban las galletas y no podía ir al supermercado a comprarlas porque debía hacer otras cosa así que en vez de galletas comía otra cosa y así la dieta no me funcionó, al final hice yo mi propia dieta y bajé varios kilos así que me controlo yo misma. Además no estoy tan gorda como para que sea de cuidado".*

*Olga (madre, Corvi 2).*

Además dentro de las enfermedades relacionadas con alimentación los padres y los niños reconocen el "empacho", enfermedad tradicional que le da a los niños cuando han comido papel o les han dado leche mal disuelta "con grumos" que se pegan al estómago; cuando un niño se empacha se le reconoce en el brillo de los ojos que toman un aspecto de vidrio, el niño no quiere comer y siente malestares estomacales, los padres dicen que cuando esto sucede y se acude a los centros de salud no tienen respuestas positivas o un diagnóstico claro de la enfermedad por lo que no pueden sanarlo, sino que debe ser tratada por una persona que sepa "quebrar el empacho" y darles las hierbas medicinales indicadas para que el niño mejore, este conocimiento se encuentra principalmente en ancianas que lo han aprendido por herencia familiar. En las entrevistas encontramos a varias abuelas que hacían este trabajo, el 100% de estas familias conocían esta enfermedad y el 93,7% de ellas acudió a una persona que "quebrara el empacho".

De la misma manera descubrimos que en todas las familias existe el uso de hierbas medicinales como infusión para calmar dolencias estomacales, padres y madres al igual que los niños (entrevistas grupales) han aprendido este conocimiento por sus progenitores, entre las hierbas más usadas se encuentran la menta, el boldo, el orégano y la manzanilla. Otro uso que se le da a las hierbas es como té después de cada comida ya que argumentan que diluye las grasas y alivia la pesadez estomacal.

En la encuesta un 52,6% de las familias dicen haber recibido información sobre alimentación en la escuela de sus hijos, pero en la entrevista ninguna reconoce haber recibido información, lo que muestra que la información de los dos establecimientos con intervención como "escuelas saludables" no ha llegado a los hogares de los niños.

*"No, que yo sepa no ha llegado con ninguna tarea salvo la de ustedes. No en ese sentido veo que la escuela no se preocupa de enseñarle a los niños sobre como deben alimentarse, incluso el kiosco que tienen vende puras comidas que no alimentan a los chicos, siempre cuando hay beneficio hacen completos, y en general la profesora no se preocupa de enseñarles a ellos o conversar con uno en las reuniones. Ahora en la escuela quieren hacer jornada única y no sé dónde van a sacar recursos para darles de comer a los chicos, acá mi hija tiene suerte porque vive cerca y podría ir y volver pero los niños que viven más lejos no van a poder ir a sus casas y yo creo que esos niños van a ser los que no se van a poder alimentar como corresponde"*

*Guadalupe (madre, sector Teniente Merino).*

Al consultar a los padres sobre como perciben la obesidad y el sobrepeso nos comentan que tiene que ver más con lo estético y lo social porque una persona al ser gorda tiene más problemas para desenvolverse, los molestan y muchas veces son discriminados, por ello muchos niños y jóvenes sufren al no ser delgados, acentuándose más esta condición con los modelos de cuerpos delgados que emanan diariamente de la televisión.



*"... nosotros acá teníamos ese problema con el mayor, porque anduvo un tiempo que no quería comer, que se encontraba gordo, andaba haciendo ejercicios, no comía, y éste (por su hijo más chico) anda por las mismas, que no quiere comer, que no le gustan las comidas... y yo creo que eso está mal porque tienen que alimentarse, ¡huf! Si nosotros estamos pasando tantas cosas."*

*Oscar (padre, sector Angachilla).*

*"Yo creo que es más porque los molestan mucho, yo tengo un compañero de trabajo que tiene dos hijos y los dos son gorditos, entonces los compañeros allá le dicen ¿Cómo están tus pelotitas? Y si a él lo molestan con mayor razón van a molestar a sus hijos."*

*Carlos (padre, sector Corvi 2).*

*"Muchas enfermedades se relacionan con la alimentación, acá en la casa no tenemos problemas de obesidad, pero sí tuvimos hartos problemas porque una de mis hijas no quería comer, era desordenada para comer..., comía puras lechuguitas y no quería comer, ¡claro! Si en la televisión siempre se ven niñas delgadísimas."*

*Matilde (madre, sector Teniente Merino).*

## 9. DISCUSION

Desde pequeños comenzamos a reproducir y aplicar todos los conocimientos, valores y creencias aprendidas de nuestra cultura y sociedad. La suma de todos ellos forma factores culturales y sociales que influyen indistintamente en la formación de hábitos y conocimientos, entre los que encontramos a los alimentarios. En la investigación los factores socioculturales influyentes que se reconocen claramente son la familia, los medios de comunicación, los círculos de amigos y en menor medida la religión, la escuela, el barrio y los centros de salud.

Si observamos los resultados, el factor sociocultural más influyente en los hábitos alimentarios es la familia, en ella se acuña y se reproduce a través de generaciones un conocimiento sobre los alimentos, sus propiedades y en conjunto con la sociedad se definen cuales son los más apropiados para los niños, para los adultos y para las ocasiones de fiestas sociales o familiares. Al interior de la familia es la madre quien cumple el rol fundamental como encargada de perpetuar y traspasar los conocimientos a sus hijos. En los resultados apreciamos que ambos padres han aprendido la labor de cocinar por vía materna, ahora sus hijos lo hacen de la misma manera. Si bien los hombres saben cocinar, al momento de consolidar una pareja todo este saber no será puesto en práctica porque es la mujer quien culturalmente está a cargo de esta tarea. Por ello es que se cree que las niñas deben aprender mejor lo referente a la cocina porque de esta manera se perpetua el modelo de la madre preocupada y protectora de la familia, mientras que los varones pueden tomar un rol más consentidor frente a la alimentación, por ejemplo es principalmente el padre

quien lleva a los niños a locales de comida rápida, tiene mayor disposición a comprar comida preparada y a dar dinero a sus hijos para que compren snack aunque la madre se oponga.

Como hemos planteado la comensalidad se da a través de un proceso que finaliza con el consumo de los alimentos en la mesa y arreglo de ésta y de sus elementos para un próximo encuentro. Con relación a ella, en las familias de todos los sectores se pueden distinguir pautas comunes en las diferentes partes que componen la comensalidad como proceso; si bien las familias ya no salen a cazar y recolectar como lo hacían nuestros ancestros sí deben planificar y destinar dinero y tiempo para adquirir los alimentos, las familias en su mayoría salen a comprar juntas, pero la elección de los alimentos principales los realiza la mujer por lo que es ella quien asume que tipo de dieta se consumirá al interior del hogar.

La manipulación de los alimentos también es asumida por la mujer, aunque encontramos varones que cocinan y/o ayudan la frecuencia con que lo hacen es baja, por lo que la madre realiza esta labor muchas veces sola de ahí que el alimento preparado dependerá del tiempo y gusto por la cocina. En esta etapa se dan espacios apropiados que las madres aprovechan para entregar sus experiencias, estos espacios se dan particularmente los fines de semana y se destinan principalmente a las niñas porque es a ellas a quienes se les solicita ayuda en la preparación de los alimentos, mientras que a los niños se les encargan otras tareas al interior del hogar. Para las madres la idea que tienen del futuro de sus hijas es diferente a aquella con la que ellas fueron criadas, basada casi exclusivamente en ser dueñas de casa, pues al ver cada vez más mujeres incorporarse al mundo laboral desean que sus hijas al

igual que los varones puedan estudiar y desarrollarse en el mundo del trabajo, pero aún así siguen centrando las labores en las niñas perpetuando la idea de la mujer en la cocina.

Otra etapa en la comensalidad es la hora de reunión al momento de comer, esta no trata solamente en sentarse sino que integra otra serie de aspectos, entre los que se encuentran como se dispone la mesa, la ubicación de los miembros en ella, el orden y cantidad de las raciones, y la comunicación entre los comensales. El cómo se dispone la mesa y dónde se ubica cada miembro de la familia puede ser visto como un acto ritual pautado socialmente, parte por destinar un espacio físico estable para comer, una vez ahí se dispone la mesa, tarea que generalmente se les encarga a los hijos. Los puestos están previamente determinados y son así respetados, generalmente encontramos en las familias que los padres ocupan la cabecera de mesa y/o el mejor lugar para ver televisión, la madre ocupa el puesto más cercano a la cocina por ser ella la encargada de repartir los alimentos, los hijos menores generalmente se ubican a un costado de la madre para estar bajo su tutela y los demás se ubican de acuerdo a la afinidad con los padres.

El orden de las raciones está dado dependiendo de los platos preparados, y en la cantidad la mayor es para el padre siendo la de los niños más pequeñas, en el caso de la madre al ser la que reparte privilegia a la familia aún postergándose. La comunicación depende principalmente del tiempo que dispongan padres e hijos para compartir la comida (mientras más tiempo disponible más posibilidades para el diálogo), como también de la posibilidad de tener encendida la televisión en aquel momento, porque de ser así las conversaciones se diluyen frente a las imágenes y sonidos del televisor. La sobremesa que también forma

parte del diálogo y la comunicación, en estas familias está siendo cada vez más escasa porque al igual que lo dicho anteriormente el tiempo y la televisión juegan en contra de este momento. Finalmente para cerrar la etapa de reunión de la familia en torno a la mesa se retiran y guardan los elementos para una próxima comida, esta tarea recae nuevamente en la madre, que en ocasiones recibe ayuda de los hijos.

Al reflexionar sobre lo que Mary Douglas nos plantea podemos decir que todos los miembros de la familia buscan grupos sociales a los cuales integrarse y compartir; en el caso de los niños y personas que trabajan esta situación es más ilustrativa porque ellos deben desenvolverse diariamente en sus respectivos ambientes, creando amistades y lazos con sus pares. Frente a lo expresado por los niños podemos decir que la televisión les impone modas y preferencias de compra que pueden concretarlas por el hecho de manejar cierto dinero, si bien es cierto no manejan gran cantidad el acto de elegir que consumir y que no los introduce en el mundo del mercado, un ejemplo de preferencia hacia productos con publicidad televisiva es el gusto casi generalizado por los cereales envasados, de marcas específicas que acompañan la leche en las mañanas (Chocapic, Zucaritas, Zucosos, etc.) imponiendo desayunos americanos como los que aparecen en televisión. En esta misma línea podemos mencionar que los niños son permeables a aquellas promociones que incluyen láminas, figuritas o adhesivos coleccionables, como es el caso de los "tazos" que vienen en las papas fritas, dándoles doble sentido al alimento, uno biológico y otro recreacional e integrador porque les permite a quienes posean estas láminas compartir y participar en las dinámicas que se dan en sus grupos.

El barrio al igual que la escuela, especialmente para los niños, es un lugar de encuentro social cuando tienen tiempo libre, ya que muchos son compañeros de barrio y de escuela. Muchas casas de estos sectores son pequeñas por lo que los niños prefieren pasar su tiempo libre jugando en la calle con sus amigos cuando el clima lo permite. En los barrios encontramos espacios que ayudan a reforzar ciertos hábitos alimentarios, como los locales que venden comida rápida y permanecen abiertos hasta altas horas de la noche, los que son aprovechados como punto de reunión o de un tránsito de alimentación solitaria.

Los medios de comunicación, en especial la televisión, ha penetrado fuertemente en los hábitos alimentarios de las familias investigadas, si bien no es determinante al momento de aprender a cocinar sí lo es al momento de incorporar nuevos conocimientos que tienen que ver con alimentación, pues existen programas destinados a la mujer que entregan valores de belleza y salud que algunas madres toman en consideración haciéndolo concreto al consumir alimentos que están acordes con esos modelos, como la comida light. La publicidad también nos muestra diferentes ideales asociados a los alimentos que van orientados según el segmento etéreo al que deseen llegar, por ello apuntan a conceptos que son socialmente valorados, por ejemplo la comida rápida como los completos y las hamburguesas están orientados al segmento infantil y juvenil, logrando un consumo fuera de la casa y al interior de ésta.

El aspecto religioso es otro factor de importancia en los conocimientos alimentarios. En la investigación las familias que profesan la fe católica y aquellas evangélicas concentran dentro de sus aspectos doctrinarios algunos alimentos de carácter sagrado versus los

profanos tal como lo reconoce Helman (1994). Si bien los católicos no tienen alimentos profanos, podemos decir que para un día especial de Semana Santa (viernes santo) estiman que no es bueno comer carnes rojas y sus derivados, de esta manera este alimento debe ser visto como profano e impuro aunque sea sólo por ese día. En cambio algunas iglesias evangélicas (que hemos nombrado en los resultados) tienen restricciones alimentarias sobre algunos alimentos de forma permanente (carne de cerdo, cafeína, té, sangre animal) dándoles sentido de alimentos sucios y dañinos para el cuerpo y la salud. Ciertamente aquellos católicos que coman carne el viernes santo o aquel evangélico que consuma carne de cerdo no enfermará por ello, pero si es visto por sus pares tendrá una sanción social, como un mecanismo de regulación que refuerza la creencia religiosa.

Pese a que los niños pasan bastante tiempo en las escuelas, y ésta es una institución valorada por la sociedad como un ente formador en los niños, la influencia que tiene en los conocimientos alimentarios que manejan las familias es baja. Si bien se les enseña a los niños en clases de ciencias naturales aspectos que se relacionan con la alimentación, éstos no son tomados en cuenta mayormente por ellos y por los padres, aunque estos últimos esperan que esta institución forme a sus hijos en hábitos alimentarios que no perjudiquen su salud. En las entrevistas fue frecuente escuchar que los padres esperan y creen que la escuela es el lugar más apropiado para que aprenda la familia, porque al concurrir los niños todos los días se crea un vínculo de respeto con la escuela y los profesores.

Los centros de salud que si bien podrían ser un aporte importante en la prácticas de hábitos alimentarios, al igual que la escuela, no influye en gran medida porque las creencias

familiares y los medios de comunicación imponen hábitos que tienen mayor valoración que aquellos que entrega el centro de salud, porque la alimentación no es asociada como causante de posibles enfermedades. Otro aspecto que ayuda a explicar esta situación es la poca comunicación que hay entre las familias y estos servicios, debido a que la asistencia de las madres a estos centros se realiza sólo cuando los niños tienen controles médicos, los que se dan hasta los seis años de edad y son cada vez más esporádicos, o cuando la madre se enferma. Las familias perciben lejanos los centros de salud porque sienten que los médicos no toman en cuenta sus experiencias y muchas veces no son bien tratado. El tiempo de espera que deben asumir en los centros de salud familiar dependientes de la municipalidad y Hospital base también juega en contra en la cercanía que puedan tener con ellos.

La idea que tienen las familias sobre la alimentación no se relaciona tanto con las enfermedades y la calidad de vida sino que es vista como una parte de la rutina diaria sin la importancia de la relación que a largo plazo pueda tener en la salud y si a esto le agregamos la gran oferta de alimentos que existe en el mercado lo que interesa es consumir algo que sea agradable, fácil, rápido y del gusto de la familia. Es por ello que existe la idea para las personas que no están ligadas a la cocina de preparar algo que no requiera tiempo ni sofisticación, fortaleciendo este idea alimenticia en los momentos de soledad. De esta manera los conceptos que las familias manejan son producto de una mezcla entre las creencias familiares, sociales y mensajes televisivos.



Un punto importante de mencionar y que se relaciona con los conceptos y conductas alimentarias son los diferentes modelos de cuerpos ligados a la estética que circulan en la sociedad, en la investigación encontramos principalmente jóvenes preocupados por cumplir con los cánones del cuerpo ya sea privándose de comer algunos alimentos o consumiendo algunos especiales como los de tipo diet. En esta misma línea podemos decir que esta forma de alimentación se ocupa como un medio de distinción y de posicionamiento social frente a sus pares.

Aunque en las familias existe conciencia que el sobrepeso y la obesidad pueden ser enfermedades, no existe la real preocupación de tratarlas como tales, porque consideran que es de fácil solución, sino que están asociadas a la discriminación social que sufren las personas que la poseen, aún así las familias no han tomado las medidas que permitan adoptar una dieta más variada y saludable que permita evitarlas.

## 10. CONCLUSIONES

Al finalizar la investigación podemos concluir que la alimentación es un proceso dinámico que está sujeto a cambios en el tiempo en la medida que los mensajes de los factores socioculturales sean fuertes y lleguen a la población. En este sentido es posible afirmar que en las familias están presentes variados mensajes que producen múltiples conceptos sobre alimentación que hacen de la elección un acto complejo.

Los mensajes más importantes que influyen en el conocimiento y conductas alimentarias de las familias estudiadas son los capitales culturales y simbólicos que ellas poseen; los medios de comunicación, principalmente la televisión; y la relación que se da entre los grupos de pares. La religión es un aspecto relativo dependiendo la fe profesada, en el caso de las familias católicas no tienen mayores reglamentaciones en torno a la alimentación por lo que pueden elegir con mayor libertad los productos que se ofrecen en el mercado; mientras que algunas iglesias evangélicas sí tienen algunas prohibiciones que hace que las familias pertenecientes a ellas los eviten. Los centros de salud y la escuela son factores poco determinantes al momento de preferir o escoger alimentos porque sus mensajes no apuntan a los valores que las personas y las familias consideran importantes.

Debido a los diferentes tipos de mensajes que entregan los factores mencionados la comensalidad como proceso se está desestructurando porque algunas de sus diferentes etapas se están modificando o simplemente perdiendo. Hemos visto que en este proceso la madre se encuentra presente en todos sus momentos, mientras que el resto de la familia

participa sólo en algunos de ellos. En la mayoría de las familias la compra de los alimentos se realiza en conjunto, pero en la preparación, repartición, recolección y limpieza de los utensilios después de la comida se nota una gran dependencia hacia la madre realizando estas labores muchas veces sola o con muy poca ayuda; los momentos de reunión que tiene la familia son cada vez más escasos por la jornada laboral de los padres y por la incorporación de los niños a la jornada escolar completa. La calidad de estos momentos también se está modificando porque las familias no siempre comen juntas, algunos miembros disponen de poco tiempo para compartir y porque el sentido de comunicación se opaca cuando se come con el televisor encendido. En síntesis, un espacio que ha sido muy importante para el traspaso de conocimientos, experiencias y un lugar de encuentro está siendo abandonado por patrones de consumo individuales, como las colaciones ingeridas viendo televisión.

A raíz de la investigación podemos afirmar que en la actualidad los niños, a diferencia de lo que ocurrió con sus padres, tienen más capacidad de elección frente a qué y cuánto quieren comer, por ejemplo ahora ellos preparan sus propias colaciones y eligen momentos en el día en los que pueden comer en soledad. De esta manera los medios de comunicación pueden crear mercados amplios para incentivar a los niños en sus consumos.

El acto de comprar o consumir los alimentos por las familias no se realiza por impulsos irracionales, sino que sobre estos consumos existen ciertas expectativas que van más allá del alimento mismo, por ello encontramos que algunos alimentos poseen determinadas

características que se les han otorgado socialmente luego de pasar por procesos de experiencias frente a ciertas acciones.

Muchos alimentos que las familias consumen contienen un valor social implícito que permite que diversos segmentos sociales y étnicos se apropien de él, por considerarlos elementos de identificación con un grupo y de diferenciación con otros. En este sentido el valor nutricional que pueda poseer el alimento es sobrepasado por un valor simbólico que es así reconocido por todos los integrantes de la sociedad. En la investigación esta situación se vio reflejada en el valor otorgado por los niños a las comidas rápidas, donde quien las consume se encuentra a la moda, en los tiempos en que todo se mueve en forma vertiginosa no hay espacio para comidas tradicionales, que son vistas por los niños y jóvenes como comida de adultos.

Para los padres el sobrepeso y la obesidad en su sentido médico no es una preocupación, se las considera factores asociados a la discriminación social y al aislamiento, especialmente en los niños, por eso los deseos de no estar sobrepasados de peso se asocian al poder sentirse integrados a los círculos en los que se mueven cotidianamente. Por lo tanto, el control de esta condición pasa por la aceptación que los otros tengan de la persona, si en su grupo de pares se le recuerda peyorativamente su condición de sobrepeso sentirá más deseo de poder presentarse socialmente con un cuerpo delgado.

Por último podemos agregar que la aceptación de los pares es muy importante, pero el reafirmar los lazos familiares también lo es, la comida como un aspecto simbólico en

muchas ocasiones es una vía para demostrar cariño y comunicación con el otro. Así los padres consienten a sus hijos en la compra de alimentos no sólo para entregarles un aporte alimenticio, sino también, a través de él puede reforzar la relación familiar, mientras el alimento tenga mayor "calidad", mejor marca, precio y sofisticación el lazo afectivo será más fuerte, ya que no sólo será observado por la persona, sino que también será visto por la sociedad.

En síntesis podemos decir que los estilos de vida de los tiempos actuales, donde se exige que los adultos permanezcan más tiempo en sus lugares de trabajo, se impone que los niños deban permanecer más tiempo en los establecimientos escolares, han ayudado a que espacios que eran fundamentales en la alimentación familiar y en la comunicación se estén perdiendo, por lo que sus miembros quedan más expuestos a los diferentes mensajes sociales, siendo uno de los más fuertes aquellos publicitarios.

## 11. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguirre P. 2001. Del Gramillon al aspartamo. Las transiciones alimentarias en el tiempo. Boletín Informativo Techint. Abril-Junio 2001.
- Albala C, Vio F, Rebolledo A, Icaza G. 1993. La Transición epidemiológica en Chile. Revista Médica de Chile, 121: 1446-1455.
- Albala C, Vio F. 1998. La transición nutricional en Chile. Revista Chilena de Nutrición, 25, (3): 11-20.
- Almonacid, F. 1995. Valdivia, 1870 - 1935 imágenes e historia. UACH Valdivia. Instituto de Ciencias Sociales.
- Atalah, E. 1991. Análisis de las políticas, programas e intervenciones que influyen el estado nutricional de la población chilena. Revista Chilena de Nutrición, 19 (3): 169-180.
- Atalah E, Urteaga C, Rebolledo A, Delfín C, Ramos R. 1999. Patrones alimentarios y de Actividad física en escolares de la región de Aysén. Revista Chilena de Pediatría, 70: 483-490.
- Bauer, K (recopilador) 1925. Valdivia antes de la inmigración según Salvador Sanfuentes y Miguel Luis Amunategui. Valdivia: Imprenta Borneck.
- Bourdieu, P. 1990. Sociología y cultura. México: Editorial Grijalbo.
- -----, 1998. La distinción: Criterios y Bases Sociales del Gusto. Madrid: Santillana de ediciones.
- Douglas, M. 1998. Estilos de Pensar. España: Editorial Gedisa.

- Fischler, C. s.f. Sweetness, Pleasure, and morality. ARISE. [www.arise.org/fishpa.html](http://www.arise.org/fishpa.html)
- Galeano, E. 1997. Las venas abiertas de América Latina. Argentina: Catálogos.
- ----- . 1999. Patatas arriba. La escuela del mundo al revés. Chile: Pehuén Editores Ltda.
- García Canclini, N. 1995. Consumidores y ciudadanos. Conflictos culturales de la globalización. México: Grijalbo.
- Harris, M. 1997. Bueno para comer. Madrid: Alianza Editorial.
- Helman, C. 1994. Diet and nutrition. Culture, health and illness. Oxford: Butterworth Heinemann Ltd., cap. 3, pp 31-53.
- Hernandez, R. et al. 1991. Metodología de la investigación. México: McGRAW – HILL.
- Kottak, C. 1994. Antropología: una aproximación de la diversidad humana con temas de la cultura. México: McGRAW - HILL.
- Martínez S, Leyton M. 1999. La pirámide alimentaria chilena. Una alternativa simple para la planificación. Revista Chilena de Obesidad, 4 (1): 12-16.
- McIntosh, W. 1996. Sociologies of food and nutrition. New York: Plenum Press.
- Messer, E. 1989. Methods for determinants of food intake. En Pelto G, Pelto P. Y Messer E. Research methods in nutritional antropology. Tokio: United Nations University Press.
- Olivares S, Albala C, García F, Jofré I. 1999. Publicidad televisiva y preferencias alimentarias en escolares de la Región Metropolitana, Revista Médica de Chile 127: 791-799

- Pelto, G. et al. 1988. Carencia alimentaria. Una perspectiva antropológica. España: Serbal/Unesco.
- Porzecanski, T. 1994. Aspectos antropológicos de la nutrición humana. Revista Chilena de Nutrición, 22 (2): 91-97
- Romo M. 2001. El problema de la obesidad en Chile ¿Globalización de las pautas culturales de alimentación? Ponencia presentada en el IV Congreso Chileno de Antropología 2001.
- Saavedra V. 1998 La obesidad en Chile. Revista Chilena de Obesidad, 3 (1): 5-9.
- Sahlins, M. 1983. Economía de la edad de piedra. Madrid: Akal editor.
- Servicio de Salud Viña del Mar - Quillota. S.f. documento de trabajo del Programa de Promoción de la Salud.
- Soto, J. 1991. Factores socioculturales y alimentación. Estudio del nivel de conocimiento alimentario nutricional en 11 ex reducciones mapuches de la IX y X regiones. UACH: Tesis para optar al grado de Licenciado en Antropología
- Taylor S.J, Bogdan R. 1987. Introducción de los métodos cualitativos de investigación. España: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Velasco M. 2001. ¿Qué Comen los Chilenos Hoy? Nutrición XXI N°7
- VIDA CHILE. 2000. Plan Estratégico de Promoción de la salud 2001-2006. Santiago
- Vio F, Albalá C, Crovetto M. 2000. Promoción de salud en la transición epidemiológica de Chile. Revista Chilena de Nutrición, 27 (1): 21-29.



### Conversación personal

- Albala, Cecilia. Entrevista. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA), Universidad de Chile
- Crovetto, Mirta. Entrevista Nutricionista del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA), Universidad de Chile

## 12. ANEXO 1

### PRESENTACIÓN

Hola, somos estudiantes de Antropología de la Universidad Austral de Chile y estamos desarrollando una investigación para nuestra tesis de grado la que consiste en conocer aspectos relacionados con la alimentación. Por ello es que estamos realizando esta encuesta en donde su colaboración es muy importante.

Esta encuesta es **ANONIMA** y la información que usted nos proporcione será tratada bajo estricta **CONFIDENCIALIDAD** para respetar la identidad de las personas que como usted nos entregarán su opinión.

Ahora le invitamos a completar esta encuesta y desde ya le **AGRADECEMOS SU VALIOSA COOPERACION.**

## ENCUESTA

### INSTRUCCIONES:

- Marque con una cruz el cuadrado que acompaña su respuesta.

1. QUIÉN LLENA LA ENCUESTA ¿QUÉ PARENTESCO TIENE CON EL ALUMNO?

Padre       Madre       Otro, ¿Quién? \_\_\_\_\_

2. SIEMPRE EN RELACIÓN CON EL ALUMNO ¿CUÁL ES EL ESTADO CIVIL DE LOS PADRES?

Casados       Viudo (a)       Separado  
 Conviviente       Soltera (o)       Otro

3. EN LA FAMILIA CUÁNTOS INTEGRANTES SON (EN NÚMERO) \_\_\_\_\_

4. ¿A QUÉ RELIGIÓN, IGLESIA O CULTO PERTENECE LA FAMILIA?

Católica       Evangélica, ¿Cuál? \_\_\_\_\_  
 Ninguna       Otra ¿Cuál? \_\_\_\_\_

5. EL PADRE Y LA MADRE DEL ALUMNO, ¿ QUÉ NIVEL DE ESTUDIOS TIENEN?

Nivel de Estudio del Padre		Nivel de Estudio de la madre	
Sin enseñanza	<input type="checkbox"/>	Sin enseñanza	<input type="checkbox"/>
Enseñanza Básica incompleta.	<input type="checkbox"/>	Enseñanza Básica incompleta.	<input type="checkbox"/>
Enseñanza Básica completa.	<input type="checkbox"/>	Enseñanza Básica completa.	<input type="checkbox"/>
Enseñanza Media incompleta	<input type="checkbox"/>	Enseñanza Media incompleta	<input type="checkbox"/>
Enseñanza Media Completa	<input type="checkbox"/>	Enseñanza Media Completa	<input type="checkbox"/>
Instituto Profesional incompleto	<input type="checkbox"/>	Instituto Profesional incompleto	<input type="checkbox"/>
Instituto Profesional completo	<input type="checkbox"/>	Instituto Profesional completo	<input type="checkbox"/>
Universitaria incompleta	<input type="checkbox"/>	Universitaria incompleta	<input type="checkbox"/>
Universitaria completa	<input type="checkbox"/>	Universitaria completa	<input type="checkbox"/>
¿Trabaja el Padre?		¿Trabaja la madre?	
Sí	<input type="checkbox"/>	Sí	<input type="checkbox"/>
No	<input type="checkbox"/>	No	<input type="checkbox"/>

6. DE ACUERDO A LOS INGRESOS QUE PERCIBE EN TOTAL LA FAMILIA, EN CUÁL DE LOS SIGUIENTES RANGOS SE UBICA.

- \$100.000 o menos.       \$100.000 a \$200.000       \$200.000 a \$400.000  
 \$400.000 a \$800.000       \$800.000 o más

7. DE LOS INGRESOS QUE PERCIBE LA FAMILIA ¿CUÁNTO SE DESTINA A LA ALIMENTACIÓN?

- 25% o menos       de 25% a 50%       de 50% a 75%       75% o más

8. ¿QUIÉN COCINA EN LA CASA?

- La mamá       El papá       La hermana (o)  
 La Tía(o)       La Abuela (o)       Otro pariente  
 La nana o empleada       Cada uno cocina lo suyo

9. A LA PERSONA QUE COCINA EN LA CASA ¿QUIÉN O QUIENES LE AYUDAN?

Anote: \_\_\_\_\_

10. ¿CÓMO APRENDIÓ A COCINAR LA PERSONA QUE COCINA EN LA CASA?

- Por parientes       Por los vecinos       Por amigos  
 Por la T.V, radio, diarios, revistas, etc.       Otro. ¿Cómo? \_\_\_\_\_

11. ¿SE PLANIFICA PARA COCINAR DURANTE LA SEMANA?

- Sí       No

12. ¿CUÁNTOS SABEN COCINAR EN EL HOGAR? (EN NÚMEROS) \_\_\_\_\_

13. ¿TIENE HUERTA EN EL PATIO O ANTE JARDÍN DE LA CASA?

- Sí       No

14. CUANDO USTED ESTUDIÓ, ¿LE ENSEÑARON ALGO DE ALIMENTACIÓN?

Entenderemos alimentación como todo aquello  
relacionado con el acto del *norqué* para qué y qué alimentos elegir

Sí  No

15. EN LA ESCUELA DONDE ESTUDIA EL ALUMNO, ¿LE HAN ENSEÑADO ALGO DE ALIMENTACIÓN?

Sí  No

16. ¿HA PARTICIPADO EN ALGÚN TALLER DE COCINA O ALIMENTACIÓN?

No  Sí ¿Dónde? \_\_\_\_\_

17. ¿EXISTE EN SU POBLACIÓN ALGUNA DE LAS SIGUIENTES ORGANIZACIONES?

Junta de Vecinos  Centro de Madres  Club Deportivo  
 Grupos Culturales  Grupos Juveniles  Otro ¿Cuál? \_\_\_\_\_

18. ¿PARTICIPA USTED O ALGUIEN DE SU FAMILIA EN ALGUNO DE ELLOS?

No  Sí ¿Cuál? \_\_\_\_\_

19. ¿EXISTEN EN SU POBLACIÓN ALGUNAS DE ESTAS ÁREAS DESTINADAS A LA ENTRETENCIÓN PARA LA FAMILIA?

Multicancha  Plazuelas  Parques  
 Juegos infantiles  Otro ¿Cuál? \_\_\_\_\_  Ninguno.

¿LOS USAN?  Sí  No

20. EN QUÉ CENTRO DE SALUD SE ATIENDE SU FAMILIA REGULARMENTE.

Anote: \_\_\_\_\_

21. ¿EN SU CENTRO DE SALUD HA RECIBIDO INFORMACIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN?

Sí  No

22. ¿USTED O UN MIEMBRO DE SU FAMILIA HA DEBIDO ATENDERSE CON UNA NUTRICIONISTA?

Sí  No

23. ¿USTED O UN MIEMBRO DE SU FAMILIA TIENEN O HAN TENIDO ALGUNA ENFERMEDAD RELACIONADA CON ALIMENTACIÓN? CUÁL.

Obesidad  Sobrepeso  Colesterol  Anemia  
 Desnutrición  Diabetes  Otra ¿cuál? \_\_\_\_\_  Ninguna

24. ¿CON QUÉ MEDIOS DE COMUNICACIÓN SE INFORMA SOBRE ALIMENTACIÓN?

Televisión  Diarios  Revistas  Radio  
 Ninguno  Otro ¿Cuál? \_\_\_\_\_

25. ¿AL MOMENTO DE COMPRAR SUS ALIMENTOS, QUÉ TAN IMPORTANTES SON PARA USTED LOS SIGUIENTES ASPECTOS?

	Indispensable	Muy Importante	Medianamente Importante	Poco Importante	No es importante
Que el alimento sea barato					
Que la marca sea de prestigio					
Su información nutricional					
Que sea bajo en calorías, liviano.					
Que lo recomienden en la T.V, radio, etc.					

### 13. ANEXO 2

Pauta de entrevista semiestructurada para la madre o el padre de familia.

**a) Composición familiar:**

1. ¿Cuántas personas viven en la casa?
2. Tipo de familia (situación conyugal de los padres)
3. ¿Cuántos niños hay en la casa?
4. ¿Cuántas personas reciben ingreso? Rango de ingreso.

**b) Conductas frente a la alimentación:**

1. ¿Quién cocina en la casa?
2. ¿Cómo aprendió a cocinar?
3. ¿Alguien más sabe cocinar en la casa?
4. ¿Le han enseñado a cocinar a sus hijos?
5. ¿Cree que es importante que los niños y las niñas sepan cocinar por igual?
6. ¿La familia come junta?
7. ¿Es importante que la familia coma junta?
8. ¿Cuándo se come permanece prendida la televisión?
9. ¿Se programan para cocinar?
10. ¿Los fines de semana se cocina lo mismo que los días de la semana? ¿Porqué?
11. ¿Suelen comprar comida preparada? ¿Porqué? ¿Cuándo?
13. ¿En qué ocasiones se come comidas especiales? ¿Qué comidas? ¿Por qué?
14. ¿Por motivos religiosos hay algo que no puedan comer? ¿Por qué?
15. ¿Va a la feria, o prefiere el supermercado?
16. ¿Ustedes consumen alimentos light?

**c) Servicio de salud**

1. ¿Alguien de su familia ha debido atenderse con nutricionista?
2. ¿Ha debido hacer dieta? ¿Qué piensa de ellas?
3. ¿Conoce enfermedades que se relacionen con alimentación?
4. ¿Conoce enfermedades tradicionales que se relacionen con alimentación?
5. ¿Usan hierbas medicinales cuando sienten malestar en el estómago, cuáles?

**d) Escuela:**

1. ¿Su hijo lleva colación? ¿La prepara él o usted?
2. ¿les dan dinero a sus hijos para que compren colación en la escuela?
3. ¿Sus hijos almuerzan en el colegio? Si la respuesta es sí ¿vuelven a comer al hogar?
4. ¿En la escuela de su hijo le han enseñado algo de alimentación?

**e) El barrio:**

1. ¿Tienen parques o lugares donde los niños puedan jugar?
2. ¿Cuál es la situación de la basura en el barrio?
3. ¿Han existido talleres o charlas que se relacionen con alimentación o nutrición en el barrio?
4. ¿Compran en los almacenes del barrio?

**f) ¿Cree que es la obesidad es una enfermedad o es más bien algo estético?**

**g) ¿Porqué cree que hay tanta obesidad infantil?**