REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
VENEZUELA

Revista RENACIENTE
Proyectando el Saber Universitario Estudiantil

Depósito legal: LA2019000032

LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EL NIVEL SOCIOECONÓMICO: VOCES DE LOS JEFES DE HOGAR

*** Luis Eduardo Ceballos González**
https://orcid.org/0000-0002-0237-5661
luis_ceballos99@hotmail.com

Universidad Centro Occidental Lisandro Alvarado (UCLA)
Venezuela

Resumen

La presente investigación fue realizada con el objetivo de interpretar las voces de los jefes del hogar en cuanto a la alimentación y el nivel socioeconómico de sus familias en una comunidad de Barquisimeto Estado Lara. Esta investigación está adscrita al enfoque cualitativo, utilizando técnicas propias del método etnográfico. La información fue recabada a través de la observación participante y entrevistas semi-estructuradas. Una vez obtenida la información se procedió a analizarla a través de la categorización de las entrevistas para posteriormente realizar la interpretación y consideraciones finales. Esto generó como resultado que las familias de dicha comunidad presentan problemas de alimentación graves debido a que tienen un muy bajo consumo de proteínas, frutas y vegetales y que a su vez esto se relaciona con el alto costo de los alimentos y que además a los jefes de hogar no les alcanza el sueldo que obtienen en sus trabajos formales y por eso algunos han tenido que buscar otras maneras de obtener ingresos adicionales

Descriptores: Alimentación, Nivel Socioeconómico, Familias.

HEALTHY EATING AND THE SOCIO-ECONOMIC LEVEL: VOICES OF HEAD OF HOUSEHOLD

Abstract

The present investigation was carried out with the objective of analyzing how is the diet and the socioeconomic level of the families of the community of the Las Trinitarias Equestrian Club, in Barquisimeto, Lara State. This research is attached to the qualitative approach, using techniques typical of the ethnographic method. The information was collected through participant observation and semi-structured interviews. Once the information was obtained, it was analyzed through the categorization of the interviews to later make the interpretation and final considerations. This generated as a result that the families of this community have serious feeding problems due to the fact that they have a very low consumption of proteins, fruits and vegetables and that in turn this is related to the high cost of food and that in addition to the heads They cannot afford the salary they get from their formal jobs and that is why some have had to find other ways to earn additional income

Keywords: Food, Socioeconomic Level, Families

*Estudiante del 5to semestre de la Licenciatura de Desarrollo Humano en la Universidad Centrooccidental Lisandro Alvarado (UCLA), Barquisimeto, Venezuela. El artículo es un reporte de la investigación "La alimentación saludable y su relación con el nivel socioeconómico de los jefes de hogar de la comunidad del Club Hípico Las Trinitarias de Barquisimeto Estado Lara" realizada en el curso de Metodología de la Investigación del tercer semestre en junio 2019.

Introducción

En los seres humanos, se puede apreciar que existen una gran cantidad de necesidades, siendo algunas vitales como la alimentación. Ésta varía, dependiendo de qué tantos alimentos ingerimos al día y del tipo de alimentos, en otras palabras, la alimentación de los seres humanos puede ser buena o mala. En este sentido, en el contexto mundial, las diferentes organizaciones que trabajan por el desarrollo humano integral muestran preocupación por cómo atender la alimentación como necesidad vital de la persona.

Por ello, la Asamblea General de las Naciones Unidas ha decretado el Decenio sobre la Nutrición (2016-2025), en el cual se establece una oportunidad de las naciones para trabajar cooperativamente y así puedan mejorar sus niveles de nutrición y tengan un futuro más saludable. Esta preocupación mundial por la alimentación saludable se basa en las cifras de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO, 2018), que establecen niveles altos de problemas relacionados a la mala alimentación, siendo uno de estos la emaciación, definida como una relación de peso inferior al promedio para la estatura de los niños y jóvenes.

Para el año 2017, la emaciación es reflejada a nivel mundial en cifras de 7,5% de emaciación general, en la cual un 5% es de emaciación moderada y un 2,4% de emaciación grave. De la misma manera, otro de los problemas de la alimentación que menciona la FAO es la de la subalimentación (falta de consumo de comida), la cual alcanzó un punto alto a nivel mundial en 2005 de 14,5 % de la población con subalimentación pero disminuyendo esta a un 10,7% en 2014; aunque para 2017 esta volvería a aumentar a 10,9%.

En América del Sur, la subalimentación ha crecido los últimos años, en el año 2012 era del 19, 1% y en 2017 del 21,4 (FAO, 2018). Esta situación se relaciona con lo que define la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO, 2018) como *inseguridad alimentaria*, el cual es el acceso inestable a los alimentos, en otras palabras se trata de la mala cantidad de alimentos que las personas consumen, sea que no consuman la cantidad suficiente para satisfacer su necesidad de alimentarse, que los consuman en cantidades muy exageradas o que consuman de forma desbalanceada. Sobre lo anteriormente expuesto, la misma organización (2018) establece lo siguiente:

> La inseguridad alimentaria puede también contribuir al sobrepeso y la obesidad: los alimentos nutritivos y frescos tienden a menudo a ser costosos. Por tanto, cuando en el hogar escasean los recursos para comprarlos, la gente elige alimentos más económicos que a menudo son hipercalóricos y bajos en nutrientes. (p.52)

Desde esta perspectiva, las personas obtienen ingresos económicos dependiendo del tipo de empleo en el que estos se desenvuelven, lo cual también produce el nivel socioeconómico de las personas. Éste, según Acosta et al. (2015), puede ser evaluado como un indicador de acceso a la salud relacionándose ésta a la alimentación. En el caso de nuestro país, Venezuela, el costo de la canasta alimentaria es de 907.289,28 bolívares soberanos (Bs.S) y el sueldo mínimo es de 18.000 bolívares soberanos (Bs.S) lo que permite inferir que para la mayoría de familias es difícil acceder a una alimentación saludable y balanceada debido a sus ingresos y en consecuencia, nivel socioeconómico.

Manifiesta Selman y Fornet (2014), que uno de los principales problemas que afecta la calidad de vida de los habitantes es el económico, teniendo nuestro país una de las peores situaciones que haya vivido en las últimas décadas, lo que afecta directa y negativamente la alimentación de los habitantes. Por su parte, Cáritas Venezuela (2017) comprobó que en el último trimestre del 2016 y a través de una evaluación nutricional realizada en 25 parroquias de cuatro entidades del país, siendo estos estados; Vargas, Zulia, Lara y Distrito Capital, que se presentan a raíz de esta crisis escenarios de desnutrición aguda y expresada en el poco peso según estatura, los cuales se hicieron presentes en 53% de los niños menores de cinco años a diferente escala: 28% está en riesgo por desnutrición, 15% demuestra signos de afección leve, 7% tiene desnutrición moderada y los casos más graves alcanzan el 3 % de desnutridos severos.

Por su parte, la Fundación Bengoa (2017) sostiene que en general la situación de inseguridad alimentaria y hambre es extrema en el país, por ejemplo en 2015, aumentó la pobreza extrema (49,9%), se profundizó la escasez de alimentos (entre 50%-80% en rubros básicos), se incrementó la desnutrición y por una escalada inflacionaria (315,0%) que para el 2016 alcanzaría la inflación más alta del mundo (superior al 600%). Estos fenómenos, expresan la relación del aspecto económico de las familias con su alimentación, ya no como un problema solo individual sino del colectivo social del país.

Por estas razones, se percibe que los venezolanos han cambiado sus hábitos alimenticios, comen los alimentos que sean más accesibles económicamente, independientemente de que sean los más saludables. Al respecto, Parra (2015), como coordinadora de Nutrición y Dietética de la Dirección de Salud en Lara afirma que se están consumiendo más carbohidratos, lo que hace que nuestra alimentación sea regular. De allí, que recomienda intentar sustituir algunos alimentos y que cada familia trate de consumir por lo menos proteínas vegetales como soya y suficientes vegetales.

Sin embargo, como venezolano y residente de la comunidad de estudio he escuchado de las familias que están a mi alrededor las constantes expresiones de preocupación por lo costoso de la comida y el poco dinero para acceder a ella. Por ello, me interesa escuchar sus voces en cuanto a los alimentos que consumen y caracterizar su nivel socioeconómico desde la perspectiva de Desarrollo Humano pues estos aspectos se relacionan con la satisfacción de necesidades y la mejora de calidad de vida de las personas, además de comprender cómo nos alimentamos y su relación con la capacidad de alcanzar o no un desarrollo que nos permita vivir una mejor vida en cuestiones económicas, sociales e incluso a nivel personal. Como estudiante de Desarrollo Humano, analizar esta situación es también una preocupación como persona que observa las situaciones a veces críticas que viven los que están alrededor y darle voz para mí es importante. Espero que este trabajo sirva de consulta para otros estudiantes, quienes también tengan interés en el tema y que además me permita acercarme a la gente que requiere ser escuchada.

Bases teóricas

En la vida humana se presentan diariamente una serie de necesidades las cuales son indispensables para su desarrollo como seres vivos, siendo algunas de estas de carácter personal como la necesidad de relacionarnos con otros y otras de un carácter más fisiológico es decir, que son aquellas que nuestro propio organismo genera por sí mismo y que son indispensables para nuestra vida, como la necesidad de respirar. Una de las necesidades fisiológicas más importantes para nuestro desarrollo natural es la necesidad de alimentarnos, por lo que en esta investigación se abordara sobre lo que es el proceso de la alimentación, así como de algunos aspectos más importantes del mismo. Además, también

se hablará del nivel socioeconómico, y de cómo este influye en el tipo de alimentación que los individuos emplean en su vida diaria.

La Alimentación y su relación con la Nutrición

Para empezar, se debe proceder a responder la siguiente interrogante: ¿Qué es alimentación? Las autoras Martínez y Pedrón (2016) definen la alimentación de la siguiente manera: "La alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrirnos. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta" (p.4). A su vez, Otero (2012) da una definición un poco más simplificada pero igual de precisa, estableciendo que la alimentación es "…la obtención, preparación e ingestión de alimentos" (p.10). Sobre la base de esto, se puede decir que la alimentación es el proceso por el cual los seres humanos consumen sustancias contenidas en alimentos que permiten su nutrición y su salud a lo largo de su vida.

Ahora bien, dentro de la alimentación se desarrolla otro proceso, siendo este el proceso de nutrición. Guerrero (2017) define la nutrición como "…el proceso mediante el cual el cuerpo aprovecha los alimentos ingeridos. Implica digestión, absorción, asimilación y excreción" (p.6). Entonces, si la alimentación implica introducir alimentos a nuestro organismo, la nutrición implica procesar estos alimentos y distribuir las sustancias contenidas en estos en nuestro cuerpo.

Nivel Socioeconómico

En la sociedad, cada individuo se desenvuelve en algún área de campo laboral para obtener ingresos y recursos necesarios para satisfacer sus necesidades y en algunas ocasiones las de algún semejante (mayormente las de sus familiares). La cantidad de recursos e ingresos varía dependiendo del trabajo que este tenga y del cargo que desempeñe en dicho trabajo, lo que a su vez varía dependiendo de las capacidades y habilidades que este tenga y desarrolle en dicho trabajo. A todos estos factores se les denomina nivel socioeconómico, y este en sí se define, según Vera-Romero y Vera-Romero (2013) como "una medida total que combina la parte económica y sociológica de la preparación laboral de una persona y de la posición económica y social individual o familiar en relación a otras

personas" (p.41). En otras palabras, el nivel socioeconómico es la medición de la posición económica y social de un individuo en relación a otros, analizando a su vez distintos aspectos como el lugar donde se encuentre y el momento histórico que este viviendo (como una guerra por ejemplo).

Ahora bien, el nivel socio económico da lugar también a una clasificación, denominándose esta "clases sociales", y permite diferenciar las condiciones económicas de cada individuo y así determinar cuales tienen más recursos y mejor posición económica. Para mejor entendimiento del concepto, la Universidad Nacional del Nordeste (UNNE, 2010) define las clases sociales de la siguiente manera:

> La clase social se define como la división de los miembros de una sociedad en una jerarquía de distintas clases de status; de manera que los miembros de cada clase tengan relativamente el mismo status y los miembros de las otras clases tengan menor o mayor status. (p.1)

En otras palabras, la clase social es una división jerárquica de los miembros de una sociedad, evaluándose los recursos económicos que estos tengan y su cantidad, para así determinar quiénes tienen un tienen un mejor o peor status que otros.

Relación entre Alimentación y Nivel Socioeconómico

La alimentación y la posición económica de un individuo tienen una relación directa, debido a que dependiendo del tipo de trabajo y de los ingresos que una persona obtenga, la cantidad de alimentos que puede adquirir será mayor (si sus ingresos son altos) o menor (si sus ingresos son bajos). Al respecto, Corella y Ordovás (2015) hablan que la mala alimentación normalmente se da en personas con niveles económicos bajos, esto debido a que no consumen la cantidad de nutrientes que su cuerpo necesita para realizar sus funciones, o también porque consumen mayormente cierto tipo de nutrientes, como las grasas saturadas, y se disminuye el consumo de otros tipos que son necesarios de ingerir en igual cantidad para lograr una alimentación balanceada, lo que a su vez puede dar lugar a un número de enfermedades como la diabetes o la obesidad.

Hernández y Chávez (1963), establecen otros aspectos que relacionan el nivel socioeconómico de una persona o de una sociedad con la alimentación, como el desarrollo

o subdesarrollo, aludiendo que en los países más desarrollados en ocasiones debido a la cantidad de recursos alimenticios se genera un exceso de consumo de estos recursos resultando en, por ejemplo, obesidad de la población, y a su vez destacan que en países subdesarrollados sucede que la mayor parte de la población, al tener esta una cantidad muy limitada de recursos para alimentar a la misma, resulta en problemas de desnutrición por parte de los habitantes. Asimismo, todos estos factores resultan en problemas de producción no solo para los habitantes de una nación o sociedad sino también para la nación en sí, ya que si los individuos presentan problemas de salud debido a una mala alimentación estos no producirán los recursos necesarios para el desarrollo económico y social de su país.

Necesidades Humanas

La alimentación humana ha sido tratada por algunos teóricos y Organismos Gubernamentales como una necesidad vital de los individuos. En este sentido, Maslow (1973) pionero en los estudios sobre necesidades, establece una pirámide jerárquica que las ordena y que coloca a la alimentación como una necesidad fisiológica, ocupando la base de la pirámide propuesta. El autor, plantea que para poder cumplir las otras necesidades se deben satisfacer primero las fisiológicas, lo que coloca a la alimentación en el primer orden de la clasificación.

Pero, Max Neef (1986) plantea que la alimentación en realidad no es una necesidad sino un satisfactor de la necesidad básica de subsistencia, enfoque que supera el de Maslow ya que establece relaciones de la alimentación con 4 existenciales básicos: ser, hacer, tener, estar, lo que sugiere que se necesitan indicadores cualitativos para determinar el desarrollo humano y no solo cifras que midan en el caso de la alimentación, si comen o no comen las personas.

Es importante entonces, resaltar que las necesidades no están necesariamente en un orden estricto, sino que todas se relacionen de forma sistémica. No obstante, el autor menciona que existe un umbral pre sistema que le da a la necesidad un límite bajo el cual se convierte en asunto de vida o muerte, una urgencia humana. En este sentido, se puede decir que ciertamente la alimentación se relaciona con los bienes, como plantea Max Neef

(1986), pero también se puede convertir en un asunto de emergencia si no es atendida a tiempo por la persona y por la sociedad.

Siguiendo las ideas del autor, se considera que la alimentación entonces siendo un satisfactor y no una necesidad está condicionada culturalmente por las oportunidades de satisfacción y las formas que se aborde en la familia, la comunidad y la sociedad en general para dar importancia a algo tan vital del ser humano como es alimentarse. También expone Max Neef (ob.cit.) que cualquier carencia desde los satisfactores prueban algún tipo de pobreza, por ello no hay solo pobreza monetaria sino de otras índoles: de protección, de salud, otras.

Metodología

Tipo de investigación

La presente investigación se ubica dentro del enfoque cualitativo, el cual según Hernández et al. (2010), "estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, con el fin de dar sentido o interpretar los fenómenos". (p.23), es decir el escenario investigativo es visto en una representación holística real. En el mismo orden de ideas, para Gómez et al. (1999), señalan que "los estudios cualitativos centran su investigación en la búsqueda de acontecimientos en contextos naturales sin que el investigador lo modifique y permitiendo que los sujetos objetos de estudio se involucren, interesen, evalúen y se experimenten directamente". (p.28), siendo su objetivo construir, inductiva y sistemáticamente, la teoría en base a los hechos.

De igual manera, es importante precisar el método con el cual se orienta el camino de la investigación. El método de acuerdo a Hurtado y Toro (1997) "es el medio de conseguir un fin, una actividad ordenada de un modo determinado". (p.55). Al respecto, el método por el cual se guía esta investigación es el etnográfico, el cual según Piñero & Rivera (2013) "se define como intencionalidad del estudio y descripciones de razas, pueblos y grupos humanos incluidas sus lenguas, sus ciencias, costumbres y formas de vida". (p.53), en otras palabras, en el método etnográfico se busca investigar y dar a conocer como es el estilo de vida de un grupo social determinado de acuerdo a su cultura, sus creencias y su lenguaje.

Actores de la Investigación

Los actores sociales según Martínez (2004), son "todas aquellas personas que son claves en una investigación" (p.76), siendo los actores de la presente investigación los jefes de familia en los hogares de la comunidad del Club Hípico Las Trinitarias, siendo específicamente 6 jefes de familia de la comunidad anteriormente mencionada. Por tal razón se requiere que sean representativos y conocedores de la comunidad, ya que la información que proporcionen sobre su situación económica y del tipo de alimentación que estos tienen realizaría un gran aporte a la investigación.

Escenario de la Investigación

El estudio presentado se llevó a cabo en la comunidad del Club Hípico Las Trinitarias la está formada por 5 edificios y un conjunto residencial de casas y está ubicado al frente de la Universidad Fermín Toro cerca del Centro Comercial Las Trinitarias, aunque para este caso se está desarrollando la investigación en el edificio DM.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Asimismo, se empleó la entrevista que según diversos autores, es la técnica más empleada en las distintas áreas del conocimiento. En un sentido general, se entiende esta, como una interacción entre dos personas, planificada y que obedece a un objetivo, en la que el entrevistado da su opinión sobre un asunto y, el entrevistador, recoge e interpreta esa visión particular.

Las principales características de la entrevista según Hernández et al. (2010) se encuentra que pretende comprender más que explicar, no se esperan respuestas objetivamente verdaderas, sino subjetivamente sinceras, el entrevistador adopta la actitud de "oyente interesado", pero no evalúa las respuestas (no hay respuestas correctas), se explora uno o dos temas en detalle, obtiene información contextualizada (personas, lugar, etc.) y las respuestas son abiertas, sin categorías de respuestas preestablecidas.

Análisis de la información

Como plantean Buendía et al. (1998): "El análisis de datos cualitativos ha generado técnicas propias, que constituyen toda una metodología… Entendemos por análisis cualitativo de datos aquel que opera sobre textos" (p.18). Es por esto, que se analizarán las entrevistas transcritas a través de la categorización que puede definirse como un proceso para seleccionar, abstraer y transformar los datos en bruto o el texto en algunas categorías o cualidades que permitan comprender el fenómeno (Piñero y Rivera, 2013). La codificación y la categorización refieren procedimientos para transformar la evidencia y dar sentido y significado a la realidad expresada por el informante y que el investigador vincula con una frase, una palabra o un concepto, ocurriendo así una "reinterpretación" de la realidad objeto de estudio (Piñero et al., 2019).

Según González y Hernández (2011) no existe un modelo único para el análisis ni recetas preestablecidas que aplicar. El proceso de analizar e interpretar la información cualitativa emerge de las mismas capacidades del investigador que se atreve a hacer una interpretación del fenómeno desde sus propios conocimientos, por ello también es un proceso subjetivo. Para hacer el análisis el investigador selecciona las expresiones más significativas de los entrevistados y las triangula con los aportes de algunos teóricos o autores de la temática y los aportes que el mismo produce desde sus saberes. En el siguiente grafico se puede observar la triangulación de información que se evidencian en los cuadros de categorización:

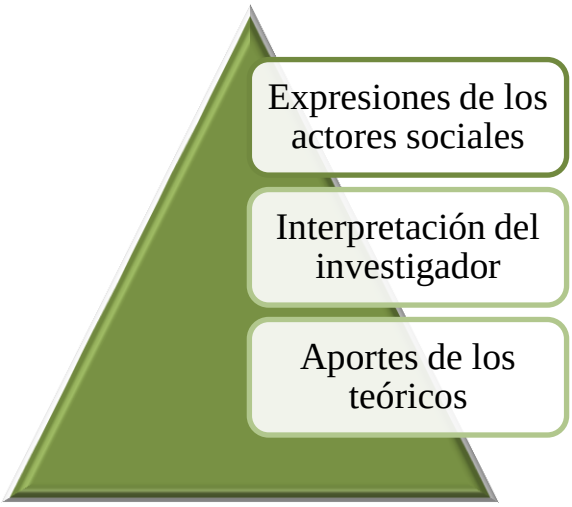

Gráfico 1
Triangulación de la información
Fuente: Elaboración propia.

Proceso de categorización

Se procedió a elaborar un cuadro de categorización que contiene los siguientes elementos: Objetivos específicos, categorías y subcategorías emergentes y las voces de los jefes del hogar.

Tabla 1
Categorización de la información

Objetivo específico: Identificar el nivel socioeconómico de las familias del Club Hípico Las Trinitarias, ubicado en Barquisimeto Edo. Lara		
Categorías	**Sub-categorías**	**Voces de los jefes del hogar**
Obtención de ingresos		**FG**: "yo tengo dos trabajos distintos aunque uno es mi trabajo formal qué es el profesional pero otro trabajo lo tengo lo hago en mis horas libres o en las noches para poder tratar de ayudar a comprar los alimentos". **LS**: "solamente mi trabajo normal diario nada más con eso no tengo más nada". **FR**: "Bueno en el caso mío pues yo con el sueldo que tengo aquí". **JV**: "porque como aquí se cobra es quincenal". **GM**: "yo creo que en esta casa he logrado ingresos para adquirir alimentos producto de otras fuentes, no de mi trabajo profesional, por ejemplo he tenido que vender cosas en mi casa productos, equipos que no necesito, los he

		logrado vender y entonces ahí voy digamos adquiriendo un poquitico de dinero mas o un familiar que me debe un dinero entonces me envía parte del pago y eso también". **MG**: "Yo soy docente jubilada, tengo mi sueldo y además tengo mi pensión. Y aparte de eso mi hija me envía alguna remesa que está en Chile entonces con eso me ayuda".
Objetivo específico: Describir la situación alimenticia de las familias del Club Hípico Las Trinitarias, ubicado en Barquisimeto Edo. Lara.		
Categorías	**Sub-categorías**	**Voces de los jefes del hogar**
II.Situación alimentaria de las familias	II.1 Obtención de alimentos	**FG:** "tratar de organizar el sueldo lo mejor posible…", "Los sueldos no alcanzan…", la situación económica no nos permite comprar todos alimentos que de verdad tendría que comprar…" **LS:** "Yendo al mercado y comprando los alimentos. **FR: "**pa' poderse alimentar hay que trabajar" **JV:** "que tengan un sueldo estable de la manera de cómo poder comprar lo necesario para tener una buena alimentación". **GM:** "el costo de los alimentos hace que sea inaccesible adquirirlos". **MG:** "Hoy en dia considero que es bastante difícil dado el costo de los alimentos y además de que están caros no se consiguen con tanta facilidad.
	II.2. Alimentos faltantes en dieta	**FG:** "Creo que lo que más nos falta es la verdura y algunas proteínas que dejado de consumir" **LS:** "Frutas verduras y más proteína". **FR:** "faltan muchas cosas por lo menos las proteínas que hay que tener". **JV:** "De alimentos que me hacen falta a mí en el hogar vamos a decirte que si queso, un pedacito de carne, un pollito" **GM:** "falta la proteína animal, es decir la carne el pollo y el pescado". **MG:** "Lo que más falta es la proteína animal"
	II.3. Consumo frecuente de frutas y verduras	**FG:** "Semanalmente en este momento estamos consumiendo frutas y verduras dos veces por semana". **LS:** "Como dos veces a la semana". **FR:** "las verduras más que la frutas" **JV**: "más o menos como dos veces a la semana". **GM:** "Frutas y verduras si trato de consumir todos los días aunque sea un poquito". **MG:** "Frutas y verduras es lo que como a diario"

	II. 4. Alimentación saludable	**FG:** "Consumir por ejemplo cítricos qué es importante para el sistema inmunológico y consumir frutas que me ayuden a la digestión…" " **LS:** "Comer balanceado frutas, verduras, proteínas, carbohidratos". **FR:** "ahorita bueno uno se las varia de muchas maneras un poquito de carne por allá que si vegetales y así vamos para sobrevivir". **JV:** "el sueldo pues me alcance para comprar el alimento más importante que uno puede consumir" "lentejas, arroz, pasta y frijol que es todo lo mas, y de vez en cuando una harina, una arepita cuando mucho". **GM:** "hemos optado por comer soya, carne de soya que no es carne sino soya, y tratar de mantener el consumo hortalizas y de verduras". **MG**: "tratamos pues de que haya carbohidratos, de que haya grasa, que haya pues todo lo que representa que tenga vitaminas"
	II.5. Valoración de la situación	**FG:** "La situación económica no nos permite comprar todos alimentos que de verdad tendría que comprar **LS:** "Muy deficiente porque los alimentos están demasiado costosos y es muy difícil para comprarlo ya que es muy poco el sueldo que uno gana y no nos alcanza para comprar los alimentos". **FR**: "Bueno aquí en el Club Hipico Las trinitarias la situación ha estado apretada a pesar de que hay gente que todavía puede pues pero si le ha disminuido la alimentación **JV:** "estamos pasando una situación muy crítica" **GM:** "creo que hay una alimentación precaria" **MG: "**hay gente que tiene la posibilidad de comprar un poquito de cada cosa…" "otros que son los que viven solo de la pensión les cuesta un poquito más adquirir todos los alimentos".

Objetivo específico: Interpretar a través de la voz de los jefes de hogar la relación entre la alimentación y el nivel socioeconómico de las familias del Club Hípico Las Trinitarias, ubicado en Barquisimeto Edo. Lara.

Categorías	**Sub-categorías**	**Voces de los jefes del hogar**
Ingresos vs alimentación	III.1 Mejoras por parte del gobierno	**FG:** "Lo que está ocurriendo es producto de sus propias políticas económicas y de la hiperinflación que tenemos", "no creo que el gobierno pueda hacer nada porque las políticas que lleva son totalmente erradas". **LS:** "Que haya más producción en el país.

		FR: "…que haya producción, que la gente los que tienen las cuestiones agrícolas que siembren y que haya bastante sembradura para nosotros también tener alimentación". **JV:** "que esto se solucionara para ver si tenemos una nueva vida". **GM**: "Bueno yo creo que reactivando el aparato productivo porque el problema grave es que no se está produciendo alimentos en este país", "Otro seria también modificar la política económica porque si no hay un cambio en la política económica seria digamos imposible reactivar el aparato productivo". **MG:** "Lo primero que hay que hacer es reactivar el sembradío, la ganadería, todo lo que es producción nacional…".
	III.2. Relación ingresos-alimentación	**FG:** "Bueno la relación es directa con el sueldo que nosotros tenemos a pesar de ser profesionales no nos alcanza para comprar la comida que tenemos que comprar". **LS:** "es muy difícil con eso en lo que uno tiene comprar los alimentos por lo caro que están" **FR:** "horita no alcanza pa' nada". **JV:** "eso para lo que nos alcanza para comer lo que podemos y como todos te repito como todos estamos pasando que compramos lo que podemos comer pa' medio sobrevivir". **GM:** "hay una relación directa, porque la cantidad de ingresos que tenga una persona determina la posibilidad de adquirir productos alimenticios". **MG:** "esa va directamente proporcional, mientras más ganas mas puedes comprar, si ganas menos pues lamentablemente no puedes comprar todo lo que quieras".

Nota: Elaboración propia.

Categoría: Obtención de ingresos

En esta categoría los actores sociales LS, FR, JV establecieron que obtienen sus ingresos únicamente de los salarios que ganan en sus empleos formales como conserje, trabajador obrero y vigilante. Solo tres actores coinciden en que obtienen ingresos adicionales de otras fuentes, como FG que expresa que tiene un trabajo que realiza en sus horas libres y en las noches, o GM que manifiesta que también obtiene ingresos vendiendo equipos que no necesita y a través de deudas que familiares tienen con esta persona, o

también esta MG que dice que aparte de su pensión su hija que está en Chile le manda de vez en cuando alguna remesa. De acuerdo a lo que establecen los actores sociales, se puede inferir que con lo que ganan en sus empleos formales es un muy poco para comprar los alimentos necesarios, por eso algunos han tenido que recurrir a otras maneras para obtener ingresos adicionales y así poder comprar con mayor cantidad.

Además, de acuerdo a lo que establece el Centro de Documentación y Análisis de la Federación Venezolana de Maestros (2019) el costo mensual de la Canasta Básica Familiar (CBF) en febrero 2019 fue de 1.272.695,29 bolívares soberanos, mientras que el salario mínimo, se encontraba en 18.000 Bs S, es decir, se requieren 70,7 salarios mínimos para poder cubrir la canasta por familia cada mes. Lo anteriormente expuesto, refleja que los ingresos económicos son extremadamente bajos frente al costo de la canasta básica, y es por ello que muchas personas buscan otras fuentes de ingresos aparte de su trabajo formal.

Ramírez (2012), por su parte, establece 5 niveles o estratos familiares basado en el método Graffar-Méndez: (a) Estrato I: Profesionales con fortunas heredadas o adquiridas; (b) Estrato II: Profesionales Técnicos Superiores, medianos comerciantes con ingresos que dependen de sus ganancias u honorarios profesionales; (c) Estrato III: Empleados sin profesión universitaria, pequeños comerciantes con ingresos mensuales o sueldo; (d) Estrato IV: Obreros especializados y trabajadores de la economía informal con ingresos mensuales, semanales o por día; (e) Estrato V: Obreros no especializados y trabajadores de la economía informal con ingresos de donaciones públicas y privadas.

En el escenario de estudio se evidencia que existen familias de estrato II, III y IV, no obstante tienen todos sueldos e ingresos bajos que le impiden adquirir la canasta básica establecida.

Categoría: Situación alimentaria

Subcategoría: Obtención de alimentos

De acuerdo a los actores sociales, los venezolanos adquieren sus alimentos trabajando para poder comprarlos, sin embargo estos también destacan que su obtención es difícil debido al alto costo de los mismos. En base a lo anterior, se puede decir que aunque los venezolanos trabajen en empleos formales y tengan ingresos de otras fuentes, el alto costo de los alimentos hace que se cada vez la compra de estos sea cada vez más limitada

por causa de la inflación. Esto se relaciona con las cifras de inflación publicadas por el Banco Central de Venezuela en 2018, resultando ésta de 130.060%.

Subcategoría: Alimentos faltantes en dieta

En este caso, los actores sociales coinciden en que mayormente lo que más les hace falta consumir es la proteína animal, aunque FR y LS añaden que aparte de proteína han disminuido el consumo de verduras. Con lo anterior, se puede evidenciar la falta de alimentos importantes como el pollo y la carne en la dieta de los residentes de la comunidad del Club Hípico Las Trinitarias, haciendo que su alimentación sea deficiente y desproporcional a lo requerido para estar saludable. De la misma manera, Saenz (2018) destacó en una entrevista que la nutrición del venezolano es deficiente ya que su dieta se basa en carbohidratos y en un muy bajo consumo de proteínas, pudiéndose decir que en base a esto, la problemática de falta de alimentos no solo ocurre en una comunidad determinada, sino que afecta a toda la población venezolana.

Subcategoría: Consumo frecuente de frutas y verduras

En esta categoría hubo una variación en las respuestas dadas por los actores sociales: FG, LS y JV establecen que el consumo de estos alimentos es de un máximo de dos veces por semana, FR ha dicho que consume "verduras más que las frutas" mientras que GM y MG manifiestan que su consumo de frutas y verduras es diario. En base a esto se puede decir entonces los venezolanos tratan de mantener por lo menos dos veces a la semana un consumo constante de frutas y de verduras, siendo muy pocos los casos en donde pueden mantener un consumo diario de estos alimentos. Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (2019) establece que "Las frutas y verduras son componentes importantes de una dieta saludable. Un bajo consumo de frutas y verduras está asociado a una mala salud y a un mayor riesgo de enfermedades no transmisibles" (s/p) pudiéndose decir con esto que los venezolanos tienen mayor riesgo de contraer enfermedades y de tener problemas graves en su salud por el bajo consumo de frutas y verduras.

Subcategoría: Alimentación saludable

Respecto a esta categoría, cada actor social destacó su manera de mantener en cierta forma una alimentación saludable: FG expresa que trata de comer frutas que le ayudan a la

digestión, LS dice que trata de comer balanceadamente "frutas, verduras, proteínas, carbohidratos", FR establece algo similar, expresando que trata de variar su consumo de vegetales y de carne. JV manifiesta que con lo que le alcance de su sueldo trata de comprar los alimentos más importantes para consumir, destacando lentejas, pasta, arroz y frijol "y de vez en cuando una harina, una arepita cuando mucho"; GM establece que aparte de mantener el consumo de hortalizas y de verduras ha tenido que optar por carne de soya, finalmente MG expresa que trata consumir todo lo que tenga vitaminas. Ante todo esto, se puede decir que cada venezolano trata de mantener de la manera que puede una alimentación que aunque no es completamente saludable trata de ser lo más balanceada posible. Al respecto, la Organización Mundial de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (2018) habla de que una alimentación saludable significa que tenga todos los requerimientos y energía para estar sanos, además permite obtener una mejor calidad de vida. De allí, que lo dicho por los jefes de hogar se orienta pudieran tener dificultades en cuanto a su salud y calidad de vida por la falta de nutrientes necesarios y suficientes.

Subcategoría: Valoración de la situación alimentaria

En esta subcategoría 5 de 6 actores sociales expresaron que la situación alimentaria vivida en el Club Hípico Las Trinitarias es deficiente, coincidiendo en que la causa de esto es por el alto costo de los alimentos y además establecen que la situación es igual para todos los residentes, sin embargo MG establece que "hay gente que tiene la posibilidad de comprar un poquito de cada cosa o tener sus alimentos completos". Ante esto, se puede decir que hay diferentes puntos de vista en cuanto a la situación alimentaria en dicha localidad, ya que la mayoría de los residentes expresan que la situación alimentaria es igual de precaria y deficiente para todos, pero hay algunos que todavía pueden consumir los alimentos necesarios. Al respecto, Zambrano y Sosa (2018) señalaron que el consumo de alimentos del venezolano disminuyó de forma abrupta desde el año 2018 sobretodo en el consumo de carnes, leches y derivados, y en hortalizas, lo que indica que realmente la situación alimentaria del venezolano se está volviendo cada vez más lamentable y más difícil de manejar.

Categoría: Ingresos vs alimentación

Subcategoría: Mejoras por parte del gobierno

En esta subcategoría, las respuestas de los actores sociales coincidieron en su mayoría en que para mejorar la situación alimentaria de los venezolanos se debería reactivar el aparato productivo, centrándose mayormente en la parte agrícola y en la ganadería, sin embargo FG estableció que el gobierno ha sido el causante de la situación alimentaria precaria que viven los venezolanos debido a sus malas políticas. Ante esto, se puede entonces que el gobierno venezolano debe buscar rápidamente la reactivación de la producción en el país, y además buscar otras políticas que mejoren no solo la alimentación sino también la economía.

Subcategoría: Relación ingreso- alimentación

En esta última subcategoría, MG y GM respondieron que la relación entre los ingresos de un individuo con su alimentación es directa ya que dependiendo de sus ingresos la cantidad de alimentos que pueden comprar será variada, mientras que FR, LS, FR y JV respondieron que debido a los bajos ingresos que tienen en sus trabajos es difícil comprar los alimentos necesarios para la completar la dieta. Al respecto se puede decir que la alimentación y los ingresos van enlazadas directamente, y que en este caso a los venezolanos se les dificulta tener una alimentación saludable debido a que sus ingresos no son suficientes para adquirir los nutrientes que necesitan consumir. En relación a esto, Corella y Ordovás (2015) establecen que varias investigaciones muestran que cuando las personas tienen menor ingreso o nivel socioeconómico, su dieta es poco saludable, lo que demuestra que ciertamente los bajos ingresos ocasionan que sea insuficiente la cantidad de comida que se puede comprar lo que a su vez genera que haya una mala alimentación.

Reflexiones finales

Al haber realizado la categorización de los temas emergentes en las entrevistas y su análisis correspondiente, se pueden establecer las consideraciones finales basadas en los objetivos de investigación.

Con relación al primer objetivo, el cual era identificar el nivel socioeconómico de las familias del Club Hípico Las Trinitarias ubicado en Barquisimeto Edo. Lara, se

encontró que las familias residentes ejercen en su mayoría un solo trabajo que es de donde obtienen principalmente sus ingresos, mientras que pocos realizan actividades adicionales para obtener la mayor cantidad de ingresos extras que puedan. Además de esto, en dicha comunidad residen familias de diferentes estratos sociales (específicamente de estratos II, III y IV) pero aún así la dificultad para obtener la cantidad de ingresos necesarios para adquirir la canasta básica requerida es la misma para todos.

El segundo objetivo, fue describir la situación alimenticia de las familias del Club Hípico Las Trinitarias ubicado en Barquisimeto Edo. Lara, y en él se evidenció que la situación alimentaria de las familias es precaria y muy difícil debido a que no están consumiendo la cantidad de nutrientes necesarios, como las proteínas o los carbohidratos y esto puede ocasionar que presenten problemas graves de desarrollo e incluso de salud.

Con respecto al tercer objetivo relacionado a interpretar a través de la voz de los jefes de hogar la relación entre la alimentación y el nivel socioeconómico de las familias del Club Hípico Las Trinitarias, ubicado en Barquisimeto Edo. Lara, se obtuvo como resultado que para los jefes de hogar la relación de alimentación y nivel socioeconómico es directa y que debido al alto costo de los alimentos y a los pocos ingresos que estos obtienen de sus trabajos se les hace más difícil el comprar los nutrientes necesarios para llevar una alimentación balanceada y saludable, y es por eso que además hay algunos que han tenido que optar por obtener ingresos adicionales.

Con relación a lo anterior, como reflexiones finales se puede decir que las familias del Club Hípico Las Trinitarias necesitan con urgencia que los problemas relacionados a la mala alimentación sean solucionados, ya que estos pueden ocasionar dificultades de salud que podrían incluso atentar contra su vida. Además de esto pienso como futuro licenciado en Desarrollo Humano que la mejor manera de solucionar estos problemas es implementado estrategias que mejoren la situación alimentaria y pueda brindar una ayuda económica adicional para aquellos que se les dificulte adquirir los ingresos suficientes para la compra de alimentos. Esto pasa por la implementación de políticas gubernamentales dirigidas a mejorar la economía nacional y por buscar alternativas alimenticias con la ayuda de especialistas en nutrición que dirijan programas de orientación a las comunidades.

Referencias

Acosta, R., Matsumoto, A. y Gutiérrez, J. (2015). Medición simplificada del nivel socioeconómico en encuestas breves: Propuesta a partir de acceso a bienes y servicios. *Salud Pública de México, 57*(4), 298-303. http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v57n4/v57n4a7.pdf

Banco Central de Venezuela, BCV. (2019). Cifras de inflación abril 2019. https://es.scribd.com/document/411774691/Inflacion-Venezuela-Abril-2019#from_embed

Buendía, L., Colás, P. y Hernández, P. (1998). *Métodos de Investigación en Psicopedagogía.* McGraw-Hill.

Cáritas Venezuela (2017). *Monitoreo de la situación nutricional en niños menores de 5 años*. http://caritasvenezuela.org/wp-content/uploads/2018/05/5to-Bolet%C3%ADn-Monitoreo-de-la-Situaci%C3%B3n-Nutricional.compressed.pdf

Centro de Documentación y Análisis de la Federación Venezolana de Maestros (2019). Canasta Alimentaria Familiar de febrero se ubicó en Bs 1.272.695. https://www.bancaynegocios.com/canasta-alimentaria-familiar-de-febrero-se-ubico-en-bs-1-272-695/

Corella, D. y Ordovás, José M. (2015). Relación entre el estado socioeconómico la educación y la alimentación saludable. http://www.publicacionescajamar.es/pdf/publicaciones-periodicas/mediterraneo-economico/27/27-736.pdf

Fundación BENGOA. (2017). La situación alimentaria y nutricional en Venezuela omitida en el último reporte de FAO. https://www.fundacionbengoa.org/noticias/2017/la-situacion-alimentaria-y-nutricional-en-venezuela-omitida-en-el-ultimo-reporte-de-la-fao.asp

Gómez, G. et al. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Aljibe.

González, G. y Hernández, T. (2011). *Interpretación de la evidencia cualitativa.* Gema.

Guerrero, A. (2017). *Conceptos básicos de nutrición.* Universidad Veracruzana, México. https://www.uv.mx/personal/lbotello/files/2017/02/conceptos_basicos_de_nutricion-1.pdf

Hernández, J., Arroyo, P. y Chávez, A. (1963). Aspectos socioeconómicos de los alimentos y la alimentación en México. *Salud Pública México*, 5(5), 827-831. http://revistas.bancomext.gob.mx/rce/magazines/618/4/RCE6.pdf

Hernández Fernández y Batista (2010). *Metodología de la Investigación.* Tercera Edición Mc Graw Hill.

Hurtado, I. y Toro, J. (2007). *Paradigmas y Métodos de Investigación*. Clemente Editores C.A.

Martínez, A. y Pedrón, C (2016). *Conceptos básicos en alimentación.* Nutricia, Avanced Medical Nutrition. https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf

Martínez, M. (2004). *Investigación cualitativa.* Trillas.

Maslow, A. (1973). *El hombre autorrealizado*. Kairós.

Max-Neef, M. (1986). *Desarrollo a Escala Humana: Una opción para el futuro. CEPAUR, CHILE.*

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, FAO. (2018). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. http://www.fao.org/3/I9553ES/i9553es.pdf

Organización Mundial de la Salud, OMS. (2019). https://www.who.int/elena/titles/fruit_vegetables_ncds/es/

Otero, B. (2012). *Nutrición.* Red Tercer Milenio, Biblioteca Digital. http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/salud/Nutricion.pdf

Parra, A. (2015). El venezolano ajusta su dieta a los alimentos disponibles. *El Impulso.* https://www.elimpulso.com/2015/08/02/el-venezolano-ajusta-su-dieta-a-los-alimentos-disponibles/

Piñero, M. y Rivera, M. (2013). *Investigación Cualitativa: Orientaciones Procedimentales.* UPEL-IPB.

Piñero, M.; Rivera, M. y Esteban, E. (2019). *El proceder del investigador cualitativo. Precisiones para el proceso de investigación*. Coedición: UNHEVAL-UPEL IPB. https://doi.org/10.46498/upelipb.lib.0001

Ramírez, L. (2012). Evolución 1982-2007 de los Estratos Sociales en Venezuela y su Conexión con la Elección Presidencial 2012. *Revista Mundo Universitario,* 41, pp. 311-322, www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/35911/1/articulo4.pdf.

Saenz, A. (2018). *Nutricionista: Alimentación del Venezolano es muy deficiente.* VOA Noticias. https://www.voanoticias.com/a/venezuela-dieta-deficiente-crisis-economica-caracas-protesta-por-hambre/4529772.html

Selman, E. y Fornet, R. (2014). *Venezuela: Análisis económico de un país en crisis*. Centro Regional de Estrategias Económicas Sostenibles, Inc. (CREES). https://cedice.org.ve/wp-content/uploads/2019/05/Venezuela_CREES_03JUN2014.pdf

Universidad Nacional del Nordeste (2010). *Clase social y nivel socio-económico.* https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/Clase%20social%20y%20Nivel%20Socio%20-%20Econ%C3%B3mico.pdf

Vera-Romero, O. y Vera-Romero, F. (2013). *Evaluación del nivel socioeconómico: presentación de una escala adaptada en una población de Lambayeque. Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional* Almanzor Aguinaga Asenjo, *6*(1), 41-45. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4262712

Zambrano, L. y Sosa, S. (2018). *Evolución del consumo de alimentos en Venezuela (1998-2017).* Universidad Católica Andrés Bello, Instituto de Investigaciones Económicas y Sociales. https://www.ucab.edu.ve/wp-content/uploads/sites/2/2018/10/IIESUCAB-Zambrano-Sosa-Informe-Consumo-Alimentos-08-2018.pdf