



Universidad de San Carlos de Guatemala
Dirección General de Investigación
Programa Universitario de Investigación en Educación

INFORME FINAL

**“PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN
NUTRICIONAL”**

Equipo de investigación

Licda. Susan Ileana Gómez Guerra (Coordinadora)

María Virginia Jiménez Tuy (Auxiliar de Investigación II)

Guatemala, 31 de julio de 2016

Avalado por el Instituto de Investigaciones Políticas y
Sociales, *Dr. Eduardo René Poitevin Dardón*
Escuela de Ciencia Política
Universidad de San Carlos de Guatemala



M.Sc. Gerardo Arroyo Catalán
Director General de Investigación

Ing. Agr. MARN Julio Rufino Salazar
Coordinador General de Programas

Lic. León Roberto Barrios
Coordinador del Programa de Investigación

Licda. Susan Ileana Gómez Guerra
Coordinadora del Proyecto

María Virginia Jiménez Tuy
Auxiliar de Investigación II

Partida Presupuestaria

4.8.63.5.81

Año de ejecución: 2016

ÍNDICE

1. Resumen	1
2. Abstract	2
3. Introducción	3
4. Marco teórico y estado del arte	5
4.1 Procesos de socialización en niñas y niños escolares	5
4.1.1 Familia	13
4.1.2 Escuela	18
4.2 Situación nutricional y alimentaria	22
4.2.1 Características de una alimentación adecuada	22
4.2.2 Tipos de alimentos “olla de los alimentos”	27
4.2.3 Cultura alimentaria: hábitos alimentarios, prácticas de consumo y preferencias ...	32
4.2.4 Problemas alimentarios: obesidad, malnutrición, desnutrición	41
4.3 Agentes externos que influyen en la alimentación de escolares	44
4.3.1. Situación socioeconómica.....	44
4.3.2 Comunidad educativa y tienda escolar	47
4.3.3 Medios de comunicación	52
5. Materiales y métodos	58
5.1. Ubicación geográfica.....	58
5.2. Tipo de investigación	58
5.3. Técnicas e instrumentos	59
5.4. Muestreo.....	60
5.5. Operacionalización de las variables o unidades de análisis	61

6. Resultados	65
6.1. Principales resultados	65
6.1.1. Reseña de las Escuelas estudiadas	65
6.1.2. Caracterización del entorno familiar de las niñas y niños que asisten a las Escuelas relacionado a su situación nutricional	73
6.1.3. Caracterización del entorno escolar relacionado a la situación nutricional de niñas y niños	94
6.1.4. Influencia de la publicidad en la situación nutricional de niñas y niños escolares	113
6.2. Matriz de resultados	117
6.3. Impacto esperado.....	119
7. Análisis y discusión de resultados	120
8. Conclusiones	123
9. Referencias	125
10. Apéndice	133
11. Actividades de gestión, vinculación y divulgación	147

Índice de ilustraciones

Figuras

<i>Figura 1. La escuela, un espacio para la formación de hábitos alimentarios y su relación con la familia.</i>	22
<i>Figura 2. La olla familiar.....</i>	30

Tablas

<i>Tabla 1. Factores que determinan los hábitos alimentarios.....</i>	37
<i>Tabla 2. Operacionalización de variables o unidades de análisis.....</i>	61
<i>Tabla 3. Caracterización de la situación socioeconómica de las familias de los escolares.....</i>	77
<i>Tabla 4. Caracterización del tipo de familia de los escolares.....</i>	81
<i>Tabla 5. Factores que influyen en el consumo de alimentos y en la dieta alimenticia.....</i>	84
<i>Tabla 6. Efectos del no desayunar.....</i>	88
<i>Tabla 7. Tiempos de comida.....</i>	90
<i>Tabla 8. Frecuencia de consumo.....</i>	92
<i>Tabla 9. Caracterización de la refacción.....</i>	99
<i>Tabla 10. Aspectos principales de la tienda escolar y de la interacción social entre escolares.....</i>	108
<i>Tabla 11. Educación alimentaria y nutricional.....</i>	112
<i>Tabla 12. Tipos de anuncios publicitados en la televisión.....</i>	115
<i>Tabla 13. Matriz de resultados.....</i>	117

“PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN NUTRICIONAL”

1. Resumen

El proyecto de investigación se orientó a analizar cómo los procesos de socialización influyen sobre la vida escolar y la situación nutricional de niñas y niños que asisten a tres escuelas públicas ubicadas en zonas distintas; ya que se identificó que estudios anteriores se centraban en la medición cuantitativa del fenómeno de la nutrición y la alimentación. Por lo que desde un enfoque más social se plantearon varias unidades de análisis siendo las tres principales: 1) la familia de la cual se buscará describir y analizar los hábitos alimentarios, las actitudes hacia los alimentos, la situación socioeconómica y el tipo de familia a la que pertenecen los escolares; 2) la vida escolar de la que se pretende determinar la influencia de la tienda escolar, la interacción social entre niñas y niños y el rol educativo de los maestros y 3) la publicidad difundida por medios de comunicación. Pues se considera que todas esas influencias recibidas modifican la situación nutricional de niñas y niños; para identificar estos cambios en el comportamiento se procedió a la construcción de una guía de observación, una guía de entrevista y de grupo focal. A partir de la aplicación de estas técnicas se determinó que el entorno escolar, familiar y los medios de comunicación (televisión) a través de la socialización, influyen en los hábitos y en las preferencias alimentarias de los escolares no siempre en beneficio de su situación nutricional.

Palabras clave: escolares, entorno familiar, hábitos alimentarios, escuela, tienda escolar.

2. Abstract

The present research project was oriented to analyze the processes of socialization and how they make influence in the scholar life and the nutritional status of children, who attend to three public schools located in different areas; because previous studies focused the quantitative measure of the nutrition and feeding phenomenon. From a more social approach, several unit of analysis were presented, being three units as the principals: 1) the family, which will be the object of study to describe and to analyze feeding habits, the attitudes towards food, socio economic status and the type of family where the students belong; 2) the scholar life, which will be the object of study to determine the influence of the scholar store, social interaction between children and the educational role of teachers and 3) the publicity disseminated by the media. All these influences modify the nutritional status of children. To identify changes of behavior, it was necessary to proceed the construction of observation guide, interview guide and focus group. From the application of the aforementioned techniques, it determined that scholar and familiar environment, and the media (TV) through the socialization, make influence in habits and food preferences of students, and not always for the benefit of the nutritional status.

Keywords: students, family environment, feeding habits, school, school store.

3. Introducción

El presente estudio pretendió dar a conocer cómo las diferentes formas de socialización en las que se desenvuelven las niñas y los niños escolares, influyen en su situación alimentaria. Pues la socialización primaria se origina en la familia cuya cultura alimentaria es decisiva en los hábitos alimentarios que se manifiestan con actitudes de rechazo o preferencia hacia ciertos alimentos. Dicha socialización es complementada con las relaciones sociales originadas en la vida escolar, pues la niña y el niño comparten con otros compañeros, con maestros y con otras personas que pertenecen al centro educativo en donde estudian, tal como los encargados de la tienda escolar. En esta etapa de su vida, el escolar recibe múltiples influencias que suelen modificar los hábitos alimentarios aprendidos en la familia adquiriendo de esta manera otros nuevos o modificando los que ya poseía. Aunado a ello se puede mencionar la publicidad que impacta en la elección y consumo de ciertos alimentos que muchas veces carecen de nutrientes necesarios.

El estudio parte de la inquietud de conocer y analizar cómo los procesos de socialización influyen en la vida escolar, entendida como el comportamiento de los escolares durante el recreo, dinámica de clase de los maestros e interacción de niñas y niños con personas a cargo de la tienda escolar; y también su impacto en la situación nutricional de niñas y niños, la cual desde una perspectiva social puede definirse como los aspectos sociales, económicos y culturales que influyen en la elección y consumo de alimentos en la vida escolar.

La relevancia social del tema a investigar, se centra en la importancia de comprender cómo los procesos de socialización en la vida escolar juegan un papel importante en la elección y consumo de alimentos y por ende, pueden llegar a modificar los hábitos alimentarios que desde casa han sido inculcados a niñas y niños.

En ese sentido, algunas de las preguntas planteadas fueron las siguientes: ¿Cuáles son las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de las niñas y niños?, ¿Cuáles son los hábitos alimentarios y las actitudes hacia los alimentos de los escolares y su familia?, ¿Cuál es la situación socioeconómica familiar, la cultura y el tipo de familia de los escolares?, ¿Cómo influye la tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol

educativo de los maestros en la situación nutricional de los escolares?, ¿Cómo influye la publicidad difundida por los medios de comunicación en la situación nutricional de los escolares?

Para responder a esas preguntas, se plantearon los siguientes objetivos: Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños, describir y analizar los hábitos alimentarios, las actitudes hacia los alimentos, de los escolares y su familia, describir y analizar la situación socioeconómica, la cultura y el tipo de familia de los escolares, determinar la influencia de la tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol educativo de los maestros en la situación nutricional de los escolares, y por último, identificar la influencia de la publicidad difundida por los medios de comunicación en la situación nutricional de escolares.

La utilidad metodológica de este proyecto de investigación radica en que la información recabada, sentará un precedente a posteriores estudios de investigación para ampliar el conocimiento sobre la situación nutricional de niñas y niños en la vida escolar y cómo los cambios en el proceso de socialización, podrían tener un impacto positivo o negativo en estas.

4. Marco teórico y estado del arte

Entre algunas investigaciones realizadas en Guatemala, relacionadas con este problema, puede mencionarse un estudio, que se refiere a un plan de refacción escolar, en donde se especifica que el consumo de los alimentos “Está determinado por las costumbres y prácticas de alimentación, que incluye la forma de seleccionar, almacenar, preparar y distribuir los alimentos en la familia. Además, se ve influenciado por la educación, los patrones culturales, el nivel de ingreso y la capacidad de compra. El consumo se refiere a que las existencias alimentarias y la ingesta en los hogares respondan a las necesidades nutricionales, la diversidad, la cultura y las preferencias alimentarias” (Méndez, 2012, p. 9).

Asimismo, se menciona que la conducta alimentaria se puede definir como la expresión de aspectos culturales relacionados con normas sociales, la religión y la preferencia o rechazo por ciertos alimentos. “Una conducta alimentaria puede convertirse en un hábito... los hábitos alimentarios indican la dieta usual de las personas; los hábitos alimentarios nacen en la familia, pueden reforzarse en el medio escolar y se contrastan o refuerzan en la sociedad” (Méndez, 2012).

Lo anterior “revela la necesidad de promover hábitos de alimentación saludable en los escolares... para lograrlo es necesario trabajar coordinadamente entre padres, educadores y profesionales de la salud para cultivar conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable en las etapas tempranas de la vida, que repercutirán en la salud de la vida adulta y en la prevención de enfermedades” (Berta, Fugas, Walz & Martinelli, 2015).

Un estudio de tesis realizado en 1992 logró establecer a través de dos métodos de evaluación del consumo de alimentos de grupos escolares, que las actitudes alimentarias de los padres se relacionan con igual frecuencia a las actitudes alimentarias de sus hijos.

Es por ello que se puede afirmar que “la familia ocupa un rol crítico en la educación alimentaria que incluye los modelos parentales de ingesta, el valor cultural de la comida y la disponibilidad de alimentos en el hogar, además de formar parte importante del entorno social del

niño donde se aprenden y ponen en práctica los hábitos alimentarios” (Fretes, Salinas & Vio, 2013).

En la tesis titulada: “Relación de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico en escolares del Municipio de Mixco con el estado nutricional”, se plantea que “existen causas particulares que determinan la ingesta de alimentos del escolar. La influencia primaria que se ejerce sobre los hábitos en los niños, está dada por la familia y la distribución intrafamiliar de los alimentos... Además, los hábitos alimentarios estarán influenciados por el medio ambiente, costumbres, tradición y valores culturales, grupo social y el grupo escolar del niño. Las preferencias alimentarias pueden afectar los hábitos alimentarios, con ello se alude a la cantidad ingerida por el niño ya que puede ser que desee consumir más o menos de un alimento, especialmente en lo que Como se puede observar, la orientación recibida por los escolares, inicia primeramente en el hogar, en muchos casos se toma en cuenta la opinión o preferencia de los niños para la compra o preparación de las comidas o refacciones. Entre los factores que influyen en el acceso a los alimentos en el hogar son: “el ingreso económico de las familias, la producción hogareña, el empleo y los precios de los alimentos” (Méndez, 2012, p. 8).

En la familia, la madre es quien generalmente decide qué alimentos compra de acuerdo a su capacidad económica, disponibilidad de tiempo y los conocimientos y preferencia que tenga para seleccionar los alimentos que consumirán en el hogar. Es por esto, que existe una relación entre los hábitos alimentarios y el nivel socioeconómico y cultural de las familias, con el estado nutricional de los escolares.

“El hogar debería de ser la mejor escuela de formación de buenos hábitos alimentarios, pues en él se adquieren la mayoría de las pautas de consumo: preferencias, frecuencia, cantidad y calidad. Estas se encuentran asociadas a características culturales, sociales y económicas y a la disponibilidad local, muchas veces se transmiten de generación en generación y se van modificando conforme a los cambios de disponibilidad del acceso económico y el entorno” (Monzón, 2013, p. 3).

La elección y consumo de los alimentos “está determinado por las costumbres y prácticas de alimentación, que incluye la forma de seleccionar, almacenar, preparar y distribuir los alimentos en la familia. Además, se ve influenciado por la educación, los patrones culturales, el nivel de ingreso y la capacidad de compra” (Monzón, 2013, pp. 8-9).

El consumo de los alimentos está relacionado con las necesidades nutricionales, el tipo de familia, la cultura y las actitudes hacia los alimentos que se traducen en preferencia o rechazo hacia los mismos; creando así hábitos alimentarios, que cuando se repiten, pasan a formar parte de la dieta usual de las personas, reforzándose en el medio escolar y en la sociedad.

Por otro lado, los escolares tienen que hacer una elección, si los alimentos que consumen los compran en el centro educativo al cual asisten, donde las influencias de la vida escolar tales como los maestros, los compañeros y la tienda escolar, juegan un papel fundamental en la situación nutricional.

La vida escolar es el conjunto de experiencias, vivencias y aprendizajes que las niñas y niños comparten con sus superiores y con sus compañeros, ya que ésta constituye un importante espacio de recreación y socialización.

Durante la edad escolar, el niño adopta más independencia respecto a los alimentos que ingiere, es común que los consuma fuera de casa, dado que si se le proporciona dinero para la refacción y tiene acceso a una tienda escolar, se encontrará expuesto a diversos tipos de productos alimenticios que muchas veces no tienen los requerimientos nutritivos para su edad.

“Como resultado del estilo de vida donde predominan cambios en los hábitos de alimentación que incluyen comida rápida y alimentos chatarra, disminución de actividad física o sedentarismo” (Trejo, Hinojoza, Flores, Ibarra & López, 2012) es muy probable que los escolares presenten una situación de malnutrición padeciendo obesidad.

En una tesis titulada: “Organización y funcionamiento de la tienda escolar del ciclo básico del sector oficial del municipio de Jalapa” se menciona que “Corresponde al responsable de la

tienda escolar, expender alimentos de valor nutritivo e higiénicamente preparados, comercializar, en su caso, otros productos que se relacionen con la actividad escolar, y ofertar los productos más baratos o a igual precio que los ofrecidos en el mercado común” (Godoy, noviembre 2005, p. 6).

Sin embargo, los aspectos que se mencionan con antelación, no se cumplen en la realidad de las tiendas escolares presentes en los centros educativos; pues el mismo autor del anterior estudio; da a conocer en sus resultados que “el 47 % de los catedráticos encuestados afirmaron que el servicio de tienda escolar no reúne las condiciones higiénicas requeridas, y el 97 % de los alumnos encuestados afirman que el precio del producto que se ofrece al alumnos es más alto del que se puede adquirir en el mercados particulares” (Godoy, noviembre 2005), agregando a ellos que dichos alimentos carecen de valor nutritivo.

Otro actor social que desempeña un rol decisivo en la vida escolar de los niños y niñas, son los compañeros con los que convive; pues se sabe que es a esta edad cuando los escolares inician a establecer relaciones interpersonales fuertes con compañeros del mismo centro educativo, por lo que las ideas y comentarios que comparten, resultan influyendo en el proceso de alimentación, desde el momento de selección de los alimentos, el modo y el momento de comer al compartir o no este tiempo de comida, entre otras circunstancias, que pueden desencadenarse en el proceso de alimentación de los escolares.

Además, se agrega que el cambio en los estilos de vida de las familias, ha provocado que los niños y niñas pasen mayor cantidad de tiempo en los centros educativos, lo que influye con mayor fuerza en los hábitos alimentarios y la calidad y cantidad de alimentos que consumen. Esto desencadena comunidades con altos problemas de inseguridad alimentaria, que presentan un inadecuado aprovechamiento de alimentos disponibles, bajo consumo de refacciones saludables e inadecuados hábitos de alimentación, con su posterior deterioro de la nutrición escolar.

Y es que el contexto social, tanto local como global, ha sufrido modificaciones debido al proceso de industrialización y globalización en el que se encuentra inmersa la sociedad guatemalteca, ya que ello repercute en el tiempo que se le otorga a la alimentación, a la preparación

de la misma y por ende a su calidad lo cual está influido por la publicidad difundida a través de los medios de comunicación.

Es importante recordar que el marketing publicitario va dirigido principalmente a los niños y jóvenes; pues se considera que “conforman una población susceptible a la publicidad de alimentos, que busca aumentar el consumo de ciertos productos (generalmente de alto contenido en azúcar, sodio y grasa saturada)” (Luján-Carpio, Ponce-Chanflote, Gálvez-Marticorena & Taype-Rondán, 2015) pues por su edad se encuentran propensos a comprar ciertos productos, ya sea por su marca, la novedad o el sabor y no por sus componentes nutritivos.

“La propaganda comercial irresponsable y el éxito que, al menos temporalmente, alcanzan ciertas dietas carentes de base científica en algunos sectores de la población, son factores que contribuyen a producir malnutrición”... (Monzón, 2013, p. 10).

Por último, cabe mencionar que “Los comerciales o propagandas que promueven la compra de golosinas, sodas, bebidas y otros alimentos de bajo valor nutritivo se transmiten comúnmente durante los programas infantiles. Muchas veces en los comerciales se da a entender que estos productos son nutritivos además de ser deliciosos, lo cual generalmente no es cierto, por lo que ese tipo de alimentos deben consumirse solamente en forma ocasional... Ese tipo de publicidad trata de explotar la credulidad e ingenuidad en los niños, haciéndoles creer que un solo alimento les va a aportar la energía para “ser igual” al personaje de las caricaturas que tanto admiran, o llaman la atención del niño, colocando en los empaques de los productos calcomanías o premios que promueven la compra de los productos” (Méndez, 2012, pp. 20 -21).

4.1 Procesos de socialización en niñas y niños escolares

El proceso de socialización ha constituido una de las temáticas más abordadas en las ciencias sociales, desde definiciones originales hasta concepciones posteriores, la socialización ha sido un término y categoría de análisis abordada por diferentes corrientes de pensamiento, autores y épocas.

En una revisión de estas concepciones, Martin (2007), realiza una distinción entre dos acepciones principales; la primera hace referencia al proceso de conformación y organización de los grupos sociales en los cuales se ven implicados factores políticos, económicos, simbólicos y culturales. Mientras que la segunda, se focaliza en el individuo y como consideran Simkin & Becerra (2013), remite al proceso por el cual se adquieren los valores, las actitudes y las creencias de una sociedad particular.

Por tanto, esta última acepción hace referencia al proceso mediante el cual los individuos aprenden las normas, prácticas y valores propios de la cultura y sociedad en donde han nacido; por eso, involucra la relación entre el individuo y los diferentes agentes de socialización, siendo estos la familia, la escuela, el grupo de pares y los medios de comunicación.

En este caso concreto interesa explorar la segunda acepción de la socialización, con el fin de identificar el papel de cada uno de esos agentes socializadores y sus dinámicas particulares. Según, Rocher (1976), la socialización se define de la siguiente manera:

el proceso por cuyo medio la persona humana aprende e interioriza, en el transcurso de su vida, los elementos socioculturales de su medio ambiente, los integra a la estructura de su personalidad, bajo la influencia de experiencias y de agentes sociales significativos, y se adapta así al entorno social en cuyo seno se debe vivir (pp. 133-134).

Por consiguiente, la socialización se constituye en un proceso de adquisición, aprendizaje o interiorización de determinados contenidos de una sociedad o cultura particular.

Otros autores como Flores (2005) y Tenti (2000), coinciden que en términos generales, la socialización tiene un carácter contextual debido a que plantea el desarrollo de los individuos en una cultura y sociedad determinada, es decir, en un contexto socio-histórico específico. Como sintetiza Tenti (2000), “los individuos son una especie de «efecto de sociedad»” (p. 2).

En las definiciones anteriores se hace referencia a la interiorización de ciertos contenidos, Simkin & Becerra (2013) consideran que los principales son los siguientes: actitudes, prejuicios,

nociones, valores, roles, símbolos, creencias, motivaciones, objetivos e intereses, así como también categorías y clasificaciones sociales, como género, raza, entre otros.

La socialización cumple con el objetivo de otorgarle a los individuos fuentes de significado que le permitan integrarse/introducirse a su sociedad, cultura o grupo familiar. La adaptación al entorno social depende del aprendizaje de estos contenidos, no se trata sólo de la interacción social sino también del desarrollo de los sujetos. Por ello, la socialización es una herramienta relevante en los primeros años de vida. Para Flores (2005), “La influencia de su interacción con otras personas es crucial para la construcción por parte del niño de sus estructuras cognoscitivas” (p. 21).

Este tipo de conceptualizaciones sobre la socialización tienden a identificarla como un tipo de “función de la sociedad” que contribuye al mantenimiento del sistema social. Sin embargo, existe la perspectiva que considera que la socialización no se refiere solo a una función que realizan los diferentes agentes.

De ahí que, se resalte la presencia de relaciones bidireccionales y la dinámica de cambio social presente en este proceso (Vanderstraeten, 2000). De ese modo, “la socialización debe entenderse como un proceso bidireccional: el agente social es al mismo tiempo una construcción y el constructor de la sociedad” (Tenti, 2000, p. 2).

Este tipo de propuestas alternativas a la definición preeminente de socialización buscan enfatizar en el papel activo del sujeto, y retomar su capacidad de modificar y recrear los contenidos que aprende durante las primeras etapas de vida.

Por otra parte, la socialización como proceso implica una serie de acciones que suelen agruparse en los siguientes aspectos: adquisición, aprendizaje, incorporación e internalización. Respecto al aprendizaje, Rocher (1976), enfatiza en que éste “consiste en la adquisición de reflejos, de hábitos, de actitudes, etc., que se inscriben en el organismo y en la psique de la persona y orientan su conducta” (p. 141).

Igualmente, el término de internalización es concepto planteado por Berger & Luckmann (1972), quienes consideran que la internalización “constituye la base, primero, para la comprensión de los propios semejantes y, segundo, para la aprensión del mundo en cuanto realidad significativa y social” (p. 163). Por tanto, implica el “comprender” ese mundo donde se vive, que es construido por “otros significativos” encargados de su socialización.

Anteriormente, se ha mencionado que la socialización ocurre mediante la participación de diversos agentes socializadores, quienes tienen el papel de mediar entre el individuo y los contenidos a incorporar; según Tuñón & Miguel (2007), la familia es el primer agente de socialización ya que durante la niñez es quien selecciona de manera directa o indirecta a otros agentes, escogiendo la escuela a la que van las niñas y niños y procurando seleccionar sus amigos.

En ese sentido, el aprendizaje de contenidos se realiza a través de estos agentes, los cuales desempeñan distintos roles y responsabilidades dentro del proceso, siendo una la mediación entre el sujeto y la sociedad. En palabras de Berger & Luckmann (1972), la incorporación se realiza mediante lo que se denominan los “otros significantes”, quienes son personas con un significado especial para el individuo, y son importantes ya que filtran o mediatizan esa cultura general a partir de su particularidad (de clase, etnia, género, etc.).

Con el fin de diferenciar los diferentes agentes y etapas del proceso de socialización autores como Rocher (1976) y Giddens (2010) realizan una clasificación de la socialización distinguiendo entre primaria y secundaria.

La socialización primaria, o bien familiar suele definirse como “el proceso mediante el cual las niñas y niños aprenden las normas culturales de la sociedad en la que han nacido. Como esto ocurre en sus primeros años de existencia, la familia es el escenario más importante” (Giddens, 2010, p. 405). En ese sentido, la socialización primaria ocurre en la niñez, y se constituye en el primer contexto en el que los individuos se convierten en miembros de la sociedad.

Los primeros contenidos (valores, creencias, significados y otros) se adquieren en esta etapa inicial, es decir, que se tiene un primer acercamiento con los significados que le dan sentido

al mundo externo que rodea al individuo; por eso, esta socialización suele ser la más importante en la vida del individuo.

En cambio, la socialización secundaria se inicia en la etapa posterior a la niñez, cuando comienzan a interactuar más frecuentemente con personas distintas a sus padres. Básicamente, se refiere a la socialización que empieza a partir de la introducción de las niñas y niños en la vida escolar. Esta inserción de las niñas y niños en la escuela implica el relacionarse con otros actores como profesores, compañeros de clase, entre otros. Para Giddens (2010), “la socialización secundaria tiene lugar en una fase posterior de la niñez y en la madurez, y son otros los agentes sociales que asumen parte de la responsabilidad de la familia” (p. 319). De esa manera, este nuevo modo de comunicación y contexto tiene el papel de refrendar o modificar los contenidos que se han aprendido e interiorizado en la socialización primaria.

Los agentes socializadores presentes en la socialización primaria y secundaria se diferencian por el tipo de relación que mantienen con el individuo, en la socialización secundaria esta relación tiene principalmente una distinta carga afectiva. Para Simkin & Becerra (2013), es importante destacar que, en el proceso de socialización, influyen fuertemente las expectativas que se tengan de las personas, y que éstas pueden estar mediadas (facilitadas, aumentadas) por el afecto.

En ese sentido, la familia y escuela tienen un papel relevante como principales agentes socializadores aunque “se advierte a primera vista que la socialización primaria suele ser la más importante para el individuo, y que la estructura básica de toda socialización secundaria debe semejarse a la de la primaria” (Berger & Luckmann, 1972, p. 164); cada uno presenta dinámicas particulares, por lo que se hace imprescindible plantear ¿Cuál es rol concreto que tienen la familia y escuela en la formación de hábitos alimentarios en los escolares?

4.1.1 Familia

En la socialización primaria y como primer agente socializador, la familia tiene el principal papel en la incorporación de los individuos a la sociedad y en la internacionalización de los

contenidos propios de su cultura, sociedad o grupo de pertenencia. En ese sentido, Giddens (2010) plantea que:

En las sociedades modernas la mayor parte de la socialización temprana tiene lugar dentro de un contexto familiar reducido y los niños pasan sus primeros años en una unidad familiar compuesta por madre, padre y tal vez uno o dos hijos más. Por el contrario, en muchas culturas, los tíos, tías y abuelos suelen formar parte de la misma unidad familiar y suelen cuidar a los niños desde que son bebés (p. 318).

De esa manera, los padres desempeñan un papel relevante en el proceso de socialización de sus hijos, al orientar las relaciones que los infantes tendrán con otros sujetos, pero esta orientación/internalización se realiza a partir de los mismos significados y contenidos que ellos socializaron en su infancia. Por eso, Simkin & Becerra (2013), remarcan el hecho de que los padres no se limitan a crear sus prácticas de crianza “de cero”, sino que reproducen el rol social de “ser padres” a partir de sus propias experiencias de socialización.

En cuanto a la estructura familiar, Tuñón & Miguel (2007) plantea que el tipo de familia influye en el proceso de socialización y tipo de incorporación que tendrá el individuo en la sociedad, o más bien, las condiciones con que se introducirá en el mundo social. Primero, se hace la diferencia entre familias homoparentales o uniparentales y, luego se hace entre familias con mayores y menores recursos económicos, políticos, entre otros.

En concreto, la socialización primaria puede desarrollarse a partir de diferentes modelos, por ejemplo, para Grusec & Davidov (2010), existen cinco dominios de socialización en el interior de la familia, estos son: 1) protección; 2) reciprocidad mutua; 3) control; 4) aprendizaje guiado; y 5) participación en el grupo. Cada uno de estos dominios tienen sus particularidades e importancia específica; sin embargo, en el caso de la formación de hábitos alimentarios el control y aprendizaje guiado adquieren una relevancia mayor.

Simkin & Becerra (2013), haciendo referencia a la clasificación de Grusec & Davidov, señalan que existen diferentes tipos de control, pero en concreto, el control autoritativo se caracteriza por la exigencia de que los niños cumplan con las directivas de los padres. Mientras

que el aprendizaje guiado hace referencia al trabajo que realizan los padres de facilitar el aprendizaje y fomentar la acción autónoma del niño.

Estos dos dominios de socialización contribuyen a entender el rol de la familia en la formación de hábitos alimentarios, ya que por una parte, la familia debe controlar qué y cómo comen los infantes, pero también, esto se debe dar mediante un proceso de aprendizaje que les permita identificar las mejores alternativas nutricionales.

En la formación de hábitos alimentarios, hay distintos contenidos que son interiorizados por las niñas y niños a partir de la influencia principal de la familia, estos contenidos son los hábitos, actitudes, preferencias, prácticas y otros aspectos relacionados a la alimentación.

Es así como la familia como primer agente socializador determina la forma, el tipo, la cantidad, la calidad y la frecuencia con que los infantes comen determinados alimentos. Según Monzón (2013), “Los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el contexto familiar durante la etapa infantil en la que se incorporan la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias de la comunidad” (p. 13).

Los primeros años de vida son determinantes en el estado nutricional de la niñez, pero también son fundamentales en el desarrollo de contenidos adecuados relacionados a una alimentación sana y saludable. Por ejemplo Vásquez, De Cos & López (2005), enfatizan en que los patrones de alimentación quedan establecidos a partir del segundo año de vida, y tienden a reflejar los patrones alimentarios familiares.

De ese modo, diversos autores como Hernández (2001) y Monzón (2013) coinciden en que, la formación de hábitos alimentarios tiene como primer espacio de creación la familia, ya que en la formación del gusto por determinados alimentos, y por lo tanto de los hábitos intervienen factores genéticos, culturales y ambientales.

Según Berger & Luckmann (1972), la familia tiene un papel fundamental ya que no solo se trata de propiciar el aprendizaje e internalización de determinados contenidos, sino que

básicamente, “el niño no internaliza el mundo de sus otros significantes como uno de los tantos mundos posibles: lo internaliza como el mundo, el único que existe y que se puede concebir...” (p. 169). En la alimentación, las niñas y niños internalizan los únicos hábitos alimentarios que conocen y que existen en ese momento de sus vidas.

En cuanto a las funciones de la familia, el dominio de socialización referido al aprendizaje guiado tiene un papel fundamental para representar la responsabilidad y rol de los padres y madres en el tipo de educación alimentaria que reciben las niñas y niños en sus hogares. Como indica Monzón (2013):

El hogar debería de ser la mejor escuela de formación de buenos hábitos alimentarios, pues en él se adquieren la mayoría de las pautas de consumo: preferencias, frecuencia, cantidad y calidad. Estas se encuentran asociadas a características culturales, sociales y económicas y a la disponibilidad local, muchas veces se transmiten de generación en generación y se van modificando conforme a los cambios de disponibilidad del acceso económico y el entorno (p. 3).

Por lo tanto, en la alimentación, el aprendizaje guiado está a cargo de los padres mientras las niñas y niños tienen contacto únicamente con los miembros de su familia; para evidenciar esto, Burgos (2007), utiliza la categoría de modelaje paternal que se define como “un proceso de aprendizaje observacional en el que la conducta de los padres actúa como un estímulo que promueve la imitación en los niños” (p. 11).

En lo referido al control como dominio de socialización en el entorno familiar, Burgos (2007), plantea la categoría de control paternal para describir las acciones que los padres realizan para promover o limitar el consumo de determinados alimentos.

De esa manera, en la socialización primaria se desarrollan distintos modelos que permiten el aprendizaje de los contenidos, valores, patrones y normas culturales, los cuales tienen a diferenciarse por su carácter restrictivo o permisivo. Según Domínguez-Vásquez, Olivares & Santos (2008), los progenitores influyen el contexto alimentario infantil usando modelos autoritarios o permisivos para la elección de la alimentación de las niñas y niños, en aspectos como el tipo, cantidad y horarios de alimentación, así como edad de introducción de los mismos.

El desarrollo del papel socializador de la familia en la alimentación está determinada por diversos factores, por lo que estos modelos tienden a estar basados e influenciados por “la disponibilidad de alimentos en el hogar, las tradiciones familiares, el acceso a medios de comunicación y la interacción con los niños durante la comida” (Domínguez-Vásquez et al., 2008, p.4).

El carácter contextual de la socialización también se evidencia en la alimentación, ya que los hábitos, preferencias y actitudes relacionadas a la alimentación derivan de una determinada cultura. Por ejemplo Adjemian, Bustos & Amigo (2007), consideran que cada grupo cultural transmite de generación en generación pautas de alimentación, mediante la educación que se da en el hogar.

De igual manera, en la alimentación, la socialización no es un proceso unidireccional sino bidireccional, es decir, que las niñas y niños tienen la capacidad de cuestionar esos contenidos y significados que se les están enseñando a lo largo de su vida; a partir de, las siguientes etapas y contextos de socialización en el que se involucrarán.

Según Domínguez-Vásquez et al. (2008), el contexto social en el que funciona la familia moderna, ha hecho que en la actualidad las decisiones sobre alimentación sean discutidas y negociadas frecuentemente con las niñas y niños, quienes influyen las decisiones del hogar por medio de la insistencia y la manipulación. Además, la influencia familiar no es el único factor que interviene en la alimentación aunque su papel sea relevante en el comportamiento alimentario, el individuo puede modificar estos contenidos a lo largo de su vida.

En los anteriores planteamientos diversos autores han enfatizado en el rol de los padres en la formación de los hábitos alimentarios; sin embargo, este papel recae en la madre quien es la que tiene a su cargo la alimentación. Por ejemplo, Monzón (2013), reitera que en la infancia, la madre es la principal responsable de la transmisión al hijo de las pautas alimentarias saludables que podrían prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación” (p. 13).

De ese modo, la madre representa el “otro significativo” en el ámbito alimentario al tener tradicionalmente el papel de cuidadora y encargada del trabajo doméstico. En ese sentido, Restrepo & Gallego (2005), reiteran que “Además de generar en los niños aceptación y rechazo por algunos alimentos, el vínculo con el cuidador puede favorecer comportamientos alimentarios que se traducen en una ingesta sin normas claras, desordenada y abundante” (p. 137).

Con base en lo anteriormente descrito, se ha identificado que la familia tiene un rol fundamental en el control y aprendizaje de determinados hábitos alimentarios, ya que a partir de los contenidos que sean transmitidos a las niñas y niños se establecerán ciertas actitudes, preferencias y prácticas que marcarán el resto de sus vidas. A manera de síntesis, Fretes et al. (2013), exponen que:

La familia ocupa un rol crítico en la educación alimentaria que incluye los modelos parentales de ingesta, el valor cultural de la comida y la disponibilidad de alimentos en el hogar, además de formar parte importante del entorno social del niño donde se aprenden y ponen en práctica los hábitos alimentarios (pp. 41-42).

Ahora, si bien la familia es el primer contexto donde las niñas y niños adquieren e internalizan determinados hábitos alimentarios, existen otros contextos que influyen en posteriores etapas de su vida como la escuela, el grupo de pares o las instituciones religiosas.

4.1.2 Escuela

La escuela como institución contribuye a la generación y el fortalecimiento de conocimientos relacionados a mejores alternativas nutricionales y alimentarias; pero también es un espacio donde se pueden desarrollar malos hábitos alimentarios, o bien modifica la información aprendida en el entorno familiar.

Al respecto, Blanco (2008/2009), define la escuela como una institución social específicamente creada para la transmisión de los conocimientos, la formación de habilidades y la adquisición de valores formales e informales.

En ese sentido, la función socializadora que en un primer momento le correspondía a la familia pasa a la escuela, por lo que otro tipo de modelos definirán la relación entre las niñas y niños y sus profesores y compañeros de clase. Para Blanco (2008/2009), la escuela se caracteriza por ser uno de los primeros escenarios sociales en el cual se establecen y experimentan las primeras relaciones de amistad, ya que se somete por primera vez a la organización y las normativas de las instituciones sociales o se perciben la variedad de personas, personalidades y formas de pensar diferentes.

En específico a las relaciones de amistad, otro de los agentes socializadores existentes en el interior de la escuela y otros contextos (como el barrio, espacios públicos y otros) son los “grupos de pares” o como otros autores los denominan “grupos de iguales” o “grupos de edad”, estos suelen considerarse como el conjunto de individuos que comparten categorías sociales comunes y ciertos ámbitos de interacción en tanto son grupo.

Para Simkin & Becerra (2013), durante la infancia, los grupos de pares se componen principalmente de compañeros de clase que comparten la misma edad, ciertos intereses y una adscripción social similar.

Las dinámicas particulares que se desarrollan a lo interno de los grupos pares varían dependiendo la cultura y sociedad pero básicamente, Simkin & Becerra (2013), identifican tres procesos clave: a) sincronía interaccional, que se refiere a las semejanzas de pensamientos y comportamientos existentes en los grupos; b) comparación grupal, que se refiere a comparar las opiniones y habilidades con el fin de reducir las disgregadoras; c) por último, se encuentra la influencia normativa que es el mecanismo a partir del cual las personas tienden a adherir a determinadas normas endogrupales a efectos de evitar emociones negativas, como la vergüenza o el rechazo grupal.

De ese modo, la escuela y los grupos de pares pueden incorporar nuevos hábitos alimentarios en las niñas y niños que actúan sobre las prácticas alimentarias de su familia. Según Luján (marzo, 2013), “La edad preescolar y escolar se caracterizan por ser etapas en las que se

adquieren los hábitos que van a definir el estilo de vida, es por ello que es pertinente implementar en esta etapa, cualquier acción que permita un crecimiento y desarrollo normal” (p. 8).

Así, la escuela representa un contexto de socialización con nuevos actores, relaciones y dinámicas, en relación con esto Meléndez (2008), indica que a partir del ingreso de las niñas y niños a la escuela, se amplían y diversifican sus relaciones sociales, ya no sólo se relaciona con su familia sino con maestros, compañeros y otras personas.

Respecto a alimentación, la socialización secundaria y los agentes socializadores como la escuela y grupos de pares tienen un papel importante en el tipo de información/educación a la que acceden las niñas y niños. Según Meléndez (2008), las nuevas relaciones permiten experimentar diferentes situaciones, lugares, horarios y nuevos estímulos que pueden motivar cambios o reforzamientos en sus prácticas alimentarias; lo cual implica “que el qué, el cómo y dónde comer dependen, a partir de los seis o nueve años, de una comunidad, y no sólo de la familia” (p. 68).

Por tanto, estos nuevos espacios y actores constituyen un nuevo contexto que influye en las prácticas, preferencias, actitudes y hábitos alimentarios establecidos en la familia. Este cambio implica lo siguiente:

... la estrecha dependencia familiar... se rompe y las relaciones se amplían a otros ámbitos de su medio socio-cultural, aumentando considerablemente las influencias externas a la familia. La escolarización le permite adquirir cierto grado de autonomía en su alimentación, al realizar alguna de las comidas fuera de su casa, en los comedores escolares sin supervisión familiar (Hernández, 2001, p. 73)

Estos serán los riesgos y aportes de la socialización secundaria en la vida de las niñas y niños: nuevas influencias, un grado de autonomía, nuevos espacios, nuevas relaciones, nuevos controles y nuevos aprendizajes; en un contexto distante de la supervisión de los padres.

En ese sentido, se debe reflexionar sobre el papel de la escuela y sus integrantes, ya que como indica Hernández (2001), la escuela debe cumplir adecuadamente su papel para que el niño

aprenda que su estado de salud depende, en parte, de su comportamiento alimentario y podrá mejorar los hábitos dietéticos y llegar en un mejor estado nutricional a la edad adulta.

La forma en que la escuela influye sobre los hábitos alimentarios pueda darse a través de programas de educación nutricional integrados dentro de las enseñanzas regladas, así como mediante el comedor escolar o tienda escolar. Como se ha mencionado anteriormente, la educación alimentaria es uno de los roles más relevantes de la escuela, ya que tiene la capacidad de contribuir al desarrollo de conocimientos (adecuados) relacionados a la alimentación en las niñas y niños, según Vásquez et al. (2005), la educación nutricional debe incluirse dentro de los programas de enseñanza, ya que estos conocimientos son fundamentales en la adquisición de hábitos dietéticos favorables a la salud y que dificulten la aparición de enfermedades degenerativas.

En ese sentido, la escuela debe dar un aprendizaje guiado a las niñas y niños para evitar que esta introducción a un nuevo espacio altere las buenas prácticas que pueden tener los infantes, o bien genere y fortalezca malas prácticas. Este factor de cambio en los hábitos alimentarios es señalado por Luján (marzo, 2013), al exponer el posible conflicto que se genera entre la influencia de la familia y escuela, y en particular con los grupos pares, el autor indica lo siguiente:

Al final de la etapa escolar el niño pierde interés por las comidas en familia y prefiere tomar sus alimentos en compañía de sus amigos, las comidas del hogar aún son muy importantes pues les proporcionan seguridad, al saber que hay comida y que alguien se ocupa de él. Comer con amigos es una forma de recreación y sociabilización importante en esta edad. El grupo define qué alimentos se comen, dónde y cómo se ingieren (p. 23).

En síntesis, la escuela tiene un papel fundamental en la información y conocimiento que tienen las niñas y niños sobre alimentación, se convierte en un espacio para acceder y reiterar sus conocimientos sobre alimentación.

A continuación, se presenta una ilustración que expone las relaciones existentes entre los diferentes contextos de socialización y la vida escolar, considerando como punto de enlace la alimentación.

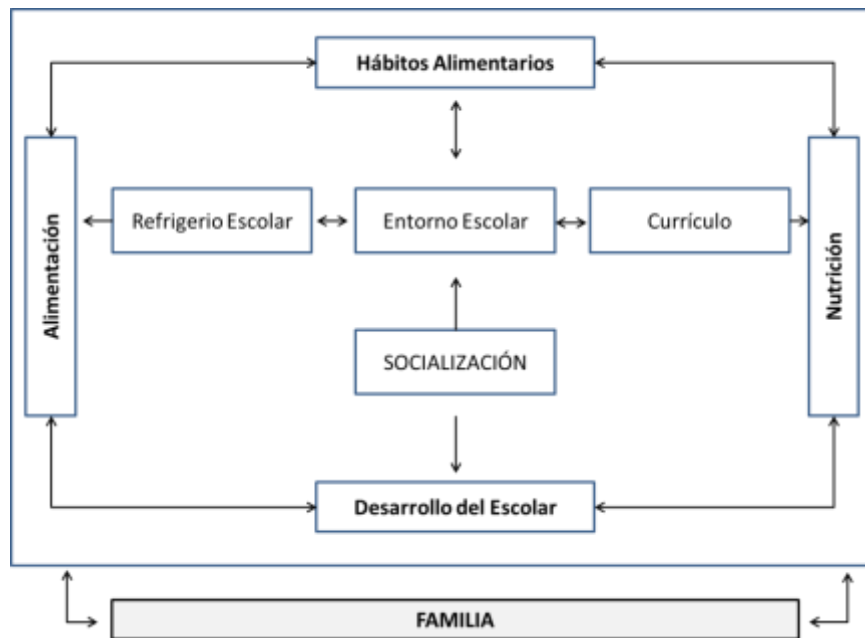


Figura 1. La escuela, un espacio para la formación de hábitos alimentarios y su relación con la familia.

Fuente: Elaboración propia con base en Restrepo, S. L. (2003). *La alimentación y la nutrición del escolar* (Tesis de maestría). Universidad de Antioquía, Facultad de Enfermería, Colombia.

4.2 Situación nutricional y alimentaria

4.2.1 Características de una alimentación adecuada

Previo a abordar las características de una alimentación adecuada, es preciso definir qué es una alimentación adecuada y se iniciará más bien, mencionando su opuesto, es decir en qué consiste una alimentación inadecuada para posteriormente hacer una comparación entre ambas.

Una alimentación inadecuada es aquella en la que no se incluyen los alimentos que aportan los nutrientes necesarios al cuerpo y en donde no existe variedad en el consumo ni en la forma de prepararlos sino que se vuelve un proceso rutinario; no cumpliendo así con un equilibrio en las porciones y cantidades de cada grupo de alimentos.

Además, una de las características de una alimentación no adecuada es el consumo constante de alimentos prefabricados que carecen de nutrientes esenciales al cuerpo y que por ende, no benefician al desarrollo físico y mental de los individuos, en este caso específico, de las

niñas y niños escolares; pues es necesario tomar en cuenta que estos están en plena etapa de crecimiento.

Conociendo qué es una alimentación no adecuada, ya se puede definir su antinomia, es decir, una alimentación adecuada que también es conocida como alimentación equilibrada pues en ella se incorporan todos los alimentos básicos necesarios al organismo.

La alimentación de un individuo es equilibrada cuando... contiene todos los alimentos necesarios para conseguir un estado nutricional óptimo. Este estado es aquel en el que la alimentación cubre los siguientes objetivos:

- Aporte de calorías suficiente para llevar a cabo los procesos metabólicos y los trabajos físicos necesarios.
- Mantenimiento o consecución del peso ideal.
- Equilibrio entre las cantidades de cada uno de los nutrientes entre sí (Vásquez et al., 2005, p. 63).

A la alimentación adecuada y equilibrada también se le ha denominado “alimentación saludable” ya que todos los alimentos consumidos aportan, nutren y benefician al organismo.

Hoy por hoy, quizá el concepto que la define mejor es el de alimentación saludable, que incluye los conceptos de variedad, equilibrio y adecuación a las características de un estilo de vida saludable y que se apoya en las recomendaciones nutricionales consensuadas para la población de nuestro medio, aceptando el hecho de que una alimentación saludable es aquella que permite:

- El crecimiento y desarrollo del niño
- El mantenimiento de la salud, la actividad y la creatividad del adulto
- La supervivencia y el bienestar del anciano (Vásquez et al., 2005, p. 64).

Como se puede observar, adquirir el hábito de alimentarse sanamente trae como consecuencia un bienestar permanente ya que es extensivo a todas las etapas del desarrollo del ser humano y no solamente en la edad temprana. Esto indica que si un individuo siendo niño se alimenta sanamente, será también un adulto sano; claro está, si continúa alimentándose de esa

manera. Por ello se dice que la alimentación saludable es una “forma de vida” y no válida solamente para ciertos días de la semana o para las famosas “dietas” para perder peso.

De forma esquemática, la alimentación equilibrada tiene las siguientes características:

- Variedad. No basta con tomar diariamente raciones del mismo alimento de cada grupo sino que hay que variarlos.
- Racionalidad. Necesidad de modificar las proporciones de los alimentos elegidos favoreciendo la variedad alimentaria.
- Idoneidad. Las personas, según sus características y circunstancias, tienen necesidades nutricionales diferenciadas y su alimentación debe responder a ellas (Vásquez et al., 2005, p. 64).

Aunque las tres características mencionadas con anterioridad son importantes, la “idoneidad” siempre debe estar presente al momento en que las niñas y niños presenten casos especiales en cuanto a cuidados en la dieta debido a una enfermedad o padecimiento.

Cabe resaltar que los escolares al alimentarse adecuadamente están agregando a su cuerpo la energía y los elementos esenciales para poder llevar a cabo sus actividades diarias como jugar y estudiar; pues la etapa de la niñez se caracteriza por practicar una constante actividad física y mental.

La dieta a esta edad debe favorecer la adquisición de unas reservas energéticas que permitan el normal desarrollo del brote de crecimiento que tendrá lugar en la etapa inmediatamente posterior. Asimismo, debe atender el aumento progresivo en la actividad física propia de esta edad.

En el periodo escolar el niño desarrolla un tipo de alimentación aún más independiente del medio familiar que en el preescolar (Vásquez et al., 2005, p. 205).

Cuando se menciona que el niño tiene una alimentación más independiente es porque en la familia hay quien esté pendiente de lo que el escolar come, pues es en casa en donde preparan los alimentos, sin embargo; al pasar la mayor parte del día en la escuela, no hay nadie que lo procure y él debe hacerse responsable de los alimentos que ingiere; y es en este aspecto en donde entran en juego los hábitos y preferencias alimentarias inculcadas en la familia.

La alimentación adecuada para el niño en edad escolar es aquella que satisface las necesidades de energía y nutrientes por medio de alimentos sanos y variados para que alcance un adecuado desarrollo y crecimiento. En cada tiempo de comida se requiere, incluir alimentos de origen animal, leguminosas, cereales, vegetales y frutas, tanto como sea posible, manteniendo las proporciones establecidas para esa edad. (Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá & Organización Panamericana de la Salud [INCAP/OPS], 2004 en Méndez, 2012, p. 18).

Como se sabe, en la escuela, al momento del recreo, los escolares no siempre tienen acceso a alimentos como frutas y verduras; es por eso que se recomienda que la refacción sea preparada en casa; aunque en la tienda escolar puede que le ofrezcan algo más que refrescos y frituras.

Según los nutricionistas, los escolares deben realizar 5 tiempos de comida pues ello contribuye a su mejor desarrollo tal como se indica en la siguiente cita:

Para satisfacer sus necesidades nutricionales, la alimentación del niño debe ser de buena calidad y frecuente, por lo que es necesario ofrecerles alimentos en cinco tiempos de comida, que generalmente son: desayuno, refacción, almuerzo, refacción y cena. De esta forma, es posible darles porciones pequeñas que seguramente consumirán y proporcionarán las calorías y nutrientes necesarios” (Méndez, 2012, p. 17).

Aunque ya se ha mencionado la importancia del factor “variedad” en la comida, es aconsejable que los escolares consuman cantidades moderadas de carne y embutidos e ingieran más cereales, frutas y verduras; evitando lo más posible, alimentos prefabricados, que aunque son económicos y de fácil acceso, no son nutritivos.

Los postres y refacciones deben ser nutritivos, ricos en proteínas, vitaminas y minerales; tales como flanes, frutas, atoles con leche, pan, queso o trocitos de verduras con limón. A esta edad no se necesita tanta leche como en los primeros meses de vida. (INCAP/OPS, 2004 en Méndez, 2012, p. 18).

Para tener una alimentación adecuada es menester conocer teóricamente lo que esto implica:

Basados en el conocimiento de los contenidos de nutrientes de los alimentos, para la integración de una alimentación balanceada se deben considerar los siguientes principios:

1. La alimentación debe ser suficiente en cantidad de alimentos para cubrir las necesidades energéticas y nutricionales del organismo y cubrir todos sus requerimientos según edad, sexo, talla, peso, actividad física.
2. Debe ser completa; es decir, debe contener todos los nutrientes para ofrecer al ser humano todas las sustancias que integran sus tejidos: proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales y agua.
3. Los alimentos deben guardar una proporción apropiada entre sí; es decir, que deben aportar las cantidades de nutrientes necesarios para el adecuado funcionamiento del organismo.
4. Los alimentos deben ser adecuados a las condiciones fisiológicas de cada individuo, según su edad y la actividad física que realiza.
5. Inocua: que su consumo no implique riesgos, que no haga daño. El alimento debe estar higiénicamente preparado y libre de contaminantes químicos, bacteriológicos y físicos.
6. Se debe procurar que la dieta sea atractiva y variada; que estimule los sentidos y que evite la monotonía, incluyendo diferentes alimentos en cada comida” (Secretaría de Educación de la República de Honduras, 2010, p. 82).

También cabe aclarar que el conocer lo que significa alimentarse adecuada, equilibrada y sanamente; es un factor necesario pero no suficiente; porque el conocimiento teórico no implica indefectiblemente hacerlo praxis, es decir, ponerlo en práctica. Por eso resulta primordial, que no solamente se tenga conocimiento teórico de cuáles son las características de una alimentación adecuada y que se les recuerde a los escolares cada vez que estos quieran consumir otro tipo de productos; sino practicar hábitos alimentarios saludables en familia pues qué mejor que predicar con el ejemplo.

En conclusión se puede decir que:

Para que una Alimentación sea sana debe tener estas características:

- Incluir diariamente alimentos de cada grupo en cada tiempo de comida.
- Variar en cada comida los alimentos que provienen de un mismo grupo.
- Practicar medidas de higiene general en la preparación y en el consumo de los alimentos” (Secretaría de Educación de la República de Honduras, 2010, p. 82).

4.2.2 Tipos de alimentos “olla de los alimentos”

La forma gráfica, fácil de explicar y también de entender mediante la cual se representan cada uno de los grupos de alimentos que son de vital consumo es la “pirámide alimentaria” la cual se encuentra segmentada en varios apartados en donde se incluyen cada tipo de alimentos considerados nutritivos, es por ello que también se le ha otorgado el nombre de “pirámide nutricional”.

La pirámide alimentaria, está integrada por nutrientes mayores y nutrientes menores. Al primer grupo pertenecen los carbohidratos dadores de energía, las proteínas que coadyuvan a la formación de tejidos, y las grasas que consumidas de forma moderada también son fuente de energía. Al segundo grupo pertenecen las vitaminas y los minerales.

A continuación aparecen dos recuadros en donde se especifica el aporte que estos dos tipos de nutrientes brindan al organismo:

NUTRIENTES MAYORES

1. Carbohidratos: son los que proporcionan al organismo energía, indispensable para el funcionamiento y desarrollo de las actividades diarias, como por ejemplo: caminar, trabajar y estudiar. Los alimentos fuentes de carbohidratos son: granos, cereales, papa, pan, yuca, plátano, azúcar, miel, etcétera (Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social [MSPAS], 2012, p. 10).

2. Proteínas: su función principal es la formación de todos los tejidos en el organismo, por ejemplo: músculos, cabello, piel y uñas, entre otros. Además son necesarios para el crecimiento adecuado. Las proteínas pueden ser de origen:

- Animal: entre ellas están todo tipo de carnes, leche y huevos.
- Vegetal: frijoles, soya, así como las mezclas de harinas (Incaparina y otras similares) (MSPAS, 2012, p. 10).

3. Grasas: son una fuente concentrada de energía. Son constituyentes de la pared celular, ayudan a la formación de hormonas y membranas, útiles para la absorción de las vitaminas liposolubles. Las grasas pueden ser de origen:

- Animal como la manteca de cerdo, crema, mantequilla, etcétera.
- Vegetal: aceites y margarina (MSPAS, 2012, p. 10).

NUTRIENTES MENORES

1. Vitaminas

Ayudan a regular las diferentes funciones del organismo. El cuerpo humano solo las necesita en pequeñas cantidades, pero si no se consumen, afectan la salud del individuo. Las vitaminas se encuentran en pequeñas cantidades en casi todos los alimentos, principalmente en frutas, hierbas, verduras y productos de origen animal (MSPAS, p. 10).

2. Minerales

Al igual que las vitaminas, los minerales se necesitan en pequeñas cantidades. Estos forman parte de los tejidos y participan en funciones específicas del organismo. Los minerales también están presentes en pequeñas cantidades en muchos alimentos, especialmente en los de origen animal (MSPAS, 2012, p. 10).

La pirámide alimentaria es una gráfica aplicable al contexto latinoamericano, sin embargo; algunos países la han modificado en cuanto a su forma, más no en su esencia, al momento de representarla; en el caso específico guatemalteco, se le conoce como “olla de los alimentos” u “olla familiar” está segmentada en siete grupos englobados en los dos tipos de nutrientes mencionados con antelación.

La olla de los alimentos se representa así:



Figura 2. La olla familiar.

Fuente: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2012). *Guías alimentarias para Guatemala*. Guatemala: Gobierno de Guatemala, Organización Panamericana de la Salud e Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá.

A continuación se detalla cada uno de los grupos que la conforman:

Grupo 1. Cereales, granos y tubérculos: es el grupo de alimentos de los cuales se debe consumir en mayor proporción todos los días en todos los tiempos de comida, éstos se encuentran en la franja inferior de la olla, estos alimentos contienen en mayor cantidad carbohidratos y fibra (MSPAS, 2012, p. 15).

Grupos 2 y 3. Frutas, hierbas y verduras: de estos alimentos se deben comer todos los días, en cualquier tiempo de comida. Este grupo se observa en la franja superior al grupo 1 de la olla y tienen un alto contenido de fibra, vitaminas A y C, además de minerales como potasio y magnesio (MSPAS, 2012, p. 15).

Grupo 4. Leche y derivados: además de la leche e Incaparina, se incluyen en este grupo: huevos, yogurt y queso, de los cuales se recomienda consumir por lo menos 3 veces a la semana en cualquier tiempo de comida. Este grupo se presenta por encima del grupo de frutas. Son alimentos fuente de proteínas y calcio, principalmente (MSPAS, 2012, p. 15).

Grupo 5. Carnes: en este grupo se incluyen todo tipo de carnes: pescado, pollo, res, hígado, conejo u otro animal comestible. Se recomienda consumirlos en cualquier tiempo de comida, por lo menos dos veces por semana. Este grupo se observa por encima del grupo de las hierbas y verduras, son alimentos fuente principal de proteínas y hierro (MSPAS, 2012, p. 15).

Grupo 6 y 7. Azúcares y grasas: estos grupos se localizan en la parte superior de la olla; deben consumirse en pequeñas cantidades. Los azúcares son fuente de carbohidratos simples y los aceites, crema y semillas como: manías, pepitoria, etcétera son fuente de grasa (MSPAS, 2012, p. 15).

La incorporación de alimentos de cada uno de estos 7 grupos es imprescindible para tener una alimentación adecuada y comerlos en cantidades moderadas, por ejemplo, la ingesta de huevos y lácteos debe hacerse tres veces por semana ya que los lácteos son importantes fuentes de calcio que ayudan al sano crecimiento y desarrollo de los huesos. Las carnes son recomendables que se consuman por lo menos dos veces por semana pues son fuente de proteínas. Y se aconseja el consumo diario de tortillas y frijoles según la dieta guatemalteca.

Para tener una alimentación variada se deben seleccionar alimentos de cada uno de los grupos identificados en la olla familiar, en la proporción y con la frecuencia indicados. No es necesario consumir de todos los alimentos en cada tiempo de comida; pero sí incluirlos durante el día (MSPAS, 2012, p. 16).

Entre otras recomendaciones destacan las siguientes:

- a. Debe consumir por lo menos 5 porciones de vegetales y/o frutas al día para obtener el máximo beneficio.
- b. Coma las frutas enteras, rodajas o en trocitos (es mejor que los jugos) y las que sea posible con cáscara, con ello se aprovecha la fibra, y evite agregarles azúcar, miel, crema o sal.
- c. Las verduras no deben tener exceso de cocimiento, de preferencia al vapor y con poca sal” (MSPAS, 2012, p. 19).

4.2.3 Cultura alimentaria: hábitos alimentarios, prácticas de consumo y preferencias

4.2.3.1 La cultura alimentaria y sus principales elementos

La cultura alimentaria suele definirse como “el conjunto de representaciones, de creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de la cultural” (Contreras & Gracia, 2005, p. 37).

En esta definición se hace énfasis en los aspectos que caracterizan la cultura alimentaria, siendo estos: 1) su carácter contextual; 2) su relación con el proceso de socialización y agentes

socializadores; 3) la presencia de un intercambio generacional; y 4) su composición en distintos elementos (conocimientos, creencias y representaciones).

Asimismo, el carácter contextual es expuesto por Marín, Álvarez de Uribe & Rosique (2004), cuando plantean que:

La exposición de este conjunto de prácticas culturales relacionadas con la alimentación permite plantear la presencia y apropiación de una cultura alimentaria en cada población humana. Ésta es entendida como los usos, tradiciones, costumbres y elaboraciones simbólicas de los alimentos, y que además tienen relación directa con la consecución, transformación, consumo, manejo y distribución de estos en un contexto en particular (p. 52).

De ese modo, los elementos que componen la cultura alimentaria están influenciados y dependen del contexto particular donde se desarrollan; de ahí que, se considere que las prácticas, creencias y conocimientos están determinados socialmente.

Por tanto, la alimentación, independientemente de sus características nutricionales y fisiológicas, es construida y recreada históricamente a partir de la socialización. Éste proceso de aprendizaje e incorporación de los elementos de una cultura alimentaria se produce a través de los agentes socializadores (familia, escuela, grupo de pares), quienes son los que sustentan dicho proceso. Para Luján (marzo, 2013), “se acepta generalmente que los comportamientos frente a la alimentación se adquieren a través de la experiencia directa con la comida en el entorno familiar y social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales” (p. 7).

Asimismo, la relación entre cultura alimentaria y agentes socializadores, en específico con la familia, refleja el intercambio generacional que ocurre en esa transmisión y reproducción de *representaciones, conocimientos y creencias*.

Estos tres elementos son los principales de la cultura alimentaria; sin embargo, se debe considerar que ésta también se materializa y concretiza en diversos comportamientos, los cuales se reflejan en diversas acciones como señalan Contreras & Gracia (2005), quienes plantean que el comportamiento alimentario “comprende los siguientes aspectos: preferencias, valores,

conocimientos, consumo, horarios y lugares, aprovisionamiento, equipamiento doméstico, entre otros” (p. 255).

En el caso de las representaciones hay que partir del hecho de que en las ciencias sociales, la alimentación es concebida como un proceso social y por tanto, se considera que existen representaciones sociales asociadas a los alimentos. Éstas últimas suelen definirse como “un corpus organizado de conocimientos y una de las actividades psíquicas gracias a las cuales los hombres hacen inteligible la realidad física y social, se integran en un grupo o en una relación cotidiana de intercambios...” (Moscovici, 1961, p. 18)

De esa manera, las representaciones sociales hacen referencia a un cuerpo de conocimientos que le proveen contenidos significativos a los comportamientos. En sentido, Parales (2006), indica que las representaciones del comer incluyen creencias, ideologías, identidades y prácticas culturales; ya que el comer revela identidad, conflictos y pasado.

Las anteriores definiciones hacen alusión a las creencias que existen entorno a la alimentación como uno de los elementos que permite la transmisión de las prácticas, valores y normas de una cultura determinada. Para Romo, López, López, Morales & Alonso (2005), las creencias alimentarias, resultan ser generalizaciones que las personas hacen o dicen, en relación con los alimentos, y para muchos individuos y comunidades pueden ser parte de esas herencias que se van transmitiendo de generación en generación.

Las creencias permiten el desarrollo de ciertas concepciones y valoraciones sobre los alimentos; lo cual genera diversos comportamientos alimentarios. Según Barrera, Collazos, Duarte & Guzmán (2006), el contenido de una creencia puede recomendar un determinado curso de acción como deseable o indeseable.

Por eso, estos autores señalan que una creencia consta de tres componentes: un componente cognitivo referido a la certeza de la creencia; un componente afectivo, ya que pueden despertar ciertos afectos de intensidad; y un componente de conducta que concretiza las creencias en acciones.

4.2.3.2 Hábitos alimentarios: su formación en la familia y escuela

Estos diversos elementos influyen en la forma en que los individuos responden a las preguntas de ¿qué comer?, ¿cómo comer?, ¿cuándo comer? ¿con quién comer? y ¿cuánto comer?; las cuales básicamente representan **sus hábitos alimentarios**.

Los hábitos alimentarios se caracterizan por su pertinencia a una determinada sociedad y cultura, así como por reflejar los estilos de vida particulares, es decir, que “se conciben como formas de comportamiento alimentario profundamente arraigadas en las formas de vida de los miembros de una cultura” (Álvarez, 2014, p. 117). En ese sentido, el concepto de hábito alimentario fue introducido por la Antropología para enfatizar en que la alimentación constituye un elemento esencial de cualquier sociedad.

En concreto a una definición de los hábitos alimentarios, Álvarez (2014), enfatiza en el aspecto simbólico de la alimentación y plantea que:

Los hábitos alimentarios son modos de ser, pensar y actuar profundamente grabados en nuestro cuerpo. Remiten a esa actividad alimentaria que discurre sobre la línea divisoria entre naturaleza y cultura, y participa de las dos; a aquella dimensión del consumo alimentario en la que se entrecruzan y disuelven las necesidades fisiológicas y simbólicas del ser humano (p. 117).

En este caso, la dimensión cultural permite identificar los diversos determinantes sociales de la alimentación, así como los significados que imprimen valor a los hábitos alimentarios.

Otros autores como Tojo (2001); Briz, García, Maass, Pérez, Sánchez & Ortiz-Hernández (2004) y Luján (marzo, 2013), coinciden en que los hábitos alimentarios se caracterizan por los siguientes aspectos: 1) un factor de recurrencia o frecuencia/acción mecánica; 2) una construcción a partir de la interacción/socialización; 3) un origen inicial en la niñez; 4) un carácter multidimensional, es decir, que pueden referirse a diversos y múltiples aspectos de la alimentación como la selección, la preparación, el consumo de alimentos, entre otros; 5) la posibilidad de transformarse y modificarse; 6) una adquisición producto del ejercicio o experiencia; y 7) en algunos casos, se visualizan como normas rígidas.

Esta última a visión normativa se refiere a que los individuos seleccionan y consumen determinados alimentos en respuesta a ciertas presiones sociales. Sin embargo, Rojas (2011), considera la importancia que tienen los estilos y preferencias (gustos) que tiene cada individuo, aunque claro resaltando que estos mantienen un influjo cultural.

Por otra parte, el carácter multidimensional refiere que se trata de toda una serie de acciones, elementos, decisiones y creencias vinculadas al acto alimentario. Por ejemplo, Rojas (2011), concretiza en que los hábitos alimentarios son la selección y elección de la cantidad, calidad y forma de preparación de los alimentos que consume un individuo.

Igualmente, la alimentación como todo fenómeno social está influido por diversos factores, bajo esta visión, se considera que “Los hábitos alimentarios están influenciados por muchos factores que condicionan su correcta adopción...” (López, Yepes, Beltrán, & Cardonal, 2006, p.7).

En una categorización de estos múltiples factores, Monzón (2013), considera que los factores que pueden influir en los hábitos alimentarios pueden clasificarse en factores fisiológicos, físicos económicos y socioculturales. (Véase Tabla 1)

Tabla 1

Factores que determinan los hábitos alimentarios

Factores fisiológicos	Se refiere a la herencia, alergias, dietas terapéuticas y de adelgazamiento, estado de salud, apetito y necesidades nutricionales.
Factores físicos	Se refiere a que la disponibilidad de alimentos depende de factores como el suelo, clima y acceso a agua potable.
Factores económicos	Se refiere al poder adquisitivo de las familias.
Factores socioculturales	Comprende factores como la tradición, costumbres y creencias.

Nota. Fuente: Elaborado con base en Monzón, R. N. (2013). *Relación de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico en escolares del municipio de Mixco con el estado nutricional* (Tesis de maestría). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia., Guatemala.

Sin duda, la alimentación representa unos de los actos elementales de la vida humana y por eso mismo, es que ésta determinada por diversos factores; por lo cual, no se puede considerar que la alimentación sea solo un proceso biológico o fisiológico. Para Méndez (2012), “Entre los factores que influyen en el acceso a los alimentos están: el ingreso económico de las familias, la producción hogareña, el empleo y los precios de los alimentos” (p. 8).

Otros factores que influyen en los hábitos alimentarios son la capacidad de compra, la disponibilidad de alimentos, la influencia social, la publicidad, el hambre, el apetito, los conocimientos de nutrición, el estado de salud, el estado de ánimo, la comodidad y el tiempo disponible para la alimentación.

Como se ha mencionado anteriormente, la formación de los alimentarios se desarrolla durante los primeros años de vida, ya que en esta etapa se interiorizan y aprenden esos modos de pensar y actuar. En ese entendido, “Es importante recordar que los hábitos alimentarios empiezan a establecerse a partir del segundo año de vida y, a pesar de la tendencia en reflejar los patrones alimentarios familiares, su formación también está influenciada por el ambiente escolar y comunitario” (Monzón, 2013, p. 5).

Inicialmente, se ha identificado el papel de los agentes socializadores en el aprendizaje de los hábitos alimentarios; sin embargo, es importante especificar las dinámicas particulares que se desarrollan en los dos principales contextos de socialización: la familia y escuela.

Cabe mencionar que en la primera sección de este capítulo se realizó una descripción del papel de la familia y escuela en la formación de hábitos alimentarios; por lo que, a continuación se realizará una síntesis de los aspectos centrales que caracterizan el desarrollo de estos modos de pensar y actuar en diferentes contextos.

La familia es el primer contexto de socialización y es a partir de los hábitos alimentarios familiares que los niños desarrollan sus propios hábitos; ya sea en consonancia con los de sus padres o cuidadores o en oposición.

El entorno familiar determina la manera en que se desarrolla el proceso alimentario, es decir, que los padres y madres definen la frecuencia, tipo y cantidad de alimentos que se consumen; así como las normas bajo las cuales se desarrolla el acto alimentario (por ejemplo: comer todo, no comer golosinas antes de las comidas, entre otras). Para Meléndez (2008), “La ausencia de comidas en la casa y con la familia se asocia a un menor consumo de frutas y verduras, así como un mayor consumo de comida alta en grasa” (p. 68).

Por otra parte, la escuela y los grupos de pares representan el principal contexto de socialización secundaria, es donde los niños y niñas tienen contacto con otros individuos, conocimientos y prácticas aparte de sus familiares. Por ello, las niñas y niños adquieren cierta independencia en la escuela ya que están fuera del control o supervisión de sus padres; lo cual se refleja directamente en sus prácticas de consumo y hábitos alimentarios.

La influencia de la escuela en los hábitos alimentarios puede desarrollarse en diferentes dimensiones y aspectos, autores como Vásquez et al. (2005) y Méndez (2012), plantean los siguientes: a) mayor consumo de *comida chatarra*; b) menor consumo de comida sana y saludable; y c) alteración de sus horas de comida, ya que en ocasiones pueden o no desayunar.

Básicamente, estos aspectos indican que a partir de la interacción con otros actores y sus comportamientos alimentarios particulares, las niñas y niños pueden modificar sus hábitos alimentarios o bien fortalecer los que han aprendido en el hogar.

4.2.3.3 Preferencias alimentarias y prácticas de consumo

Otros de los elementos que conforman la cultura y comportamiento alimentario son las preferencias, aversiones y actitudes hacia los alimentos; estos tienen un carácter individual y social.

Según Campos & Reyes (2014), las preferencias alimentarias se definen como la selección de un alimento u otro; esta decisión puede estar influenciada por diversos factores biológicos, económicos, sociales, psicológicos, educativos, entre otros. Las preferencias y aversiones influyen la cantidad ingerida por las niñas y niños, ya que puede ser que desee consumir más o menos de un alimento.

De ahí que se enfatice en que las preferencias alimentarias se aprenden a través de la experiencia con la comida; por lo que, la selección de determinados alimentos y su mayor o menor consumo están influenciados por los siguientes aspectos: 1) la imitación, ya que las niñas y niños tratan de imitar los gustos alimentarios de su padre, profesor, etc.; 2) la moda, el mayor consumo de alimentos según determinados períodos; y 3) el paladar, puede “demostrar sus gustos, adquiriendo con su propio dinero alimentos que a él le gustan” (Monzón, 2013, p. 11).

Aunque las preferencias y actitudes estén influenciadas por decisiones individuales y estilos de vida, existe una visión que también considera el papel de la familia en la selección de los alimentos. Para Domínguez-Vásquez et al. (2008), “Los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el contexto familiar durante la etapa infantil en la que se incorporan la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias de la comunidad” (p. 4).

En la niñez, se pueden imitar algunas de las preferencias de familiares y amigos pero durante la adolescencia y demás etapas son los individuos quienes deciden continuar o modificar las preferencias aprendidas en la infancia.

Con base en lo anteriormente descrito, se puede identificar que una de las dimensiones específicas donde los hábitos, creencias y preferencias alimentarias influyen es en el consumo de determinados alimentos. Para Cano (2007), el consumo consiste en “la cantidad y calidad de alimentos que se ingieren y conjuntamente con la disponibilidad y utilización biológica de los alimentos, determinan el estado nutricional del individuo” (p. 13).

De ese modo, al igual que los anteriores conceptos, el consumo también está determinado por factores económicos, fisiológicos y socioculturales; como bien sintetizan Biasizzo, (2006) y Rodríguez (1992), existen diversos factores que influyen en el consumo de alimentos, algunos de estos son el entorno familiar, los medios de comunicación, los aspectos socioeconómicos, la cultura, entre otros.

Uno de los principales factores que influye en las prácticas de consumo es el económico, ya que el acceso, el tipo, la cantidad, la calidad y la frecuencia de ingesta están determinadas por el nivel de ingresos y poder adquisitivo. Al respecto Meléndez (2008), enfatiza en que:

Los precios y el ingreso familiar afectan la elección de alimentos, los hábitos para su consumo y la calidad de la dieta. En los niveles socioeconómicos bajos son el sabor y el costo los principales determinantes para elegir un alimento, contrario de lo que se observa en otros niveles económicos, en donde también se toman en cuenta otros aspectos como conveniencia, salud y variedad (p.68).

En ese sentido, la capacidad de compra puede constituirse en una limitante para los sectores desfavorecidos que enfrentan dificultades en el acceso económico a los alimentos.

Sin embargo, no solo estos factores estructurales determinan las prácticas de consumo existen elementos de índole individual como las preferencias y estilos de vida. Según Méndez (2012), entre los diversos factores que influyen en el consumo, destacan los siguientes: a) conducta

alimentaria; b) hábitos alimentarios; c) preferencias alimentarias; d) cultura; y e) publicidad y cambios de estilo de vida.

Por último, es de considerar que las prácticas de consumo también incluyen la forma de seleccionar, almacenar, preparar y distribuir los alimentos en la familia; por lo que no solo se refieren a qué alimentos se consumen/compran sino también su distribución dentro de la familia, las formas de preparación, entre otros.

4.2.4 Problemas alimentarios: obesidad, malnutrición, desnutrición

Los problemas alimentarios o enfermedades nutricionales se originan cuando la alimentación es incompleta o insuficiente, por lo que una dieta desequilibrada puede causar problemas de exceso o de déficit nutricional.

Una alimentación inadecuada puede deberse a múltiples razones como la escasez de alimentos, la falta de recursos económicos para comprarlos, el desconocimiento de mejores alternativas nutricionales y los malos hábitos alimentarios. Para Méndez (2012), la falta de consumo de las cantidades adecuadas de ciertos alimentos puede generar que el organismo no reciba las suficientes sustancias nutritivas.

Durante los primeros años de vida, la alimentación y nutrición adecuada son vitales para el crecimiento y el desarrollo de la niñez; por ello, la falta de sustancias nutritivas puede generar que se produzcan problemas nutricionales como la anemia y la desnutrición; en cambio, si se ingieren en exceso se producen alteraciones como la obesidad y sobrepeso

Por tanto, el riesgo de presentar problemas alimentarios o enfermedades nutricionales como la desnutrición está más presente en los niños y niñas menores de cinco años, mientras que la obesidad y malnutrición es más recurrente en la etapa escolar. Por eso, como señala Méndez (2012), es importante que los niños adquieran hábitos alimentarios adecuados durante su infancia con el fin de evitar y prevenir este tipo de enfermedades.

En concreto a la obesidad y sobrepeso, dentro de los factores que influyen, en que se padezca este tipo de enfermedad nutricional, están los malos hábitos alimentarios y la falta de actividad física. Por ejemplo, Bonzi & Bravo (2008); Godoy (2008) y Trejo et al. (2012), consideran que el consumo de comida chatarra, el abuso de golosinas, la ausencia de un desayuno completo, la sustitución de agua por refrescos y el consumo de alimentos de alta densidad energética son algunos de los hábitos alimentarios que están dando lugar al aumento de las tasas de obesidad infantil.

Estos malos hábitos alimentarios pueden estar originados por la presencia de prácticas erróneas en la familia, costumbres o creencias perjudiciales para la salud y por el desconocimiento o falta de educación alimentaria y nutricional.

En ese sentido, Burgos (2007), considera que “En cuanto a la influencia de los padres en la alimentación y el estado de nutrición de los niños se ha documentado la existencia de dos fenómenos: la similitud en la dieta entre padres e hijos y la agregación familiar de la obesidad” (p. 11). Ambos aspectos hacen referencia a la imitación y reproducción de hábitos alimentarios que existe entre padres e hijos; sin embargo, esta relación puede ser beneficiosa o dañina dependiendo de qué tipo de hábitos se estén reproduciendo.

Uno de los hábitos nocivos para la salud y el estado nutricional puede ser la omisión del desayuno, ya que “cuando no se desayuna en forma habitual se observa mayor consumo de alimentos de bajo valor nutricional entre comidas principales y patrones de ingesta irregulares” (Berta et al., 2015, p. 45).

La omisión del desayuno puede generar el consumo refrigerios con alto contenido en azúcares y/o grasa, principalmente en la escuela; lo cual incide en la presencia de obesidad o sobrepeso. El consumo de este tipo de alimentos está influenciado por la publicidad que los niños suelen ver en la televisión, así como por la imitación de sus compañeros o amigos.

Por otro lado, existe una visión que relaciona la presencia de obesidad y sobrepeso con el nivel socioeconómico, considerando que una mayor capacidad de compra puede generar un mayor

consumo de alimentos calóricos. Para Meléndez (2008), quienes viven en extrema pobreza, pueden no tener los recursos para convertirse en obesos, mientras que aquellos con un poco más de recursos, aunque todavía pobres tienen la posibilidad de mantener un equilibrio de energía positivo (sobrepeso y obesidad).

Asimismo, existen otros factores que influyen en que los niños consuman determinados alimentos en exceso, y que están más relacionados al control parental y aprendizaje guiado que las madres y padres deberían ejercer.

Por otra parte, en relación con las problemáticas alimentarias y enfermedades nutricionales por déficit se encuentran la malnutrición y desnutrición. Estas dos enfermedades también tienen múltiples causas y factores de influencia, según Monzón (2013), entre los principales se encuentran la falta de promoción de actividad física, el desempleo y la pobreza.

La desnutrición afecta especialmente a los niños menores de cinco años y escolares, y es generada a partir de una alimentación deficiente; la cual es generada fundamentalmente por la pobreza y exclusión social aunque también se considera el papel que tienen los malos hábitos alimentarios. Para la Secretaría de Educación de la República de Honduras (2010), en su *Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición*, la desnutrición es producto de la inseguridad alimentaria que afecta el estado de salud, el bienestar, el desarrollo y la productividad de individuos y de grandes grupos de población considerados como grupos vulnerables.

La desnutrición y malnutrición afectan el estado físico y mental de la niñez, en algunas ocasiones se considera que ésta puede afectar el desenvolvimiento escolar e inserción de los niños en la sociedad. Al respecto, Méndez (2012) plantea que una nutrición inadecuada puede tener serias consecuencias en el desenvolvimiento de la niña y el niño al generar una pérdida de concentración fácilmente y, por lo tanto, no aprende como es debido.

De igual manera, la malnutrición es generada a partir de una dieta pobre o deficiente, hay un déficit en los nutrientes necesarios, o bien un exceso de estos. Según Méndez (2012), el ambiente social en que se desenvuelve debe ser propicio para que tenga alimentos con la calidad

nutricional y cantidad que necesita, pero si existe un desbalance en la alimentación, por déficit o por exceso, se incrementa el riesgo a malnutrición.

4.3 Agentes externos que influyen en la alimentación de escolares

4.3.1. Situación socioeconómica

La situación socioeconómica puede ser definida de muchas formas dependiendo el énfasis que se le otorgue a cualquiera de los dos aspectos que la componen. En este caso específico se entenderá como la preparación académica y laboral de una persona, el acceso a ciertos bienes y servicios; tomando como parámetro de referencia sus ingresos, sean estos individuales o familiares.

Es decir, para determinar la situación socioeconómica de una persona o una familia, es menester no solamente conocer sus ingresos sino también el lugar donde vive y el nivel de consumo que tiene en relación a la canasta básica de la alimentación. Aunque cabe aclarar, que algunas familias que se ubican en la misma área, no necesariamente tiene por qué tener el mismo nivel de consumo y gasto; pues el ingreso no se puede generalizar por la ubicación geográfica en ciertas zonas.

“Entre los factores que influyen en el acceso a los alimentos están: el ingreso económico de las familias, la producción hogareña, el empleo y los precios de los alimentos” (Méndez, 2012, p. 8).

El empleo de los padres, dependerá de su preparación académica y escolar pues aquellos que no han logrado acceder a cierto grado de escolaridad, no pueden obtener empleos en donde el salario sea mayor al considerado mínimo por lo que algunas familias optan por la migración al exterior de la figura paterna, repercutiendo así que la madre sea quien tome la batuta económica en el hogar.

Para algunos autores, la incorporación de la madre al ámbito laboral para contribuir a los ingresos del hogar, ha perjudicado el tipo de alimentos que las y los niños consumen, pues por la

falta de tiempo, es más fácil comprar alimentos elaborados que incurrir en la preparación de los mismos. Por lo que han cambiado los hábitos alimentarios de las familias.

Dependiendo del aspecto económico y el acceso que se tenga a ciertos bienes y servicios, e incluso a ciertos lugares de compra o adquisición de productos, la situación socioeconómica puede clasificarse en varios niveles, siendo la taxonomía de uso más general la que identifica tres: alto, medio y bajo.

En términos alimentarios, el nivel socioeconómico alto se describe como aquel que no tiene ninguna limitación en cuanto a la compra de cualquier tipo de alimento, el nivel socioeconómico medio es aquel en el que, se ubica la mayoría de familias guatemaltecas, pues tienen acceso a por lo menos los alimentos que componen la canasta básica; y por último, el nivel socioeconómico bajo se caracteriza por poseer serias limitaciones en cuanto al acceso de alimentos y por tener una dieta poco variada derivada de esa misma situación.

La clasificación que se realiza, depende del nivel de ingreso, pues se considera un factor importante para la compra de los alimentos.

Los precios y el ingreso familiar afectan la elección de alimentos, los hábitos para su consumo y la calidad de la dieta. En los niveles socioeconómicos bajos son el sabor y el costo los principales determinantes para elegir un alimento, contrario de lo que se observa en otros niveles económicos, en donde también se toman en cuenta otros aspectos como conveniencia, salud y variedad (Meléndez, 2008, p.68).

Como se puede observar, si en una familia solamente trabaja un miembro, sea este el padre o la madre o si es una familia monoparental, y si su situación socioeconómica es catalogada como baja, el precio de los alimentos será un aspecto preponderante para evaluar su compra lo cual también dependerá del número de miembros que componen dicha familia, pues la distribución representará racionar aún más las porciones para que todos puedan alimentarse.

Se han realizado varios estudios en los que se comprueba que las familias con ingresos bajos, consumen alimentos que no tienen una buena calidad nutricional, afectándose así el estado

nutricional de sus miembros. El hogar pobre es aquel cuyo ingreso es inferior a dos veces el costo de la canasta básica de alimentos que satisface las necesidades energéticas y nutricionales de sus miembros. Si el ingreso no alcanza el costo de la canasta, el hogar es considerado de extrema pobreza o de indigencia; la familia sólo puede llegar a una adecuada alimentación cuando sus ingresos son de tres veces el costo de su alimentación. (Rodríguez, 1992 en Monzón, 2013, p. 14).

Los alimentos que no tienen una “buena calidad nutricional” son aquellos que no aportan los nutrientes necesarios para el pleno desarrollo físico y mental, en este caso, de las niñas y niños en edad escolar. Muchos de estos “alimentos” contienen grasas saturadas y altos niveles de azúcar por lo que su consumo, aminora el hambre, pero no aporta vitaminas al cuerpo; es decir, calman momentáneamente el deseo de comer, pero no nutren.

... los hábitos alimentarios y el nivel socioeconómico y cultural de las familias con el estado nutricional; en casos de precariedad, la poca disponibilidad o la baja calidad y cantidad de alimentos que se consumen compromete el crecimiento por deficiencia de calorías y nutrientes en la población escolar (Restrepo & Gallego, 2005, p. 128).

Los hábitos alimentarios, también son un factor influido por la situación socioeconómica de las familias, pues estos son inculcados y aprehendidos en el hogar lo que se reflejará en la preferencia o rechazo hacia ciertos alimentos. Generalmente, las niñas y niños consumen aquello que les es dado en casa lo que está vinculado con el “acceso” a los alimentos que puedan ser brindados por parte de los padres.

...es importante dar cuenta de la familia y del contexto socioeconómico y cultural que la rodea, con la finalidad de identificar cómo influye ella en el desarrollo de los diferentes comportamientos alimentarios que puedan beneficiar o afectar la salud de los escolares (Restrepo & Gallego, 2005, p. 132).

Se dice que la salud de los escolares puede resultar perjudicada por el tipo de alimentos que le son proporcionados en el hogar, sin embargo; la mala alimentación no solamente afecta su salud corporal sino también mental, es decir, su rendimiento escolar, pues una niña o niño mal alimentado, no se desempeña de la misma manera que uno que sí lo está.

En el caso de los niños cuyos padres – sólo la madre– tienen ingresos bajos o no tienen empleo, los patrones de consumo se ven alterados de forma negativa: las familias tienden a comer menos, con menos variedad y frecuencia alimentos proteicos, como la carne y los huevos, que son reemplazados por las carnes con alto contenido de grasa y menor calidad nutricional son sustituidos por carbohidratos, por ser más baratos, producir saciedad y aportar energía (Restrepo & Gallego, 2005, p. 134).

En relación a este aspecto, es menester mencionar que las niñas y niños en edad escolar deben alimentarse 5 veces al día distribuidas en 3 comidas fuertes y dos blandas (refacción) a lo que se agrega el factor variación en los alimentos; aunque como ya se mencionó, en las familias con una situación socioeconómica baja es muy difícil la dieta variada. “En el caso de las familias con baja disponibilidad de alimentos se encuentra que los escolares pueden consumir tres comidas en el día, pero con un consumo limitado de alimentos y preparaciones, así como también en calidad nutricional” (Restrepo & Gallego, 2005, p. 135).

Se considera que el nivel de escolaridad de los padres, estando vinculado a su situación socioeconómica, también ejerce fuerte influencia en el consumo de ciertos alimentos, pues los padres que no conocen los componentes como las vitaminas, carbohidratos y minerales que están contenidos en los alimentos, es más difícil que procuren tener una dieta balanceada y variada, aún con la limitante económica.

4.3.2 Comunidad educativa y tienda escolar

Se le denomina comunidad educativa al conjunto de personas que integran un centro educativo, entiéndase el Director, el claustro docente, el estudiantado y las personas que colaboran con el mantenimiento de las instalaciones del centro educativo.

En el tema alimentario la comunidad educativa, a la par de la familia, desempeña un rol importante; pues se le considera como el segundo ambiente en que el escolar se desenvuelve consolidando así el segundo espacio de socialización. Debe tomarse en cuenta que es en la Escuela, en donde el escolar pasa la mayor parte del tiempo, compartiendo con individuos similares a él y

con otros mayores a los cuales obedece respetando las jerarquías estipuladas, según el centro educativo al que asista.

Los miembros más reconocidos y destacados dentro de la comunidad educativa, son los directores, pues ellos representan la máxima autoridad en la Escuela, al estar a cargo de ella y velar no solamente por la calidad académica sino el bienestar de los niños en general; incluyendo en este aspecto, la alimentación que se les proporciona, durante su estadía en el centro escolar. “Por lo general dentro de la escuela, la directora es quien tiene la responsabilidad de asegurar que los alimentos sean saludables, nutritivos y estén disponibles en cantidad y calidad para todas y todos. (INCAP/OPS, 2004)” (Méndez, 2012, p. 27).

En la legislación guatemalteca existe un plan, que por mandato gubernamental debe ser cumplido; sin embargo, este no se cumple a cabalidad por distribución presupuestal, este plan contempla la repartición de refacción escolar a niñas y niños, sobre todo, otorgando prioridad a aquellas escuelas ubicadas en zonas consideradas empobrecidas o de escasos recursos. La idea es proporcionar a los niños nutrientes, a través de atoles, cereales, leche, etc., y completar de esta manera la alimentación de casa, aunque en la mayoría de los casos, esta refacción funcione como un sustituto del desayuno debido a que los niños asisten a las escuelas careciendo de ese primer tiempo de comida, considerado primordial para su desempeño.

Los directores deben estar pendiente de la calidad de la refacción escolar, calidad no solamente en cuanto a los nutrientes que aporta sino también en cuanto a la frescura de la misma, es decir, revisar su fecha de elaboración y caducidad. “La escuela ofrece una refacción que complementa la alimentación del niño o niña y que es preparada y servida en buenas condiciones de higiene ambiental” (INCAP/OPS, 2004)” (Méndez, 2012, p. 12).

Así como los directores, las y los maestros son los encargados de la repartición de la refacción escolar así como de impartir charlas sobre una dieta balanceada y la importancia del consumo de una alimentación sana y saludable. “Las y los maestros están en capacidad de desarrollar actividades educativas de alimentación y nutrición con los alumnos en la escuela y con

las familias y comunidad en la promoción de la seguridad alimentaria y nutricional (INCAP/OPS, 2004)” (Méndez, 2012, p. 12).

Al respecto, es importante mencionar que las y los maestros actúan conforme a sus posibilidades pues en la mayoría de casos, los padres de familia dependen de su situación socioeconómica para alimentar a sus hijas e hijos; por lo que los consejos de los maestros no es que no sean tomados en cuenta, sino que son acomodados de acuerdo a las capacidades adquisitivas de las familias.

Entre uno de los factores que influye en la selección de alimentos que hacen las y los niños al momento de estar en la escuela, son sus compañeros, pues bien se sabe que a esa edad, la influencia es recíproca en todos los aspectos y muy marcada en cuanto al tipo de comida que se consume, pues los compañeros pueden inducir al niño a la compra y consumo de ciertos alimentos, ya sea por invitación, por intercambio o al compartir.

... A esta edad el niño ocupa una parte importante de su tiempo en la escuela, compartiendo con otros niños y ha adquirido bastante independencia. Esta mayor independencia y la influencia de los medios de comunicación o de sus compañeros, con frecuencia les hacen tomar decisiones equivocadas respecto a los alimentos que deben comer (Secretaría de Educación de la República de Honduras, 2010, pp. 87 – 88).

Se considera como una decisión equivocada, por ejemplo, el que el escolar omita el desayuno como la primera comida del día y en su reemplazo prefiera comprar galguerías, aunado a ello, que no consuma la refacción proporcionada en la escuela, o incluso la que es enviada desde casa; y que elija “meriendas donde el tipo de alimentos preferidos son productos de poca o nula calidad nutricional” (Secretaría de Educación de la República de Honduras, 2010, pp. 87 – 88) tal como aquellos productos que son puestos a la venta en la tienda escolar.

A propósito de la tienda escolar, se considera que su función se ha tergiversado según lo estipulado en el Acuerdo Ministerial No. 1,088 como se detallará más adelante, pues la tienda escolar debería proporcionar alimentos con alta calidad nutricional y no vender solamente “bolsitas” de alimentos prefabricados que tiene alto contenido calórico y en grasas que no nutren;

aunque resulta que “Los alimentos ofrecidos en su mayoría son bien acogidos por la comunidad infantil por ofrecer dulces, productos empacados, gaseosas y comida rápida entre otros (Restrepo, 2007 en Monzón, 2013, p. 3).

Para entender la dinámica que se genera en torno a la tienda escolar, que también se considera un agente importante de socialización siendo parte de la comunidad educativa, es primordial conocer la definición técnica de esta y es: “un lugar donde el estudiante acude a comprar sus alimentos durante el recreo y además le permite relacionarse con los demás compañeros de estudio” (Godoy, noviembre 2005, p.1).

Como se describe en el párrafo anterior, la tienda escolar es un espacio en el que los escolares comparten su tiempo de comida, es decir, el recreo, y acceden a los alimentos que vende ahí, dependiendo de sus preferencias y los hábitos alimentarios que les han sido inculcados desde casa.

La tienda escolar, es un servicio educativo que se da a todo el alumnado en los centros educativos autorizado. Este lo usa bien por necesidad de escolarización o por el deseo de utilización de la comunidad educativa y promover buenos hábitos de alimentación, pero sin apartarse de los objetivos, plantificados (Godoy, noviembre 2005, p. 1).

Se supone que los alimentos ofrecidos en la tienda escolar deben contener alto grado nutricional, sin embargo; una de las contradicciones detectadas es que aun cuando los Directores promocionen una alimentación balanceada, los productos vendidos en la tienda escolar no son regulados y por ende, la mayoría de estos son dulces y golosinas; destacando también que es deber del Ministerio de Educación estar pendiente de lo que se ofrece en las tiendas escolares.

... lo ofrecido en comida carece de nutrientes para los educandos. Y el Ministerio de Salud olvida que es la institución responsable de supervisar inspeccionar la producción, consumo utilización biológica de los alimentos tendientes a lograr la seguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca (Godoy, noviembre 2005, pp. 1 -2).

En cuanto a las instalaciones de la tienda escolar, se puede decir que estas, en su mayoría, no son las más higiénicas y adecuadas; a pesar de que dentro de ellas, se manipulen y preparen alimentos; contrario a lo que dicta el Artículo 8 del Acuerdo Ministerial No. 1,088: “La Tienda Escolar ocupará un local dentro del edificio de la Escuela, que reunirá las siguientes condiciones: ser higiénico, amplio y adecuado, tener ventilación y seguridad y estar convenientemente arreglado” (Godoy, noviembre 2005, p. 11).

Respecto al horario de la tienda escolar, esta deberá permanecer abierta únicamente al momento del recreo.

Como se mencionó con antelación, se considera que se ha tergiversado la función principal de la tienda escolar que consiste en:

... un servicio educativo que complementa la labor del centro docente desarrollando hábitos y actitudes saludables en el alumnado en relación con la nutrición, lo que garantiza una dieta sana y equilibrada. La tienda escolar contribuye así a favorecer la salud de los escolares en la etapa de sus vidas de mayor crecimiento y necesidades tanto físicas como intelectuales y fomenta el compañerismo y las actitudes de respeto y tolerancia hacia alumnos y alumnas pertenecientes a colectivos con peculiaridades alimenticias propias (Godoy, noviembre 2005, p. 5).

Es primordial que el estudiantado conozca la forma en que se preparan los alimentos dentro de la tienda escolar para que esté consciente de lo que está comprando y consumiendo además de poder comparar el precio del producto con otros similares que venden afuera, pues se supone que el precio dentro de la institución educativa debe ser más favorable, es decir, estar al alcance del bolsillo de las y los escolares.

Para el funcionamiento de la tienda escolar, debe haber una persona encargada de su administración y atención.

Corresponde al responsable de la tienda escolar, expender alimentos de valor nutritivo e higiénicamente preparados, comercializar, en su caso, otros productos que se relacionen con la

actividad escolar, y ofertar los productos más baratos o a igual precio que los ofrecidos en el mercado común (Godoy, noviembre 2005, p. 6).

Como se observa, es responsabilidad del encargado de la tienda escolar, así como de toda la comunidad educativa, estar al pendiente del tipo de alimentos que se ofrecen a los escolares pues ellos se encuentran en una etapa de crecimiento y desarrollo. En la preparación y conservación de alimentos debe cumplirse con buenas prácticas de higiene para evitar enfermedades o intoxicación en el estudiantado además de ofrecer comida o menú variado y no solamente centrarse en lo comercial que más se vende como gaseosas, frituras, etc., sino en aquello que aporta energía y nutrientes al cuerpo.

Para finalizar se puede concluir que:

En los últimos años los escolares han variado las costumbres alimenticias respecto a la alimentación tradicional en función de sus hábitos, gustos personales y aportes nutricionales fuera de casa, lo que motiva que sea frecuente que salteen comidas, que tomen picoteos ricos en calorías entre comidas, pero con un bajo valor nutritivo o que la presión de compañeros les conduzca a la aparición de hábitos alimentarios irregulares por ser frecuentes las modas en la alimentación. (Monzón, 2013, p. 23)

4.3.3 Medios de comunicación

Se considera que los medios de comunicación se han constituido en “industrias culturales” capaces de influir significativamente en el comportamiento de los individuos de tal manera; que estos llegan a modificar su conducta y la forma de ser y estar en el mundo.

Es decir, estos medios tienen gran influencia y han ganado mucho terreno a raíz del auge y desenvolvimiento de lo que se conoce como “postmodernidad” de hecho; su enorme expansión y aceptación coinciden con esta era por lo que se les otorga el nombre de medios masivos de comunicación; pues llegan a un gran número de personas.

Los medios masivos de comunicación como la televisión, la radio y más contemporáneamente el internet, suelen tener grandes audiencias pues su alcance es enorme

gracias a la tecnología que les permite llegar a largas distancias. Aunque existe gran variedad de medios de comunicación, es importante aclarar que se hará mayor énfasis sobre todo en la televisión, pues esta ha ganado mayor aceptación que la radio e igual importancia que el internet, en el público infantil.

Un factor cultural ineludible de la vida moderna es la televisión (TV). El mirar TV constituye uno de los pasatiempos favoritos de los niños y el 85% de ellos inicia el hábito de telespectador antes de los 3 años de edad, lo cual resulta en un cambio de ritmo de vida activa por una vida sedentaria (3). UNICEF señala que la TV ha dejado de ser un artefacto tecnológico para convertirse en una persona o madre tecnológica (4) con la que el niño se relaciona (Kruger, & Whitacre, 2009, p. 25).

Ante la creciente explosión de los medios de comunicación, es competencia de este apartado; focalizar una de las temáticas que más sobresalen en ellos, y que es muy recurrente, y esa es la publicidad; cuyo propósito es captar la atención de la audiencia para promocionar diversos productos y persuadirla para que esta sienta la necesidad de adquirirlos. Es por ello, que se considera a los medios de comunicación como “creadores de necesidades”.

No obstante, es preciso aclarar que los individuos no son seres que carezcan de criticidad, sin embargo; al estudiar la influencia de la publicidad sobre el público infantil, es de especial cuidado conocer que las y los niños son seres más vulnerables debido a su edad, lo cual es aprovechado por los anunciantes televisivos; pues según el marketing que realizan; este público es un potencial comprador no solamente en ocasiones futuras; sino también en el presente, al solicitar a sus padres la compra de ciertos productos considerados predilectos. “De lo anterior se puede concluir que la publicidad a través de la televisión es un arma poderosa que posiciona fácilmente un producto en la mente de un niño” (Cáceres, Ibarra, & Pastenes, 2008, p. 17).

Se considera que las niñas y niños “Están muy influidos por la publicidad y tienden a copiar modelos, no solo en cuanto a la comida, sino también en lo que respecta a las formas de diversión y al tipo de imagen corporal deseable”. (Monzón, 2013, p. 24)

Al hacer referencia a la publicidad de ciertos productos, en los párrafos siguientes, se señalará la vinculación de la publicidad con la alimentación, pues gran diversidad de productos ofrecidos en el mercado son de índole comestible aunque no siempre saludable:

Cabe mencionar la influencia que ejercen los medios de comunicación, especialmente la televisión, sobre las preferencias alimentarias a partir de la edad preescolar. Los comerciales o propagandas que promueven la compra de golosinas, sodas, bebidas y otros alimentos de bajo valor nutritivo se transmiten comúnmente durante los programas infantiles. Muchas veces en los comerciales se da a entender que estos productos son nutritivos además de ser deliciosos, lo cual generalmente no es cierto, por lo que ese tipo de alimentos deben consumirse solamente en forma ocasional (Méndez, 2012, pp. 20-21).

Los anuncios publicitarios que promueven el consumo de ciertos alimentos, generalmente son muy llamativos, pues están dirigidos a un público infantil al momento en que se transmiten dentro de la programación proyectada para esta audiencia.

Ese tipo de publicidad trata de explotar la credulidad e ingenuidad en los niños, haciéndoles creer que un solo alimento les va a aportar la energía para “ser igual” al personaje de las caricaturas que tanto admiran, o llaman la atención del niño, colocando en los empaques de los productos calcomanías o premios que promueven la compra de los productos (Méndez, 2012, pp. 20-21).

Los anuncios dirigidos a niñas y niños son muy diferentes a otros que tienen como destino una audiencia distinta; pues generalmente en los primeros los anunciantes aprovechan colores o ciertos dibujos animados para captar la atención de los menores tal como se describe a continuación:

Los anuncios publicitarios dirigidos a menores, frecuentemente utilizan a niños como sus protagonistas principales, emplean la animación y/o personajes animados conocidos y queridos, ofrecen premios y promociones... presentan situaciones fantasiosas (ej.: yogures Yogurísimo y Danonino) para atraer la atención de estos potenciales consumidores (Kruger, & Whitacre, 2009, p. 30).

Es importante tomar en consideración que la publicidad televisiva tiene diferente grado de influencia en cada individuo, pues no es posible pretender generalizar que todo el público infantil recibe con la misma potencia el caudal informativo y gráfico proveniente de dichos anuncios.

Se considera que el grado de influencia dependerá del tiempo en que los niños estén expuestos frente al televisor pues “Los niños en edad escolar ven televisión durante un promedio de 23 horas semanales. La mitad de los anuncios comerciales en los programas para niños, implican publicidad de alimentos, los cuales por lo general son pobres en fibras y con alto contenido en azúcares, grasas y sodio. (Biasizzo, 2006)” (Monzón, 2013, p. 14).

Lo que se aconseja es enseñar a los niños el tipo de alimentos que los nutren y fomentar en ellos la capacidad crítica y analítica con el propósito de que no compren o consuman determinado alimento por haberlo visto en la televisión.

A la misma vez, las empresas comerciales no cesan de emitir publicidad engañosa introduciendo mensajes como “natural”, “la comida de la abuela”, “como hecho en casa”... Estas frases calan en las familias y en la población infantil. Así los escolares pueden repetir de memoria los anuncios televisivos, los cuales están perfectamente estudiados para llegar a los niños. (Index de Enfermería, 2008) (Monzón, 2013, p. 19).

Aunque cabe resaltar que un factor que puede agregarse como aliado de la compra de alimentos desechables, es el tiempo limitado de los padres, pues ellos muchas veces contribuyen al consumo de ese tipo de productos.

La alimentación infantil en las escuelas ha evolucionado a la misma vez que lo ha hecho la sociedad. Lo tradicional, lo natural e incluso nuestra propia dieta han sido sustituidos por la comida rápida y elaborada que soluciona las prisas que nos acompañan en nuestra vida diaria (Index de Enfermería, 2008)” (Monzón, 2013, p. 19).

Otro factor aliado de la publicidad son las mismas niñas y niños que al convivir en el contexto escolar, suelen tener influencia unos sobre otros no escapando de ello el aspecto alimentario, ya que pueden inducir a sus compañeros a consumir cierto alimento porque lo han visto en la televisión e incitan a probarlo.

Desde que la niña y el niño comienzan a asistir a la escuela, otras personas empiezan a influenciar las ideas que tienen sobre los alimentos: maestros, compañeros de clases, así como, medios masivos

como la televisión, la radio y el periódico, que son los principales. Se les debe enseñar a analizar lo que ven y oyen. Hay que enseñarles la importancia de una buena alimentación en el hogar y no depender sólo de lo que aprendan; también, necesitan tener conocimientos básicos sobre alimentación y nutrición (INCAP/OPS, 2004 en Méndez, 2012, p. 21).

Como ya se ha mencionado con antelación, la publicidad proyectada a las y los escolares, influye en sus gustos y preferencias así como en la formación e incluso modificación o posterior adquisición de nuevos hábitos alimentarios.

Para elegir bien los alimentos, es necesario conocerlos; sin embargo algunos estudios en grupos seleccionados revelaron una falta general de conocimiento nutricional. La publicidad, actúa cuando entra en juego la palatabilidad, la cual puede influir en los hábitos alimentarios. Por esta razón puede influir en el consumo de alimentos que se caracteriza, de manera general, por su contenido de calorías vacías y que, en la mayoría de los casos, van dirigidos a los sectores más jóvenes de la población, precisamente los que todavía están en el período de adquisición y aprendizaje, y por tanto los sectores más influenciables” (Monzón, 2013, p. 10).

Generalmente, la mayoría de anuncios publicitarios sobre alimentación transmitidos en la televisión, promocionan el consumo de productos con alto contenido calórico y energético pues son bebidas azucaradas y comida desechable empaquetada en bolsitas para su fácil consumo. “Así, la publicidad juega un rol negativo al ser un factor importante del crecimiento de la obesidad que ha tenido la población últimamente y que ha permitido que los niños y padres prefieran llevar una vida más “insana”... (Cáceres, Ibarra & Pastenes, 2008, p. 10).

La relación entre la publicidad y la obesidad es evidente, no solamente por el tipo de productos que se promocionan sino porque al pasar un tiempo considerable frente a la televisión, las y los niños se han acostumbrado a una vida más sedentaria lo cual puede ocasionar muchos problemas durante la edad adulta. “Por ello, es lógico suponer que la publicidad televisiva tiene una influencia importante en los desórdenes nutricionales infantiles” (Luján-Carpio et al., 2015, p. 362).

Estudios realizados en Estados Unidos, han arrojado que los comerciales preferidos de las niñas y niños son aquellos en los que se publicitan anuncios referidos a bebidas envasadas, frituras, galletas, dulces y chocolates, y en menor medida aquellos en los que el producto principal es un yogurt, que por obvias razones es más saludable.

Lo que destaca en los anuncios sobre alimentos, no solamente apela a la apariencia del producto en sí y a la marca del mismo, sino a su aroma y sabor; ambos aspectos muy llamativos e importantes para el público infantil. Todo ello explica por qué no hay más anuncios que promueven el consumo de frutas y verduras, pues estos, al no ser predilectos para el paladar de los escolares tampoco dejan mucha ganancia a las grandes cadenas comerciales.

En Latinoamérica, publicaciones preocupantes realizadas en México, Brasil y Colombia demostraron una elevada cantidad de publicidad de alimentos durante programas de televisión para niños (franja infantil, los cuales fueron más altos en energía, azúcar, sodio, grasa total y grasa saturada en comparación con los anunciados en programas para audiencia general (Luján-Carpio et al., 2015, p. 362).

Para concluir se puede decir que “Los resultados demuestran que la publicidad televisiva, independientemente de duración y frecuencia, tiene un fuerte impacto sobre la selección de alimentos por escolares” (Kruger, & Whitacre, 2009, p. 24).

5. Materiales y métodos

5.1. Ubicación geográfica

La investigación se realizó en tres escuelas públicas:

Escuela Oficial Urbana Mixta No. 455, Colonia El Paraíso II, zona 18.

Escuela Oficial Urbana Mixta No. 122 “República de Japón”, Colonia La Verbena, zona 7.

Escuela Oficial Urbana Mixta “El Mezquital I”, Colonia El Mezquital, zona 12.

5.2. Tipo de investigación

La investigación realizada fue de carácter descriptivo y comprensivo porque busca conocer, analizar y comprender la manera en que se comporta un fenómeno tomando en cuenta sus características esenciales o los elementos que lo componen; en este caso; el fenómeno de interés son los procesos de socialización en la vida escolar y situación nutricional, siendo las unidades de análisis: la familia (hábitos alimentarios, actitudes hacia los alimentos, la situación socioeconómica, la cultura y el tipo de familia); la vida escolar (tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol educativo de los maestros en la situación nutricional de los escolares) y los medios de comunicación (publicidad).

Esta investigación también es de tipo transversal, puesto que se realizó en un momento específico del tiempo que abarcó los meses de febrero a julio de 2016.

Para dar respuesta a las preguntas de investigación planteadas y por ende cumplir con los objetivos establecidos, se utilizó el método cualitativo que se caracteriza por permitir un mayor acercamiento con el sujeto-objeto de estudio, siendo el referente empírico las niñas y niños escolares, tomando en cuenta los procesos de socialización en los que están inmersos.

Con este tipo de método, se buscó captar el significado de algunas acciones para llegar a la comprensión de las mismas aplicando técnicas como el grupo focal, la observación, las entrevistas informales; entre otras.

5.3. Técnicas e instrumentos

- Revisión y recopilación bibliográfica del material disponible relacionado al tema de investigación para posteriormente sistematizar la información obtenida.
- Aplicación de la técnica de grupo focal. Esta técnica consiste en que el investigador convoca a un grupo de personas para que expresen sus opiniones en torno a un tema. En un grupo focal no se pretende llegar a un consenso ya que el objetivo es conocer las diversas opiniones de los individuos participantes. Al realizar un grupo focal, el investigador debe prestar atención, no solamente a lo expresado por los individuos, sino también a los gestos que éstos hacen al hablar así como a las reacciones, emociones, etc. ya que esta información es importante para su posterior interpretación.
- En esta investigación, se realizaron dos grupos focales por escuela. Un grupo focal integrado con madres o padres de familia por grado, es decir, que se contó con un representante por grado; y otro con maestras o maestros de grado. Es decir, se realizaron un total de seis grupos focales.
- Aplicación de la técnica de observación no participante, mediante una guía de observación. La técnica de observación consiste en “ver más allá” de lo que se presenta ante nuestros ojos ya que permite que el investigador se enfoque en los detalles. Se puede decir que es un proceso sistemático mediante el cual se busca interpretar y comprender lo que ocurre.
- La observación aplicada a este caso, se realizó durante las horas de recreo de los escolares con el objetivo de observar la comida, la forma en que los escolares comparten el momento de la refacción con sus compañeros, si hay o no algún tipo de intercambio de comida, la elección de alimentos que estos hacen cuando compran en la tienda escolar, entre otros aspectos que puedan observarse. Como complemento de esa observación se consideró pertinente realizar entrevistas, es decir, diálogos no extensos ni estructurados en los que no se sigue un esquema previo sino que el contenido, el orden y la formulación de las

preguntas dependen del entrevistador. Dicha entrevistas se realizaron a niñas y niños al momento del recreo así como a las personas encargadas de la tienda escolar.

5.4. Muestreo

Para esta investigación, el universo estuvo constituido por niñas y niños escolares entre 7 y 14 años de edad, que estaban cursando los grados de primero a sexto primaria, en tres escuelas públicas ubicadas en las zonas 18, 12 y 7 de la ciudad de Guatemala. En cuanto a los criterios de selección, se tomó en consideración el muestreo intencional, siendo el referente empírico las niñas y niños que asisten a esas escuelas, y el muestreo por conveniencia, pues se consideró interesante tener un acercamiento a la situación socioeconómica en la que se encuentran las familias de esas niñas y niños así como la de los ambientes en los que estos socializan, como la escuela, ya que son condicionantes al momento de elegir y consumir alimentos durante el recreo. Tomando en cuenta que las escuelas públicas padecen precariedades en su infraestructura y en cuanto al acceso a ciertos servicios públicos como el agua.

5.5. Operacionalización de las variables o unidades de análisis

Tabla 2

Operacionalización de variables o unidades de análisis

Objetivo	Unidad de análisis	Técnica	Instrumento	Forma de análisis
Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños.	Procesos de socialización	- Observación no participante - Grupos focales - Entrevistas informales	- Guía de observación - Guía de grupos focales	Se identificó la forma en que se relacionan las niñas y niños con los actores sociales de su entorno familiar.
	Vida escolar	- Observación no participante - Grupos focales - Entrevistas informales	- Guía de observación- Guía de grupos focales	Se observó y analizó el comportamiento de los escolares durante el recreo, dinámica de clase de los maestros e interacción de las niñas y niños con personas a cargo de la tienda escolar.

	Situación nutricional	- Observación no participante - Entrevistas informales - Grupos focales	- Guía de observación - Guía de grupos focales	Se describieron los aspectos sociales, económicos y culturales que influyen en la elección y consumo de alimentos en la vida escolar.
Describir y analizar los hábitos alimentarios, las actitudes hacia los alimentos, de los escolares y su familia.	Hábitos alimentarios	Grupos focales	Guía de grupos focales	Se analizó la serie de conductas que las familias de los escolares tienden a realizar al momento de alimentarse.
	Actitud hacia los alimentos	- Observación no participante - Entrevistas informales - Grupos focales	- Guía de observación - Guía de grupos focales	Se describieron la preferencia o rechazo por los alimentos de parte de los escolares y sus familias.
Describir y analizar la situación socioeconómica, la cultura y el tipo de familia de los escolares.	Situación socioeconómica	Grupos focales	Guía de grupos focales	Se describió la zona o lugar en donde se habita, el poder adquisitivo que se tiene y el acceso a cierto tipo de alimentos, productos y lugares de recreación.
	Cultura	Grupos focales	Guía de grupos focales	Se identificaron las prácticas, creencias y costumbres, en este

				caso específico, propias de cada familia.
	Tipo de familia	Grupos focales	Guía de grupos focales	Se analizó el tipo de familia (nuclear, monoparental, homoparental, extensa, ensamblada).
Determinar la influencia de la tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol educativo de los maestros en la situación nutricional de los escolares	Tienda escolar	- Observación no participante - Entrevistas informales	Guía de observación	Se observó el lugar al que los escolares acuden a comprar alimentos, golosinas o bebidas.
	Interacción social entre niños	- Observación no participante - Entrevistas informales	Guía de observación	Se observó la forma en que los escolares comparten el momento de la refacción, si hay o no algún tipo de intercambio de comida, la elección de alimentos que éstos hacen cuando compran en la tienda escolar.
	Rol educativo de maestros	Grupos focales	Guía de grupos focales	Se analizó el papel que juegan los maestros de cada centro educativo, influenciando a los

				alumnos sobre el consumo de alimentos saludables.
Identificar la influencia de la publicidad difundida por los medios de comunicación en la situación nutricional de escolares.	Publicidad	- Observación no participante - Entrevistas informales con niños y niñas - Grupos focales con maestros y familia	- Guía de observación - Guía de grupos focales	Se identificó la influencia de la televisión, radio y redes sociales sobre la elección y consumo de alimentos por parte de los escolares.

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6. Resultados

6.1. Principales resultados

6.1.1. Reseña de las Escuelas estudiadas

6.1.1.1. Escuela Oficial Urbana Mixta No. 455, Colonia El Paraíso II, zona 18

La zona 18 es un área que se define dentro del imaginario social guatemalteco como “altamente peligrosa” o comúnmente conocida como “zona roja” debido a los hechos de violencia y delincuencia que se generan en ella como asaltos a mano armada, balaceras, incautaciones de droga, detención de menores por su participación en actos delictivos, formación y accionar de pandillas juveniles también conocidas como “maras”, entre otros.

La zona 18 es la más grande de las 22 en que fue dividida la Ciudad Capital en 1971. Tiene una extensión de 40 kilómetros cuadrados y representa el 17 por ciento de todo el municipio. El cinturón del crimen En 2011, según cifras de la Policía Nacional Civil (PNC), 151 personas murieron de manera violenta en la zona 18 y 171 resultaron heridas en hechos criminales. El 41 por ciento de casos ocurrieron en las colonias Atlántida, Limón, San Rafael II y El Paraíso; está conformada por muchos asentamientos, colonias, condominios y casas sobre calles y avenidas. Posee muchos callejones con salidas a varios asentamientos de forma que existen muchos escondites para delincuentes (Prada & Zavala, 2014, p. 68).

En la zona 18 se ubican varias colonias entre las que se pueden mencionar se encuentran: Pinares del Norte, La Alameda, el asentamiento El Cerrito y las Colonias El Paraíso I y II.

La Colonia El Paraíso II, por el lugar en donde se encuentra ubicada, es considerada un espacio inseguro pues en ella se han reportado varios hechos violentos, lo cual se refleja en las noticias que son difundidas por los medios de comunicación, por citar solamente algunos ejemplos del año 2016, se pueden mencionar los siguientes:

“Ataque armado a bus en el Paraíso II, zona 18, deja a dos personas heridas” publicada en Prensa Libre el viernes 11 de marzo.

“Ataque armado en colonia El Paraíso 2, zona 18, deja dos hombres con heridas de arma de fuego” publicada en Prensa Libre el viernes de 11 de marzo.

“Cuatro detenidos por ataque armado en colonia Paraíso 2, zona 18”, publicada en Prensa Libre el martes 5 de abril.

“Tres menores remitidos en colonia Paraíso II, zona 18. Se les incautó armas de fuego y droga” publicada en Prensa Libre el viernes 8 de abril.

Como se puede observar, es una colonia con altos índices delincuenciales lo cual llevó a que en ella, se prestara el servicio de Transurbano que supondría un transporte más seguro para los vecinos del lugar, sin embargo, las rutas 260 y 261 de Transurbano que son las que llegan a la Colonia también ha sido víctimas de ataque tal y como se refleja en la primera noticia. Cabe destacar que dicho transporte fue implementado durante el gobierno del expresidente Álvaro Colom.

En cuanto a presencia policial en el área, corresponde a la Comisaría 12 de la Policía Nacional Civil el encargo de llevar a cabo acciones y operativos en la zonas 2, 6, 17 y 18 de la ciudad de Guatemala. Además del requerimiento de fuerzas combinadas (militares y policías) para resguardar la seguridad de los vecinos.

En la colonia El Paraíso II se ubica la Escuela Oficial Urbana Mixta (EOUM) No. 455 con dirección: 9 calle 26 -60 colonia El Paraíso II, sector 3. Esta escuela atiende a estudiantes de preprimaria y primaria por la mañana y por la tarde abre sus puertas a estudiantes de secundaria, ya que funciona como Instituto el cual es conocido por los vecinos del lugar como el “cucarachero”.

La Escuela se encuentra situada en una esquina, tiene dimensiones muy grandes y su aspecto exterior está muy cuidado, el color de la pintura de sus muros es verde y ambos portones de entrada son color negro. Frente a ella hay una parada de Transurbano de la ruta 260 y 261 como ya se había mencionado con anterioridad.

Al ingreso de la Escuela se observa, en el lateral izquierdo, una cancha de básquetbol y cuenta con patios bastante grandes para la recreación de los estudiantes. Del lado derecho, se encuentran los sanitarios de los niños, los cuales se ven muy deteriorados y generalmente expelen mal olor. Los sanitarios de las niñas están cerca del de los docentes; generalmente no cuentan con suficiente agua para lavarse las manos.

La Escuela está construida con paredes de block y techo de lámina, su interior al igual que su exterior es color verde. Por cada aula hay suficientes escritorios, sin embargo, la mayoría de ellos no se encuentran en buen estado. Cerca del sanitario de los niños, se ubica una pequeña bodega en donde se guarda el material de limpieza como escoba, trapeador, desinfectante, cubetas, entre otros.

No hay agua clorada o purificada para el consumo humano, por lo que si los niños y niñas quieren beberla, o ellos las llevan de sus casas o la compran en la tienda escolar.

El horario de entrada a clases es a las 7:00 am y la salida a las 12:00 pm, cabe mencionar que existen días específicos asignados para que los estudiantes de 5to a 6to primaria asistan a natación, pues las instalaciones de la escuela no permiten llevar a cabo esta actividad, ya que no cuenta con piscina propia para realizarla.

La Escuela atiende un promedio de 725 estudiantes (350 niños y 375 niñas). De primero a tercero primaria hay tres secciones por grado y cada uno cuenta con 30 o 40 estudiantes aproximadamente, de cuarto a sexto primaria hay solamente dos secciones por grado teniendo un total de 40 a 55 estudiantes aproximadamente. Es importante mencionar que hay 20 niños en sobre edad pues hay niñas y niños entre 15 y 16 años en sexto primaria y un niño de 17 años en quinto primaria por mencionar algunos ejemplos.

En relación al tema de la nutrición y alimentación, según el Sistema de Información Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SIINSAN) de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Presidencia de la República (SESAN), la EOUM No. 455 presentó en el año 2088 un porcentaje de 21.4 % de niñas y niños con desnutrición crónica y en el año 2015,

ese porcentaje aumentó al 22.7%. Lo que arrojan estos datos que las niñas y niños que asisten a la escuela siguen en deterioro de su salud al presentar problemas nutricionales que van en aumento.

6.1.1.2. Escuela Oficial Urbana Mixta No. 122 “República de Japón”, Colonia La Verbena, zona 7

La Verbena se encuentra en la zona 7 de la ciudad capital, y colinda con las colonias Castillo Lara, Quinta Samayoa y la 6 de Octubre de la misma zona.

Esta colonia empezó a poblarse en el período de 1945-1951, cuando se permitió que personas de escasos recursos pudieran construir sus viviendas en algunos lugares cercanos a la finca del mismo nombre; donde entonces se encontraba el Cementerio La Verbena (fundado en el año 1939), las instalaciones del Ministerio de Comunicaciones y Obras Públicas, el Hospital Antituberculoso y el Hospital Psiquiátrico.

Durante el período de 1960-1980, la colonia recibió un gran número de familias y personas que eran desalojadas de otros lugares de la ciudad y trasladadas a ésta. Sin embargo, la colonia no se escapó de sufrir invasiones, muchas personas fueron desalojadas a por invadir espacios como el campo de fútbol.

Según Alvarado (1997), la colonia fue llamada así probablemente debido a la proliferación de verbena y pericón, plantas medicinales que cubrían los terrenos de la finca y que eran comercializadas en esa época.

La Verbena se encuentra prácticamente rodeada de barrancos, aunque en el lado sur se ubica su único ingreso y punto de comunicación con el resto de la ciudad. Según Alvarado (1997), la colonia está compuesta por 16 sectores, entre ellos la Joya 1, Joya 2, Joya 2 Anexo, Joya 3, Joya 4, Joya 5, La Ranchería, La Cochera, San Diego, La Chatarra, La Palangana, Central, El Plan, Ramiro de León Carpio, y unas con menores dimensiones como la 23 y 24 de Diciembre.

Una de las principales problemáticas que afecta a la colonia La Verbena ha sido la delincuencia y peligrosidad; según información de la PNC, en la zona 7, las colonias La Verbena, Landívar, Quinta Samayoa, Kaminal Juyú I, Tikal I, Anillo Periférico, El Rodeo, Calzada San Juan, 15 avenida y 13 calle de la Calzada Roosevelt, se ubican como lugares con alta incidencia criminal (Castañón, 2011).

En el transcurso del año 2016, se presentaron algunos hechos que evidencian esto, en particular, como se menciona en la nota de prensa *Dos muertos y cuatro heridos en tres ataques armados*, de Prensa Libre con fecha del 1 de febrero del mismo año; se presentó una balacera en la 10 avenida y 12 calle de la colonia La Verbena, esto dejó un hombre muerto y otros tres heridos.

Igualmente, en la nota de prensa *Mueren baleados tres hombres en La Verbena*, de Prensa Libre con fecha del 20 de junio de 2016, se indica que tres hombres fallecieron por una balacera ocurrida en la 6ª avenida y 14 calle, de la colonia mencionada.

En esta colonia, también se han realizado operativos de la PNC para identificar a miembros de estructuras criminales dedicadas a extorsiones, asaltos y robo de motocicletas. Debido a estos hechos, La Verbena es considerada un área marginal donde las niñas y niños enfrentan riesgos producto de la delincuencia y criminalidad, así como de otras problemáticas sociales como la falta de acceso a agua potable, a servicios de salud, entre otros.

En la colonia La Verbena, se ubica EOUM No. 122 “República de Japón”, específicamente en la 2ª avenida y 4ª calle de la zona 7. Ésta fue fundada en el año 1971 por el profesor Alberto García, al inicio funcionaba en unas galeras pero el comité de familia y vecinos realizaron las gestiones para construir el edificio donde se ubica actualmente, el cual fue inaugurado en el año 1974.

En la actualidad, las paredes están construidas de cemento y los techos de lámina; la escuela cuenta con una cancha deportiva en medio de los cuatro bloques principales, donde se encuentran la mayoría de clases, además existen dos bloques más donde están el resto de clases y los baños.

La escuela también tiene un pequeño espacio que sirve de bodega para el equipo de higiene y un espacio donde hay varios lavamanos, que son utilizados por las niñas y niños para lavarse las manos antes de ingerir sus alimentos o después de ir al baño.

En las clases, existen filtros de agua y todos salones cuentan con escritorios suficientes para el número de niñas y niños inscritos, estos están pintados y en estado regular.

La escuela funciona en la jornada matutina y su horario de estudio es de 7:00 a.m. a 12:00 p.m.; y atiende un promedio de 386 estudiantes (198 niños y 188 niñas), además cuenta con 14 docentes que cubren los niveles de preprimaria y primaria, cada grado consta de dos secciones y tiene un profesor(a) asignado para cada uno de estos.

En específico al tema de la nutrición y alimentación, según el SIINSAN de la SESAN, la escuela “República de Japón” tuvo en el año de 2008, un porcentaje de 7.4 por ciento de niños y niñas con desnutrición crónica y en el año 2015, este porcentaje subió al 16.4 por ciento; es importante mencionar que la muestra de alumnas/os analizados no fue la misma en los distintos años. Sin embargo, estos datos permiten identificar la presencia de enfermedades nutricionales en las niñas y niños que asisten a esta escuela.

6.1.1.3. Escuela Oficial Urbana Mixta “El Mezquital I”, Colonia El Mezquital, zona 12

El Mezquital pretendía ser un modelo de conjuntos habitacionales para los damnificados del terremoto ocurrido el 4 de febrero de 1976. A raíz de este percance, el Comité de Reconstrucción Nacional, el Banco Nacional de la Vivienda y el gobierno empezaron el proceso de construcción de esta colonia, destinada inicialmente a 4000 familias con un promedio de 20,000 habitantes.

Al respecto Baires (2013), menciona que fueron alrededor de ochocientas familias las que se trasladaron a este lugar, durante el primer trimestre de 1982. Según Esquivel (1996), esta

colonia deriva su nombre del mexquite, que es una planta que crecía en los alrededores y que le dio nombre a la finca donde después se asentaría dicha colonia.

En años posteriores a su fundación, el Mezquital sufrió varias invasiones pero una de las más masivas y que logró asentarse sin que los desalojaran, se realizó en el año de 1984, cuando un promedio de 1,5500 familias invadieron las zonas verdes de la colonia y dieron origen al primer asentamiento de la zona: El Éxodo.

Baires (2013) menciona que al terminar 1984, el modelo de vivienda mínima había fracasado, ya que miles de casas estaban construidas de lámina, madera y cartón; esto se debe a que la mayoría de personas que ocuparon el Mezquital no tenían la posibilidad de alquilar o comprar una vivienda, por lo que tampoco tenían los recursos para construir casas de cemento.

En la actualidad, el Mezquital está rodeado por una serie de asentamientos que se formaron posteriormente como La Esperanza, Tres Banderas, Monte de los Olivos, El Esfuerzo, El Búcaro y Las Margaritas.

En esta comunidad también están presentes una serie de problemas sociales como la delincuencia, violencia, drogadicción, entre otras. Como señala Baires (2013), a finales de los años ochenta, la colonia y sus asentamientos se habían ganado un espacio casi permanente en las páginas de crónica roja por los heridos de sus enfrentamientos o los asaltos a buses del transporte público de la zona.

Con los años, las maras se consolidaron en El Mezquital y se incorporaron al ambiente social de la comunidad, como indica Baires (2013), los mareros llegaron con cada una de las oleadas de habitantes que inundaron esta colonia desde su creación.

Actualmente, la delincuencia y violencia continúa siendo parte constituyente de esta colonia, solo en el año 2016, ocurrieron diversos hechos que evidencian esto; por ejemplo, en la nota de prensa titulada *Noche de terror en Villa Nueva deja dos muertos y dos heridos*, de fecha 2

de febrero de 2016, de Prensa Libre, se menciona que una balacera ocurrió en la 3ª avenida 3ª calle del Mezquital, las víctimas fueron trasladadas a un centro hospitalario.

Igualmente, en días posteriores, la noticia del 18 de febrero del mismo año, de Prensa Libre, titulada *Matan a joven en la zona 12 de Villa Nueva*, menciona que el cuerpo de un joven de 25 años fue descubierto en El Mezquital.

La delincuencia también ha afectado el transporte público que recorre esa zona, según López (2016), los pilotos de El Mezquital y El Búcaro realizaron una manifestación por los asesinatos que habían ocurrido semanas anteriores hacia conductores de esas rutas.

Estas dinámicas y problemáticas afectan el desarrollo individual y colectivo de las personas que residen en esta comunidad, por lo cual es importante considerar este ambiente específico que se genera a partir de los hechos anteriormente descritos.

En este contexto, se ubica la EOUM “El Mezquital I”, jornada matutina, situada en la 2ª avenida y 6ª calle, zona 12, colonia Mezquital I, del departamento de Villa Nueva. Según Esquivel (1996), ante el aumento de la población en 1982, durante el gobierno de Efraín Ríos Montt se fundaron las escuelas Mezquital I y Mezquital II.

La escuela atiende un promedio de 344 estudiantes y cuenta con 13 docentes, quienes están encargados de los niveles de preprimaria y primaria, de primero a sexto grado, cada uno de estos últimos consta de dos secciones. En la actualidad, las instalaciones de la escuela no se encuentran en las mejores condiciones, la pintura está deteriorada y los escritorios no están en buen estado.

Sin embargo, cuenta con espacios de recreación, algunas bancas de cemento, botes de basura y un desinfectante de manos, aunque no existe el suficiente equipo de limpieza. Cabe mencionar que en algunas partes de la escuela se puede observar basura en el piso ya que en ocasiones las niñas y niños no hacen uso de los botes de basura.

La escuela también cuenta con agua limpia que algunas veces es utilizada por las niñas y niños, por ejemplo, muchos no se lavan las manos antes de refaccionar.

Por otro lado, respecto a la situación nutricional de las niñas y niños, la escuela “Mezquital I” tuvo en el año de 2008, un porcentaje de 38.3 por ciento de niños y niñas con desnutrición crónica y en el año 2015, este porcentaje se redujo al 30 por ciento; es importante mencionar que la muestra de alumnas/os analizados no fue la misma en los dos años. Sin embargo, estos datos permiten identificar que existe un alto porcentaje de niñas y niños que presentan problemas nutricionales.

6.1.2. Caracterización del entorno familiar de las niñas y niños que asisten a las Escuelas relacionado a su situación nutricional

6.1.2.1. Situación socioeconómica

La situación socioeconómica de las familias de los escolares entrevistados, según lo descrito por los profesores, es de pobreza y extrema pobreza; porque no tienen los suficientes recursos económicos para garantizar a sus hijos una alimentación de calidad de acuerdo a lo requerido en la olla alimentaria. Situación que también se refleja en la falta del envío de refacción escolar, en la falta de uniforme completo, el mal estado del calzado y la ausencia de material escolar completo para trabajar.

Las condiciones precarias impactan en la vida de las niñas y niños no solamente en su ambiente familiar sino también en su entorno escolar pues su rendimiento escolar es bajo debido a la falta de consumo de alimentos adecuados, precisamente por la escasez en cuanto a recursos económicos.

Por ejemplo, en la Escuela de la colonia El Paraíso II, según las respuestas de los 24 escolares entrevistados, se refleja que en su mayoría los padres de estos tienen un trabajo formal pues dedican su tiempo laboral a actividades como: la mecánica, construcción, carpintería y el servicio de transporte público.

Entre los empleos de las madres se mencionaron: maestra, trabajadora de maquila, empleada doméstica, empleada en una industria de alimentos, vendedora de plástico y granizadas, empleada en una panadería y otras; siguen el rol tradicional adjudicado culturalmente por género y son amas de casa, aunque cabe mencionar que solamente en dos de los casos; las madres no trabajan fuera del hogar lo cual describe la situación socioeconómica de las familias en donde se requiere que ambos padres trabajen para el sustento del hogar, lo que implica una necesidad.

Según las respuestas obtenidas en los grupos focales realizados y la evidente realidad en la que viven y se desenvuelven estas familias, es menester mencionar que el nivel de escolaridad se relaciona con el tipo de empleo que se tiene, por ejemplo; en la mayoría de los casos tanto de madres como de padres, es notorio el bajo nivel de escolaridad pues o no estudiaron o cursaron solamente hasta la primaria inferior (entiéndase 1ro a 3ro primaria) o lograron alcanzar la primaria superior llegando hasta 6to primaria. Sin embargo; se encontró una contradicción que alude más a la desigualdad entre hombres y mujeres imperante en la sociedad; pues de dos de los casos analizados, en el primero la madre, Bachiller en Ciencias y Letras, trabaja en una maquila y en el segundo caso, el padre que es Perito Contado trabaja en una oficina.

Como se puede observar, el tener un empleo no garantiza solvencia económica pues en algunas ocasiones no se cuenta con el salario mínimo estipulado en Ley o la cantidad de hijos por familia, requiere más ingresos para ser distribuidos por igual de acuerdo a las necesidades de cada uno de sus miembros.

En cuanto al número de hijos por familia, los datos arrojaron que tienen entre 1 a 4 hijos, la mayoría estudiando en la Escuela, algunas parejas están casadas, otras solamente unidas y hay casos en donde las mujeres están divorciadas o son solteras.

La situación socioeconómica de estas familias también se refleja en otros aspectos tales como: el lugar en donde compran los alimentos, generalmente en el mercado; y el poco o escaso consumo de carne roja debido a su precio elevado. Aspectos que se profundizarán con mayor detenimiento más adelante.

En cuanto a los estudiantes de la Escuela ubicada en La Verbena, se observa que la situación socioeconómica no varía en relación a los estudiantes de El Paraíso, exceptuando un caso en el que un niño entrevistado expresó que su madre sí había realizado estudios en la universidad y que era “abogada”; cabe mencionar que este es el único caso en el que se menciona que uno de los progenitores accedieron a estudios superiores.

Las ocupaciones de los padres de los estudiantes entrevistados en la Verbena son las siguientes: mensajero, vendedor, mecánico, costurero, empleado en industria alimentaria o textil, bombero, conductor de un camión de Pepsi. En cuanto a los empleos de las madres, se mencionaron: enfermera, vendedora de productos o de comida y ama de casa. Respecto al número de hijos por familia este oscila entre 1 a 3, la mayoría estudiando en la escuela.

Un dato que es importante mencionar es que, según los escolares entrevistados, algunos no supieron responder hasta qué grado escolar estudiaron sus padres por lo que las respuestas obtenidas fueron que estos estudiaron hasta sexto primaria, básicos y en cinco casos se indicó que los padres llegaron a cursar el diversificado.

Una de las niñas entrevistadas mencionó que su papá estaba pensando en “*irse de migrante*” para Estados Unidos, porque el dinero no les alcanzaba para la comida.

Las y los maestros que participaron en el grupo focal coincidieron en que la situación socioeconómica de las familias es precaria, aunque aclararon que no es posible generalizar pues existen casos en que algunos estudiantes podrían estar en un colegio, pero que estudian en la escuela por la cercanía a su residencia.

Los docentes también destacaron que en algunos niños es evidente la pobreza pues “*se nota en su apariencia, en sus útiles* (pues no los tienen completos porque no los pueden comprar); incluso mencionaron que no les envían refacción debido a la falta de recursos económicos y que ellos son testigos de que hay niñas y niños que “*no almuerzan, no cenan y no desayunan*” y prácticamente la refacción que se les proporciona en la escuela constituye su único alimento del día.

En la Escuela de El Mezquital, según la información obtenida, se analizó que los escolares que asisten a ella tienen una situación socioeconómica más difícil que en las dos escuelas anteriores, pues los padres se emplean en la economía informal o tienen empleos en donde no consiguen obtener el salario mínimo.

Según los escolares entrevistados, los empleos de sus padres son: recogedor de basura, empleado en un taller mecánico, mesero, comerciante, ayudante de camión, guardaespaldas, policía privado. Y los de sus madres: empleadas domésticas, en economía informal vendiendo pulseras, amas de casa o no trabajan.

El número de hijos por familia difiere de lo encontrado en El Paraíso y El Mezquital pues en este caso, se identificó que las familias tienen de 1 a 9 hijos lo cual dificulta aún más la distribución de los ingresos de los padres para cubrir las necesidades de todos los hijos no solamente en cuanto a escolaridad sino sobre todo en alimentación.

En relación al grado de escolaridad alcanzado por los padres, algunos completaron la primaria y otros o no estudiaron o llegaron solamente a tercero primaria; y en casos contados estudiaron una carrera media como Bachillerato.

Los docentes que participaron en el grupo focal, hicieron evidente la información anterior, al mencionar que la mayoría de sus estudiantes se presenta a clases sin desayunar y que de las cinco comidas que deben hacerse al día, muchas niñas y niños “*si bien les va*” hacen solamente dos.

Sumado a ello, expresaron que la situación socioeconómica de las familias de los escolares es precaria y que puede decirse que viven en pobreza o en extrema pobreza.

En conclusión puede decirse que las familias de los escolares de las tres escuelas pueden caracterizarse como familias de escasos recursos, pues precisamente por la precariedad no se alimentan de forma adecuada y por ende no hay variedad en su dieta lo que conlleva la falta de

consumo de todos los nutrientes esenciales para un buen crecimiento y desarrollo físico y mental de estas niñas y niños.

La falta de recursos económicos se hace evidente en el nivel de escolaridad alcanzado por los padres y en el empleo en que estos laboran; además en el número de hijos que tienen, pues si no se ha recibido educación, no se puede llevar a cabo la planificación familiar. (Véase Tabla 3)

Tabla 3

Caracterización de la situación socioeconómica de las familias de los escolares

Situación socioeconómica de las familias	<ul style="list-style-type: none">• La mayoría de las familias son de escasos recursos.• El nivel de escolaridad de los padres en general es bajo pues solamente en uno de los casos, se alcanzó el nivel universitario.• El empleo de las madres y de los padres no responde a las necesidades familiares.• La situación socioeconómica precaria es evidente en la falta de útiles escolares, en el envío de refacción.• La situación socioeconómica es un factor que no solamente afecta el ambiente familiar de las niñas y niños sino también su rendimiento escolar.
---	---

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.2.2. Tipo de familia

Tomando en consideración que la socialización primaria inicia en la familia y que esta influye en el aprendizaje y la práctica de costumbres, en la formación de la propia personalidad y en la adquisición de patrones conductuales que luego serán manifiestos en el comportamiento adulto; el contexto familiar se torna también un factor determinante en el desarrollo de hábitos alimentarios, pues estos dependerán del nivel de escolaridad, del tipo de empleo, del poder adquisitivo, de las características culturales y sociales, de las costumbres generacionales, de la observancia en familia de ciertas pautas publicitarias difundidas por los medios de comunicación y del tipo de familia.

Entre los tipos de familia representados en el contexto de los escolares entrevistados están: familia nuclear, familia extensa y familia monoparental.

Se entiende por familia nuclear aquella integrada por ambos cónyuges e hijos. La familia extensa, conformada por la familia elemental más la línea de parientes consanguíneos y la familia monoparental integrada por el padre o la madre y los hijos e hijas.

El tipo de familia incide en el establecimiento de hábitos alimentarios, pues intrínsecamente conlleva aspectos como el número de miembros de la familia entre quienes se deben repartir los alimentos, los integrantes que son laboralmente activos y que aportan al ingreso familiar. Aquellos que por el contrario, son elementos pasivos que únicamente participan de los egresos económicos familiares.

La existencia de ambos padres, que a pesar de estar presentes, en la mayoría de los casos reciben una remuneración económica que no satisface las necesidades básicas como la alimentación, debido a la poca o nula preparación académica.

A esto se suma, los niños y las niñas de los padres trabajadores, que quedan al cuidado de sus hermanos o hermanas mayores, quienes se encargan de proporcionarles los alimentos que debido a su inexperiencia, carecen de aportes nutricionales.

La ausencia de uno de los cónyuges que hace aún más compleja la situación alimentaria, por los limitados ingresos económicos y por la poca supervisión de la alimentación de los infantes al quedarse solos mientras el padre o la madre labora.

La cantidad numerosa de hermanos (as) o de parientes que integran una familia extensa, disminuyen los recursos económicos y como consecuencia los alimentos de consumo diario, son seleccionados priorizando el bajo costo, soslayando los valores nutricionales de los mismos.

A este último apartado, corresponde un grupo de escolares de la comunidad “El Paraíso”, los cuales viven con tíos, abuelos, primos y sobrinos, entre los cuales se deben repartir los alimentos.

En la comunidad de La Verbena es un grupo minoritario el correspondiente a este tipo de familia y sólo conviven con padres y abuelos. En la comunidad de El Mezquital se presenta una situación similar a la anterior, pues la familia extensa es la minoría.

Los más afectados en esta situación son los niños y niñas en edad escolar, quienes consumen lo que se les proporciona, una dieta basada en productos poco saludables que repercuten en su desarrollo y crecimiento y por ende en su rendimiento académico.

Las familias monoparentales que según los registros representan casos escasos, se observan en las tres comunidades escolares entrevistadas El Paraíso, La Verbena y El Mezquital, de esta manera se pudo constatar que la madres solteras tienen aún más limitado el acceso a una dieta balanceada para sus hijos (as) pues el ingreso económico es reducido, ya que solamente la madre es proveedora y también debido a su bajo nivel educativo.

Las familias nucleares corresponden a la mayoría en las tres comunidades entrevistadas; en las cuales según lo relatado por los escolares, viven con ambos padres, en algunos casos de madre biológica y padrastro; sin embargo, en cuanto al acceso a una dieta balanceada se refiere, depende del nivel educativo de los padres, del empleo y del número de hermanos que conforman las familias.

En relación a la información obtenida en los grupos focales trabajados con los padres de familia y los docentes de la comunidad educativa de El Paraíso, se puede inferir que la mayoría están casados, algunos unidos y unos pocos representan al grupo de las madres solteras.

Algunos docentes entrevistados en la comunidad de La Verbena expresaron: *“Aquí hay de todo, desde niños que son muy pobres y otros, que tienen papás que trabajan y ven de qué manera les proveen a los chicos”*. Es evidente la deficiente situación alimentaria que enfrentan algunos

escolares diariamente, y sólo algunos que poseen padres que laboran, pueden satisfacer aunque con limitaciones las necesidades de los infantes.

Los padres de familia que participaron en los grupos focales de la comunidad El Mezquital refirieron estar casados, algunos de ellos solamente unidos y una mínima parte ser madres solteras, que por el tipo de trabajo que desempeñan el salario es insuficiente.

En conclusión, puede deducirse que las familias de las comunidades educativas entrevistadas, corresponden a tres tipos de familia; nuclear, extensa y monoparental. En la mayoría de los casos debido a la precaria situación económica, las características propias de cada tipo de familia como los numerosos miembros en el caso de la extensa, el ingreso reducido en la familia monoparental y el bajo nivel de escolaridad de los padres en la familias nucleares, más la numerosa cantidad de hermanos y hermanas, se convierten en limitantes para obtener una alimentación saludable y balanceada, el ideal en una etapa determinante como la infancia. (Véase Tabla 4)

Tabla 4

Caracterización del tipo de familia de los escolares

Tipo de familia	<ul style="list-style-type: none">• El tipo de familia dominante en las tres comunidades educativas es la familia nuclear.• La familia extensa está presente aunque en menor cantidad; sin embargo, es ampliamente numerosa, lo que limita el acceso a una alimentación de calidad.• La familia monoparental representa una mínima parte en las tres comunidades, pese a que la totalidad de madres solteras son laboralmente activas, sus ingresos son insuficientes.• La numerosa cantidad de hermanos y hermanas de los escolares también incide en el tipo de alimentación que estos reciben.• De los grupos focales trabajados con los padres de familia se infiere que en su mayoría están casados y tan sólo una pareja se encuentra unida.
------------------------	--

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.2.3. Cultura alimentaria: hábitos alimentarios en la familia

6.1.2.3.1. La familia y la alimentación

La familia es el primer espacio donde las niñas y niños aprenden normas, valores y prácticas relacionadas a la alimentación; ya que en esta etapa los infantes tienen contacto principalmente/únicamente con los miembros de su familia nuclear (padre, madre y hermanos/as). En ocasiones, este contacto se extiende a otros parientes como abuelos, tíos y primos.

Con relación a esto, las madres y padres entrevistados indicaron que viven con sus hijos/as y con sus papás, hermanos/as, sobrinos/as y primos/as; lo cual genera una convivencia entre varios miembros de la familia durante las comidas.

En ese sentido, el tipo de alimentación que tienen y reciben las niñas y niños en sus hogares depende de los conocimientos y prácticas familiares. Al respecto, se indagó la noción que tienen

las madres y padres entrevistados sobre alimentación y nutrición, y en general, ellas y ellos consideraron que es valiosa para el crecimiento de los infantes y la relacionan con el consumo de alimentos como frutas y verduras.

Por ejemplo, en la escuela ubicada en la colonia El Paraíso, las madres entrevistadas consideran que una buena alimentación contribuye a la prevención de enfermedades, desarrollo de defensas y a un buen crecimiento durante la etapa infantil; como indicó una de ellas: *“Es importante para su crecimiento (...), si no se alimentan bien no crecen y no rinden en la escuela tampoco”*.

De igual manera, las madres y padres entrevistados en la colonia La Verbena indicaron que la alimentación es fundamental en el desarrollo de las niñas y niños; sin embargo, identifican que los infantes no siempre se alimentan adecuadamente.

Por otro lado, una alimentación inadecuada suele relacionarse al consumo de alimentos no saludables (comida *chatarra*) o a la baja ingesta de alimentos nutritivos.

Pese a reconocer la importancia de tener una buena alimentación, la mayoría de madres y padres indicaron que no les hablan a sus hijos/as sobre lo que ésta significa; solo se remiten a darles consejos que representan más órdenes sobre no comer dulces, no comer ricitos, terminar la comida que se les sirve, entre otras. Solo algunos afirmaron que les hablan a sus hijos/as sobre la “utilidad” de cada uno de los alimentos.

En los alimentos considerados más nutritivos están las frutas, los cereales, las verduras, el frijol y los lácteos. Sin embargo, en algunas familias, el consumo e ingesta de estos depende de los recursos económicos que se tengan para comprarlos. En relación con esto, una de las madres expresó: *“con la economía que estamos no les puede dar a diario, pero uno les da lo que puede”*.

Por tanto, la cantidad, la calidad y la frecuencia de consumo de determinados alimentos dependen del poder adquisitivo de los padres y madres. Aunque algunas familias sepan que determinados alimentos son saludables o que deben comerse en determinadas porciones o

frecuencia, si carecen de los recursos económicos no podrán consumirlos y por ende, tener una dieta adecuada y variada.

La falta de una dieta variada se evidencia en las comidas recurrentes que las familias suelen consumir, entre éstas destacan aquellas preparadas con verduras y con pollo, pues existe mayor consumo de este último que de carnes rojas.

De ahí que, los alimentos menos consumidos (por su costo) sean la carne de res y cerdo, pero existen alimentos que por temporadas suben su precio, por lo que tienden a consumirse menos o en menores cantidades, por ejemplo, se mencionaron los tomates y los limones.

Según las madres entrevistadas, los ingresos bajos, los empleos inestables, el desempleo y la cantidad de miembros de una familia reducen el presupuesto familiar asignado a la alimentación; lo cual genera una dieta restringida y poco variada en las familias con escasos recursos.

De esa manera, existen ciertos alimentos que por su costo no pueden consumirse de manera recurrente o en las proporciones adecuadas por las familias con escasos recursos económicos. En relación con la compra de alimentos, una de las personas entrevistadas comentó: *“no se puede hacer nada más que comprar cuando uno puede (...), entonces uno no puede darle a los niños lo que ellos necesitan”*.

Con base en lo anteriormente mencionado, se identificaron diversos factores que influyen en el consumo de (determinados) alimentos y en la dieta alimenticia de las familias entrevistadas, los cuales están relacionados y suelen presentarse de manera conjunta (Véase Tabla 5).

Tabla 5

Factores que influyen en el consumo de alimentos y en la dieta alimenticia

Factores que influyen en el consumo de alimentos y en la dieta alimenticia	<ul style="list-style-type: none"> • Escasos recursos económicos / bajo poder adquisitivo. • Cantidad de dinero asignado a alimentación. • Número de personas que integran la familia. • Conocimiento sobre alimentación y nutrición. • Alto costo de alimentos como las carnes rojas. • La escalada de precios por temporadas (de cosecha).
---	--

Nota. Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, es de mencionar que existen casos de familias que afirmaron poder comprar y consumir todo tipo de alimentos pese a su costo.

Así, puede identificarse que los hábitos relacionados a una buena alimentación no siempre se ponen en práctica, ya que la presencia de una dieta poco variada y nutritiva, el consumo de *comida chatarra*, la falta de acceso económico y el no realizar un tiempo de comida son las principales dificultades que enfrentan las familias para alimentarse saludable y sanamente.

A continuación, se exploran más a detalle los hábitos alimentarios desde la perspectiva de los diferentes actores entrevistados (escolares, madres, padres, maestras y maestros entrevistados) en las tres escuelas visitadas.

6.1.2.3.2. Hábitos alimentarios en la familia

Respecto a los hábitos alimentarios se analizaron diversas dimensiones, siendo las principales: la selección y preparación de los alimentos, los hábitos de higiene en el hogar, la convivencia familiar en la ingesta, el consumo y frecuencia de consumo. Estos dos últimos se abordan en apartados específicos con el fin de identificar aspectos concretos encontrados en los resultados.

En el caso de la selección, se identificó que la mayoría de madres acostumbran comprar los alimentos en el mercado, son pocas las que adquieren en los supermercados o en ambos lugares. En este último caso, las personas suelen adquirir las frutas y verduras en el mercado, y las carnes, lácteos y granos básicos en los supermercados, principalmente por un tema de salubridad e higiene. La frecuencia de compra y visita al mercado/supermercado varía entre las familias, ya sea a diario o solo una vez a la semana.

En el tema de la preparación de los alimentos, es de mencionar que aunque la formación (inicial) de los hábitos alimentarios ocurre en la familia, esta responsabilidad es asumida fundamentalmente por la madre. Con relación a esto, las niñas y niños entrevistados indicaron que su mamá es la encargada de la preparación de los alimentos en el hogar, solo en algunos casos este rol es asumido por la abuela o hermana mayor. Mientras los padres raras ocasiones cocinan y si lo hacen es solo los fines de semana.

La relación madre-hijos/as también se pudo identificar en la convivencia familiar existente durante la ingesta de los alimentos, las niñas y niños expresaron que usualmente desayunan y almuerzan con su madre y hermanos/as; mientras que en la cena ya se incorpora el padre. En las familias donde hay otros miembros habitando en la casa, es usual que todos coman juntos durante el almuerzo y la cena.

Sin embargo, en las familias donde el padre y madre trabajan o la madre es la única fuente de recursos económicos (madre soltera), las niñas y niños comen solos o con la compañía de otros familiares. Por ejemplo, en la comunidad El Paraíso, algunos infantes comentaron que desayunan con sus abuelos/as, primos/as y hermanos/as, por lo que la familia extensa se convierte en un apoyo para las madres y padres en el cuidado de los escolares.

Por otro lado, en el tema de hábitos de higiene en el hogar, las madres y padres entrevistados expresaron practicar los siguientes:

- La persona encargada de la preparación de los alimentos se lava las manos antes y después de tocarlos.

- Se lavan *bien* los alimentos.
- Las frutas y verduras se lavan/desinfectan con cloro.
- La persona encargada de la preparación de los alimentos se recoge el pelo.
- Los utensilios y área de cocina están limpios.

Al respecto, se debe mencionar que la mayoría de las niñas y niños afirmaron que la persona encargada de preparar los alimentos, se lava las manos antes y después de tocarlos o manipularlos. Igualmente, los escolares aseguraron lavarse las manos antes y después de cada comida, principalmente por recomendación y obligación de sus madres o cuidadores.

Con relación a esto, las niñas y niños residentes en la colonia El Paraíso indicaron que la principal fuente de agua es el chorro o grifo; sin embargo, hay familias que la tienen que comprar a cisternas o a vecinos debido a la escasez de este líquido.

No obstante, otras familias prefieren comprar agua embotellada o de una purificadora (principalmente de la marca Salvavidas) para tomar y limpiar los alimentos, y solo utilizan el agua del grifo para lavar la ropa y otras cosas. Sin duda, el acceso a agua potable no está garantizado en estas colonias, que enfrentan serios problemas para tener este vital líquido

Consumo de alimentos

En el consumo de alimentos, la familia puede influir en la formación de los hábitos alimentarios mediante la regulación de cuánto comen los niños y en qué horarios. En las tres escuelas visitadas, la mayoría de las niñas y niños indicaron que solo realizan 3 tiempos de comida duras y una refacción (la que se realiza en la escuela) durante el día, aunque lo recomendable es que se realicen cinco. Algunos infantes indicaron que realizan 5 tiempos de comida, ya que además de la refacción escolar comen algo durante la tarde, principalmente ricitos o dulces.

En otros casos, hay niñas y niños que solo realizan dos tiempos de comida debido a que no desayunan o no cenan, por lo cual solo comen dos comidas duras y una refacción. Así, pese a que

el desayuno es la principal comida del día, hay escolares que no la realizan, y tienen que esperar hasta la refacción escolar o el recreo para comer algo o bien hasta el almuerzo.

En el caso de los escolares entrevistados en la comunidad de El Paraíso, dos infantes indicaron no desayunar porque se levantan tarde o bien no les da tiempo, por lo que esperan hasta la refacción para comer algo, pues sus mamás si les ponen refacción.

Mientras que en la comunidad El Mezquital fueron cinco infantes, y sus principales razones eran porque no les da tiempo, no tienen hambre, les hace mal o simplemente porque no quieren. Aunque fueron pocos hubo escolares que comentaron que un día a la semana acostumbran no desayunar. En el caso de la comunidad La Verbena, solo una niña comentó que no desayuna.

Respecto a este tema, existe la percepción (en los profesores) de que el tiempo, la responsabilidad y el interés que tienen las familias hacia la alimentación pueden limitar el número de tiempos de comida al que acceden las niñas y niños. Por eso, el *no desayunar* puede presentarse como un hábito alimentario en algunas familias, si bien eso no es lo más saludable o sano para los niños y niñas.

Al respecto, los profesores comentaron que esto incide en que los escolares quieran comer durante los períodos de clase o bien se queden dormidos por falta de energía. Una de las maestras describió este comportamiento de la siguiente manera: *“Esperan con ansiedad la hora de recreo. Eso sí, a cada rato preguntan ¿seño ya van a traer el atol? Porque ya no aguantan y tienen hambre”*.

Uno de los profesores de la comunidad La Verbena agregó que, *“si no se alimentan bien siempre van a estar cansados y siempre pensando en la comida, todo eso les afecta bastante”*. Además comentó que algunos infantes comen durante las clases por lo cual se distraen y no ponen atención a los contenidos. (Véase Tabla 6)

Tabla 6

Efectos del no desayunar

Principales efectos del no desayunar	<ul style="list-style-type: none">• Falta de energía.• Falta de concentración durante las clases.• Ansiedad a comer.• Espera del recreo o de la refacción.
---	---

Nota. Fuente: Elaboración propia.

En relación con las niñas y niños que desayunan, se pudo observar a partir de las respuestas, que entre los alimentos más consumidos destacan los huevos, los lácteos, los panes con jamón, jalea o salchicha, el frijol, los embutidos, el pan dulce y los cereales. Este último puede considerarse el más consumido por los escolares durante este tiempo de comida. Entre las bebidas, están el café, los atoles, la leche, los jugos procesados y en menor medida los jugos naturales.

Por otro lado, se realizó un recordatorio de 24 horas con el fin de identificar y contrastar el tipo de comidas que consumen las niñas y niños, entre lo más mencionado en las tres escuelas se encuentran: el pollo (en caldo, asado o frito), el frijol y los huevos.

En particular, algunas de las comidas mencionadas por los escolares residentes en la colonia El Paraíso fueron (aparte de las principales): las sopas, el arroz, el caldo de res, la carne asada, entre otros. En El Mezquital, también se señalaron: embutidos (pan con jamón), sopa instantáneas, pasta (coditos con mayonesa o fideos con salsa), vísceras (panza), carne de cerdo (chuleta) y lácteos (queso y crema). Mientras que en La Verbena fueron las siguientes: verduras hervidas, salchichas con papas, chaomin, carne adobada y otros.

Algunos de estas coinciden con las comidas más recurrentes como: los fideos, la carne de res (principalmente asada o en caldo), el pollo (en caldo, asado o frito), las sopas (de hierbas o de sobres), el frijol, el arroz, los huevos y los alimentos precocinados.

A partir de estos resultados, se puede considerar que existe una relación entre las comidas más consumidas y las más predilectas de las familias, ya que en estas últimas se volvieron a

mencionar alimentos como el frijol, los huevos, la carne de res y el pollo. Al respecto una de las madres entrevistadas de La Verbena expresó: “*preferimos comer frijol, huevos y fideos. Los niños solo comen lo que les llama la atención, son mañosos*”. Cabe mencionar que algunos escolares indicaron que los ricitos, galletas y golosinas son sus comidas predilectas.

Por otra parte, entre los alimentos que los infantes prefieren no consumir o no les gustan, se encuentran: las verduras y los atoles. En relación con esto, una de las madres entrevistadas comentó que a sus hijos no les gustan el brócoli, la zanahoria, el ejote y la coliflor, por eso evita hacer comidas preparadas con estos alimentos.

Las bebidas que suelen acompañar las comidas son el café, los jugos procesados y las aguas gaseosas, y en menor grado, agua pura y jugos naturales. Según una madre de El Mezquital, a sus hijos no les gusta el atol por eso toman más agua pura y café.

Con base en los anteriores aspectos, se puede identificar que en las preferencias y consumo existe una escasa presencia de frutas, hierbas y verduras, así como de otros granos (aparte del arroz y frijol) y derivados de la leche (yogur, queso, cremas y otros). En específico a las comidas, no se identificó el consumo de ensaladas, pastas y *recados*, mientras que existe una saturación entre las siguientes formas de cocinar los alimentos: hervidos, fritos y asados.

La perspectiva de las niñas y niños se puede contrastar con lo mencionado por las madres y padres entrevistados; por ejemplo, en la comunidad El Paraíso indicaron que dentro de las comidas más preparadas en casa se encuentran: el caldo de res, el caldo de pollo, las pastas, el pollo guisado, entre otros.

Algunas de estas comidas también fueron señaladas por las madres residentes en la comunidad La Verbena y El Mezquital, por ejemplo, el pollo guisado, el caldo de res y las pastas, pero se agregaron otras como las verduras hervidas, el frijol, la sopa de verduras y el arroz.

En ese sentido, la preferencia y consumo de estos alimentos y comidas depende del tipo y cantidad de alimentos disponibles en los hogares, por ello existen casos de familias que solo

pueden comer (con mayor frecuencia) cierto tipo de alimentos como el frijol y los huevos. Esto también depende del conocimiento sobre alimentación que tengan las madres y padres, lo cual es útil para diversificar las formas de preparación de los alimentos.

En la siguiente Tabla 7, se relacionan los tiempos y las comidas mencionadas por los diferentes entrevistados con el fin de evidenciar el tipo de alimentación que tienen las niñas y niños.

Tabla 7

Tiempos de comida

Desayuno	Huevos, lácteos, panes con jamón, jalea o salchicha, frijol, embutidos y cereales.
Almuerzo	Caldo de res, caldo de pollo, carne asada, pollo asado o guisado, pastas.
Cena	Se come lo mismo del desayuno, lo que quedo en la cena, o solo pan dulce con café.

Nota. Fuente: Elaboración propia.

Frecuencia de consumo

En relación con la frecuencia de consumo de alimentos, las madres expresaron que las frutas se comen a diario o por lo menos 2 veces a la semana, en cambio, las verduras solo se comen de 2 a 3 veces por la semana, mientras que las carnes, se comen de 2 a 1 una vez a la semana. Éstas últimas se acostumbran a consumir los fines de semana. Sin embargo, el consumo de carne varía entre las familias pues como se ha mencionado anteriormente depende de los recursos económicos y el agrado.

En palabras de una de las madres entrevistadas residente en la colonia El Paraíso: *“las frutas las comemos a diario, las verduras dos veces, la carne roja casi no porque primero está demasiado cara y segundo pues casi no les gusta a los niños tampoco”*.

En contraste, las madres de la colonia La Verbena expresaron que *“las frutas solo se comen de dos a tres veces a la semana”*, mientras que el consumo de verduras variaba de diario a tres veces a la semana y la carne de dos a tres veces.

Estas frecuencias de consumo coinciden con las mencionadas por las madres y padres residentes en El Mezquital; sin embargo ellos agregaron algunas “razones” sobre por qué estos alimentos se consumen con esa recurrencia. Respecto a las carnes indicaron que se comen poco por su costo y porque a los infantes no les agradan; también porque se perciben como alimentos poco saludables, a lo cual una de las madres expresó: *“la carne dos veces a la semana porque siento que no está bien, digo yo, comer todos los días carne”*.

En cuanto al consumo de comida procesada (*chatarra*), expresaron que las gaseosas se toman a diario, de 2 a 3 veces o bien solo fines de semana, las sopas instantáneas se comen cada 15 días o cuando hay emergencias y no hay tiempo para preparar otra comida, y en algunas ocasiones se comen en el desayuno.

La comida rápida (hamburguesas, pizzas y tacos) se come con menor frecuencia, de 1 a 2 veces al mes, mientras que el pollo rostizado o empanizado (principalmente Pollo Granjero) se come con más frecuencia, de 2 a 3 veces a la semana. Según las madres y padres, lo que más le encanta a las niñas y niños son las golosinas y los ricitos, pese a que se les prohíba, hay algunos que los comen a diario.

Igualmente, se les dijo a las niñas y niños que se les irían nombrando una lista de alimentos y ellos tenían que indicar si lo consumían en sus casas y con qué frecuencia. Así, se generalizaron las respuestas de los infantes y se contrastó la frecuencia de consumo recomendada con la presente en las escuelas estudiadas, la siguiente Tabla 8 sintetiza los resultados obtenidos.

Tabla 8

Frecuencia de consumo

Grupo de alimentos	Frecuencia de consumo recomendada*	Consumo en familias entrevistadas**	Frecuencia de consumo en escuelas visitadas**
Granos, cereales o papas	Todos los días	Si	Todos los días (cereales en el desayuno)
Verduras	Todos los días	Si	Varía de diario a 2 a 3 veces a la semana
Frutas	Todos los días	Si	Varía de diario a 2 a 3 veces a la semana
Leches	Por lo menos 2 veces por semana	Si	Diario (con los cereales en el desayuno)
Huevos	Por lo menos de 2 veces por semana	Si	Diario
Carnes	Por lo menos 1 vez por semana	Escaso	Una vez a la semana (fines de semana)
Agua pura	Todos los días	Escaso	Varía de 2 a 3 veces a la semana (son pocos los que es a diario)
Café	Nunca	Si	Varía de diario (en el desayuno o cena) a 2 a 3 veces a la semana Jugos: Diario (más en la escuela)
Jugos de caja / gaseosas	Nunca	Si	Aguas gaseosas: Varía de diario a 2 a 3 veces a la semana
Comida rápida	Nunca	Escaso	Varía entre solo fines de semana, cada 15 días o una vez al mes
Golosinas	Nunca	Si	Diario (más en la escuela)
Sopas de vaso	Nunca	Si	Varía entre 2 a 3 veces a la semana a nunca.

Nota. *Fuente: Monzón, R. N. (2013). *Relación de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico en escolares del municipio de Mixco con el estado nutricional* (Tesis de maestría). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia, Guatemala.

**Fuente: Elaboración propia.

6.1.2.3.3. Opinión de los profesores: ¿Qué comen los escolares en casa?

Los profesores de las escuelas visitadas señalaron distintos aspectos relacionados a la influencia de la familia en los escolares. Según las maestras y maestros, los hábitos alimentarios de los familiares intervienen considerablemente en la situación nutricional de los infantes, ya que una dieta alimenticia inadecuada afecta su desenvolvimiento escolar.

En ese sentido, consideran que la alimentación que reciben las niñas y niños en sus hogares es inadecuada o como expresaron *malísima*, y esto se debe básicamente al bajo poder adquisitivo, la falta de conocimiento sobre alimentación y el desinterés de los padres y madres de proporcionales una dieta saludable y variada.

Así, lo refirieron: *“nosotros captamos cuando la gente es haragana porque si ellos traen dinero es porque tienen dinero para hacer un buen almuerzo, o un buen desayuno o una buena cena; pero prefieren darles dinero porque la señora se levantó tarde y no pudo prepararles la comida”*.

En cuanto al poder adquisitivo, los profesores han identificado que las familias en donde el padre y madre trabajan, las niñas y niños acceden a más y mejores alimentos; pero en la mayoría de casos, los escolares no comen los tiempos de comida recomendables. Por ejemplo, uno de los maestros comentó: *“incluso se da los casos en donde no desayunan, no traen refacción y además no traen dinero entonces esperan con ansias la hora de refacción (el atol que da la escuela)”*.

De igual manera, otro de los profesores agregó que *“Hay niños que traen mucha comida, se lo comen todo. Pero hay niños que no traen nada”*, por lo que las diferencias en ingresos pueden evidenciarse a través de la alimentación.

6.1.3. Caracterización del entorno escolar relacionado a la situación nutricional de niñas y niños

6.1.3.1. Refacción

Por refacción escolar se comprende el conjunto de alimentos que se proporcionan en la escuela, o bien, que son enviados desde el hogar para el consumo de los escolares durante su estancia en el centro educativo. Estos alimentos deben satisfacer los mínimos estándares requeridos en cuanto a una dieta saludable se refiere. Una dieta correctamente equilibrada debe estar conformada por todos los grupos alimenticios; proteínas, carbohidratos, vitaminas, minerales y las grasas de forma moderada según lo contemplado en la “olla alimentaria”.

Así pues, es necesaria que la refacción escolar sea cuidadosamente seleccionada con el fin de brindar a los niños y a las niñas una auténtica, sana y equilibrada nutrición. Los infantes están en una etapa de desarrollo y crecimiento de sus facultades físicas y mentales por eso es decisivo el tipo de alimentación que obtengan. Siendo los adultos los responsables de proporcionar y supervisar la alimentación durante la infancia, debe tomarse consciencia y hacer por parte de padres y autoridades educativas, de la refacción escolar un acto reflexivo.

La dieta alimenticia es un tema al cual poca o ninguna importancia se le concede, principalmente en sociedades precarias como la nuestra. El contexto familiar en sus diferentes ámbitos; social, económico y cultural impacta el estilo de alimentación de una familia, creando patrones generacionales, muchas veces incorrectos, que son difíciles de romper.

Los niños y las niñas en edad escolar son más independientes y como consecuencia en el plano de la alimentación, desarrollan ciertos hábitos y preferencias que responden a su propio paladar o a la cultura alimentaria adquirida en el hogar, algunas veces también son influidas por sus pares e incluso por los programas televisivos y los anuncios publicitarios.

Con relación a este asunto radica la importancia de la refacción escolar enviada del hogar, que dentro de la investigación realizada, se le denominó refacción familiar, la ausencia de esta o

la carencia de alimentos dispuestos equilibradamente y altamente nutritivos y energéticos, es un claro reflejo del nivel de consciencia de los padres respecto a una adecuada alimentación para sus hijos e hijas; muchas veces debido a la falta de escolaridad y su situación de pobreza.

En las tres comunidades educativas entrevistadas; se hace tangible esta realidad. En la comunidad educativa de El Paraíso un significativo número de padres envían panes con diferentes ingredientes, siendo los más frecuentes, el frijol, el huevo, la mantequilla, el queso, la jalea y las salchichas. También les envían alimentos procesados de bajo costo y fácil adquisición, como las galletas y los jugos. Ocasionalmente disponen de enviar frutas como sandía, pero entre todos los entrevistados, solamente un escolar hizo mención de este tipo de refacción. Algunos escolares simplemente no llevan refacción debido a la situación de pobreza de sus hogares.

En La Verbena se pudo constatar que la refacción familiar consiste en su mayoría de panes con frijol, huevos, jalea, crema y miel. Además, de enviar alimentos procesados como las galletas, los jugos pasteurizados, golosinas, algunas veces gaseosas, agua pura y en escasas ocasiones refrescos naturales de frutas, yogurt o frutas accesibles por el bajo costo, según lo expresado por algunos padres. En muy pocos casos se observó que les dan dinero a los niños y niñas para comprar en la tienda escolar.

En el caso de la comunidad de El Mezquital la refacción familiar consiste nuevamente en panes con ingredientes como, frijol, huevo, crema en pocos casos se mencionó el jamón y la salchicha. Se expresó que algunas veces se les manda panes con carne. Los alimentos procesados como las galletas y los jugos son consumidos también en esta comunidad. Muy pocos escolares manifestaron que se les envía fruta o refrescos naturales.

Como se puede evidenciar en las tres comunidades escolares entrevistadas, la refacción familiar consta mayormente de panes con ingredientes accesibles al presupuesto familiar o de productos procesados de fácil obtención y precios bajos.

Las frutas, el yogurt, y los jugos naturales fueron alimentos escasamente mencionados, por lo cual la refacción familiar se planifica en función de lo que se puede adquirir y no de lo que se debe, según lo que corresponde a una sana nutrición.

Los escolares inmersos en la realidad de sus hogares y formados bajo patrones conductuales que responden a características culturales presentes en sus familias, respondieron al ser entrevistados sobre su actitud frente a la refacción enviada, que les agrada.

Durante el trabajo realizado en los grupos focales con los padres de familia de la comunidad de El Paraíso, se les cuestionó sobre si les da tiempo de enviar refacción a los infantes y expresaron en su mayoría que sí; sin embargo, una madre de familia expresó: *“No les preparo refacción porque no me da tiempo”*.

También afirmaron haber dado dinero ocasionalmente a sus hijos para que compren en la tienda escolar. Un padre de familia comentó: *“Cuando me da tiempo les doy dinero para que compren acá”*.

Algunos docentes durante su participación en el grupo focal de la comunidad educativa de La Verbena, manifestaron que algunos niños y niñas no llevan refacción escolar, un docente comentó: *“Hemos visto unos que traen refacción y otros no, esas son las posibilidades económicas que hay aquí en el sector”*.

En la comunidad educativa de El Mezquital en el grupo focal realizado se les preguntó a los padres si envían refacción escolar a sus hijos e hijas y estos al igual que en El Paraíso brindaron en su mayoría respuestas afirmativas.

La refacción escolar como se expuso antes, también se refiere a la proporcionada dentro de la comunidad educativa.

La comunidad educativa está conformada por todos los miembros que integran el centro educativo. Cada integrante de este conjunto, desempeña un rol específico que permite el correcto funcionamiento de todo este engranaje.

Guatemala, dentro de su legislación cuenta con un mandato gubernamental referente a la refacción escolar, este pretende complementar la alimentación recibida en casa con alimentos nutritivos como el atol y cereales, privilegiando a aquellas escuelas que se encuentran en áreas empobrecidas. Sin embargo, no se cumple a cabalidad en todas las zonas. En las tres escuelas entrevistadas se pudo constatar este incumplimiento, pues tan sólo en la comunidad de El Paraíso se les proporciona atol, mientras que en la comunidad de El Mezquital este es poco frecuente y en la comunidad de La Verbena respondieron que: “ *a veces reciben refacción escolar*”.

Es menester aclarar que en El Paraíso no se ha dejado de brindar refacción a los escolares porque cuentan con producto que les quedó del año pasado y si falta algo que comprar; lo ajustan con dinero proveniente del pago mensual que hace la encargada de la tienda escolar por el alquiler de la misma.

En El Paraíso todos los días los escolares reciben atol, pero una vez a la semana (generalmente el día miércoles) se les varía la refacción a las niñas y niños brindándoles: cereal con leche, además con fideos, panes con frijol, huevos duros con salsa o huevos revueltos y salchicha; con el objetivo de que exista diversidad en la comida.

En la comunidad de La Verbena, el director indicó que en este momento no les han podido dar a los escolares el atol que se acostumbra por falta de presupuesto; una situación similar se viven en El Mezquital ya que la directora expresó que “ *no hay dinero para comprar*”, pero cuando sí hay se les reparte frutas y variedad de cinco atoles como: *incaparina, arroz con leche, mosh, avena y aba*”.

El papel del Director es sumamente primordial en relación al tema de la nutrición, ya que es quien debe velar porque la refacción escolar sea nutritiva y además cumpla con la calidad que se espera, es decir, que no esté vencida. Además el rol de los docentes es sin duda crucial, debido

a que son los responsables de afianzar los buenos hábitos alimenticios o en su defecto proporcionar los conocimientos necesarios al respecto.

Como ya se indicó, en la alimentación existen preferencias que están sujetas a varios factores; con un trasfondo individual y social. Por eso, se les preguntó a los niños y las niñas de la comunidad de El Paraíso, qué refacción preferían, la enviada de casa o la proporcionada en la escuela, y en su mayoría escogieron la de casa, una mínima parte se inclinó hacia la ofrecida por la tienda escolar, aunque ninguno se refirió a la refacción escolar.

Respecto a la refacción escolar, es decir, la brindada por la escuela, los padres de familia de El Paraíso expresaron que es buena, pese a que algunos dijeron que a sus hijos e hijas no les gustaba. En cuanto a la comunidad de La Verbena los resultados respecto a las preferencias, coincidieron con los obtenidos en El Paraíso.

En el grupo focal dirigido a los docentes en este sector, una de ellas refirió: *“Los niños esperan la refacción escolar porque a veces no tienen la posibilidad de alimentarse como es debido”*.

En la comunidad de El Mezquital al igual que en las otras escuelas, los escolares prefirieron la refacción familiar. En el grupo focal realizado en esta comunidad, se les preguntó a los padres de familia acerca de su opinión sobre la refacción escolar, quienes respondieron que a veces les dan un vaso de atol.

El tiempo dedicado a la refacción es también importante, es necesario que los alimentos sean ingeridos correctamente para una buena digestión. Debido a esto, el tiempo que se asigne a la refacción debe ser suficiente, para comer despacio sin prisa.

Al preguntar a los niños y las niñas acerca del tiempo dedicado a la refacción, los resultados fueron similares en las tres comunidades educativas, ya que la mayoría respondió que lo hace despacio y tan sólo un número reducido lo hace rápido. Uno de los escolares de la comunidad de La Verbena expresó: *“Rápido para poder jugar”*.

En consecuencia, la función de los docentes al orientar a los escolares en relación al tiempo destinado a la refacción, es útil para la correcta adopción de buenos hábitos alimenticios. En la comunidad de El Mezquital, una madre de familia comentó: “*Los maestros sí les hablan sobre alimentación*”.

En conclusión, la refacción escolar debe ser un acto reflexivo, en el cual los encargados de participar en su elaboración, tienen la obligación de tomar en consideración los diversos factores que inciden en una sana, variada y equilibrada alimentación que responda a las necesidades de la infancia. La actitud, las preferencias y el tiempo dedicado a la refacción también son elementos determinantes para una correcta nutrición en la etapa escolar. (Véase Tabla 9)

Tabla 9

Caracterización de la refacción

Refacción	<ul style="list-style-type: none">• La refacción debe comprenderse desde dos perspectivas; la escolar, ofrecida en el contexto educativo y la refacción familiar la preparada y enviada desde el hogar.• La refacción debe ser un acto reflexivo, pues conlleva la responsabilidad de ofrecer una auténtica nutrición, la cual impactará en el desarrollo y crecimiento de los escolares.• Las autoridades educativas deben velar porque la refacción escolar cumpla con la calidad requerida.• La actitud y las preferencias de los escolares frente a la alimentación, obedecen a varios factores de origen individual y social; sin embargo, se hace necesario que los padres de familia supervisen la alimentación de los infantes, para que esta sea sana y balanceada.• De los grupos focales trabajados con los padres de familia, se concluye que en su mayoría no están conscientes de la importancia de una alimentación sana y variada, además también influye el poder adquisitivo al momento de escoger los alimentos.
------------------	---

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.3.2. Tienda escolar

La tienda escolar es un lugar destinado, dentro de la Escuela, a la venta de alimentos para que estos sean consumidos por los escolares con el propósito de que estos lleven a cabo los 5 tiempos de comida requeridos según su edad, los cuales constituyen 3 comidas fuertes (desayuno, almuerzo y cena) y 2 comidas blandas (refacción en la mañana y por la tarde).

El lugar que ocupa la tienda escolar debe ser, según lo estipulado en el Acuerdo Ministerial No. 1,088 Reglamento de tiendas escolares, un lugar limpio y adecuado, es decir, alejado de cualquier factor que pueda contaminar los alimentos que allí se venden.

En la visita a las Escuelas se pudo observar que un factor común en ellas es que la tienda escolar se encuentra alejada de los sanitarios y su estructura es una caseta la cual está abierta solamente al momento del recreo. Las casetas no se encuentran en malas condiciones. Asimismo, en las tres escuelas, la persona encargada de la tienda escolar es una señora quien tiene dos o tres ayudantes que colaboran con ella para repartir productos, preparar alimentos y hacerse cargo del intercambio de dinero.

En el caso específico de El Paraíso, la tienda escolar ofrece productos como: dulces, golosinas, refrescos procesados, agua pura, ricitos y chicharrines. Al entrevistar a la persona encargada de la tienda escolar ella indicó que tanto los escolares pequeños como los grandes, compran por igual y que son pocos los niños que no compran.

También señaló que la comida que más se vende son los panes, las mixtas, las tostadas, los ricitos, aguas gaseosas y por último los dulces y los platos fritos. Los precios de los productos no pueden ser muy elevados porque de lo contrario los niños no los comprarían *“hay que buscar darles cosas baratas, pero que les gusten”*.

El agua pura sí se vende y los refrescos tienen diferentes precios para que los niños los puedan comprar hay desde 50 centavos hasta 4 quetzales. En cuanto a las medidas higiénicas la encargada indicó que ella tiene *“trapos con cloro para limpiar las cosas y bolsitas con agua”*.

En el interior de esta escuela, además de esta tienda, también existe una venta de frutas, chocofrutas, helados y chocobananos, esta venta no se ubica en una caseta sino los productos se ofrecen en una mesa. Según la entrevista realizada a la persona encargada de esta venta, ella señaló que entre los productos que más vende se encuentran: helados, chocopiñas, chocofresas y gelatinas y que son bastantes los escolares que se acercan a comprar al momento del recreo. La señora indicó que sus hábitos de higiene son: lavarse las manos antes de preparar la venta, lavar los canastos, en donde se exponen los productos, cada dos días; y usar cubiertos limpios.

Como se puede observar, los escolares tienen varias opciones de compra; sin embargo entre los productos que más adquieren en la tienda escolar, según su preferencias, están: ricitos, poporopos, galletas, gaseosas y con menor frecuencia los panes y las tostadas con chao min. Lo cual indica que prefieren consumir productos prefabricados que no aportan nutrientes a su organismo, pues sería más sustentable que se inclinaran por las últimas dos opciones.

Esta información, concuerda con lo mencionado por los maestros ya que según ellos se han dado cuenta, los productos que los escolares más consumen de la tienda escolar son las gaseosas y los ricitos indicando que este mal hábito ya lo traen desde casa y es que *“ellos tienen hambre y no les importa lo que van a comer”* aunque entre una de las anécdotas compartidas por una profesora ella señaló que en un ocasión le dijo a una niña que comprara un pan en la tienda escolar y cuando la niña regresó llegó con un ricito y un yupi y le preguntó por qué no había comprado el pan; a lo que la niña respondió: *“es que eso no me gusta”*.

Cabe señalar que aunque los docentes les den ese tipo de consejos a los niños como la compra de un pan y no de un ricito, ellos mismos también compran ese tipo de productos y consumen refrescos procesados como las gaseosas lo cual se hizo evidente al momento del recreo en el que se observó a los docentes comprando en la tienda escolar.

Ante este panorama, es menester recalcar que la refacción así como las tres comidas fuertes, debe estar conformada por alimentos que aporten los nutrientes necesarios para el buen desempeño y funcionamiento del organismo de las niñas y niños, por eso la importancia de que los alimentos que se venden en la tienda escolar tengan esas características, sin embargo, a pesar de que se cuenta

con variedad de opciones, no se dejan de ofrecer bolsitas de “*chucherías*” ni refrescos; las cuales son preferidas por los escolares.

En cuanto a la frecuencia del consumo de los productos de la tienda escolar, las niñas y niños señalaron que compran de 2 a 3 veces por semana o hay ocasiones en que los hacen todos los días; son pocos los escolares que mencionaron que compran solamente una vez por semana. Para comprar en la tienda escolar, los padres les proporcionan a sus hijos diferentes cantidades por día, siendo los escolares los que más dinero manejan, aquellos más grandes. Los rubros mencionados fueron: 2 quetzales, 5 quetzales y algunos que llevan 10 quetzales diarios para gastarlos en productos de la tienda escolar.

Respecto a los padres, ellos indicaron que consideran que los productos que más compran sus hijas e hijos en la tienda escolar son: ricitos, aguas gaseosas y dulces. Y la mayoría de ellos no están de acuerdo con que se vendan este tipo de productos a los niños porque, aunque les gusten, no son nutritivos y sería mejor que se vendieran verduras y frutas.

En la comunidad de El Paraíso, se pudo observar dos ventas callejeras afuera de la escuela, que también ofrecían alimentos a los escolares tales como: frutas como mango, piña, naranja, ricitos, chicharrines, chocobananos, dulces y golosinas; no se ofrecían refrescos ni agua pura. Los escolares entrevistados dijeron no comprar mucho en esas ventas por lo peligroso de salir a la calle y que por ello preferían la tienda ubicada al interior de la escuela; aunque los que respondieron que sí compraban en ese lugar señalaron que consumían: cuquitos, ricitos, helados y gaseosas, solamente un escolar mencionó que comparaba mango.

En la comunidad de La Verbena, se observó que en la tienda escolar se ofrecen productos como: dulces, golosinas, refrescos procesados, ricitos y chicharrines, y no hay venta de agua pura.

Según la entrevista realizada a la persona encargada de la tienda escolar, lo que más se vende en ella son panes, gelatinas, manjares y copitas de banano con crema. Mencionó que antes lo que más se vendía eran golosinas, pero que a partir de que ella recibió un curso para chef aprendió que las golosinas solamente les hacían daño a los niños lo cual también platicó con el

Director de la escuela con el propósito de mejorar lo que se vendía en la tienda. La encargada de la tienda señaló: que paulatinamente fueron incorporando gelatinas, copitas de manjar y otros postres para que los escolares consumieran otro tipo de productos y no solamente golosinas.

Cabe aclarar, que lo anterior no implica que las golosinas no se continúen vendiendo dentro de la tienda ya que lo que se hizo fue introducir otro tipo de alimentos para combinarlos con la venta de estas, es decir, los escolares tienen más opciones para escoger lo que desean comer.

La encargada de la tienda escolar también hizo referencia a que se tienen hábitos de higiene en la preparación de los alimentos y al momento de vender *“lo que intentamos es que una de las que atendemos cobre, y otras despachen. No siempre se puede, porque a veces se juntan muchos niños y hay que atenderlos a todos, pero se intenta”*.

Sin embargo; es importante mencionar que durante la observación que se realizó previo a la realización de la entrevista no se observó que los escolares comparaban gelatinas o postres, siendo el único postre a la venta una cajita de 6 cupcakes de los cuales ninguno fue adquirido durante los 25 minutos de venta. Las niñas y niños en su mayoría, compraban gaseosa en bolsita que provenía de una base de garrafón que no estaba cerrada herméticamente, sino solo tenía encima un limpiador de cocina.

Respecto a la venta de gaseosa, llamó la atención que los escolares entrevistados expresaran que la gaseosa no tenía el mismo sabor que la que compraban en la tienda y ello se debía a que la señora de la tienda mezclaba la gaseosa con agua purificada para que abundara más y así la vaciaba en la base de garrafón; lo dicho por los niños pudo ser constatado durante la observación que se realizó al momento del recreo.

A ello, se agrega que entre los productos adquiridos por los escolares destacaban las bolsitas de frituras y los dulces. Además, se observó que quien despachaba cobraba también, es decir, la persona que cobraba también preparaba las tostadas y los panes que compraban los escolares y los maestros.

Entre las preferencias mostradas por los escolares al momento de adquirir los productos en la tienda escolar, se identificaron las siguientes: ricitos, aguas gaseosas, paletas y chicles; fueron pocos las niñas y niños que dijeron que compraban panes, incluso uno de ellos mencionó que no compraba panes en la tienda porque *“no se lavan las manos”*.

Por su lado, los maestros coincidieron en que entre los productos más comprados por los escolares están: las paletas de chicle, las gaseosas, los ricitos, los dulces y las tostadas y destacaron que es *“raro ver a alguien con un pan con frijol”*. Los maestros señalaron que los escolares se inclinan por este tipo de productos porque están acostumbrados a comerlos, ya que, según ellos, derivan de hábitos y costumbre adquiridos desde casa. Asimismo, los docentes también adquieren productos de la tienda escolar como gaseosas, panes, tostadas, pastelitos y churrascos.

Como se puede observar, la información brindada por la persona encargada de la tienda escolar respecto a los productos que más vende a las niñas y niños y lo mencionado por los escolares y los maestros, difiere.

En cuanto a la frecuencia en la que los escolares compran en la tienda, hay coincidencias con la comunidad de El Paraíso, ya que en la Escuela de La Verbena, las niñas y niños indicaron que también compran de 2 a 3 veces por semana en la tienda escolar, aunque uno niño mencionó que él compra 1 vez cada 15 días. El presupuesto que los padres les brindan a sus hijas e hijos para comprar en la tienda escolar por día oscila, en su mayoría, entre 1 a 2 quetzales; y solamente en algunos casos de 3 a 5 quetzales.

Los padres de familia de los escolares dijeron no estar de acuerdo con los productos que les venden a sus hijos en la tienda escolar porque son dañinos y porque no constituyen algo que los alimente; pues consideran que los productos que más compran sus hijos son: ricitos, poporopos y dulces.

Además de la tienda escolar que se encuentra al interior de la escuela, existen otras ventas de comida afuera de la misma que ofrecen productos como: verduras (rábano rayado) y frutas (naranjas y mango verde) y también golosinas.

Los escolares que compran en esa tienda externa, mencionaron que, en su mayoría, prefieren ricitos y dulces y solamente en dos casos se mencionó la compra de mango en bolsa.

En la tienda de la comunidad de El Mezquital se observó que los productos ofrecidos eran: dulces, golosinas, refrescos, agua pura, ricitos asimismo se ofrecen helados y chocobananos, pero no en la caseta oficial en donde se ubica la tienda escolar, sino en la casa de la señora encargada de la tienda escolar, ya que ella viven en el interior de la escuela.

Según la entrevista realizada a la persona encargada de la tienda escolar, lo que ella más vende son mixtas, refrescos de tamarindo, jamaica, horchata y agua pura. Y las gaseosas son consumidas por los niños más grandes como los de 5to o 6to primaria. La entrevistada también agregó que vende tortillas con longaniza y las vende a un precio cómodo, pues el valor de estas es de 1.50 quetzales. Asimismo señaló: *“Yo hasta chile les hago, me dicen que como consiento a los niños pero yo preparo todo como que fuera para mí y como que yo me lo voy a comer”*.

La señora indicó que los docentes también le compran alimentos como: *paches*, papas y tortillas con carne.

Respecto a los hábitos de higiene que se manejan dentro de la tienda escolar mencionó el uso de tenazas para evitar el contacto directo con la comida y mencionó que algunas veces compra frutas como melón, papaya y sandía, pero las parte por la mitad para vender un día una mitad y al día siguiente la otra mitad, con el propósito que no se desperdicie porque no se vende mucho.

La encargada de la tienda escolar indicó que los niños compran bastante agua pura y gelatinas. Y que se ha dado cuenta que los niños llevan entre 2, 3 y 5 quetzales para comprar en la tienda, ahora los más grandes llevan hasta 10 o 15 quetzales. También señaló que hay niños que trabajan y que por eso es que pueden llevar más dinero que los demás.

Por su lado, los escolares mencionaron que lo que más prefieren comprar en la tienda escolar son ricitos y mixtas; como se puede observar lo expresado por los niños difiere a lo

mencionado por la señora encargada de la tienda escolar; a excepción de las mixtas que sí fue un factor de coincidencia.

En cuanto a la frecuencia con la que las niñas y niños compran en la tienda se detectó que lo hacen entre 2 veces por semana y todos los días; aunque cabe mencionar que sus padres les asignan un presupuesto menor comparado con el de las dos comunidades anteriores, ya que se les proporcionan 1 quetzal diario.

La opinión de los padres de familia respecto a lo que ellos consideran que compran sus hijos en la tienda escolar, coincide con lo que en realidad compran; pues los padres señalaron que lo que creen que compran sus hijos es: ricitos y mixtas.

Las maestras también coincidieron en que los dos productos más consumidos por los escolares en la tienda escolar eran los ricitos y las mixtas. Afirmaron que ellas también compran en la tienda escolar, pero ellas siendo adultas escogen lo más nutritivo.

Los padres mostraron posturas contrarias en relación a su acuerdo e desacuerdo en cuanto a los productos que se venden en la tienda escolar, algunos manifestaron que desaprueban la venta de esos productos porque *“son puras golosinas”*; mientras que otros dijeron estar de acuerdo porque *“es a lo que están acostumbrados”*.

Como en las dos comunidades anteriores, también se pudo observar que hay una tienda afuera de la Escuela, que ofrece productos como: mango verde, dulces, golosinas y ricitos; y lo que los escolares más compran, según lo expresado por ellos mismos, son los dulces y los ricitos.

Respecto a la interacción social que se genera entre niñas y niños al momento de comprar en la tienda escolar se identificó que la invitación (dar dinero o comprarles un producto) no es una práctica generalizada entre los infantes de las tres escuelas visitadas; por ejemplo, en la escuela visitada en la comunidad El Paraíso fueron pocos los infantes que afirmaron ser invitados a ricitos, aguas gaseosas, dulces y panes por sus amigos/as.

Aunque la invitación a comer se realiza principalmente entre amigos/as, las niñas y niños que no llevan refacción ni dinero a la escuela también son invitados por aquellos que no precisamente son sus (mejores) amigos/as, como se identifica en las siguientes respuestas: “*Sí, me invitan a panes*”, “*Sí, invito a los que no traen comida*”, “*Sí, invito a aguas y paletas*”.

Con relación al intercambio de refacción se observó en las respuestas que, las niñas y niños no solo intercambian alimentos sino que también se los comparten, siendo los principales: jugos, galletas, panes y ricitos. En el caso de La Verbena y El Paraíso, se identificó que estas no son prácticas generalizadas entre todos los escolares, ya que son solo algunos los que intercambian o comparten alimentos.

Por el contrario, en la escuela de El Mezquital fueron la mayoría de niñas y niños, los que expresaron realizar este tipo de prácticas, por ejemplo en referencia al compartir alimentos, algunas niñas y niños enfatizaron que: “*Sí, comparto mi refacción con los que no traen*”, “*Mis compañeras a veces me dan su refacción*”, “*Comparto cuando tengo refacción*”.

Este tipo de comportamientos/prácticas logran formar una red de apoyo entre escolares, ya que se *ayuda* a aquellos que no llevan comida o no tienen dinero. Respecto a esto, un profesor expresó que: “*Hay bastante solidaridad entre los niños*”.

Igualmente, una profesora de El Mezquital comentó: “*yo tengo un mi alumno que veo que trae solo unas rodajas de pepino de comida o unas rodajas de tomate y sí los compañeros le comparten, le regalan de lo que ellos traen*”.

Además, agregan que son varios los infantes que no llevan refacción y que tienen *que buscar que comer*, por ejemplo, en la escuela visitada en la comunidad La Verbena, una de las profesoras comentó que una de las niñas lleva panes extra para darle a su compañera que no lleva refacción.

Los infantes que no invitan a comprar mencionaron que no pueden por la falta de dinero o por falta de interés de invitar a otros compañeros. Esto último también fue mencionado por las niñas y niños que no comparten su refacción.

Por otra parte, las niñas y niños también se influyen mutuamente a partir de aconsejarse comprar o consumir determinados productos de la tienda escolar, este comportamiento se pudo observar durante el recreo, cuando los infantes se recomiendan comprar dulces, ricitos y juguetes (pequeños). (Véase Tabla 10)

Tabla 10

Aspectos principales de la tienda escolar y de la interacción social entre escolares

Tienda escolar e interacción social entre escolares	<ul style="list-style-type: none"> • En las tres escuelas, la tienda escolar funciona en una caseta. • La tienda escolar, aunque ofrece opciones de comida para que los escolares escojan, en ella se venden golosinas y demás productos que no contienen nutrientes y no son saludables. • Los ricitos, golosinas y gaseosas son los productos preferidos por los escolares para comprar en la tienda escolar. • La frecuencia en la compra de productos en la tienda escolar es de 2 a 3 veces por semana. • Los maestros opinan que los productos que los escolares compran en la tienda escolar deviene de las costumbres y los hábitos familiares. • La interacción social puede presentarse en la invitación a comer, en la influencia a comprar o en el intercambio de la refacción • Algunos escolares invitan a sus compañeros/as a productos como dulces, ricitos, galletas y aguas gaseosas. • La invitación se realiza principalmente en el marco de relaciones de afinidad. • Las niñas y niños no solo intercambian alimentos sino también se comparten panes, galletas y otros. • El invitar a alimentos o compartir la refacción son acciones que contribuyen a formar redes de apoyo entre los escolares, principalmente para <i>ayudar</i> a las niñas y niños que no llevan refacción a la escuela.
--	--

-
- El influir en la compra se da principalmente durante el recreo y los alimentos más sugeridos son los dulces ricitos y juguetes (pequeños).
-

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.3.3. Rol educativo de los maestros/as

¿Existe educación sobre alimentación y nutrición en las escuelas visitadas?

La escuela tiene un papel importante en el desarrollo de conocimientos y habilidades en las niñas y niños, lo cual se concretiza en las actividades realizadas por los maestros/as en y afuera de las aulas; por ejemplo, en el tipo de contenidos, prácticas, tareas, entre otros, que se les dan a los escolares.

En ese sentido, el rol educativo de las maestras y maestros toma especial relevancia en la formación de hábitos alimentarios saludables; sin embargo, las respuestas de las niñas y niños y de sus padres y madres reflejan que este tipo formación no siempre se lleva a cabo de manera adecuada.

Al cuestionarle a los infantes si recordaban haber recibido clases sobre alimentación o nutrición, las respuestas variaron entre cada una de las escuelas así como entre los diferentes grados. En la escuela ubicada en la colonia El Paraíso, la mayoría de niñas y niños coincidieron en indicar que *no* han recibido pláticas o clases sobre alimentación y nutrición, los que afirmaron se referían más a consejos y recomendaciones que ocasionalmente sus profesores les dan durante la jornada escolar, los recreos o en las sesiones de padres y madres.

Con relación a esto, las madres y padres entrevistados de esta misma comunidad discreparon en sus respuestas sobre si sus hijos/as reciben este tipo de educación. Algunos expresaron que *no* porque sus hijos/as no les han contado sobre éstas, mientras otros prefirieron indicar que no saben o no están seguros, fueron muy pocos los que aseveraron que sus hijos/as si reciben este tipo de formación y que además han visto que les dejan tareas relacionadas al tema.

De igual manera, en La Verbena, las niñas y niños difirieron en sus respuestas, algunos no se recordaban o prefirieron decir que solo sus mamás les hablan de esos temas. Sin embargo, otros afirmaron que de vez en cuando reciben consejos de sus maestros/as sobre comer más frutas y verduras, tomar agua, no comer mucha comida condimentada, no comprar dulces y ricitos y no comprar fruta en bolsa (la que venden en la calle o en las tiendas).

Igualmente, las madres y padres de esta comunidad divergieron en sus respuestas, pero coincidieron en la importancia de este tipo de educación; además, agregaron que no solo debe remitirse a los escolares sino también se les deben incluir en estos procesos educativos. En palabras de uno de los entrevistados, la educación genera en los escolares *“un mejor hábito para alimentarse entonces ellos ya saben cuándo algo es chatarra y entonces ellos dicen no mami la seño me dijo que eso es malo para tal y tal cosa”*.

En El Mezquital, los escolares tampoco estaban seguros de haber recibido este tipo de clases, por ello, igual optaron por indicar que en sus casas si les hablan sobre estos temas. No obstante, algunos comentaron que de vez en cuando sus maestros/as les dan consejos sobre los alimentos que son más saludables. En el caso de las madres y padres, la mayoría indicó que sus hijas/os si reciben este tipo de pláticas, y precisaron en que las consideran importantes porque contribuyen a reforzar los consejos y recomendaciones que se les dan en casa.

En ese sentido, se identifica que no existe una adecuada (recurrente, organizada, planificada y constante) educación alimentaria-nutricional en las escuelas, ya que ésta se remite solo a consejos parciales y ocasionales que reciben algunas niñas y niños por parte de sus profesores.

Al respecto, las madres y los padres consideran prudente que estas pláticas se realicen por lo menos dos veces a la semana para que los escolares puedan retener y recordar lo aprendido.

Por otro lado, en contraste a las respuestas y comentarios realizados por los escolares y sus padres/madres, las maestras y maestros expresaron que si han dado pláticas sobre una alimentación sana y saludable pues esto está contemplado dentro de los contenidos de cada grado, como lo expresaron: *“es parte del currículo hablar de una dieta balanceada”*. Igualmente, agregaron que

en ocasiones han aconsejado a los padres y madres sobre qué alimentos deben enviarles a sus hijos/as en la refacción.

Sin embargo, esto ha ocasionado que algunos padres o madres se enojen y no tomen en cuenta este tipo de consejos; por lo que han tenido que ser precavidos en las formas de abordar estos temas. Por ejemplo, uno de los profesores de La Verbena comenta: *“Sí claro, se le da a ellos y a los padres de familia a principio de año o en las reuniones como hoy, se les dice que es lo que tiene que llevar su lonchera, verduras, fruta, que es mejor que una bolsa de tortrix”*.

En ese sentido, aunque los profesores afirmaron dar las clases, en las respuestas de los diferentes actores se evidenció que: 1) las niñas y niños no las recuerdan; 2) no se realizan de manera frecuente; 3) se remiten a consejos; 4) no implican actividades prácticas; y 5) no hay un proceso adecuado de incorporación de toda la familia.

Conocimiento de los profesores sobre alimentación y nutrición

Una de las razones que podría explicar la falta de educación alimentaria-nutricional en las escuelas, es el escaso o débil conocimiento de los educadores sobre el tema. Respecto a esto, se les cuestionó a los profesores de las diferentes escuelas visitadas sobre qué entienden por situación nutricional; a lo cual la mayoría la relacionaba con la desnutrición, el hambre y la mala alimentación que sufren muchas niñas y niños en sus hogares.

En el caso de la comunidad La Verbena, las maestras y maestros consideran que la situación nutricional también puede referirse a un buen estado nutricional, pero que en su mayoría alude a la desnutrición. También dentro de sus nociones tienden a vincular la alimentación con el crecimiento y desarrollo de los infantes, por eso critican que *“en vez de nutrirse bien compran golosinas que no tienen mucha nutrición, que es lo que sale más barato en lugar de comprarse fruta, panes con jamón u otros.”*

Pese a estas nociones que no precisan en un concepto específico de alimentación y nutrición, así como de sus características, los profesores de las tres escuelas afirmaron que han recibido pláticas sobre alimentación sana y saludable como parte de su proceso de formación. Igualmente, una de las profesoras de El Mezquital comentó que por ser parte de la comisión de salud e higiene ha recibido este tipo de charlas en el centro de salud de la comunidad. (Véase Tabla 11)

Tabla 11

Educación alimentaria y nutricional

Percepción de niñas/os y madres/padres	<ul style="list-style-type: none"> • En general, las niñas y niños no recuerdan haber recibido clases sobre alimentación y nutrición. • En la mayoría de casos, los profesores solo se remiten a dar consejos como comer frutas y verduras, tomar agua, no comprar dulces y ricitos, entre otros. • Las madres y padres desconocen o no están seguros si sus hijos/as reciben este tipo de educación. • Las pláticas o clases sobre alimentación y nutrición no se realizan con frecuencia en las escuelas. • Los padres y madres reconocen la importancia de este tipo de formación y consideran que deben ser incluidos en las pláticas sobre alimentación y nutrición.
Percepción de profesores	<ul style="list-style-type: none"> • Los profesores señalaron que si se dan pláticas sobre alimentación sana y saludable. • Los profesores comentaron que han recibido formación en alimentación y nutrición.

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.4. Influencia de la publicidad en la situación nutricional de niñas y niños escolares

6.1.4.1. Tipo de anuncios

La publicidad difundida en los distintos medios de comunicación, pero sobretodo en la televisión, constituye una fuente poderosa de influencia ya que puede convertirse en un factor determinante en la selección y gusto por cierto tipo de alimentos.

Entre las estrategias publicitarias para llamar la atención del público infantil, se tienden a difundir anuncios sobre variedad de productos como juguetes o alimentos que se transmiten en horario de la franja infantil; lo cual se realiza con un doble propósito: el primero, es llegar al público adulto a través del infantil pues las y los niños se encargarán de convencer a sus padres de que les compren determinado producto por haberlo visto en la televisión; y el segundo propósito, consiste en preparar al público infantil como potencial y futuro consumidor.

Lo anterior se pudo constatar al preguntarles a los escolares de El Paraíso cuáles eran los canales y programas que más veían en la televisión a lo que respondieron que miraban caricaturas en Disney Channel, Cartoon Network y Nickelodeon para aquellos que tenían acceso a canales de televisión cerrada; y aquellos que no; respondieron que veían El Chavo del 8; y hubo un caso en el que un niño respondió que no tenía electricidad en su casa. El acceso o no al entretenimiento televisivo también refleja la situación socioeconómica de las familias.

Los escolares entrevistados dijeron que los anuncios que más veían en la televisión eran aquellos relacionados con juguetes, entretenimiento y alimentos; y respecto a estos últimos tipos de anuncios mencionaron que lo que más se promocionaba eran aquellos de comida rápida, chocolates, lácteos y galletas.

También se le preguntó a los maestros su opinión respecto si hay o no influencia de la televisión sobre los hábitos alimentarios de los escolares; a lo que sus respuestas fueron afirmativas, mencionando que las niñas y niños *“aprenden de la televisión”* y que si miran comida

chatarra la quieren porque la miran precisamente en la televisión y que para ellos los anuncios sí influyen en los escolares.

En el caso de la comunidad La Verbena, los escolares entrevistados mencionaron que los canales que ellos más ven son los siguientes: Disney Channel y Discovery Kids y que se publicitan anuncios relacionados a juguetes, entretenimiento y alimentos siendo estos últimos productos como: cereales, galletas, golosinas y comida rápida.

Por su lado, los maestros señalaron, al preguntárseles sobre la influencia que ejerce la televisión sobre los escolares, que las niñas y niños *“imitan lo que ven en la televisión”* lo que quiere decir que si en los anuncios publicitados en televisión se ofrece comida rápida o dulces, los escolares están propensos a comprar eso que les ofrecen.

En la comunidad El Mezquital, la situación no difiere en cuanto a preferencia de canales, pues los escolares expresaron que ven Disney Channel y Cartoon Network, aunque cabe aclarar que en esta comunidad, hubo más niñas y niños que dijeron no tener cable por lo que miraban canales nacionales. Lo cual muestra la situación socioeconómica de estas familias.

Respecto a los anuncios que más destacan, los escolares señalaron que ven más anuncios de juguetes y de alimentos y que de estos últimos lo que más se promociona son productos como: golosinas, chocolates, ricitos y comida rápida.

Los maestros de esta comunidad indicaron que muchas veces las niñas y niños se convierten en una réplica de lo que ven en la televisión y que al mostrarse productos como Coca Cola, si ellos no pueden acceder a su precio, se conforman con el consumo de un producto similar como Big Cola y lo hacen por lo ven en los anuncios.

Como se puede observar, un punto de encuentro en las tres comunidades es que los docentes coinciden que la publicidad a través de los anuncios, influye sobre los hábitos alimentarios de los escolares y la selección que estos hacen de los alimentos. Además de que en

las tres comunidades, tanto las golosinas como la comida rápida son de los anuncios más recurrentes que los escolares ven en la televisión. (Véase Tabla 12)

Tabla 12

Tipos de anuncios publicitados en la televisión

Anuncios	<ul style="list-style-type: none">• Los escolares ven canales de televisión de caricaturas.• Los docentes coinciden con que los anuncios publicitados en televisión tienen gran influencia en las preferencias alimentarias de los escolares.• Los anuncios que más sobresalen son aquellos que se relacionan con juguetes y alimentos.• En general, los anuncios de alimentos promocionan el consumo de comida rápida, golosinas y galletas.
-----------------	--

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.1.4.2. Alimentos consumidos por publicitarse en la televisión

Los medios de comunicación, en particular, la televisión influye sobre los comportamientos y decisiones de las niñas y niños. En el tema alimentario, el qué y cuánto comer puede estar determinado por el tipo de productos/alimentos que se anuncian/visualizan en la televisión.

En ese sentido, los profesores consideran que los infantes pasan más tiempo viendo televisión que realizando otras actividades. Una maestra de la comunidad El Paraíso enfatizó que “*si miran comida chatarra luego la quieren*”. Con relación a la influencia, un profesor de La Verbena comentó que “*ellos imitan lo que ven en la televisión*”, por lo que su alimentación va a estar afectada por el tipo de productos que se salgan o publiciten en este medio de comunicación.

Asimismo, una de las profesoras de El Mezquital precisó que las aguas gaseosas (Big Cola o Coca Cola) son de los productos *que más quieren los infantes*, solo porque los ven en la televisión.

Esta influencia en el consumo y preferencias, se identificó a partir de cuestionarles a los escolares si alguna vez han comprado algún alimento/producto por haberlo visto en la televisión. Las respuestas no mostraron una tendencia concreta; sin embargo algunos afirmaron que han comprado algún producto por haberlo visto en algún anuncio o programa. Entre los más usuales están los ricitos, las galletas, los chocolates, los cereales, los jugos de caja, las aguas gaseosas, las sopas instantáneas y la comida rápida (Taco Bell, McDonald's, Burger King, Pollo Granjero, Pizza Hut, entre otros).

También se indagó si le han pedido a su padre/madre o encargado/a comprarles algún alimento por haberlo visto en la televisión, en este caso, la mayoría de niñas y niños indicaron que no acostumbran pedirles productos alimenticios a sus progenitores o cuidadores.

Pero las niñas y niños que acostumbran a hacerlo, expresaron que son más ricitos, cereales, helados, yogurt, aguas gaseosas y comida rápida (pizza, tacos, pollo, hamburguesas, entre otros).

De igual manera, se le hizo esta pregunta a los padres y madres de familia con el fin de contrastar la información proporcionado por los escolares. La mayoría comentaron que sus hijas/os no les piden alimentos y si lo hacen son principalmente dulces, cereales o comida rápida como McDonald's o Pollo Granjero.

Los padres y madres también expresaron que no acostumbran comprar alimentos o productos por haberlos visto en la televisión; sin embargo, algunos expresaron que si se dejan influenciar en el consumo de comida rápida.

Con base en estos resultados, se puede identificar que son cuatro productos los que más se consumen por la influencia de la televisión, siendo estos los cereales, los dulces, las aguas gaseosas y principalmente, la comida rápida. En relación con esto, es importante mencionar que a excepción de los cereales, los demás son considerados nocivos para la salud y situación nutricional de los infantes.

6.2. Matriz de resultados

Tabla 13

Matriz de resultados

Objetivo específico	Resultado esperado	Resultados obtenido
Describir los hábitos alimentarios, las actitudes hacia los alimentos, la situación socioeconómica, la cultura y el tipo de familia de los escolares.	Inventario de bibliografía adecuada al tema de investigación, información recopilada mediante la aplicación de las técnicas seleccionadas.	Se construyó un inventario de bibliografía adecuada al tema a partir de la consulta de libros, revistas científicas, informes, guías y tesis.
	Información sobre opiniones y experiencias proporcionadas por la familia sobre los hábitos alimentarios de sus hijos, la situación socioeconómica y cultura propios de su familia, conocer el tipo de familia a la que estos pertenecen y a través de la guía de observación y entrevistas informales conocer las actitudes hacia los alimentos por parte de los escolares.	Se elaboró un apartado (aparato 10.1.2 de los resultados) en el informe final de investigación que da respuesta a este objetivo.
Determinar la influencia de la tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol educativo de los maestros en la situación nutricional de los escolares.	Resultados de la forma en que influye la tienda escolar, la interacción social entre niños y el rol educativo de los maestros en los estudiantes al momento de alimentarse.	Se elaboró un apartado (aparato 10.1.3 de los resultados) en el informe final de investigación que da respuesta a este objetivo.

Identificar la influencia de la publicidad difundida por los medios de comunicación en la situación nutricional de escolares.	Resultados sobre la forma en que influye la publicidad a través de los medios de comunicación en la elección y consumo de alimentos por parte de los escolares.	Se elaboró un apartado (apartado 10.1.4 de los resultados) en el informe final de investigación que da respuesta a este objetivo.
---	---	---

Nota. Fuente: Elaboración propia.

6.3. Impacto esperado

Esta investigación tuvo una contribución teórica importante, ya que el problema ha sido poco abordado en investigaciones previas por lo que se pretende dar a conocer los resultados obtenidos en las escuelas donde se realizará el trabajo de campo, con el fin de que los padres de familia, los maestros y los propios niños tomen conciencia de la forma en que se están alimentando debido a influencias externas recibidas de su entorno. Este estudio podrá servir como referente teórico para formular nuevas interrogantes que sean objeto investigaciones futuras.

7. Análisis y discusión de resultados

Por la naturaleza social de la investigación, se encontró que esta difiere de otros estudios que se han realizado en Guatemala sobre alimentación escolar; pues estos generalmente plantean la problemática en términos cuantificables haciendo especial énfasis en aspectos como la talla y el peso y centrándose principalmente en el factor socioeconómico como principal causante de una inadecuada alimentación.

Por ejemplo, en la tesis de Maestría en alimentación y nutrición titulada “Relación de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico en escolares del Municipio de Mixco con el estado nutricional”; se menciona la importancia de una alimentación adecuada y la formación de hábitos alimentarios así como el ambiente familiar, pero su enfoque es técnico-nutricional y a pesar de que toma en cuenta aspectos sociales estos no aparecen tan detallados y analizados.

Aunque en esta investigación también se consideró importante el aspecto socioeconómico, a él se agregaron otras unidades de análisis que permitieron tener una visión más integral del fenómeno alimentario en niñas y niños de edad escolar; tomando en cuenta aspectos como la cultura alimentaria de las familias a las que estos pertenecen, el tipo de familia, las preferencias o rechazo hacia cierto tipo de alimentos; considerando que el primer proceso de socialización en donde se empiezan a formar hábitos es el ambiente familiar. Es decir, esta investigación difiere de la anterior en cuanto a la interpretación de los resultados, pues su enfoque es más social y cualitativo.

Asimismo se puede mencionar otra tesis de Maestría en Alimentación y Nutrición titulada: “Evaluación de un plan de refacción escolar propuesto para una escuela oficial urbana” en la cual se presenta un desglose de conceptos con sus respectivas definiciones y en donde se presentan recomendaciones específicas respecto a la planificación de la alimentación de los escolares.

Con relación a lo anterior, en el presente trabajo de investigación también se consideró conveniente y prudente abordar el tema de la refacción escolar, pero no solamente entendida como la refacción que proporcionan en la escuela, la cual es muy importante analizar, sino también, la refacción entendida como aquella que los padres de familia envían a sus hijos y de cómo estos manifiestan una actitud de agrado o desagrado hacia la misma.

Respecto a la refacción escolar se pudo identificar cuáles eran los alimentos que eran enviados con más frecuencia en las loncheras de los escolares y conocer por medio de ellos el consumo de alimentos en sus familias; pues a través de las entrevistas y los grupos focales se logró determinar la poca variedad en el consumo de alimentos según lo requerido por el organismo, tal como se plantea en la “olla alimentaria”; lo cual se debe al nivel socioeconómico de las familias como consecuencia del bajo ingreso de los padres vinculado a su poca preparación académica y a la falta de empleo o de oportunidades.

La presente investigación también difiere de las mencionadas con antelación en que el trabajo de campo que se realizó se llevó a cabo en zonas consideradas rojas por el riesgo que existe de habitar en ellas debido a los altos índices delincuenciales que se viven dentro de las mismas lo cual crea un ambiente poco propicio para estudiar. Cabe aclarar que las escuelas de estas zonas, a pesar de tener características comunes, se diferenciaban en muchos aspectos desde su acceso a agua potable hasta los hábitos de higiene practicados en cada una de ellas.

Los hallazgos de esta investigación revelan que, no se está ejecutando uno de los ejes transversales contemplados en el Curriculum Nacional Base (CNB) en el que se considera importante el abordar temas relacionados a la buena alimentación y nutrición dentro de las escuelas como parte del plan docente de cada comunidad educativa; es decir, al preguntarle a los padres de familia, a los escolares e incluso a los mismos docentes si impartían algún tipo de charlas, cursos o talleres relacionados a la Educación alimentaria-nutricional (EAN) la mayoría de las respuestas obtenidas fueron negativas cuando se supone que es uno de los requerimientos estipulados por el Ministerio de Educación. La falta de formación e información de los docentes y padres de familia respecto al tema, conlleva a que los escolares no valoren el contenido nutricional de los alimentos y que escojan aquellos que consideran que tienen “mejor sabor” los cuales se encuentran a la venta

en la tienda escolar; aunado a ello, es importante mencionar que los productos que se ofrecen en ella y las medidas de higiene que se perciben en la misma, distan de lo contemplado y ordenado en el Acuerdo Ministerial No. 1,088 Reglamento de tiendas escolares.

8. Conclusiones

- Incluir la socialización como unidad de análisis permitió comprender y explicar el proceso de formación de hábitos alimentarios en el contexto familiar, los cuales son decisivos en el qué y cómo se alimentan los escolares; siendo en las familias estudiadas, la principal relación de socialización la de madre-hijo; ya que generalmente ella es la encargada del todo el proceso alimentario.
- La situación socioeconómica familiar y el nivel educativo de los padres son dos factores que determinan el tipo de alimentación que consumen los escolares; pues los bajos ingresos limitan el acceso a mejores alternativas nutricionales.
- La escuela desempeña un rol preponderante para el desarrollo integral de niñas y niños, no considerando exclusiva de la familia la formación alimentaria; por lo que esta también debe fomentarse en la escuela ya que una alimentación inadecuada afecta el rendimiento escolar.
- A pesar de que la situación alimentaria y nutricional debe contener los 7 grupos alimenticios según lo estipulado en la “olla de los alimentos”; se identificó que los escolares de las comunidades visitadas tienen una dieta poco variada, rutinaria, repetitiva y limitada al consumo de ciertos alimentos y comidas.
- El consumo de frutas y verduras de parte de los escolares y sus familias es irregular, ya que lo recomendable es su consumo diario; en contraste a que la comida rápida, las sopas instantáneas, las aguas gaseosas y el café se recomiendan consumirse en menores cantidades, estos están más presentes en la dieta de las niñas y niños.
- En la escuela, las niñas y niños tampoco acceden a alimentos saludables y nutritivos ya que sus preferencias se centran en alimentos como: gaseosas, ricitos, galletas, dulces y jugos de caja. Se observó que aunque las tiendas escolares vendan frutas, los escolares prefieren comprar los productos antes mencionados.

- La refacción escolar enviada desde casa, también refleja esta dieta repetitiva y poco saludable ya que las niñas y niños siempre llevan los mismos productos como panes, galletas, jugos y ricitos, agregando a ello que no cumplen con los 5 tiempos de comida recomendados, empezando porque algunos no desayunan y deben esperar hasta comer su refacción en la escuela o recibir el atol que esta les brinda; sin embargo, esto no es una realidad en todas las escuelas ya que de las 3 escuelas, solamente en una de ellas se les daba el atol y otros alimentos.
- Se identificó que la educación alimentaria-nutricional en las escuelas visitadas es no planificada, poco frecuente, no incluye a los padres y se limita a consejos ocasionales pues los escolares entrevistados respondieron que no se les impartía una charla o taller sobre el tema; aunque en contraste algunos maestros afirmaron darlas, el proceso no es el adecuado por lo anteriormente descrito.
- Los medios de comunicación, especialmente la televisión, influyen en la selección y consumo de ciertos productos, en las entrevistas realizadas fueron pocas las niñas y los niños que afirmaron comprar algo por haberlo visto en la televisión, pero aquellos que sí lo hacen, optan por consumir comida rápida, aguas gaseosas y ricitos. Esto puede explicarse ya que en la franja infantil se publicitan este tipo de productos, en vez de las frutas y verduras.

9. Referencias

- Adjemian, D., Bustos, P., & Amigo, H. (2007). Nivel socioeconómico y estado nutricional. Un estudio en escolares. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 57(2), 125-129. Recuperado de <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v57n2/art04.pdf>
- Alvarado, M. A. (1997). *Centro de desarrollo integral de la familia (CDIF) colonia La Verbena, zona 7* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Arquitectura, Guatemala.
- Álvarez, C., & Patzán, J. C. (18 de febrero de 2016). Matan a joven en la zona 12 de Villa Nueva. *Prensa Libre*. Recuperado el 13 de julio de 2016 de <http://www.prensalibre.com/guatemala/justicia/matan-a-joven-en-la-zona-12-de-villa-nueva>
- Álvarez, C., & Vásquez, B. (02 de febrero de 2016). Noche de terror en Villa Nueva deja dos muertos y dos heridos. *Prensa Libre*. Recuperado el 13 de julio de 2016 de <http://www.prensalibre.com/guatemala/justicia/noche-de-terror-en-villa-nueva-deja-dos-muertos-y-dos-heridos>
- Álvarez, L. (2014). Hábitos alimentarios saludables: El reto de una dieta personalizada. *Panorama Social*, 19, 115-126. Recuperado de <https://www.funcas.es/Publicaciones/Sumario.aspx?IdRef=4-15019>
- Baires, R. (20 de mayo de 2013). Sísifo en El Mezquital. *Plaza Pública*. Recuperado el 13 de julio de 2016 de <https://www.plazapublica.com.gt/content/la-ilusoria-conquista-del-gobierno-ante-las-pandillas>

- Barrera, A., Collazos, S. L., Duarte, P. A., & Guzmán, S. M. (2006). *Creencias y hábitos sobre alimentación de las madres vinculadas al programa de recuperación nutricional “Comer con alegría” de la Fundación Cardio Infantil -IC en la localidad de Usaquen* (Tesis de licenciatura). Universidad de la Salle, Facultad de Trabajo Social, Colombia.
- Berger, P., & Luckmann, T. (1972). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrurtu.
- Berta, E. E., Fugas, V. A., Walz, F., & Martinelli, M. I. (2015). Estado nutricional de escolares y su relación con el hábito y calidad del desayuno. *Revista chilena de nutrición*, 42(1), 45-52. doi: 10.4067/S0717-75182015000100006
- Biasizzo, M. S. (2006). *Hábitos alimentarios, estilo de vida y peso de un grupo de escolares de la ciudad Villa Cañás en relación con su nivel de presión arterial* (Tesis de licenciatura). Universidad de Concepción del Uruguay, Uruguay.
- Blanco, T. (2008/2009). La percepción del contexto escolar. Una imagen construida a partir de las experiencias de los alumnos. *Cuestiones Pedagógicas*, 19, 285-300. Recuperado de institucional.us.es/revistas/cuestiones/19/16Mateos.pdf
- Bonzi, N., & Bravo, M. (2008). Patrones de alimentación en escolares: Calidad versus cantidad. *Revista Médica Rosario*, 74, 48-57. Recuperado de <http://www.circulomedicorosario.org/Upload/Directos/Revista/bbb576Bonzi.pdf>
- Briz, A. E., García, L. E., Maass, C. M., Pérez, K. M., Sánchez, E., & Ortiz-Hernández, L. (2004). Hábitos alimentarios y actividad física en grupo de escolares de la Ciudad de México. El Modelaje. *Nutrición Clínica*, 7(1), 9-23. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Luis_Ortiz_Hernandez/publication/242243748_Habitos_alimentarios_y_actividad_fisica_en_un_grupo_de_escolares_de_la_Ciudad_de_Mexico_El_modelaje/links/00b49528a2444ee282000000.pdf

- Burgos, N. (2007). Alimentación y nutrición en edad escolar. *Revista digital universitaria*, 8(4), 2-7. Recuperado de http://www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril_art23.pdf
- Cáceres, C. M., Ibarra, I. A., & Pastenes, C. A. (2008). *Análisis de contenido nutricional de la publicidad de alimentos dirigida al público infantil* (Tesis de licenciatura). Universidad de Chile, Facultad de Economía y Negocios, Chile.
- Campos, N. H., & Reyes, I. (2014). Preferencias alimentarias y su asociación con alimentos saludables y no saludables en niños preescolares. *Acta de investigación psicológica*, 4(1), 1385-1397. doi:10.1016/S2007-4719(14)70382-5
- Cano, N. P. (2007). *Propuesta de una técnica e instrumento gráfico para la evaluación del consumo de alimentos en niños y niñas* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia, Guatemala.
- Castañón, M. (28 de noviembre de 2011). Las diez zonas más peligrosas de Guatemala. *La Hora*. Recuperado el 12 de julio de 2016 de <http://lahora.gt/hemeroteca-lh/las-diez-zonas-mas-peligrosas-de-guatemala/>
- Contreras, J., & Gracia, M. (2005). *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel.
- Domínguez-Vásquez, P., Olivares, S., & Santos, J. L. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 58(3), 249-255. Recuperado de <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v58n3/art06.pdf>
- Esquivel, A. (1996). *El proceso de aculturación en la enseñanza primaria en la escuela oficial urbana mixta El Mezquital II (un estudio de caso)* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Escuela de Historia, Guatemala.

- Flores, A. B. (2005). *La socialización vista desde la perspectiva de Vigotsky: Propuesta de un taller de socialización para maestros de educación básica* (Tesis de licenciatura). Universidad Pedagógica Nacional de México, México.
- Frete, G., Salinas, J., & Vio, F. (2013). Efecto de una intervención educativa sobre el consumo de frutas, verduras y pescado en familias de niños preescolares y escolares. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 63(1), 37-45. Recuperado de <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v63n1/art05.pdf>
- Giddens, A. (2010). *Sociología*. (6ª ed.). España: Alianza Editorial.
- Godoy, C. (noviembre, 2005). *Organización y funcionamiento de la tienda escolar del ciclo básico del sector oficial del municipio de Jalapa* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Guatemala.
- Godoy, M. (2008). Descubriendo los hábitos alimenticios en la escuela multicultural a través de los debates infantiles. *Index de enfermería*, 17(3), 183-187. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-12962008003300007
- Grusec, J. E., & Davidov, M. (2010). Integrating different perspectives on socialization theory and research: A domain-specific approach. *Child development*, 81(3), 687-709. doi: 10.1111/j.1467-8624.2010.01426.x
- Hernández, M. (2001). *Alimentación infantil*. (3ª ed.). España: Díaz de Santos.
- Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá, & Organización Panamericana de la Salud. (2004). *Contenidos actualizados de nutrición y alimentación*. Guatemala: Autor.
- Kruger, N. S., & Whitacre, C. M. (2009). Efecto de la publicidad televisiva sobre la selección de alimentos por escolares del noroeste argentino. *Diaeta*, 27(127), 24-33. Recuperado de www.uece.br/nutrindo/.../82-marketing-televisivo-e-consumo-alimentar

- López, M., Yepes, H., Beltrán, M., & Cardonal, J. (2006). Consumo de alimentos en niños y niñas de 6 a 10 años de edad. Instituciones públicas y privadas. Pereira urbano. *Investigaciones andina*, 9(14), 27-42. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2390/239017522003.pdf>
- Luján, A. (marzo, 2013). *Incidencia de la cultura alimentaria en hábitos alimentarios de niños de 7 a 9 años de Bombal* (Tesis de licenciatura). Universidad Abierta Interamericana, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Argentina.
- Luján-Carpio, E., Ponce-Chanfloque, J., Gálvez-Marticorena, B., & Taype-Rondán, A. (2015). La publicidad televisiva de alimentos: Un riesgo latente para los niños de Latinoamérica. *Salud Pública de México*, 57(5), 362-363. Recuperado de http://bvs.insp.mx/rsp/articulos/articulo_e3.php?id=003124
- Marín, G. A., Álvarez de Uribe, M. C., & Rosique, J. (2004). Cultura alimentaria en el municipio de Acandí. *Boletín de antropología*, 18(35), 51-72. Recuperado de http://tesis.udea.edu.co/bitstream/10495/2463/1/MarinGerman_culturaalimentariaacandi.pdf
- Martin, J. S. (2007). "Socialization". *The politics and history of a psychological concept, 1900-1970* (Tesis de doctorado). Universidad de Wesleyan, Connecticut.
- Meléndez, G. (2008). *Factores asociados con sobrepeso y obesidad en el ambiente escolar*. México: Editorial Médica Panamericana.
- Méndez, F. A. (2012). *Evaluación de un plan de refacción escolar propuesto para una escuela oficial urbana* (Tesis de maestría). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia, Guatemala.
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2012). *Guías alimentarias para Guatemala*. Guatemala: Gobierno de Guatemala, Organización Panamericana de la Salud e Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá.

Monzón, R. N. (2013). *Relación de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico en escolares del municipio de Mixco con el estado nutricional* (Tesis de maestría). Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia, Guatemala.

Moscovici, S. (1961). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Argentina: Editorial Huemul.

Mueren baleados tres hombres en La Verbena. (20 de junio de 2016). *Prensa Libre*. Recuperado el 12 de julio de 2016 de <http://www.prensalibre.com/guatemala/comunitario/mueren-baleados-tres-hombres-en-la-verbena>

Parales, C. J. (2006). Representaciones sociales del comer saludablemente: Un estudio empírico en Colombia. *Universitas psychologica*, 5(3), 613-626. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v5n3/v5n3a15.pdf>

Prada, O. M., & Zavala, N. M. (2014). *Percepción de la violencia en las personas que viven en las zonas 10 y 18 de la ciudad de Guatemala* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Escuela de Ciencias Psicológicas, Guatemala.

Restrepo, S. L. (2003). *La alimentación y la nutrición del escolar* (Tesis de maestría). Universidad de Antioquía, Facultad de Enfermería, Colombia.

_____. (2007). Percepciones frente a la alimentación y nutrición del escolar. *Perspectivas en nutrición humana*, 9(1), 23-35. Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/nutricion/article/viewArticle/9340>

_____, & Gallego, M. M. (2005). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de antropología*, 19(36), 127-148. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55703606>

Rocher, G. (1976). *Introducción a la sociología general*. (3ª ed.). Barcelona. Herder.

- Rodríguez, M. M. (1992). *Evaluación dietética de grupos escolares de diferentes establecimientos educativos mediante la aplicación de dos métodos de consumo de alimentos* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Rojas, D. M. (2011). *Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios, estado nutricional y práctica de actividad física, en población de 9-11 años del colegio CEDID Ciudad Bolívar, Bogotá* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de Ciencias, Colombia.
- Romo, M. E., López, D., López, I., Morales, C., & Alonso, K. (2005). En la búsqueda de creencias alimentarias a inicios del siglo XXI. *Revista chilena de nutrición*, 32(1). doi: 10.4067/S0717-75182005000100007
- Secretaría de Educación de la República de Honduras. (2010). *Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición*. Honduras: Autor.
- Simkin, H., & Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, docencia y tecnología*, 24(47), 119-142. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14529884005>
- Tenti, E. (2000). *Socialización*. Buenos Aires: Sede regional del instituto internacional de planeamiento de la educación y la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.
- Tojo, R. (2001). *Tratado de nutrición pediátrica*. España: Editorial Doyma.
- Trejo, J., Hinojoza, M., Flores, L., Ibarra, J., & López G. (2012). Obesidad en adolescentes escolarizados como factor de riesgo en desarrollo de diabetes en Ciudad Juárez, Chihuahua, México. *Revista salud pública y nutrición*, 13(4). Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2012/spn124d.pdf>

Tuñón, I., & Miguel, L. (2007). *Argentina 2006: Condiciones de vida de la niñez*. Buenos Aires: Fundación Arcor y Universidad Católica Argentina.

Vanderstraeten, R. (2000). Luhmann on socialization and education. *Educational Theory*, 50(1), 1-23. doi: 10.1111/j.1741-5446.2000.00001.x

Vásquez, B. R. (01 de febrero de 2016). Dos muertos y cuatro heridos en tres ataques armados. *Prensa Libre*. Recuperado el 12 de julio de 2016 de <http://www.prensalibre.com/guatemala/comunitario/un-muerto-y-tres-heridos-en-balacera-en-la-verbena>

Vásquez, C., De Cos, A. I., & López, C. (2005). *Alimentación y nutrición. Manual teórico práctico*. (2ª ed.). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

10. Apéndice

Apéndice A. Instrumentos de recolección de información

**GUÍA DE ENTREVISTA INFORMAL
PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN
NUTRICIONAL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – DIGI 2016**

Guía de Entrevista No. _____

Objetivos de la guía:

Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños.

Instrucciones:

Completar con letra legible cada una de las preguntas con base en las respuestas de los niños/as.

INFORMACIÓN GENERAL	
1. Zona y Comunidad:	
2. Nombre de la Escuela:	
3. Nombre del Entrevistado(a):	
4. Sexo del informante: H _____ M _____	
5. Edad:	
6. Grado:	
7. Fecha de la visita: _____ / _____ / _____	
8. Duración de la entrevista:	
9. Nombre del Entrevistador(a):	
10. Guía transcrita por:	

SITUACIÓN FAMILIAR	
1. ¿Con quién vives (padre y/o madre o encargado/a)?	
2. ¿Cuántos hermanos/as tienes?	
3. ¿Sabes si tu padre/madre o encargado/a trabaja y a qué se dedica? (Tratar de mencionarles algunas profesiones como ama de casa, costurera, lava ropa, entre otras)	
4. ¿Sabes si tu padre/madre o encargado/a estudió y qué nivel? (Tratar de mencionarles primaria, secundaria, diversificado o sino si saben o no leer y escribir)	

HIGIENE EN EL HOGAR
5. ¿De dónde sacan el agua que consumen en tu casa (es de chorro, la compran de un cisterna, la juntan en tambos, se la compran a un vecino, u otros)?
6. ¿Hay baño/sanitario en tu casa?
7. ¿Te lavas las manos antes y después de comer?
8. ¿Sabes si la persona encargada de preparar los alimentos se lava las manos antes de prepararlos?
REFACCIÓN ESCOLAR E INTERACCIÓN SOCIAL EN LA ESCUELA
9. ¿Desayunas antes de venir a la escuela? ¿Qué tipos de alimentos?
10. ¿En la escuela te dan refacción escolar? ¿Qué tiene?
11. ¿Qué alimentos te mandan normalmente en tu refacción? (Se refiere a la refacción que le mandan su padre/madre o encargado/a)
12. ¿Te gusta la refacción que te envían de casa? ¿Por qué?
13. ¿Prefieres la refacción que te manda tu mamá o comprar en la tienda? ¿Por qué?
14. ¿Tus amigos te invitan a comprar en la tienda o tú lo haces porque quieres?
15. ¿Qué es lo que más te gusta comprar en la tienda?
16. ¿Cuántas veces a la semana compras en la tienda? ¿Cuánto dinero te dan para comprar en la tienda?
17. ¿Intercambias o compartes tu refacción escolar con algún compañero/a?
18. ¿Prefieres comer tu refacción rápido o despacio? ¿Te gusta jugar durante el recreo?
19. ¿Alguna vez has comprado algo en la tienda que hay afuera de la escuela? ¿Qué has comprado? (Identificar frecuencia)

ROL EDUCATIVO DE LOS MAESTROS/AS			
20. ¿Alguna vez tu maestro/a te ha aconsejado el consumir/comprar algún tipo de alimento? ¿Cuál alimento?			
21. ¿Has recibido alguna charla sobre alimentación sana y saludable?			
HÁBITOS ALIMENTICIOS EN LA FAMILIA			
22. ¿Qué alimentos consumen más en tu casa? (Marcar con una X la respuesta indicada por los niños/as) (Se pueden marcar varias opciones)			
Granos, cereales o papas		Agua pura	
Verduras		Café	
Frutas		Jugos de caja/gaseosas	
Leches		Comida rápida	
Huevos		Golosinas	
Carnes		Sopas de vaso	
23. ¿Quién prepara los alimentos en tu casa?			
24. ¿Cuál es la comida que más preparan en tu casa? (Tratar de mencionarles algunas comidas como frijol, arroz, sopas, entre otros)			
25. ¿Te recuerdas qué comiste ayer (almuerzo o cena)?			
26. ¿Cuántas veces comes al día (desayuno, almuerzo o cena)?			
27. ¿Con quién comes en tu casa?			
28. En tu casa ¿Qué es lo que más te gusta comer?			
INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD			
29. ¿Qué canales y/o programas miras en la televisión?			
30. ¿Cuáles anuncios son los que te llaman más la atención? (Se puede marcar varias opciones)			
Alimentos			
Juguetes			
Entretenimiento			
Programas de TV			
31. ¿Qué tipos de anuncios (sobre alimentos) ves en la televisión? (Marcar con una X la respuesta indicada por los niños/as)			
Cereales		Galletas	

Lácteos		Snacks /Ricitos	
Golosinas		Bebidas	
Chocolates		Comida rápida	
32. ¿Alguna vez has comprado algún alimento/producto que hayas visto en la televisión? ¿Cuál?			
33. ¿Alguna vez le has dicho a tu padre/madre o encargado/a que te compre algo por haberlo visto en la televisión? ¿Qué fue lo que le pediste que te comprara?			

Observaciones

**GUÍA DE GRUPO FOCAL A MADRES/PADRES DE FAMILIA
PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN
NUTRICIONAL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – DIGI 2016**

Objetivos de la guía:

Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños.

INFORMACIÓN GENERAL
11. Zona y Comunidad:
12. Nombre de la Escuela:
13. Número de participantes:
14. Nombre de los participantes:
15. Fecha de la visita: / /
16. Duración del grupo focal:
17. Nombre del Moderador(a):
18. Guía transcrita por:

Buenos días. Mi nombre es..... y estamos realizando un estudio sobre la alimentación de las niñas y niños en el ámbito escolar. La idea es poder conocer sus distintas opiniones para colaborar con el mejoramiento de esa alimentación haciendo un trabajo conjunto entre maestras/os y madres/padres de familia.

En este sentido, siéntanse libres de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas; lo que importa es justamente su opinión sincera. Cabe aclarar que la información es sólo para nuestro trabajo, sus respuestas serán unidas a otras opiniones de manera anónima y en ningún momento se identificará qué dijo cada participante. Para agilizar la toma de la información, resulta de mucha utilidad grabar la conversación. Tomar notas a mano demora mucho tiempo y se pueden perder cuestiones importantes. ¿Existe algún inconveniente en que grabemos la conversación? El uso de la grabación es sólo para fines de análisis.

¡Desde ya muchas gracias por su tiempo!

PREGUNTAS INICIALES
SITUACIÓN FAMILIAR
1. ¿Quiénes están casadas/os y viven con sus parejas? ¿Quiénes no tienen pareja? ¿Qué grado escolar terminaron? ¿Cuál es su ocupación o a qué se dedican? / ¿Cuántos hijos/os tienen? ¿Todos estudian?
CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN
2. Si yo les digo situación nutricional de niñas y niños escolares ¿Qué es lo primero que se les viene a la mente? ¿Por qué es importante que las niñas/os se alimenten de forma adecuada?
3. ¿Ustedes les hablan a sus hijos/as sobre alimentación sana y saludable?

4. ¿Creen que los productos considerados saludables están a un precio accesible? ¿Por qué?
PREGUNTAS PRINCIPALES
HÁBITOS ALIMENTARIOS EN LA FAMILIA
5. ¿En dónde acostumbran comprar los alimentos? ¿Qué alimentos acostumbran comprar (frecuencia)?
6. ¿Cuál es la comida que más preparan en casa? ¿Por qué? Y ¿Qué hábitos de higiene tiene en la preparación de los alimentos?
7. ¿Cuántas veces a la semana comen frutas? ¿Cuántas veces a la semana comen verduras? ¿Cuántas veces a la semana comen carne? ¿Por qué?
8. ¿Qué alimentos prefieren consumir en casa? ¿Por qué? ¿Cuáles no les gustan? ¿Por qué?
9. ¿Qué alimentos no consumen en casa (y quisieran consumir)? ¿Por qué? (Precio, preferencia, escasez)
10. ¿Ustedes consumen/comen alimentos como sopas instantáneas, aguas gaseosas, ricitos, comida rápida en casa? ¿Por qué? (Frecuencia)
REFACCIÓN ESCOLAR
11. ¿Les da tiempo de preparar la refacción? Sí la respuesta es no ¿por qué? Si la respuesta es sí ¿qué les envían?
12. ¿Saben si sus hijas/os compran en la tienda escolar al momento de recreo? ¿Qué tipo de productos creen que compran más? ¿Por qué?
13. ¿Cuánto dinero les dan a sus hijas/os para comprar en la tienda escolar?
14. ¿Están de acuerdo con el tipo de productos que venden en la tienda escolar? ¿Por qué?

15. ¿Qué opinión les merece la refacción que les dan a sus hijas/os en la escuela?
ROL EDUCATIVO DE LOS MAESTROS/AS
16. ¿Saben si las maestras/os les dan pláticas a sus hijas/os sobre una alimentación saludable? ¿Consideran que este tipo de pláticas son importantes? ¿Por qué?
INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD
17. ¿Saben qué programas/canales miran sus hijos/as en la televisión?
18. ¿Sus hijas/os les han pedido que les compren algún alimento, producto, dulce o golosina por haberla visto en la televisión? ¿Cuál?
19. ¿Ustedes alguna vez han comprado algún alimento por haberlo visto en la televisión? ¿Cuál?
20. ¿Qué golosinas son las que más consumen sus hijas/os?
PREGUNTAS DE CIERRE O CONCLUSIVAS
21. ¿Qué tipo de alimentos creen que deberían de venderse en la tienda escolar?
22. ¿Qué tipo de alimentos consideran que deberían de promocionarse más en la televisión?
23. ¿Consideran que las/os maestras/os como parte de la formación educativa de sus hijas/os deberían de dar pláticas sobre una alimentación saludable? ¿Por qué? (Frecuencia)

**PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN
NUTRICIONAL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – DIGI 2016**

Guía de Entrevista No. _____

Objetivos de la guía:

Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños.

INFORMACIÓN GENERAL
1. Zona y Comunidad:
2. Nombre de la Escuela:
3. Número de participantes:
4. Nombre de los participantes:
5. Fecha de la visita: / /
6. Duración del grupo focal:
7. Nombre del Moderador(a):
8. Guía transcrita por:

Buenos días. Mi nombre es..... y estamos realizando un estudio sobre la alimentación de las niñas y niños en el ámbito escolar. La idea es poder conocer sus distintas opiniones para colaborar con el mejoramiento de esa alimentación haciendo un trabajo conjunto entre maestras/os y madres/padres de familia.

En este sentido, siéntanse libres de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas; lo que importa es justamente su opinión sincera. Cabe aclarar que la información es sólo para nuestro trabajo, sus respuestas serán unidas a otras opiniones de manera anónima y en ningún momento se identificará qué dijo cada participante. Para agilizar la toma de la información, resulta de mucha utilidad grabar la conversación. Tomar notas a mano demora mucho tiempo y se pueden perder cuestiones importantes. ¿Existe algún inconveniente en que grabemos la conversación? El uso de la grabación es sólo para fines de análisis.

¡Desde ya muchas gracias por su tiempo!

PREGUNTAS INICIALES
SITUACIÓN FAMILIAR
1. ¿Cómo se caracterizan socioeconómicamente las familias de los niños/as que estudian en la escuela?
HÁBITOS DE HIGIENE EN LA ESCUELA
2. ¿Qué prácticas de higiene tienen en la escuela? (Botes de basura, espacios para lavado de manos, baños limpios, otros)

3. ¿Cuentan con agua segura y limpia para el consumo de los niños y niñas?
4. ¿Qué aspectos influyen en que la escuela se mantenga limpia o no?
CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN
5. Si yo les digo situación nutricional de niñas y niños escolares ¿Qué es lo primero que se les viene a la mente? ¿Por qué es importante que las niñas/os se alimenten de forma adecuada?
ROL EDUCATIVO DE LOS MAESTROS/AS
6. ¿Ustedes han recibido pláticas sobre alimentación sana y saludable?
7. ¿Ustedes les han dado pláticas a los niños/as sobre una alimentación saludable? ¿Consideran que este tipo de pláticas son importantes? ¿Por qué?
8. Si responden no ¿Por qué no les han dado pláticas y qué necesitarían?
9. ¿Alguna vez han aconsejado a los padres/madres sobre qué alimentos deben enviarles a sus hijos/as en la refacción?
10. ¿Qué opinan ustedes sobre la situación nutricional de los niños y niñas que estudian en la escuela?
HÁBITOS ALIMENTARIOS EN LA FAMILIA
11. ¿Cómo creen ustedes que es la alimentación de los niños y niñas en la casa?
12. ¿Cuántas comidas creen ustedes que hacen estos niños y niñas en el día?
13. ¿Cuál es la disponibilidad de alimentos en el hogar de los niños y niñas? ¿Qué factores pueden influir en esa disponibilidad? (Frecuencia de alimentos en el hogar)
14. ¿De qué manera los hábitos alimentarios de los padres/madres influye en la situación nutricional?
REFACCIÓN ESCOLAR

15. ¿Ustedes han identificado cuáles son los alimentos que más le mandan a los niños/as en su refacción?
16. ¿Cuál es el comportamiento de los niños y niñas frente a su refacción? (Actitud frente a la refacción que le envían de casa) (Se la terminan, la tiran, no la comen, otras)
17. ¿Cómo es el momento en que los niños y niñas comen/comparten su refacción escolar en el aula de clase?
18. ¿Cómo son las prácticas de consumo de los niños/as en la tienda escolar? ¿Ustedes consideran que los niños/as se influyen entre sí para elegir sus alimentos?
19. ¿Hay niños y niñas que no llevan refacción o no pueden comprar en la tienda y por qué?
20. ¿Ustedes compran en la tienda escolar y qué alimentos? ¿Por qué?
INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD
21. ¿Saben qué programas/canales miran los niños/as en la televisión?
22. ¿De qué manera la televisión/anuncios influyen en los hábitos alimentarios de los niños/as?
PREGUNTAS DE CIERRE O CONCLUSIVAS
23. ¿Ustedes consideran que la situación nutricional influye en el rendimiento escolar de los niños y niñas?
24. Para estos niños y niñas, ¿cómo considera usted que debe ser una alimentación nutritiva y saludable?
25. ¿Qué aspectos contribuyen a mejorar o disminuir la situación de hambre de los niños y niñas?

**PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN
NUTRICIONAL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – DIGI 2016**

Guía de Entrevista No. _____

Objetivos de la guía:

Analizar las influencias de los procesos de socialización en la vida escolar y en la situación nutricional de niñas y niños.

Instrucciones:

Completar con letra legible cada una de las preguntas con base en las respuestas del entrevistado.

INFORMACIÓN GENERAL			
1.	Zona y Comunidad:		
2.	Nombre de la Escuela:		
3.	Nombre del Entrevistado(a):		
4.	Sexo del informante:	H _____	M _____
5.	Fecha de la visita:	/ /	
6.	Duración de la entrevista (Hrs y min):	Inicio:	Fin :
7.	Nombre del Entrevistador(a):		

INFORMACIÓN SOBRE VENTA DE ALIMENTOS	
No.	Pregunta
1	¿Desde cuándo vende usted aquí en la escuela?
2	¿Usted tiene hijos/as que estudian en la escuela? ¿De qué grados?
3	¿Cuántos niños/as aproximadamente compran a la hora del recreo?
4	¿Qué alimentos son los que más se venden?
5	¿Qué hábitos de higiene tiene durante la preparación de los alimentos que vende en la tienda?
6	¿Ha recibido consejos de la directora/a y/o maestros/as de qué productos vender?

**GUÍA DE OBSERVACIÓN NO PARTICIPANTE
 PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN EN LA VIDA ESCOLAR Y SITUACIÓN NUTRICIONAL
 PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – DIGI 2016**

Guía de Observación No. _____

Objetivos de la guía:

Instrucciones:

DATOS GENERALES	
Nombre de la Escuela:	
Zona y Comunidad:	
Fecha de la visita: / /	
Duración de la observación: Inicio	Fin
Nombre del observador(a):	

No.	ASPECTOS A OBSERVAR	SÍ	NO	Generalidades
INFRAESTRUCTURA DE LA ESCUELA				
1	Tipo y estado de materiales de construcción de la escuela			
2	La escuela cuenta con suficientes escritorios por grado			
3	La escuela tiene escritorios en buen estado por grado			
4	La escuela cuenta con un área de recreación			
HIGIENE ESCOLAR				
5	Las escuelas cuentan con equipo de higiene (cubeta plástica, área de desinfectante, botella de agua)			
6	La escuela cuenta con agua limpia y segura para consumo de las niñas y niños			
7	Las niñas y niños beben(consumen) el agua de la escuela			
8	Las aulas, patios y alrededor de la escuela reflejan limpieza			

9	Los depósitos de basura son utilizados por los niños y niñas			
10	Los sanitarios o letrinas son utilizados por los niños y niñas			
11	Los niños y niñas dejan basura en el piso			
12	Hay basura en el piso después del receso escolar			
REFACCIÓN ESCOLAR				
13	Las niñas y niños se lavan las manos antes de tomar la refacción escolar			
14	La refacción escolar incluye fruta			
15	La refacción escolar incluye pan			
16	La refacción incluye golosinas			
17	La refacción incluye galletas			
18	Carece de refacción (compra en la tienda)			
19	La refacción escolar incluye refrescos procesados (jugos y gaseosas)			
20	La refacción escolar incluye agua pura			
21	No cuenta con refacción (y no compra en la tienda)			
22	Los niños y niñas compran frutas en la tienda (Cuál)			
23	Los niños y niñas compran ricitos en la tienda			
24	Los niños y niñas compran refrescos procesados			
25	Los niños y niñas compran panes en la tienda			
TIENDA ESCOLAR				
26	Hay tienda escolar			
27	Tipo y estado de la escolar (caseta, mesa u otro)			
28	Cuenta con alimentos frutas y verduras			
29	Venta de helados o chocodiverso			
30	Cuenta con dulces y golosinas			
31	Cuenta con refrescos procesados			
32	Venta de agua pura			
33	Cuenta con ricitos y otros			
34	Número de personas que venden en la tienda escolar			Número
35	Hay otras ventas internas de productos			

INTERACCIÓN				
36	Intercambio de alimentos entre los escolares			Tipo
37	Niños y niñas comparten sus alimentos			Tipo
38	Se influyen mutuamente para comprar productos en la tienda			Tipo
39	Los niños y niñas comen rápido y después juegan			
ACTITUD FRENTE A LOS ALIMENTOS				
40	Se termina toda su refacción escolar			
41	No se termina la refacción enviada			
42	Hay niños y niñas que tiran su refacción			Tipo
TIENDA CALLEJERA				
43	Hay tienda callejera			Número
44	Tipo y estado de la escolar (caseta, mesa u otro)			
45	Cuenta con alimentos frutas y verduras			
46	Venta de helados o chocodiverso			
47	Cuenta con dulces y golosinas			
48	Cuenta con refrescos procesados			
49	Venta de agua pura			
50	Cuenta con ricitos y otros			
51	Número de personas que venden en la tienda escolar			
SOLICITUD DE OTROS DATOS				
52	Número de niños y niñas inscritos por grado (diferenciar por género).			
53	Edades por grado:			
54	Si en el aula hay niños/as que tengan hermanos/as o familiares inscritos en la escuela:			
55	La Escuela les provee de refacción y de qué tipo:			

11. Actividades de gestión, vinculación y divulgación

1. Presentación del proyecto en la II Semana Académica de la Investigación, Escuela de Ciencia Política.



Susan Gómez y Virginia Jiménez en la II Semana Académica de la Investigación 22/02/2016

2. **Presentación y exposición de la formulación y fase inicial del proyecto: “Procesos de socialización en la vida escolar y situación nutricional” en el curso “Análisis y experiencias de investigación”. Invitación recibida de parte del Licenciado Raúl Zepeda. Escuela de Ciencia Política, segundo nivel, salón 209.**



Susan Gómez en la Escuela de Ciencia Política el 19/04/2016



Virginia Jiménez en la Escuela de Ciencia Política el 19/04/2016

3. Elaboración de un artículo solicitado por el Licenciado Raúl Zepeda, sobre la exposición presentada en el curso “Análisis y experiencias de investigación” acerca de la formulación y fase inicial del proyecto: “Procesos de socialización en la vida escolar y situación nutricional”. Impartido en la Escuela de Ciencia Política, segundo nivel, salón 209.

Fase preliminar al planteamiento del problema de investigación

Por: Susan Gómez y Virginia Jiménez

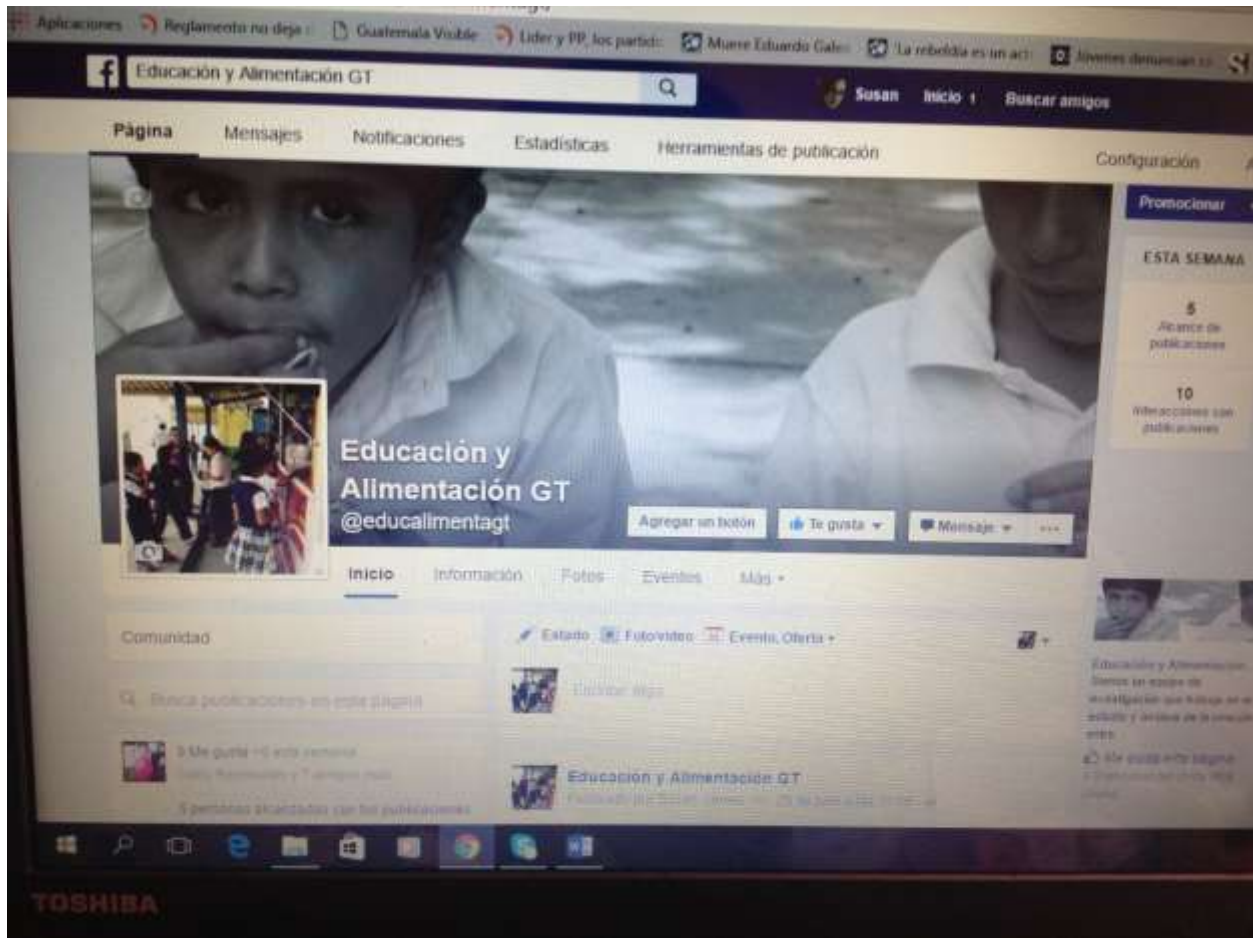
Previo a problematizar un tema de investigación es menester ordenar las ideas previas que se tienen sobre los fenómenos naturales o sociales que rodean al ser humano; en este caso específico, se abordará el tratamiento de los segundos.

Es importante recordar que toda investigación empieza con una actitud de “curiosidad”, la cual ha caracterizado al ser humano en su constante búsqueda de la verdad y de encontrar respuestas a sus interrogantes; trascendiendo de una “actitud natural” a una “actitud científica” con el propósito de comprender, interpretar y posteriormente explicar todo aquello que le rodea en su “mundo de vida cotidiana”.

Es así como surge la inquietud por conocer con mayor profundidad ciertos fenómenos y temas que en un inicio se presentan abstractos, pero que paulatinamente se concretan a medida que se tiene un acercamiento a ellos por medio de herramientas teóricas y metodológicas.

Se puede decir que previo a la problematización, es necesario transitar por dos fases. La primera de ellas implica una inmersión en la realidad social, que conlleva a la elaboración de un listado de aquello que se considera interesante para ser investigado lo cual depende del lente de cada investigador y de su línea prioritaria de investigación.

4. Creación de una página en Facebook “Educación y Alimentación GT” @educalimentagt para dar a conocer cómo los procesos de socialización influyen en la vida escolar y en la situación nutricional de las niñas y niños que asisten a algunas escuelas públicas ubicadas en las zonas 18, 12 y 7 de la Ciudad Capital.



5. Elaboración de un artículo solicitado por el MsC. Manuel Rivera, Director del Instituto de Investigaciones Políticas y Sociales (IIPS), con el fin de incluirlo en la Revista "Política y Sociedad" con motivo del 40 aniversario de la fundación del Instituto. (La información proporcionada en el artículo no fue incluida en el informe final de investigación, pues constituye un análisis parcial de la información obtenida).

