



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO DE PUNO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE ANTROPOLOGÍA



**LOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS Y LOS FACTORES DE
SU CONSUMO EN LOS ALUMNOS DE LA I.E.P. 70116
CARITAMAYA**

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. GHOYER QUISPE GOMEZ

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN ANTROPOLOGÍA

PUNO - PERÚ

2021



DEDICATORIA

El presente trabajo lo dedico a mi padre José Hernán, eres el mejor padre, siempre me aconsejas por el buen camino, eres un ejemplo a seguir.

A mi madre Virginia, me brindo apoyo incondicional, eres la mejor mamá, siempre tan cariñosa y pasiva.

En especial lo dedico a mi esposa Glenda Yurena, me acompaña en todas las actividades, me brindas tu comprensión, cariño y amor infinito.

A mi hermano Gilber, quien siempre me apoya, eres tan colaborador.

A mis padres políticos Francisco y Rosa (+), quien ya no está presente, desde el más allá tenemos la fe y la esperanza de que nos sigue brindando su apoyo, eternamente vivirás en nuestros corazones.

A los estudiantes y padres de familia de la IEP 70116 Caritamaya, por su enorme generosidad, disposición y colaboración.

A mis familiares y amigos por su colaboración.

Ghoyer Quispe Gomez



AGRADECIMIENTOS

- Agradezco a Dios por la vida que nos brinda, un don infinito. Agradezco a mi esposa Glenda Yurena, a mis padres José Hernán y Virginia, a mi hermano Gilber por su esfuerzo que pusieron en mi formación, personal y profesional.
- A los docentes Dr. Félix tapia Pineda y Lic. Anibal Ernesto Tumi Ccoa, quienes eternamente vivirán en nuestros corazones, gracias por brindarnos lo mejor de ustedes.
- A los señores miembros del jurado M Sc. David Benjamín Antezana Bustinza, Dr. Luis Enrique Rivera Vela y Lic. Dimaz Ccori Valdivia, por brindar el soporte sustancial para la realización eficaz del trabajo de investigación.
- A los docentes de la Escuela Profesional de Antropología, quienes nos brindan con sus enseñanzas y a través de sus experiencias, pautas para desarrollarnos y ser competitivos en el mundo académico y laboral. Quiero expresar mi eterna gratitud al Dr. Jorge Apaza Ticono, asesor del presente trabajo de investigación, por su colaboración absoluta.
- A la Universidad Nacional del Altiplano, a la Facultad de Ciencias Sociales y a la Escuela Profesional de Antropología, por haberme brindado la oportunidad de formarme profesionalmente, para el beneficio de nuestra sociedad.

Ghoyer Quispe Gomez



ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPÍTULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES, OBJETIVOS, MARCO TEÓRICO Y MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1.1. Pregunta general.....	17
1.1.2. Preguntas específicas	17
1.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
1.2.1. Antecedentes internacionales	17
1.2.2. Antecedentes nacionales	19
1.2.3. Antecedentes a nivel local.....	20
1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO	21
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
1.4.1. Objetivo general	22
1.4.2. Objetivos específicos	22
1.5. MARCO TEÓRICO.....	22
1.5.1. Impactos de cambios alimenticios	22



1.5.2.	Alimentos industrializados.....	23
1.5.3.	Alimentos agrícolas.....	25
1.5.4.	Influencia social en el consumo de alimentos.....	25
1.5.5.	Influencia cultural en el consumo de alimentos.....	30
1.5.6.	Nivel de consumo de los alimentos industrializados y agrícolas.....	33
1.6.	METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	35
1.6.1.	Unidades de análisis y observación.....	35
1.6.2.	Niveles, dimensiones y ejes de análisis.....	35
1.6.3.	Universo y muestra.....	36
1.6.4.	Técnicas e instrumento.....	36

CAPÍTULO II

CARACTERIZACIÓN DEL ÁREA DE INVESTIGACIÓN

2.1.	ASPECTOS FÍSICOS-GEOGRÁFICOS DEL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA.....	38
2.1.1.	Ubicación.....	38
2.1.2.	Límites.....	39
2.1.3.	Clima.....	39
2.2.	ESTRUCTURA SOCIAL.....	39
2.2.1.	Idioma.....	39
2.2.2.	Servicio de salud.....	40
2.2.3.	Religión.....	40
2.2.4.	Organización política.....	40
2.2.5.	Comunidades y parcialidad que conforman el centro poblado de Caritamaya.....	40
2.3.	ESTRUCTURA ECONÓMICA-PRODUCTIVA.....	41
2.3.1.	Agricultura.....	41
2.3.2.	Ganadería.....	41



2.3.3. Otras actividades	42
2.4. GASTRONOMÍA DEL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA.....	42
2.5. EDUCACIÓN EN EL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA.....	46
2.5.1. Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya	47
2.5.2. Aspectos generales de los estudiantes y padres de familia de la IEP 70116 Caritamaya	48

CAPÍTULO III

EXPOSICIÓN Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

3.1. NIVEL DE CONSUMO DE LOS ALIMENTOS AGRÍCOLAS Y ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS	52
3.1.1. Nivel de consumo de alimentos agrícolas.....	52
3.1.2. Nivel de consumo de alimentos industrializados	57
3.2. FACTORES SOCIOCULTURALES DEL CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS	61
3.2.1. Influencia de los factores sociales en el consumo de alimentos industrializados	61
3.2.2. Influencia de los factores culturales en el consumo de alimentos industrializados	80
CONCLUSIONES	96
RECOMENDACIONES.....	97
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	98
ANEXOS	105

Área : Cultura Sociedad y Medio Ambiente.

Tema : Factores Socioculturales.

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 27 de enero de 2021



ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Subdivisión de la producción familiar en los hogares del centro poblado de Caritamaya	42
Tabla 2. Matricula por grado y género 2019 IEP 70116 Caritamaya	47
Tabla 3. Estudiantes encuestados de la IEP 70116 por grado y género.....	48
Tabla 4. Género y edad de los padres de familia encuestados.....	49
Tabla 5. Grado y Edad de los estudiantes de la IEP 70116	49
Tabla 6. Grado de instrucción y género de los padres de familia entrevistados	50
Tabla 7. Cantidad de alimentos agrícolas consumidos en los hogares de los estudiantes.....	53
Tabla 8. Cantidad de veces consumidas en los hogares de los estudiantes los alimentos agrícolas.....	55
Tabla 9. Cantidad de alimentos industrializados consumidos en los hogares de los estudiantes.....	58
Tabla 10. Frecuencia de consumo de alimentos industrializados en los hogares de los estudiantes	59
Tabla 11. El estatus social y el consumo de alimentos industrializados.....	63
Tabla 12. Preferencia en el consumo de alimentos en la familia.....	64
Tabla 13. Consumo de alimentos en los grupos de edad	68
Tabla 14. Consumo semanal de alimentos de la estudiante Edith según horarios y días de la semana en el hogar.....	70
Tabla 15. Consumo semanal de alimentos del estudiante Brian según horarios y días de la semana en el hogar.....	71
Tabla 16. Horario escolar de la IEP 70116 Caritamaya.....	72



Tabla 17. Alimentos ingeridos en un día regular de clases de la estudiante Luz.....	73
Tabla 18. Alimentos ingeridos en un día regular de clases del estudiante Ray	74
Tabla 19. Influencia de los medios de comunicación en el consumo de alimentos industrializados en los estudiantes	76
Tabla 20. Menú preparaciones por los padres de familia en el almuerzo escolar del 23 de noviembre al 27 de noviembre de 2019	78
Tabla 21. Insumos utilizados en la preparación del almuerzo escolar en la IEP 70116.....	79
Tabla 22. Lugar donde frecuentemente los estudiantes consumen sus alimentos en el hogar.....	91
Tabla 23. Productos adquiridos en las principales ferias a las que acuden los padres de familia	93
Tabla 24. Principales preparaciones agropecuarias e industrializadas	94



ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Ubicación del Centro poblado de Caritamaya - Distrito de Acora - Provincia y Región de Puno	38
Figura 2. El pisqi	44
Figura 3. El tajti	45
Figura 4. La mazamorra de quinua	46
Figura 5. El Quispiño	46
Figura 6. Estudiantes acompañando con sus padres durante labores agrícolas y participando en el “quqawi”	52
Figura 7. El "quispiño" alimento natural de la zona	54
Figura 8. Consumo de alimentos industrializados en el hogar	57
Figura 9. El fiambre o “quqawi”	82
Figura 10. Plato combinado con los alimentos industrializados y agrícolas	89
Figura 11. Madres de familia adquiriendo sus víveres en la feria	92
Figura 12. Feria de los días jueves en el Centro Poblado de Caritamaya	121
Figura 13. Utilización de insumos industrializados en la preparación del menú familiar	121
Figura 14. Dirección de la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya	122
Figura 15. Entrevistando a los estudiantes de la IEP 70116 Caritamaya	122
Figura 16. Bodega aledaña a la IEP 70116 Caritamaya (lado oeste)	123
Figura 17. Estudiantes consumiendo alimentos industrializados	123
Figura 18. Al lado izquierdo el comedor y al lado derecho la cocina de la IEP 70116 Caritamaya	124



RESUMEN

La presente investigación versa sobre “Los alimentos industrializados y los factores socioculturales de su consumo en los alumnos de la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya”. El consumo de alimentos industrializados está dando una reconfiguración del patrón alimentario en la zona de estudio de manera particular en la Institución Educativa, esta manifestación puede generar problemas de salud, como: la obesidad, la diabetes, la gastritis, por ello es sustancial el consumo de alimentos agrícolas de la zona. El objetivo de estudio es identificar los niveles de consumo de los alimentos industrializados y alimentos agrícolas en los estudiantes. La metodología es mixta con predominancia cualitativa, para ello se ha utilizado las encuestas y el registro de consumo de alimentos en el hogar y en la Institución Educativa y las entrevistas a los padres de familia. Las conclusiones se centran en los factores socioculturales y nivel de consumo en el contexto familiar, los grupos de edad, la escuela, los patrones de alimentación, los programas sociales alimentarios, los valores sociales, las normas alimentarias y los hábitos alimentarios.

Palabras claves: Alimentación, alimentos industrializados, alimentos agrícolas, educación y Factores socioculturales.



ABSTRACT

This research is about "Industrialized foods and the sociocultural factors of their consumption in the students of the Primary Educational Institution 70116 Caritamaya". The consumption of industrialized food is giving a reconfiguration of the eating pattern in the study area in a particular way in the educational institution, this manifestation can generate health problems, such as: obesity, diabetes, gastritis, therefore consumption is substantial of agricultural and livestock food in the area. The objective of the study is to identify the levels of consumption of industrialized foods and agricultural foods in students. The methodology is mixed with a qualitative predominance; for this, the surveys and the record of food consumption at home and in the educational institution and the interviews with parents have been used. The conclusions focus on sociocultural factors and level of consumption in the family context, age groups, school, eating patterns, social food programs, social values, food norms and eating habits.

Keywords: Food, industrialized food, agricultural food, education and sociocultural factors.



INTRODUCCIÓN

La presente investigación se refiere al tema de los alimentos industrializados según González-Castell *et al.* (2007).

Los alimentos industrializados contienen niveles elevados de sodio y bajo contenido de fibra, en virtud de estas características de la composición de los alimentos industrializados, existe preocupación por sus posibles efectos desfavorables sobre la nutrición, la composición somática y la salud de la población (p. 346).

Además, el factor sociocultural del consumo de los alimentos industrializados está referido a las causas que originan el consumo masivo de los mismos desde los aspectos sociales y culturales, se han insertado los alimentos industrializados en el contexto rural, contexto en el que se encuentra ubicado la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya, los estudiantes prefieren consumirlos por la influencias sociales como el estatus social, las publicidades, los patrones de consumo existentes y por los factores culturales tales como las costumbres, los valores, las normas y los hábitos alimentarios.

Dentro de los social, a través del contacto entre los estudiantes, combinado con los arraigos culturales propios, como las costumbres y tradiciones que se ven influenciados a la vez sometidos a diversas experiencias y percepciones, las cuales generan el consumo propiamente de los alimentos ya sean agrícolas o industrializados, fuertemente el grupo de amigos y las publicidades serán el punto de partida en la influencia socio cultural, por ello, entre los amigos o compañeros de salón al momento de compartir los alimentos, los estudiantes tienden a mostrar un estatus alimentario optando por determinados alimentos.



El interés de la investigación, radico en identificar los niveles de consumo de los alimentos industrializados y alimentos agrícolas en los estudiantes de la IEP 70116, discernimos como los hábitos alimentarios en los estudiantes y padres de familia de la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya, han desarrollado una matización entre ambas naturalezas, este fenómeno es complejo desde lo sociocultural, sin embargo determinados comportamientos son definidos desde la cultura, el cual genera al mismo tiempo determina dichos comportamientos y gustos personales.

Los padres de familia aseveran que los niños con mucho gusto consumen alimentos preparados a base de productos industrializados y cuando se le da comidas a base de productos agro ganaderos dela zona no degustan del todo. Por ello los objetivos de la pesquisa es explicar los factores socioculturales del consumo de alimentos de origen industrializado y conocer el nivel de consumo de alimentos industrializados y agrícolas en los estudiantes de la Institución Educativa Primaria (IEP) 70116. La metodología cualitativa complementada con lo cuantitativo nos ha permitido vislumbrar sobre consumo de alimentos en la edad escolar en la zona aimara de Caritamaya.

La investigación está estructurada de la siguiente manera, en el primer capítulo se expone los planteamientos del problema, antecedentes, objetivos, marco teórico y método de investigación. En el segundo capítulo se presenta las características del área de investigación; aspectos generales del centro poblado de Caritamaya, organización social, organización política, actividad económica y gastronomía, en el tercer capítulo exposición y análisis de los resultados de investigación, exponiendo aspectos generales de los estudiantes y padres de familia de la zona de pesquisa, nivel de consumo de los alimentos industrializadas y agrícolas y factores socioculturales del consumo de alimentos. Finalmente se emite las conclusiones y recomendaciones.



CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES, OBJETIVOS, MARCO TEÓRICO Y MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En nuestro país con el crecimiento económico, la aparición de mercados industriales extranjeros, el sistema capitalista, la tendencia del mercado se apostaron por productos industriales que tienen un mínimo costo de producción, economicidad, se producen en menor tiempo. Según Malagie *et al.* (1991) aseguran:

La industria alimentaria actual experimenta un profundo proceso de diversificación y comprende desde pequeñas empresas tradicionales de gestión familiar, caracterizadas por una utilización intensa de mano de obra, a grandes procesos industriales altamente mecanizados basados en el empleo generalizado de capital. Muchas de las ramas de esta industria dependen totalmente de la agricultura o la pesca locales (p. 67).

La Asociación para la Promoción y el Desarrollo de la Comunidad y Coordinadora Nacional en Defensa de los Consumidores de Guatemala (2011) señala:

Los productos alimenticios industrializados son víveres que han ingresado en un proceso de transformación de la materia prima para mejorar las características de conservación, aspecto, color, sabor, almacenamiento y transporte de los alimentos, y después de su transformación, la adición posible de nutrientes



perdidos. Lo que se busca con esto es optimizar la eficiencia económica, acrecentar ganancias o mermar pérdidas en el proceso de comercialización (p. 11).

El consumo de los alimentos industrializados no debe ser extremadamente prohibido, hay que consumirlos con una moderación, porque de lo contrario se puede generar el fenómeno que describe Rosique-Gracia *et al.* (2012) señalando, “han sido consecuencia de la industrialización, la urbanización, el desarrollo económico y la globalización del mercado, con recónditas secuelas sobre la salud y el estado nutricional de las poblaciones” (p. 101).

En la región de Puno, existe el comercio y la adquisición de los alimentos manufacturados, a pesar de ser una región que abastece al mercado nacional un porcentaje significativo de alimentos tradicionales, el consumo de los mismos es medianamente regular en la dieta de las familias, se está apoderando el consumo masivo de los alimentos industrializados, según Milio (1990) citado por Rosique-Gracia *et al.* (2012) argumenta, “se reemplazó por una dieta “occidental” rica en grasas, en particular saturadas, azúcares, alimentos industrializados, proteínas de origen animal, baja en fibras y carbohidratos complejos” (p. 101). Tapia (2000) citado por Caballero (2009) señala:

En el sistema alimentario del Perú repercuten dos subsistemas predominantes de consumo: el primero es el agroindustrial predomina en las urbes y el segundo es el agroalimentario que sobresale en las zonas rurales, donde las familias campesinas establecen un patrón alimentario más tradicional, es un subsistema de autoabastecimiento de acuerdo a sus particularidades agroecológicas y a la importancia que el poblador andino le da a un determinado producto para su propia seguridad alimentaria y nutricional (p. 11).



En la IEP 70116, se constata a través de la observación, los niños consumen alimentos de procedencia industrializada, sin tomar en cuenta los efectos adversos que puede causar a los niños. Por su parte Dengate (2002 citado por Gonzáles-Castell *et al.*, (2007) afirma:

Aún no se conocen del todo las consecuencias que puede tener el consumo de alimentos industrializados modificados genéticamente, si bien ya se ha estudiado el efecto de algunos aditivos alimentarios utilizados en el proceso de elaboración, conservación y preservación de los alimentos industrializados, con evidencia de efectos adversos sobre la salud de infantes pequeños, como irritabilidad, falta de atención y disturbios en el sueño (p. 354).

Las adquisiciones de los alimentos industrializados se exponen en las bodegas aledañas a la Institución Educativa, los padres de familia los adquieren en las principales ferias dominicales, como en la Provincia de El Collao - Ilave y del Distrito de Ácora, asimismo en las ferias del Centro poblado de Caritamaya y en la feria vecina del Centro poblado de Culta. El consumo de los alimentos de procedencia industrial se ha generalizado, el consumo de los alimentos industrializados está dando una reconfiguración del patrón alimentario de la población aimara de manera particular a los niños, este fenómeno traería como consecuencia problemas de salud, disminución de peso y talla, principalmente problemas dentales.

La alimentación en la comunidad de Caritamaya, es a base de la producción de alimentos agrícolas de la zona, en el contexto la gastronomía aimara es combinada con los productos industriales y agrícolas. Sobre el tema Caballero (2009) señala:

La producción de alimentos, se basa en la pequeña y mediana agricultura, es muy amplio, opera en contextos muy heterogéneos, y muestra distintos grados de



articulación con los mercados de productos, donde el 73% de la agricultura familiar es de subsistencia y solo el 7% corresponde a una agricultura familiar consolidada (p. 7).

Para vislumbrar desde la perspectiva social y cultural el dilema se tiene la siguiente interrogante general e interrogantes específicas:

1.1.1. Pregunta general

¿Cómo es el consumo de alimentos industrializados y agropecuarios en los estudiantes de la IEP 70116?

1.1.2. Preguntas específicas

- ¿Cuál es el nivel de consumo de alimentos industrializados y alimentos agrícolas en los estudiantes de la IEP 70116?
- ¿Cuáles son los factores socioculturales del consumo de alimentos industrializados en los estudiantes de la IEP 70116?

1.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. Antecedentes internacionales

López (2011) en su tesis “Cambios en los patrones de consumo alimenticio provocados por la introducción de franquicias en el municipio de San Luis Potosí” realizada en el Municipio de San Luis Potosí en México, señala: “los factores que influyen en la alimentación de los potosinos, cinco de ellos dinero (19%), tiempo (12%), costumbre (18%), antojo (5%) y salud (44%)” (p. 19).

Rosique-Gracia *et al.* (2012) en un investigación realizada en la localidad de Antioquia, Colombia, en su artículo: “Estado nutricional, patrón alimentario y transición



nutricional en escolares de Don Matías (Antioquia)” señalan que midieron con la técnica utilizada para evaluar el patrón alimentario, fue el método de registro del diario personal por auto reporte, con el que se utilizó un formato estructurado de seguimiento durante tres días de la semana (lunes, miércoles y sábado) estudiaron los seis momentos que componen el esquema tradicional de distribución de las comidas diarias en la zona rural de Medellín.

Alvear-Galindo *et al.* (2013), en una investigación realizada en México, sobre “Consumo alimentario dentro y fuera de la escuela”, señala:

Los participantes indicaron consumir refrescos y jugos enlatados con alta frecuencia y en cantidades importantes (80 %), así como productos lácteos industrializados con alto valor calórico y bajo contenido de proteínas; ingerían pocos alimentos de origen animal; 30 % comía cuatro o cinco veces al día y 10 %, una o dos veces. Los resultados se asociaron con las características somato métricas de los niños, 37.6 % de los cuales presentó sobrepeso u obesidad y 12 %, bajo peso (p. 451).

Moncunill *et al.* (2018) en la Facultad de odontología en Universidad Nacional de Córdoba, Argentina, en el artículo “Consumo de alimentos durante el recreo escolar. Diseño y validación de un instrumento de relevamiento” señala en relación al tipo de comestibles consumidos en el recreo:

El predominio de alimentos del grupo de azúcares y dulces (76%), en menor proporción: cereales y derivados (8%), grasas y aceites (6%) lácteos (6%) y frutas (4%), en contraposición a lo que más les gustaría comer en el recreo, donde se prefieren los grupos de azúcares y dulces (29%); cereales (17%), lácteos (13%) y frutas (12%) y grasas y aceites (6%) (p. 36).



1.2.2. Antecedentes nacionales

Caballero (2009) en su tesis “Patrones de consumo alimentario, estado nutricional y características metabólicas en muestras poblacionales urbanas del nivel del mar y altura del Perú”, realizada en las ciudades del Perú como Cerro de Pasco, Iquitos, Lima y Puno, señala:

La ingesta de nutrientes va depender del consumo real de alimento, el cual está sujeto a la influencia de múltiples factores, entre los que se encuentran situación económica, conducta alimentaria, clima emocional, influencias culturales y los efectos de diversos estados patológicos sobre el apetito y la capacidad para consumir y absorber nutrientes adecuados (p. 21).

Gonzales-Jiménez *et al.* (2016) en su artículo “Factores socioculturales determinantes de los hábitos alimentarios de niños de una escuela-jardín en Perú: estudio cualitativo”, investigaron en niños menores de cinco años de una escuela inicial de Chachapoyas en Perú, donde encontraron:

Los factores prevalecientes de los hábitos alimenticios fueron: la disponibilidad y facilidad de preparación de los alimentos; horario y trabajo desempeñado por los padres; ingesta de café en niños como práctica común; falta de recursos e incertidumbre económica para la planificación alimenticia, y la carencia de conocimientos nutricionales. Asimismo, se identificaron creencias que pueden explicar algunos hábitos alimenticios, como los efectos beneficiosos de la comida en familia, la lactancia materna y otros víveres, o el papel de la alimentación para el buen desarrollo intelectual y físico de los niños (p. 1).



1.2.3. Antecedentes a nivel local

Burga (2009) en su tesis “Prácticas alimentarias durante un contexto de cambio estacional: El caso de la comunidad altiplánica de Tantamaco, Puno”, manifiesta:

Muchos de los productos agrícolas de la zona se han dejado de consumir, principalmente por los cambios económicos y demográficos que han traído consigo otro tipo de procesos más complejos que la sola sustitución de unos alimentos por otros. Así, en primer lugar, lo que ha sucedido es la disminución de la producción agrícola, ganadera y pesquera que ya no resultan rentables, dando paso así a una diversificación de fuentes de ingreso. Ello ha hecho que las personas acudan al mercado y en él adquirir productos para su canasta diaria que no solían consumir como fideos, arroz, pan, etc. Asimismo, otros agentes de cambio lo constituyeron los programas de ayuda alimentaria (donación de alimentos no tradicionales) y la influencia de la iglesia adventista (con sus prohibiciones del consumo de cuy y cerdo). Finalmente, las valoraciones con respecto a los alimentos también sufrieron una transformación al concebirse como más prestigiosas aquellos alimentos de origen no autóctono pues su acceso era limitado y oneroso (p. 13).

Cabana (2017) en su tesis “Hábitos alimentarios, patrón de alimentación y estilos de vida, de estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno”, concluye:

Respecto al patrón de alimentación, se muestra los primeros veinte alimentos más consumidos por los estudiantes, que consumen de manera ordinaria, por los menos una vez al mes, como: arroz (98.4%), tomate (97.6%), zanahoria (96.8%), tubérculos (96%), fideos (93.5%), melón o sandía (93.5%), queso (92.4%), manzana (91.7%), plátano (90.7%), cebolla (90.5%), quinua y/o cañihua (90%),



lechuga (90%), apio/perejil (89.7%), leches (89.5%), uvas (89.4%), azúcar (88.3%), zapallo (88.1%), legumbres (87%), papaya (86.8%) y huevos (85.6%). Se identificó en líneas generales tienen un patrón de alimentación aceptable; no obstante, se halló bajo en consumo de semillas oleaginosas y aceites como fuentes de omegas, deficiente consumo de frutas y verduras. En su mayoría de estudiantes consumen frituras, gaseosas y harinas refinadas (p. 86).

Encontrado un trabajo reciente de Alanoca *et al.* (2019) artículo titulada: Gastronomía y alimentación industrializada en las comunidades aimaras del distrito de Pilcuyo, provincia de El Collao - Ilave -Puno-Perú. La investigación aborda un tema de interés social que es la gastronomía y los alimentos industrializados en el contexto aimara, vislumbrando sus variadas formas y estilos se diferencia de otras gastronomías. El objetivo de la investigación es presentar la sabiduría de la preparación de las comidas y el consumo de la población que producen y el alcance de los alimentos industrializados. Para ello se ha utilizado el método cualitativo y la técnica de la etnografía. Como resultado de la exploración se advierte que en los Andes la gastronomía de cada día es variada (desayuno, almuerzo y cena), la preparación de las comidas de las familias campesinas se basa en lo que se hace mediante la crianza de la agrobiodiversidad, en lo que la naturaleza ofrece tal como: plantas, animales salvajes y minerales. Por otro lado, alimentos industrializados que se obtienen fácilmente en el mercado local. El consumo está estrechamente relacionado con las estaciones meteorológicas del año agrícola, que son: "jallupacha o ch'uxñaapacha" (época de lluvias) y "awtipacha" (época seca).

1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El interés del presente estudio es para vislumbrar el consumo de alimentos de origen agrícola e industrializados en la Institución Educativa primaria 70116 Caritamaya,



nuestro interés desde la Antropología es imprescindible comprender los fenómenos culturales que acontecen en nuestra realidad, interpretar y explicarlos, esta pesquisa contribuye a discernir la reconfiguración de los patrones culturales de consumo de alimentos en la población aimara rural, esto puede generar problemas de salud, a su vez, es interés público nacional fomentar la alimentación saludable en los espacios educativos para no reincidir en los problemas alimenticios que acarrearán nuestra sociedad.

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. Objetivo general

Describir el consumo de los alimentos industrializados y alimentos agropecuarios en los estudiantes de la IEP 70116.

1.4.2. Objetivos específicos

- Conocer el nivel de consumo de alimentos industrializados y agrícolas en los estudiantes de la IEP 70116.
- Explicar los factores socioculturales del consumo de alimentos de origen industrializado en los estudiantes de la IEP 70116.

1.5. MARCO TEÓRICO

1.5.1. Impactos de cambios alimenticios

Un claro ejemplo son los alimentos complementarios disponibles localmente o aquellos alimentos para el destete, preparados, producidos en el hogar y consumidos tradicionalmente, su adquisición resulta ser más económica. En muchos países, los cereales refinados como la harina de trigo, de arroz y de maíz, han reemplazado a los tradicionales, estos últimos son menos refinados y más nutritivos. La tendencia actual se



inclina por la preparación de alimentos fáciles de preparar para diario, y en los niños la tendencia viene dada por el consumo de pastelitos, snack y frituras, golosinas, pues la facilidad de consumo hace que las madres dispongan de más tiempo para sus otras actividades, hasta se les mal acostumbran a manera de obsequios a los niños (Moreno, 2013). Una de las necesidades fundamentales en el ser humano es la alimentación, el cual está vinculados a la preparación y consumo de alimentos Apaza *et al.* (2019) por ello, la cultura aimara viene recreando las formas de preparar sus comidas, en la gastronomía se requiere todo una sapiencia y sabiduría, que está directamente vinculado con las practicas ancestrales de cocinas y consumo. En las comunidades aimaras los productos son conocidos como: "*qipa mamata*", que significa madre y trama de la vida, y asimismo es considerada como la madre que cría a las colectividades del ayllu y también necesita ser criado (Apaza *et al.*, 2019).

1.5.2. Alimentos industrializados

Según González-Castell *et al.* (2007) se entiende que los alimentos industrializados, “son aquellos que son procesados por las manufacturas alimentarias centralizadas, con altos volúmenes de producción y distribución regional o nacional. Por lo general son de fácil acceso y se presentan como congelados, enlatados, listos para procesar, cocinar, calentar o consumirse” (p. 348). Malagie *et al.* (1991) en su artículo denominado “*procesos de la industria alimentaria*” de la enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo señala con respecto a los alimentos industriales:

El término industrias alimentarias abarca un conjunto de actividades industriales dirigidas al tratamiento, la transformación, la preparación, la conservación y el envasado de productos alimenticios. En general, las materias primas utilizadas son de origen vegetal o animal y se producen en explotaciones agrarias, ganaderas y



pesqueras. La industria alimentaria actual ha experimentado un intenso proceso de variación y comprende desde pequeñas empresas tradicionales de gestión familiar, caracterizadas por una utilización intensiva de mano de obra, a grandes procesos industriales altamente mecanizados basados en el empleo generalizado de capital. Muchas de las ramas de esta industria dependen totalmente de la agricultura o la pesca locales. Antiguamente se necesitaba de personal para trabajar en estas manufacturas. Las mejoras de las tecnologías de tratamiento y conservación de los alimentos han atenuado parcialmente la presión afrontada por los trabajadores debida a la necesidad de procesar con rapidez para evitar el deterioro de los productos. De este modo, se han reducido las fluctuaciones estacionales en el empleo. Con todo, en ciertos sectores siguen desarrollándose este tipo de actividades de temporada, como en el tratamiento de la fruta fresca y las verduras o en la producción de pasteles y chocolates, que aumenta en períodos vacacionales (p. 67).

Los cambios sociales de las últimas décadas (como el aumento de los ingresos, la inmigración urbana y la emancipación de la mujer) han provocado cambios en los hábitos alimentarios. El resultado ha sido el abandono de la dieta tradicional, rica en verduras y cereales, por otra dieta con muchas más grasas y azúcares. “Los alimentos poco nutritivos procesados, envasados y rápidos de preparar se han convertido en la dieta más común en muchas ciudades. El elevado consumo de calorías y la sedentarización de la mayor parte de los trabajadores (oficinas, despacho, etc.) han llevado a una sobrealimentación” (UNESCO, 2003).



1.5.3. Alimentos agrícolas

El medio rural es sustancial en nuestra investigación, por la predominancia de la agricultura, pues donde se cría las diversos cultivares con conocimientos tradicionales matizados con la tecnología moderna, donde los productos son destinados a la olla familiar en contexto de la comunidad, además la población tiene pluriactividad para garantizar la seguridad económica y alimentaria. Al respecto Pintado (2016) expone:

Actualmente en los espacios rurales se desarrollan diversas actividades que comprenden diferentes sectores productivos y comerciales, tales como el comercio, la artesanía, los servicios, la manufactura, la minería y, desde luego, la agricultura. Hay evidencia académica que muestra que buena parte de las familias agropecuarias del país no solo se dedican a un sector -la agricultura- sino que participan también de diversas actividades con la finalidad de conseguir distintas fuentes e ingreso que permitan garantizar una estabilidad económica familiar. Sin embargo, la actividad agraria sigue siendo largamente, la principal, atendiendo a su participación en la población económicamente activa (p. 9).

Delgado (2000) hace un hincapié a este tema de la comida y la identidad aduciendo, “la comida se articula doblemente con la identidad de una cultura, está presente en los órdenes biológico, fisiológico y orgánico, se articula con el mundo de los simbólico, de los significativo, en los aspectos de la representación y el sentido” (p. 93).

1.5.4. Influencia social en el consumo de alimentos

En la cultura andina uno de los valores mejores expresados son la complementariedad y el compañerismo expresados en el consumo del fiambre (Pinto & Reynoso, 2013). Johnsson (1986 citado por Burga, 2009) plantea en la comida pueden estar expresados las relaciones sociales como la identidad cultural, la cohesión grupal, la



inclusión, etc. (p. 140). También a través de los alimentos surgen diversos valores sociales como la independencia, la igualdad social y reciprocidad. Los alimentos son un medio que advierten los valores que hay en la cultura, la interacción del hombre y el medio ambiente, la cocina es entendido como la base de la integración familiar donde se planifica las actividades económicas y socioculturales (Pinto & Reynoso, 2013). De esta manera, el autor no se basa en la comida sino en la forma en cómo los alimentos se comparten, se preparan, etc. de modo que esto puede expresar relaciones sociales entre las personas, cohesión de grupo, identidad cultural, inclusión o exclusión, etc. Asimismo, a través de las comidas hay valores que son expresados. En este caso, independencia, igualdad social y reciprocidad son las más explícitas en su trabajo.

El sistema de valores está conformado por el conjunto de valores de la sociedad, culturalmente estos valores se vienen orientando hacia un consumismo, esto por la influencia de la publicidad, destacan el poder de gastar dinero, tener seguridad, mantenerse joven, está prosperando los valores materialistas por valores post-materialistas (Sociología del sistema alimentario, 2017, p. 8). González *et al.* (2016) señalan:

Estudios realizados en Latinoamérica han puesto de manifiesto que los hábitos alimentarios de los niños están determinados, fundamentalmente, por el nivel económico, educativo y la situación laboral de los padres. Esta última incide especialmente en la menor dedicación en la preparación de las comidas y la falta de tiempo para cocinar (p. 2).

A lo que concluye estos autores son las razones que justifican la falta de preparación de los menús son la falta de tiempo y las dificultades para compaginar el trabajo y la familia, además en cuanto a los hábitos familiares de comer en familia, se



constata la importancia de esta práctica como espacio de aprendizaje y socialización de normas y hábitos alimenticios, evidenciada en la cultura aimara.

En la alimentación influyen los factores sociales, indirectamente (observando a otros padres lo que adquieren) y directamente (adquisición de los alimentos), “las influencias sociales sobre la ingesta de alimentos se refieren a las influencias que una o más personas tienen sobre la conducta alimentaria de otras personas” (Dip, 2006, p. 7). Está dado por la sociedad, la comunidad, el grupo social en el que convivimos, el hecho de elegir los alimentos que adquirimos, está dado en la interacción social, cuando conversamos con otras personas, donde se desarrollan actitudes y hábitos (Dip, 2006).

Estatus alimentario. Es una jerarquía, una posición social, el grupo social tiene un respeto y admiración al individuo, sus decisiones son influyentes dentro del grupo (Holguin, 2018). En el caso de la alimentación, este estatus es alcanzado mediante el consumo comida que gozan de determinada jerarquía, por ejemplo, el comprar en un determinado lugar como el súper mercado a diferencia de comprar en la feria ambulancia, también genera determinado estatus social.

En la vivencia campesina el consumo de alimentos industrializados es percibido como la comida de los “ricos” es decir solo adquieren las familias que cuentan con dinero. En cambio, el consumo de los alimentos agrícolas es percibido como la comida de los “pobres”, esta percepción genera estatus social en el subconsciente de los pobladores.

La familia. Es el núcleo básico de la sociedad, la familia juega un rol en la elección de los alimentos (Dip, 2006). Los padres influyen en la elección de los alimentos, pues heredan sus gusto y costumbres, es común observar que si alguien ofrece algún alimento que no se consume en el hogar es rechazado o percibido como desagradable (Santana, 2017).



Los alimentos industrializados pueden venir a ser adquiridos por los padres de familia, los platos que preparen en casa, los ingredientes que usen, esos formarán parte de nuestra dieta, estas normas y hábitos alimenticios se formarán desde la infancia, más puede modificarse en la adultez cuando conformen un nuevo hogar, sin embargo, siempre se mantendrá el apego hacia determinado alimento preferido (González *et al.* 2016, p. 29).

Los grupos de edad. Está conformado por personas de similar edad, en otras palabras, son los “patas”, en caso de los niños, son el grupo que conforman entre compañeros de la misma sección u otra sección, entre los vecinos, entre los familiares, en estos grupos comparten determinadas normas de alimentación, la preferencia hacia un determinado alimento, por lo general, industrializado, en estos grupos pueden introducirse nuevos hábitos alimentarios (Sociología del sistema alimentario, 2017).

Patrones de alimentación. Esta caracterizado fundamentalmente por inclinación a determinados productos alimentarios determinados grupos sociales, familias, grupo de familias, por lo menos una vez al mes o los alimentos que recuerdan haber consumido 24 horas después de haberlos consumido (Alejo, 2015).

Los patrones de consumo son definidos como:

Las características de la dieta de una población, que dependen de múltiples factores, inclusive prácticas agrícolas, clima, cultura, industrialización y comercialización, que pueden modificarse en respuesta a estrategias publicitarias y de mercadeo, inestabilidad social, etc., con la finalidad de encausar políticas alimentarias, elaborar canastas básicas alimentarias o guías alimentarias y monitorear su desenvolvimiento en el tiempo. Además, permite conocer la calidad de la dieta en términos cualitativos y cuantitativos (Herrán y Bautista, 2005 citado por Pérez, 2007, p. 37).



Torres (2001 citado por Borbón *et al.*, 2010) refiere que los patrones alimentarios no cambian no pasan con el pasar del tiempo, solo sufren modificaciones graduales, los cuales se pueden homogenizar en todas la regiones de nuestro país. Los alimentos no solo son ingeridos para satisfacer una necesidad biológica, no solo nos alimentamos porque nos acarrea el “hambre”, es también desde la dimensión social un hábito, el cual puede ser imitable, los patrones de consumo que tenemos en el hogar, en espacios públicos son relativos a cuando nos encontramos solos o sin compañía (Díaz, 2014).

Los medios de comunicación. Especialmente en los niños escolares entre los 9 y 12 años la televisión es un medio de comunicación muy influyente, las técnicas seductoras que posee llama la atención a los estudiantes de tal manera que los escolares pasan varias horas observando; de dos maneras afecta sobre la alimentación: directamente con la publicidad que ofrecen en los horarios estelares, el bombardeo constante de diferentes marcas comerciales, los cuales mediante ciertas tendencias captan la atención de los escolares; indirectamente, mediante las series y películas, los alimentos que los actores consumen, los platos que consumen, la forma en como ingieren los alimentos influyen socialmente (Sociología del sistema alimentario, 2017). “Los estudiantes que ven la televisión exageradamente han mostrado un nivel de alimentación bajo nutricionalmente, y aquellos estudiantes que comen sin compañía muestran cierto apego a la televisión, además los auspicios comerciales de las compañías alimentarias causan impacto en las preferencias y gustos de estos” (Díaz, 2014, p.40).

Programas sociales alimentarios escolares. El programa alimentario que interviene en el territorio peruano forma parte del Ministerio de desarrollo e inclusión social (MIDIS), los programas sociales tienen como base fundamental implementar políticas públicas para atender una demanda social.



Mediante Decreto Supremo N° 008-2012-MIDIS, modificado por Decretos Supremos N° 006-2014-MIDIS y N° 004-2015-MIDIS, se creó el Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma como programa del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social, tiene como objetivos:

Garantizar el servicio alimentario durante todos los días del año escolar a los usuarios del Programa de acuerdo a sus características y las zonas donde viven.

Contribuir a mejorar la atención de los usuarios del Programa en clases, favoreciendo su asistencia y permanencia.

Promover mejores hábitos de alimentación en los usuarios del Programa (Ministerio de desarrollo e inclusión social, 2016, p. 3).

La influencia que tiene este programa alimentario es con el consumo las conservas como el atún y pollo, pastas como el tallarín, los fideos, los aceites de cocina y el arroz. Este programa está presente en la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya.

1.5.5. Influencia cultural en el consumo de alimentos

Martínez (2002 citado por Morris, 2010) manifiesta:

Los hábitos alimentarios familiares, a su vez, están ligados a los aspectos culturales de una determinada región o país, que tienen unas costumbres y tradiciones alimentarias propias (alimentos, recetas típicas, horarios de comida, comportamiento en la mesa, creencias religiosas e ideológicas, etc.) (p. 16).

Culturalmente la alimentación es uno de las raíces de nuestra cultura, de la cual formamos parte, los ingredientes usados que son propios de la cultura son rasgos irrepetibles, así por ejemplo en la selva peruana está más presente la yuca y el plátano,



sin embargo, en el altiplano peruano se impone el consumo del chuño y la quinua, la cultura a la que pertenecemos nos dirá cuáles son los ingredientes que hemos de utilizar (López, 2017). Los factores culturales “son los más determinantes de los deseos y la conducta de una persona. Incluye los valores, las percepciones, las preferencias y las conductas básicas que un individuo aprende de la familia y otras instituciones importantes” (Escalante, 2018 citado por Holguin, 2018, p. 29).

Costumbres alimentarias. Para conformar las costumbres alimentarias de diversos pueblos intervienen factores como el acceso a los insumos, el costo, el clima, la religión, el ciclo biológico, el estado de salud, los valores e ideología, entre muchos otros Vela (2011) es fundamental la alimentación además de ser solo una necesidad biológica. Las costumbres alimentarias están sujetas a variables como: etapas del proceso productivo, ocasión en rituales sociales y se adecuan a los cambios estacionales Pinto & Reynoso (2013) como por ejemplo, cuando las mujeres dan a luz, después del parto acostumbran consumir carne de cordero negro, chuño negro, sin sal la sopa, durante un mes (Burga, 2009).

Creencias sobre la alimentación. Existen creencias que influyen en la alimentación, como los efectos positivos y negativo de un determinado alimento, el papel de un alimento en la nutrición, creencias que son aceptadas porque de algún modo tienen un sustento social y empírico (González *et al.*, 2016). Esos mitos y creencias son recreados en diversos momentos de la vida cotidiana, más aún durante la alimentación, por ello la considero un aspecto cultural por la trascendencia que posee al momento de ingerir determinado alimento. Los mitos son conceptos culturales aceptados y que pasaron de generación en generación como el mito de no comer el *requeso* en los niños menores de 5 años porque les provocaría problemas en el habla, los mitos son difíciles de erradicar debido a su complejidad social (Herrera *et al.*, 2008).



Normas alimentarias. Son guías para establecer los horarios de las comidas, los ingredientes que hemos de consumir, son la base de la sociedad, mediante ellas prevalecen el orden social, sin ellas viviríamos en un caos social, por ello radica su importancia (Sociología del sistema alimentario, 2017). Existen dos tipos de normas básicas en el comportamiento alimentario: las normas sociales y la normas dietéticas, en caso de las normas sociales son acuerdos sociales, donde se establece un horario para cada comida, el lugar donde hemos de consumir, la manera de ingerir ya sea con cubiertos o con nuestras manos; las normas dietéticas están basadas en conocimientos científico-nutricionales, resalta el aspecto de la alimentación balanceada, el consumo de alimentos saludables, como la verduras, cereales, tubérculos y leguminosas (Pinto & Reynoso, 2013).

Las normas alimentarias de la comida están dadas culturalmente, los insumos que se utilizan, la forma en como preparan los alimentos, el tiempo de cocción están dados por las normas alimentarias, el rechazo a determinados alimentos en ciertos horarios o en determinadas fechas como la semana santa donde se prohíbe el consumo de carne (Sociología del sistema alimentario, 2017).

Hábitos alimentarios. Son formas de actuar, son provocados por la constante repetición de nuestros mismos actos, son costumbres, como por ejemplo cuando tomamos una taza de té siempre solemos acompañar con algún alimento como el pan. Son adquiridos en la infancia y cambiarlos es muy complicado, en la alimentación es importante educar a los niños con hábitos saludables (Sociología del sistema alimentario, 2017). “Los factores externos que influyen en los hábitos alimentarios de una población son: aspectos geográficos, económicos, políticos, tecnológicos y socioculturales que determinan la disponibilidad de comestibles y estos factores son determinantes en los hábitos alimentarios y en la nutrición” (Pinto & Reynoso, 2013, p. 23).



Los hábitos tienen un carácter automático pues en su esencia posee elementos conscientes, estos hábitos determinan en un presente y futuro el modo de actuar, nuestras preferencias y elecciones (Borgues, 2005 citado por Rojas, 2011). La adquisición de los alimentos está condicionada por las condiciones geográficas Pinto & Reynoso (2013) en el entorno rural a través de la cosecha de los productos agrícolas se obtiene los recursos alimenticios, estos se subdividen en el hogar: una parte son exclusivamente para el consumo, otra parte son utilizados para la semilla y la otra parte para la comercialización. Otras formas de adquisición de alimentos son a través del intercambio, el trueque, la comercialización la disponibilidad y la accesibilidad son los factores de abastecimiento de alimentos (Pinto & Reynoso, 2013).

En la preparación de alimentos participan tres elementos importantes como la disponibilidad de alimentos, la cocina y la organización familiar, donde se manifiesta determinadas normas y valores alimentarios (Pinto & Reynoso, 2013). En el contexto las frituras, son alimento preferido de los niños, el consumo exagerado de este puede traer consigo más adelante problemas de salud, una menor parte opta por los productos sancochados en la población infantil (Souza, 2015).

1.5.6. Nivel de consumo de los alimentos industrializados y agrícolas

“La mayoría de las teorías socioeconómicas sobre el consumo, derivan de Thorstein Veblen o de Karl Marx. Adam Smith, que entendió el consumo como la reproducción de la producción, dio lugar, mediado por Marx, a la idea del consumo como realización materialista de la identidad burguesa” (Valenzuela, 2016, p. 4). Desde la antropología comprendemos la alimentación en las comunidades aimaras es según la época altiplánicas, es decir época lluviosa se consume más verduras y en la época seca productos como granos y chuño (Apaza *et al.*, 2019). El consumo define las identidades



de un grupo social, ya sea mediante las similitudes o las diferencias que se encuentren, el consumo es un medio de comunicación, es un modo de señalar la localización del individuo en el espacio social (Valenzuela, 2016). El consumo está determinado por la condición ocupacional, el nivel de ingreso que perciben, la educación y por el acceso a los mercados y la asistencia social alimentaria (Aguirre, 1993 citado por Pinto & Reynoso, 2013). La conducta de los consumidores se determina por los ingresos económicos y los factores personales (Gil & Ríos, 2016). “Además de factores tales como edad, género, estructura familiar e ingresos, también influye la cultura popular, la cual influye en los consumidores” (Salinas, 2014 citado por Gil & Ríos, 2016, p. 58).

Ingresos económicos. En el medio rural del altiplano puneño los ingresos económicos son más vulnerables lo que ocasiona una inseguridad alimentaria. Los hogares más pobres tienen este riesgo cuando incrementan los precios del mercado, este ha sido uno de los problemas en el caso de la alimentación peruana (Chata, 2017). En el caso de los ingresos que posemos a través de uno mismo o de los padres de familia en caso de escolares, estos marcan un camino hacia la construcción de la identidad, a partir de ello se va definiendo sus gustos, preferencias, en suma, puede llegar a definir quién quiere llegar a convertirse, estas experiencias las comparte con otras personas, por eso tiene un enfoque social (Pla, 2012). Para el acceso hacia los alimentos que se he de consumir uno de los factores será la elección Holguin (2018) la cual es una acción que realiza el consumidor, es necesariamente tomar una decisión Gil & Ríos (2016) el costo que presente los alimentos será el motivo de la elección, el hecho de poseer un estatus económico no significa que tengamos una mejor alimentación (Holguin, 2018).

Estilo de vida. Está determinado por la cualificación, el poder y los ingresos en el sistema económico. Este concepto, por tanto, se extiende más allá de lo relacionado con la esfera productiva, ya que los estilos de vida se refieren a modos de conducta, habla



y pensamiento, definiendo las actitudes de los grupos y sirviendo como modelo de conducta para aquellos que aspiran a ser miembros de dichos grupos (Borrás, 1998 citado por Rodríguez, 2012).

1.6. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

El enfoque metodológico utilizado es el método mixto con la predominancia cualitativa, según Hernández *et al.* (2010) “implica un proceso de recolección, análisis y vinculación de datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio o una serie de investigaciones para responder a un planteamiento del problema” (p. 544).

1.6.1. Unidades de análisis y observación

Las unidades de análisis son los estudiantes de la IEP 70116 de Caritamaya y los padres de familia, sobre el consumo de alimentos industrializados y agrícolas.

1.6.2. Niveles, dimensiones y ejes de análisis

La investigación está centrada en conocer los factores socioculturales que influyen en el consumo de alimentos industrializados y agropecuarios, en los niños/as.

Los principales ejes de análisis entonces son:

- Factores socioculturales
- El nivel de consumo

Es prescindible no perder la visión antropológica, sobre los modos de vida, las vivencias, las costumbres, el *habitus* alimenticio de esta parte de la región, son fundamentales en la observación realizada durante la investigación.



1.6.3. Universo y muestra

El universo son los estudiantes de la IEP 70116 de Caritamaya y los padres de familia, puesto que estos últimos intervienen directamente en la alimentación de los menores, los educandos no deciden del todo lo que van a ingerir, la elección de alimentos es realizado por los padres. La investigación se realizó en el año 2019, la institución tuvo una población de 52 estudiantes. Para nuestra pesquisa se tomó 28 estudiantes que representa más del 50% del universo de estudiantes. También se optó por trabajar con 28 padres de familia de los estudiantes, todo ello para cumplir con los objetivos de la investigación.

1.6.4. Técnicas e instrumento

Encuesta: este instrumento fue aplicada a los estudiantes con la finalidad de conocer los patrones y los hábitos alimentarios en el hogar, de acuerdo a los ítems, fue organizado de acuerdo a los momentos escolares, como son la entrada, el recreo, la hora del almuerzo y la salida, se les encuestó a los estudiantes del cuarto, quinto y sexto grado que conformaron la muestra, sobre los alimentos que consumen en la Institución Educativa, se trabajó con dos estudiantes por día durante los meses de julio a noviembre del 2019. Para ello se solicitó al director de IEP 70116, el cual tuvo como respuesta positiva, para conocimiento de los docentes y estudiantes se expuso los objetivos del trabajo de investigación.

Registro de consumo en el hogar: se aplicó con el fin de conocer los horarios de consumo de los alimentos y los patrones de consumo, fue organizado mediante los diversos momentos alimentarios existentes en el hogar cómo es el desayuno, la media mañana, el almuerzo, la media tarde y la cena, se visitó a los estudiantes, previa autorización de los padres de familia, para encuestarles lo que consumieron durante el



día, por criterio se realizó entre los días sábados y domingos, días que permanecen en sus hogares, se trabajó con un estudiante por día, entre los grados mencionados, esta información fue recabada entre los meses de octubre y noviembre de 2019.

Entrevistas: se entrevistó a cada estudiante de manera individual, mediante 15 preguntas abiertas a los 28 estudiantes del cuarto, quinto y sexto grado, en este caso, se realizó 4 entrevistas por día, entre los meses de julio a diciembre de 2019. También se entrevistó a los 28 padres de familia, en sus respectivos hogares, haciendo uso de una grabadora, se ha recogido los testimonios en base a 20 preguntas abiertas sobre consumo de alimentos en el hogar, para este otro caso, se trabajó con 4 padres de familia por día durante los meses de noviembre y diciembre de 2019.

Revisión bibliográfica: se acudió a fuentes confiables, como libros, revistas indexadas, blogs, páginas web de contenido académico, todos relacionados al trabajo de investigación.

CAPÍTULO II

CARACTERIZACIÓN DEL ÁREA DE INVESTIGACIÓN

2.1. ASPECTOS FÍSICOS-GEOGRÁFICOS DEL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA

2.1.1. Ubicación

Geográficamente el Centro poblado de Caritamaya está en la parte sur de la capital de la región Puno, en el distrito de Acora, en el kilómetro 39 de la carretera panamericana sur entre la vía Puno – Desaguadero.

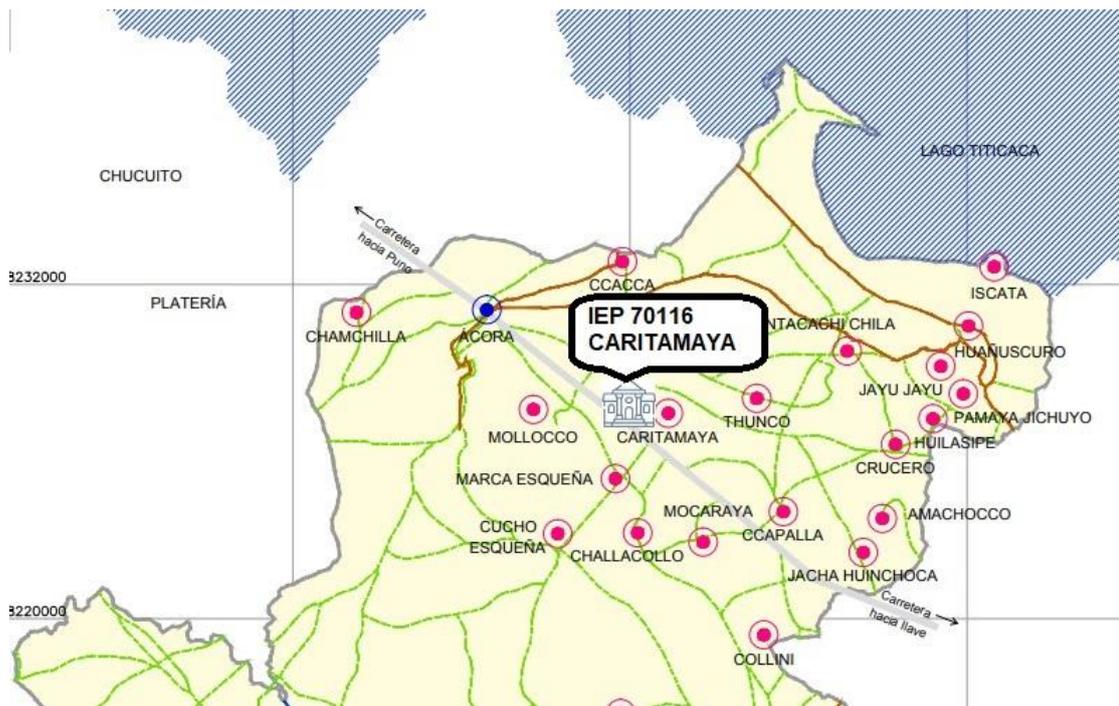


Figura 1. Ubicación del Centro poblado de Caritamaya - Distrito de Acora - Provincia y Región de Puno

Fuente:

http://minos.vivienda.gob.pe:8081/Documentos_Sica/Planos/Plano%20de%20Ubicacion%20Parapichuza%20final.pdf



2.1.2. Límites

Centro poblado de Caritamaya tiene las siguientes colindancias:

- Por el Este: Centro poblado de Thunco
- Por el Oeste: con la Comunidad Molloco, Centro poblado de Marca Esqueña y Centro poblado de Culpa
- Por el Norte: el Distrito de Ácora, comunidad de Ccaccá, Centro poblado de Chancachi y parcialidad de Silluni Amaya.
- Por el Sur con las comunidades; Centro poblado de Ccapalla Mocaraya y Centro poblado de Culpa

2.1.3. Clima

Predomina un clima frígido, la temperatura durante el día oscila entre los 20 grados centígrados. Las dos épocas son predominantes son el *jallu pacha* (época de lluvia) entre los meses de octubre hasta abril, donde está presente la lluvia y *Awti Pacha* (época seca) entre los meses de mayo hasta setiembre, donde predomina la presencia de heladas. Sin embargo, estas manifestaciones de la naturaleza son favorables la producción de los diversos productos agrícolas

2.2. ESTRUCTURA SOCIAL

2.2.1. Idioma

Predomina el aimara como lengua materna de la población, también la lengua castellana que es la que es más prevalece en las instituciones educativas del centro poblado Caritamaya



2.2.2. Servicio de salud

Centro Poblado de Caritamaya cuenta con Puesto de salud que está en el lugar denominado “*Pa phujju Chikilla Phuthunku*”, el local está medianamente equipado y viene funcionando desde el año 1965, apoyando a los pobladores con asistencia médica, proporcionando la alimentación para los menores, madres gestantes, adultos, adulto mayor, básicamente ofrece la prestación de servicios de salud como colocación de vacunas, curación de heridas, odontología, obstetricia y atención en partos.

2.2.3. Religión

Principalmente la religión católica, hay presencia de iglesias como adventista del séptimo día, y la iglesia Evangelista.

2.2.4. Organización política

La municipalidad del Centro poblado De Caritamaya, está representado por el alcalde y regidores, el señor Florentino Quispe Quispe es el electo periodo 2019 a 2022. Para cumplir con la labor administrativa. También cuenta con Juez de Paz no letrado para la administración de la justicia.

2.2.5. Comunidades y parcialidad que conforman el centro poblado de Caritamaya

Comunidad campesina Caritamaya: La comunidad campesina de Caritamaya es parte de centro poblado y está representado por la junta directiva que integran; el presidente, secretario, tesorero y vocal. También el teniente gobernador es sustancial para cada sector, que es elegido para un periodo de un año. Además, los seis sectores tienen sus representantes, los sectores son: Wiskall puti, Pakayllani, Cutipa, Titijo, Marquiri, y Polonia.



Comunidad campesina de Jurhuanani. Está ubicado al lado este del centro poblado Caritamaya, entre sus autoridades resaltan el presidente de la comunidad, los tenientes gobernadores y las autoridades locales costumbristas.

Comunidad campesina de Chillerota. Está ubicado al lado oeste del centro poblado.

Parcialidad de Aziruni. Del mismo modo la parcialidad está ubicado al lado oeste del centro poblado Caritamaya.

2.3. ESTRUCTURA ECONÓMICA-PRODUCTIVA

2.3.1. Agricultura

Ocupa una parte importante de la economía de la localidad ya que por la característica del espacio geográfico esta zona es apropiada para la actividad agrícola donde se realiza cultivos como: papas, oca, izaño, papaliza, quinua, cañihua, cebada, trigo y habas. También se complementan con la crianza de las hortalizas comerciales como: zanahoria, lechuga y cebolla. Las familias generalmente cosechan para autoconsumo familiar, cuando producen más, también destinan para la venta, esta última actividad mucho dependerá de la campaña agrícola. En cuanto al uso de agroquímicos ha disminuido y se tiene mayor uso los abonos orgánicos como guano de ovino, vacuno y *mataje* (guano de islas).

2.3.2. Ganadería

La crianza de ganado es sustancial en la localidad, gran parte de las familias de esta zona están criando ganado lechera y producen la leche, el cual es acopiado en la misma comunidad por la cooperativa de lácteos “San Santiago”, quienes la transforman en derivados lácteos. Para ello algunas parcelas ya cuenta con las instalaciones de alfa

alfa, para contar con vacunos es imprescindible pastos y el forraje. En mayor cantidad está presente el ganado vacuno ya mencionado y el ganado ovino, también cuentan con menor cantidad, los porcinos y animales menores como: gallinas y cuyes.

2.3.3. Otras actividades

En el contexto las familias tienen una pluriactividad para garantizar la economía familiar como: comercio, artesanía en este rubro las madres realizan tejidos de prendas como chompas, chalinás, fajas, llicllas y chullos. También algunas familias se dedican a la comercialización de los productos como: ropas, herramientas agrícolas, víveres y otros.

2.4. GASTRONOMÍA DEL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA

Las formas de preparar los alimentos en contexto de la zona de estudio es diversificado y depende de la época del año como habíamos indicado el ítem anterior. Para ello es sustancial comprender la organización de productos cosechados para consumo y la subdivisión de la misma.

Tabla 1. Subdivisión de la producción familiar en los hogares del centro poblado de Caritamaya

Principales productos agrícolas					
	Cañihua	Quinoa	Papas	Chuño	Habas
Autoconsumo	40%	30%	60%	40%	60%
Semilla	20%	20%	20%	0%	30%
Comercialización	40%	50%	20%	60%	10%
Total	100%	100%	100%	100%	100%

Fuente: Elaboración en base a la entrevista en 2019.

En la tabla 1 se muestra que principalmente la producción, se subdivide en tres partes: para el consumo, para la semilla y comercialización; en caso de la cañihua tanto en autoconsumo como la comercialización es el mismo porcentaje, dado que este grano



andino tiene un alto costo en el mercado, por ello que se comercializa; en el caso de la quinua, se comercializa más porcentaje que autoconsumo, también tiene su costo en el mercado. Para preparar comida a base de la quinua requiere tiempo en el proceso de preparado, inicialmente se empieza con el lavado con 3 enjuagues, luego secado, si se desea hacer una mazamorra, se debe tostar y moler, luego agregarle cal; en caso de la papa autoconsumo es 60% de este producto se selecciona para realizar la tunta y el chuño. Los pobladores adultos si dan un valor a los productos transformados como tunta y chuño y los niños de edad escolar, rechazan el consumo de estos productos. Sobre la producción de habas, este cultivo es menor por el factor del clima, por ello más es para consumo que la comercialización.

En el contexto los alimentos industrializados también son importantes, porque las familias complementan con estos productos en la gastronomía campesina, a estos productos se adquieren de las tiendas locales y de las ferias distritales los días sábados y/o domingos. Comprendemos que estos productos transformados a través de la materia prima existente como los elementos vegetales y animales, existentes en la naturaleza, se les agrega algunos químicos aditivos para mejorar su conservación. Los estudiantes tienen mayor preferencia a ellos, más les gusta los productos lácteos como el yogurt, asimismo la carne de pollo, además la ingesta de los dulces y los snacks, están principalmente en su hábito alimentario, pero estos les puede provocar la deficiencia de vitaminas y nutrientes además de provocarles la caries.

La tendencia al consumo de los alimentos industrializados, tiene mayor aceptación por ser alimentos rápidos, esto como efecto puede generar, el stress, la crisis global, la inseguridad, las limitaciones del tiempo (Del Greco, 2010). A este ritmo de vida, en un futuro los hábitos pueden cambiar profundamente, hasta me atrevo a mencionar, quizá el

hecho de cocinar ya no sea obligación, quizá todos los alimentos ya vengan cocidos, inmediatamente para consumir.

En el contexto aún son sustanciales las modalidades de preparar comidas a base de los productos agrícolas de la zona. Menciono algunos buenos ejemplos mediante los platos más tradicionales del centro poblado Caritamaya.

El *pisqi* (quinua graneada)

La quinua graneada consiste en la primera instancia se coge la cantidad que se quiere cocinar se realiza el lavado y enjuagues en tres oportunidades, luego se hecha a la olla, se cocina por un tiempo de 30 a 45 minutos, enseguida se realiza el batido con sal el *pisqi* en la misma olla, finalmente se sirve en un plato de cerámica, algunas familias acostumbran consumir con leche de vaca y otros con el encebollado.



Figura 2. El *pisqi*

Fuente: Fotografía tomada en diciembre 2019.

El *tajti* o *tuqtuchi* (tortillas) de quinua

Después de lavado y secado, se muele la quinua en un batán o en *quna* (moledora de piedra), la cantidad necesaria se hace la masa, se prepara en forma de tortillas, luego

se hace la fritura. Este preparado se consume con sancochado de chuño o papa. En la actualidad algunas familias hacen moler con maquina eléctrica, que existe la capital de distrito de Acora.



Figura 3. El taji

Fuente: Fotografía tomada en diciembre 2019.

La mazamorra de quinua

Más conocido como *jucha* (mazamorra con cal) para su preparación se requiere la harina de quinua y cal, este insumo de cal se hecha de manera calculada para que no salga amargo la mazamorra, tradicionalmente la preparan se hace en ollas de barro, de esta



forma tiene un sabor natural y agradable, algunos la acompañan con harina de cañihua, leche y queso rallado.

Figura 4. La mazamorra de quinua

Fuente: Fotografía tomada en diciembre del 2019.

El quispíño (panecillo)

Este alimento nutritivo es a base de harina de quinua, se realiza una masa a la cual se agrega agua tibia, cal y sal al gusto. La forma de preparar es de acuerdo a la actividad que se piensa realizar, los apretones son para actividades de construcción de casa, camino y agrícola, para viaje se tiene que realizar en forma de sogá. Todos modos de preparar tienen su simbología, la sogá es para tener buenos logros en el viaje.



Figura 5. El Quispíño

Fuente: Fotografía tomada en junio del 2019.

2.5. EDUCACIÓN EN EL CENTRO POBLADO DE CARITAMAYA

Dentro del Centro Poblado encontramos:

En el nivel no escolarizado 4 programas no escolarizados como son:



- Pronoei Titijo
- Pronoei Marquire
- Piet Central
- Piet Panamericana

En el nivel inicial se encuentra la Institución Educativa Inicial Caritamaya.

En el nivel primario la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya, el cual fue elegido para los fines de la investigación.

En el nivel secundario se encuentra la Institución Educativa Secundaria de Gestión Municipal Florentino Ameghino.

2.5.1. Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya

Corresponde nuestra área de estudio, la IEP 70016, es una de las más antiguas del distrito de Acora, al inicio fue un núcleo escolar.

Código modular: 0231233

Nivel: Primaria

Características: Poli docente completa

Tabla 2. Matricula por grado y género 2019 IEP 70116 Caritamaya

Nivel	Total		1° Grado		2° Grado		3° Grado		4° Grado		5° Grado		6° Grado	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Primaria	23	29	4	3	6	6	0	5	6	5	4	6	4	3

Fuente: Estadística de la calidad educativa- Minedu.

2.5.2. Aspectos generales de los estudiantes y padres de familia de la IEP 70116

Caritamaya

A partir de encuestas realizadas a estudiantes y entrevistas con padres de familia, se obtuvo información de primera mano, porque necesariamente el estudiante no decide del todo que es lo que va ingerir en su dieta diaria, como se vislumbrará más adelante, son los padres de familia los que determinan que alimentos consumir en el hogar.

Se trajinó con 28 estudiantes pertenecientes a cuarto, quinto y sexto grado, debido a que fueron un grupo más accesible a brindar información confiable, también compartieron sus experiencias durante las entrevistas, del mismo modo se entrevistó a los 28 padres de familia, en este caso son los padres de los menores. Fue sustancial la encuesta de recordatorio para determinar el consumo de alimentos en el hogar en caso de estudiantes.

Tabla 3. Estudiantes encuestados de la IEP 70116 por grado y género

	Grado						Total		
	Cuarto Grado		Quinto Grado		Sexto grado				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Género	Masculino	6	21.4%	4	14.3%	4	14.3%	14	50.0%
	Femenino	5	17.9%	6	21.4%	3	10.7%	14	50.0%
Total	11	39.3%	10	35.7%	7	25.0%	28	100.0%	

Fuente: Sistematización en base a encuesta realizada en 2019.

En la tabla 3, se muestra de los 28 estudiantes el 50% son varones y 50% son mujeres, es decir en cuanto al género está dividido en partes iguales. Además, a la correspondencia 11 estudiantes son de cuarto grado, 10 estudiantes de quinto grado y 7



estudiantes de sexto grado, en cuanto al porcentaje 39,3 % corresponden al cuarto grado, 35,7% corresponde al quinto grado y 25% al sexto grado.

Tabla 4. Género y edad de los padres de familia encuestados

		Edad de los padres de familia								Total	
		20a-30a		31a-40a		41a-50a		51a-60a			
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Género de los padres de familia	Masculino	0	0,0%	5	17,9%	3	10,7%	0	0,0%	8	28,6%
	Femenino	1	3,6%	9	32,1%	7	25,0%	3	10,7%	20	71,4%
Total		1	3,6%	14	50,0%	10	35,7%	3	10,7%	28	100,0%

Fuente: Elaboración propia en base a encuesta en 2019.

En la tabla 4, podemos mostrar, de los 28 padres de familia involucradas en la investigación, 14 padres de familia que representa el 50%, tienen entre 31 a 40 años de edad, 10 padres de familia que representa el 35,7% tienen entre 41 a 50 años de edad, 3 padres de familia que representa el 10,7%, tienen entre 51 a 60 años de edad y un padre de familia que representa el 3,6% tiene entre 20 a 30 años de edad. En cuanto al género de los padres de familia entrevistados, de 28 padres de familia, 20 padres de familia que representa el 71,4%, pertenecen al género femenino y 8 padres de familia que representa el 28,6% pertenecen al género masculino.

Tabla 5. Grado y Edad de los estudiantes de la IEP 70116

	Grado	Total
--	-------	-------

		Cuarto Grado		Quinto Grado		Sexto grado		N	%
		N	%	N	%	N	%		
Edad de los estudiantes	9 a	4	14,3%	0	0,0%	0	0,0%	4	14,3%
	10 a	7	25,0%	6	21,4%	0	0,0%	13	46,4%
	11 a	0	0,0%	3	10,7%	3	10,7%	6	21,4%
	12 a	0	0,0%	1	3,6%	4	14,3%	5	17,9%
Total		11	39,3%	10	35,7%	7	25,0%	28	100,0%

Fuente: Elaboración prueba en base de encuestas en 2019.

En la tabla 5, se observa, de los 28 estudiantes encuestados, el 46,4% tienen 10 años de edad, el 21,4% tienen 11 años de edad, el 17,9% tienen 12 años de edad y el 14,3% tienen 9 años de edad. Son las edades con las que se trabajó.

Tabla 6. Grado de instrucción y género de los padres de familia entrevistados

		Género del padre de familia				Total	
		Masculino		Femenino		N	%
		N	%	N	%		
Grado de instrucción de los padres de familia	Primaria	0	0,0%	3	10,7%	3	10,7%
	Secundaria Incompleta	1	3,6%	8	28,6%	9	32,1%
	Secundaria Completa	6	21,4%	8	28,6%	14	50,0%
	Superior	1	3,6%	1	3,6%	2	7,1%
Total		8	28,6%	20	71,4%	28	100,0%

Fuente: Elaboración prueba en base de encuestas en 2019.

En la tabla 6, se puede apreciar de los 28 padres de familia, 14 padres de familia, el 50% tienen grado de instrucción secundaria completa, 9 padres de familia, el 32,1% tienen grado de instrucción secundaria incompleta, 3 padres de familia el 10,7% tienen



grado de instrucción primaria y 2 padres de familia el 7,1% tienen grado de instrucción educación superior.

CAPÍTULO III

EXPOSICIÓN Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

3.1. NIVEL DE CONSUMO DE LOS ALIMENTOS AGRÍCOLAS Y ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

3.1.1. Nivel de consumo de alimentos agrícolas

El consumo de alimentos agrícolas, como la papa, la oca, quinua, cañihua, las habas y chuño, es sustancial para las familias campesinas, el consumo es complementado con productos adquiridos de las ferias como: industrializados, carnes de cordero o pollo y los condimentos. El consumo de los alimentos de la zona, se visibiliza en las actividades agrícolas y ganaderas, en donde los estudiantes participan en estas actividades familiares y llegan a consumir comidas de la zona, en la investigación se ha evidenciado que los niños tienen preferencia a *tajti* (tortillas elaboradas a base harina), cuando se realiza el almuerzo a base de *quqawi* (fiambre).



Figura 6. Estudiantes acompañando con sus padres durante labores agrícolas y participando en el “quqawi”

Fuente: Fotografía tomada en agosto del 2019.



Tabla 7. Cantidad de alimentos agrícolas consumidos en los hogares de los estudiantes

	N	% del N
Cantidad de alimentos agrícolas (quinua, cañihua, oca, etc.) consumidos.	Mucho	8 28,6%
	Casi mucho	5 17,9%
	Ni mucho ni poco	11 39,3%
	Casi nada	3 10,7%
	Nada	1 3,6%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuesta en 2019.

En tabla 7, el 39,3% nos presenta ni mucho ni poco, esto nos muestra que las familias preparan sus alimentos agrícolas y complementan con otros productos, el 28,6% afirman que consumen mucho los productos agrícolas, el 17,9% manifiestan que consumen casi mucho a los alimentos agrícolas, el 10,7% presenta casi nada consumen alimentos agrícolas, un estudiante que representa el 3,6% afirma que no consume alimentos agrícolas. Al respecto el estudiante Fredy (09) nos manifiesta:

En mi familia siempre consumimos productos agrícolas en el desayuno, almuerzo y en la cena, a mí me gusta la papa, chuño, quinua es muy rico. Otros niños dicen que no les gustan nuestros productos.

Los estudiantes consumen a los alimentos agrícolas como: la papa, en la sopa y segundos, el *cañihua aku*, en forma de harina, la quinua, las habas, en la sopa y segundos, la oca en el fiambre, la que indicamos son los más consumidos. En el apartado anterior mencionamos que los estudiantes no determinan sobre que alimentos consumir, los padres saben que alimentos preparar para el desayuno, almuerzo y cena. Al respecto tenemos el relato de la señora Luz (45):

Mis hijos normal comen todos los productos agrícolas, solo chuño noma no quieren en algunas ocasiones. Pero yo le digo chuño es para la fuerza. En algunas veces graneo quinua en vez de arroz y se acompaña con carne frita, su ensaladita, de cebolla más tomate o en algunas veces pepinillo, eso les gusta.

Los alimentos industrializados son vistos como nutritivos por los estudiantes, por ejemplo, cuando los padres preparan papas fritas, chuño sancochado con pollo frito, eso les gusta a los niños, entonces la preparación de alimentos esta reconfigurada en el contexto, es decir la diversifican el modo de preparar los alimentos. Cada familia es diferente, por ello la costumbre de alimentarse es diverso, cuando los padres tienen una cultura de preparar a base de productos agrícolas, el niño aprende y tiene esa costumbre, si los padres admiten preparar comidas a base productos industrializados, los niños se acostumbran a ello. Los abuelos valoran más a los productos agropecuarios y se cocinan en fogón, eso comparte con su familia.



Figura 7. El "quispiño" alimento natural de la zona

Fuente: Fotografía tomada en junio de 2019.

Tabla 8. Cantidad de veces consumidas en los hogares de los estudiantes los alimentos agrícolas

	N	% del N
Frecuencia de alimentos agrícolas (quinua, cañihua, oca, etc.) consumidas	Siempre	2, 7,1%
	La mayoría de veces si	8, 28,6%
	Algunas veces si algunas veces no	13, 46,4%
	La mayoría de las veces no	4, 14,3%
	Nunca	1, 3,6%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.

En tabla 8, el consumo de los alimentos agrícolas es en algunas veces sí y en otras no que representa, 46,4%, el 28,6% afirma que la mayoría de las veces sí, se implica que las familias combinan a los productos agropecuarias e industriales, el 14,3% sostienen que la mayoría de las veces en sus hogares no se consumen alimentos agrícolas, 7,1% afirma que siempre en sus hogares se consumen alimentos agrícolas solo un estudiante afirma que nunca consume en su hogar alimentos agrícolas. Sobre el tema nos cuenta estudiante Jhon (09):

Mi madre algunas veces cocina caldo de quinua, eso es rico y en otras oportunidades cocina chuño sancochado con charki eso no me gusta, claro puedo comer poco, pero a mis padres les gusta bastante.

El consumo de alimentos de los estudiantes mucho depende de la preparación de los padres, los informantes padres de familias aseveran que los estudiantes tienen que comer lo que se cocina en la casa, en algunas oportunidades puede sugerir a sus padres sobre la preparación de platos que les gustan. Al respecto tenemos testimonio de la estudiante Helen (10):



Nuestros padres, después de cenar, algunas veces nos preguntan ¿qué cocinamos hijas mañana?, cada uno le decimos el plato que nos gusta, yo le digo saltado mamá, estas cocinando mucha sopa estos días, así les digo.

En el testimonio encontramos que los hijos tienen la oportunidad de proponer cambio de preparar la comida, porque cuando consumen pura sopa se extenua, por ello los padres tienen que variar la dieta en la gastronomía. La señora Doris (35) madre de familia nos relata:

Mi hijo Luis, me dice todos los días cocinas caldo, cocina también segundo, así cuando preparamos pura sopa los hijos comen sin ganas, pero tengo que proponer premio para que coma la sopa, tengo que decirle el que come la sopa voy a comprarle helado, por helado ellos comen o tengo que amenazar con la vacuna, tengo que decir llamaré a la enfermera, recién comen. El menorcito come nomas todas las comidas preparadas a base de productos agrícolas.

En algunos casos al no ser el plato favorito de los niños, es necesaria una serie de motivaciones y sanciones. Los niños siempre quieren comidas dulces, como las galletas, dulces, helados y frutas. En el almuerzo ellos quieren frituras como: pollo, huevo, pescado frito.



Figura 8. Consumo de alimentos industrializados en el hogar

Fuente: Fotografía tomada en abril del 2019.

3.1.2. Nivel de consumo de alimentos industrializados

Se ha constatado en la investigación el consumo de alimentos industriales, es combinado con los productos agroganaderos, en el ítem anterior es evidente, las familias jóvenes son las que consumen productos industrializados, y las familias integrados por personas mayores prefieren a los productos de la zona. Sobre el tema la señora Isabel (41), nos manifiesta:

Cada generación tenemos la costumbre de consumo de alimentos, a mí me gusta más los productos de la zona, como: papa, quinua, cañihua, la carne gallina criolla es muy agradable. Pero cuando cocina mi hija, ella prepara pura fritura, más segundos, pero para realizar actividad agrícola nosotros tenemos la costumbre de comer caldo. Cuando le pido que cocine sopa se amarga, por eso digo que cada generación está adaptado a las comidas.



La señora Isabel, en su testimonio muestra que las generaciones jóvenes prefieren las comidas de frituras e industrializadas, preparados en segundo.

Tabla 9. Cantidad de alimentos industrializados consumidos en los hogares de los estudiantes

	N	% del N
Cantidad de alimentos industrializados consumidos.	Mucho	4 14,3%
	Casi mucho	7 25,0%
	Ni mucho ni poco	10 35,7%
	Casi nada	4 14,3%
	Nada	3 10,7%
	Total	28 100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.

Se puede observar lo siguiente, en tabla 9, los 10 estudiantes que representa el 35,7% afirman que consumen ni mucho ni poco los alimentos industrializados, entonces ratificamos que en el contexto los alimentos preparados en base de productos agro ganaderos e industrializados, el 25% afirman que consumen casi mucho los alimentos industrializados, el 14,3%, afirman que casi nada consumen y casi mucho consumen los alimentos industrializados, 10,7% afirman que nada de alimentos industrializados. Estudiante Harry (10) nos afirma:

En la casa siempre el desayuno primero es mate de las yerbas silvestres como ruda, muña, más luego la sopa. Más bien en la escuela me compro pop corn, galletas, dulces, chisitos y en algunas veces gaseosa, estos productos encontramos en las tiendas.

Los estudiantes son conscientes del consumo de los alimentos industrializados, pues en la escuela es el lugar donde se frecuenta adquirir los productos, porque llevan

propina. En la aledaña del establecimiento es decir por donde está la Institución Educativa, existen tres bodegas.

Tabla 10. Frecuencia de consumo de alimentos industrializados en los hogares de los estudiantes

	N	% del N
	1	3,6%
	4	14,3%
Frecuencia de alimentos industrializados consumidos	16	57,1%
	6	21,4%
	1	3,6%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.

En la tabla 10, el 57,1% manifiesta que algunas veces sí y algunas veces no, en esta frecuencia ratificamos la alimentación de los estudiantes no es solo a base de productos agroganaderos ni productos industrializados, se combina, el 21,4% manifiesta que no consumen la mayoría de las veces alimentos industrializados, el 14,3% manifiesta que la mayoría de las veces si consume alimentos industrializados, el 3,6% manifiesta que siempre consume alimentos industrializados, del mismo un estudiante aludió que nunca consume alimentos industrializados. Sobre el tema la estudiante Helen (10) nos relata:

En mi familia pocas veces consumimos a los productos industrializadas, en vez de gaseosas tomamos agua de cebada o de las yerbas, la gaseosa solo tomamos a veces en cuando, cuando realizamos actividades de la crianza de la chacra. En la escuela en algunas veces me compro yogurt, caramelos, chocolates y otros, Claro mis compañeros se compran en recreo galletas, gaseosas, chocolates y maná.



Cuando los padres les dan propina para recreo, los estudiantes se compran productos industrializados, son pocos que adquieren frutas. El consumo aumenta en los eventos como en aniversario de la Institución Educativa, en las fiestas del centro poblado, carnavales y fiestas patronales de la localidad, en las entrevistas se preguntó cuál de los dos productos se consume más en la casa. Sobre el tema nos cuenta don José (39):

En la actualidad siempre nos compramos arroz, fideo, azúcar, atún y otros de las ferias, eso no nos falta en la cocina, pero para preparar una sopa se necesita varias cosas como: aceite, cebolla, zanahoria y sal. En la comunidad la forma de preparar es de acuerdo a la época, en enero y febrero consumimos más verduras, porque en esta época tenemos huertos familiares y en los meses de junio y julio todo está seco y no hay verduras tenemos que comprarnos de las ferias. Los productos como la papa de la zona tienen que aguantar hasta enero o febrero, el chuñito y habas, estos productos aguantan bastante tiempo. Entonces nuestros alimentos se combinan con los productos agrícolas e industrializados.

Para el señor José, la alimentación industrializada es fundamental y nos expone, en épocas de lluvia dispone de productos de la zona, como son las verduras que produce en su huerto familiar y complementa con los productos secos como: habas, chuño y quinua. Al respecto nos agrega la señora Silvia (32):

El consumo de alimentos como las verduras se da en la época de lluvia y en la época seca más granos, la mayoría de los productos son adquiridos de las ferias locales o algunos van a comprar a las tiendas de la localidad o a la capital del distrito de Ácora. En centro poblado los pobladores consumen productos de la zona, productos industrializados es en menor cantidad, el chuño, la papa, la



quinua, no puede faltar en cada hogar, todas las comidas siempre están preparadas sobre nuestros productos.

En la aseveración de la señora Silvia, nos muestra que el consumo de alimentos es diverso en cada época del año y en ella es imprescindible los productos como: la papa, chuño y quinua. La intensión de los padres siempre es con la finalidad de alimentar a sus hijos, por ello tienen que cumplir con sus derechos como padres de alimentar a sus hijos. También los informantes nos han parafraseado que antes la alimentación era a base de los productos agroganaderos, además la producción agrícola era orgánica, es decir sin uso de abonos agroquímicos, en la actualidad las familias usan agroquímicos y en la producción pecuaria de igual manera. Con estas aseveraciones podemos exponer que los productos agrícolas y pecuarios no son naturales en la zona.

3.2. FACTORES SOCIOCULTURALES DEL CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

3.2.1. Influencia de los factores sociales en el consumo de alimentos industrializados

El estatus alimentario

En la investigación constatamos sobre los estudiantes, sobre el consumo de alimentos en la Institución Educativa. El estatus alimentario de los alumnos es por la cantidad de dinero que le dan sus padres, entre los estudiantes se entiende el que se compra productos industrializados en la escuela, es que pertenece a la familia que tiene dinero y el estudiante que lleva para recreo, alimentos preparados con los productos de la zona, es vista como pobre, esta percepción construye la diferenciación de estructura social de las familias campesinas. Pero la percepción desde los estudiantes no podemos validar sin comprender la costumbre de las familias, algunos padres no les dan propina a los niños, porque aseveran que ellos no comprarán alimentos nutritivos, por ello no es



determinante consumir productos industrializados para llegar a la conclusión que es rico.

Sobre el tema nos cuenta el estudiante Luis (12):

En la escuela tenemos recreos, en este tiempo cada estudiante nos buscamos las propinas, algunos traen un sol y otros cincuenta céntimos. Todos se van a la tienda a comprar galletas, chocolates y otros compran a las frutas. Pero mis padres me envían un fiambre preparado con los productos de la zona, para recreo, en algunas veces solito tengo que comer en un rincón, eso me hace sentir mal. Por eso cuando llego a la casa a mis padres les digo que me den propina para recreo. Pero ellos dicen que no son alimentos los productos industrializados.

Los estudiantes tienen una percepción equivocada sobre los alimentos agrícolas.

Estudiante Edith (12) nos cuenta:

En mi salón, mis compañeros no traen frutas ni fiambre, pero si traen plata y se compran de la tienda. En una oportunidad mi compañera trajo quispiño y tajti de quinua, entre nosotras compartimos, pero mi otra compañera dijo; yo no como esas cosas, porque en mi casa no cocinan eso, no me gusta, lo dijo como si sintiera vergüenza.

Para los niños el consumo de los alimentos industrializados está considerado como el poseer estatus social, adquirir estos productos significa vivir en una bonanza económica, entre los niños crean estereotipos de carácter social, entre los compañeros construyen la diferencia a partir del consumo de los alimentos.

Tabla 11. El estatus social y el consumo de alimentos industrializados

	N	% de N
El consumo de alimentos industrializados concibe estatus social.	Siempre	3 10,7%
	La mayoría de veces si	10 35,7%
	Algunas veces si algunas veces no	8 28,6%
	La mayoría de las veces no	4 14,3%
	Nunca	3 10,7%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.

En la tabla 11, se puede examinar, el 35,7% de estudiantes, la mayoría de las veces si perciben que genera estatus social, el 28,6%, afirman algunas veces sí y algunas veces no perciben que genera estatus social, 14,3% la mayoría de las veces no perciben que genera estatus social y 10,7% nunca y a la vez siempre perciben que genera estatus social el consumo de alimentos industrializados.

Las madres de familias manifiestan que son los niños, quienes tienen gustos en consumir los alimentos industrializados. La señora María (36) nos cuenta:

El consumo de alimentos en base de la quinua, olluco, chuño y papa, es vista como comida de “pobres” es una visión equivocada, pero más que todos los niños se resisten en consumir, tienen inclinación a degustar comidas industrializadas.

Desde el punto de vista social para los niños comer bien está en productos industrializados. En los estudiantes se genera, el qué me dirá, “que mis padres no tienen dinero” por eso algunos padres realizan esfuerzo para dar propina a sus hijos para que se compre productos de la bodega.

La familia como factor de influencia social

En general está presente en la alimentación de los estudiantes los productos industrializados, representan la mayor parte en la dieta, los alimentos como por ejemplo el arroz y el fideo, son necesariamente importantes. Al respecto la señora madre de familia Luz (45) manifiesta:

El arroz es infaltable en la cocina, de igual manera la papa, podemos prepararnos caldo de fata (cebada pelada), para ello se requiere tiempo para pelar y de igual forma la quinua se necesita lavar. Pero arroz nos compramos de las tiendas o del mercado es fácil para cocinar. También fideo nos compramos para cocinar, eso les gusta a los niños.

La vivencia es en medio rural, los pobladores producen para alimentarse, pero los jóvenes desmerecen a la producción local. Esta noción es clara en el contexto, pero los adultos son los que dan valor a los productos agroganaderos. Los aimaras consideran que los alimentos son como tramas de un tejido (Apaza, Alanoca, Maquera, Ticona, & Calderón, 2019). Por ello para producir alimentos requieren esfuerzo y sabiduría.

Tabla 12. Preferencia en el consumo de alimentos en la familia

	N	Recuento
	3	10,7%
	4	14,3%
Alimentos consumidos en el hogar con mayor frecuencia.	8	28,6%
	10	35,7%
	3	10,7%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.



En la tabla 12, el consumo de los alimentos, el 39,3% de estudiantes declaran que si consumen casi siempre alimentos industrializados, el 28,6% consume alimentos agrícolas e industrializada el 14,3%, consumen casi siempre alimentos industrializados, mientras que el 10,7% consumen siempre alimentos industrializados y 10,7 % siempre alimentos agrícolas en la familia. La señora Mariluz (40) manifiesta:

En la comida familiar el segundo de fideo es indispensable, en cada semana siempre nos preparamos segundo de fideo, las sopas de morón, de quinua, el chairito, sopa de fideo, el saltado con arroz, incluye huevo. Porque la carne se consume en momentos de ocasión, se agrega: cebolla, tomate y lechuga, las frituras no puede faltar de y gual manera platos a base de lentejita, esta mañana he hecho sopita, mañana segundo ya sea lenteja o segundo de fideo, carne fresca casi no, charqui compro de la feria, algunas veces nos compramos pollo hay para freír.

La dieta de las familias es diversificada en toda la semana, en los testimonios y en las encuestas se constata, el consumo productos agrícolas se acompaña en la mayoría de casos con los alimentos industrializados, por ejemplo la sopa de morón, sus ingredientes de este plato son: zanahoria, repollo, carne, habas, pimienta, papa, chuño y el morón, este plato está compuesto de un porcentaje con los productos agrícolas. Otro plato el segundo de guiso de fideo, tiene mayor porcentaje de productos industrializados, como son: fideos, papas, cebolla, arroz, tomate. Un claro ejemplo este plato les gusta a los estudiantes, en algunos casos los padres cuestionan a los estudiantes indicando que no son alimentos nutritivos. Sobre el tema estudiante Manuel (10) manifiesta:

La alimentación de mi familia es sopa en las mañanas, al medio día el fiambre y en la cena sopa o segundo. Los domingos mis padres van a la feria de Acora o a



Ilave, en algunas oportunidades le acompaño a realizar la compra de productos para la semana, cuando es medio día en hora de almorzar, mi madre me dice tallarín o seco de cordero yo escogo seco de cordero.

Sobre el tema la madre de familia doña Gloria (53) nos agrega:

Cuando vamos a las ferias los hijos siempre van a escoger el plato que le gusta y piden segundito. Bueno, cuando tenemos plata tenemos que cumplir con sus antojos, solo no tenemos que hacer acostumbrar. En la casa nos dicen prepara segundito con pollito o segundo de fideo, cuando si lo preparamos, terminan y piden aumento, pero lo que cocinamos los alimentos de la zona, no piden aumento, dicen poquito nomás, pero como madre tenemos que hacer acostumbrar a consumir nuestros propios productos del campo.

El hecho de la elección de los alimentos puede relacionarse a varios factores, menciono algunos, como el estado de ánimo, algún malestar de salud, gustos, antojos, principalmente. Según la Organización Mundial de la Salud (2017 citado por Egoavil & Yataco, 2017) señala en la adopción de los hábitos alimentarios en el preescolar intervienen principalmente tres agentes; la familia, los medios de comunicación y la escuela. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentarios ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus conductas relacionadas con la alimentación, y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes.

El rol de los grupos de edad

Los grupos de edad juegan un rol importante en el consumo de los alimentos industrializados, cuando los estudiantes se reúnen en grupos, optan por crear tendencias entre ellos, algunos imitan gustos, de todo lo que observan en el entorno social, asimilan



aquello que les llama la atención, se inclinan por el consumo de algún alimento. Al respecto, la estudiante Britany (10) manifiesta:

En la escuela formamos grupos y somos amigos, en el recreo estamos juntos y cuando compramos productos compartimos, yo me compro gaseosa, mi amigo compra pan, o saca lo que ha enviado su madre como es la fruta para consumir en el recreo, la juntamos y comemos juntos.

Son los gustos por los alimentos industrializados los que predominan entre los estudiantes, los profesores en las unidades de aprendizaje, suelen exponer la importancia de los alimentos de la zona, como evidencia de la motivación en algunas actividades en la escuelita, los estudiantes optan por compartir alimentos de la zona, así como lo manifestó la estudiante Lili (09):

En los días de deporte compartimos el “quqawi” (en un recipiente se junta todos los fiambres preparados a base de productos de la zona) y entre los días regulares en el recreo nos compramos galletas, gelatinas, helados y las papas lays.

En el “quqawi” (fiambrada) participan productos agrícolas, principalmente la papa, el chuño, habas sancochada, también los “tajtis” (panecillos fritos), preparado de harina de trigo o quinua, el “quqawi” en un compartir colectivo, todos se sientan alrededor de la comida y se come diversos alimentos preparados al gusto de cada uno. Esta forma de compartir se desarrolla como menciona en el testimonio, en algunas actividades dentro de la Institución Educativa, como los juegos deportivos internos que son actividades extraordinarias, acostumbran los estudiantes traer un alimento de la zona y compartir en el “quqawi”; los días ordinarias los estudiantes consumen a los alimentos industrializados, entre los grupos de edad se reúnen y acuden a un establecimiento como la bodega, hasta

incluso crean un determinado “vicio”, hacia algunos determinados alimentos industriales, esto se manifiesta cuando entre los amigos existen desafíos, quien se envalentona, quien supera el sabor más agrio.

Tabla 13. Consumo de alimentos en los grupos de edad

	N	% del N
Alimentos consumidos con el grupo de amigos	Siempre alimentos agrícolas	4 14,3%
	Casi siempre alimentos agrícolas	3 10,7%
	Alimentos agrícolas y alimentos industrializados	6 21,4%
	Casi siempre alimentos industrializados	9 32,1%
	Siempre alimentos industrializados	6 21,4%
Total	28	100,0%

Fuente: Sistematización a base de encuestas a los estudiantes en 2019.

En la tabla 13, se observa 32,1% de estudiantes casi siempre consumen alimentos industrializados en recreo de la Institución Educativa, el 21,4% respondió que el consumo está en un promedio entre alimentos agrícolas y alimentos industrializados, en otro momento manifiestan que es continuo entre amigos el consumo de alimentos industrializados. El 14,3% señala que comparten en el grupo de amistades siempre alimentos agrícolas, como en el “*quqawi*” y 10,7% respondió que los grupos de amistad casi siempre consumen alimentos agrícolas. La señora madre de familia Irene (32) señala:

La costumbre de preparar alimentos, cuando tenemos visitas de los familiares y/o compadres tenemos que prepararnos sopa de arroz y segundo de fideo, eso es más rápido. Cuando un integrante de la familia tiene su cumpleaños, para nosotros es un día especial, en este caso si preparamos pollo frito o generalmente el plato que gusta al cumpleañosero.



Es frecuente el consumo de los alimentos industrializados cuando los padres de familia reciben visitas inoportunas de las amistades, pues para salir de apuros es más fácil preparar los productos llamados abarrotes, sin embargo, cuando las visitas son anticipadas, las familias dentro de su gastronomía normal, ellos se alistan productos de la zona, para compartir, el gesto de compartir es cultural, en ella se expresa cariño y respeto. Los estudiantes en el hogar son participes de estas confraternidades, donde optan por relacionarse con los de su edad, se hacen amigos y juegan entre ellos.

Los patrones alimentarios en el consumo de los alimentos industrializados en el hogar

En el hogar los patrones alimentarios mucho dependen de la costumbre de preparar de las familias, algunas familias se inclinan más a consumir productos de la zona y otros a los productos industrializados y generalmente se combina e la gastronomía aymara, para ello es sustancial ver el número de veces que ingieren los alimentos en el día. El siguiente caso es el consumo semanal de la estudiante Edith (12):

Tabla 14. Consumo semanal de alimentos de la estudiante Edith según horarios y días de la semana en el hogar

	Desayuno	Media mañana	Almuerzo	Media tarde	Cena
Hora aproximada/Días de la semana	07:00	10:00	13:00	15:00	19:00
Domingo	Mazamorra de quinua	No hubo	Papa a la huancaína	Fruta mandarina	Mazamorra de quinua (calentado)
Lunes	Caldo de cabeza	Fruta mandarina	Tallarín, arroz y huevo	Yogurt	Chuño con huevo
Martes	Sopa de arroz	No hubo	Arroz, papas fritas y huevo frito	Gaseosa y biscocho	Sopa de olluco
Miércoles	Mazamorra morada	No hubo	Pescado frito	Helado	Crema de Cañihua
Jueves	Sopa de fideo	Fruta naranja	Trucha frita	No hubo	Trucha frita (calentado)
Viernes	Papas frita y arroz	Jugo de papaya	Pescado frito	Fruta Naranja	Arroz con huevo
Sábado	Leche y pan	Pop Corn	Estofado de Carne	Fruta naranja	Carne y chuño

Fuente: Elaboración propia en base de registro de consumo en el hogar en 2019.

El consumo de la alimentación en los hogares de los estudiantes de la Institución Educativa 70116 es en 5 momentos durante el día, por lo general, el desayuno es a las siete de la mañana, donde prima el consumo de sopas, de arroz y de fideo, seguido por la mazamorra de quinua y la mazamorra morada, algunas veces en circunstancias de apuro preparan papas fritas y arroz.

La media mañana es entre las diez y once del día, los niños a estas horas tienen hambre es decir tienen ganas de comer, para ellos las madres les dan sus frutas y otros le

dan productos sancochados. El almuerzo es generalmente a las trece horas, es casi siempre el palto es un segundo, predominan las frituras, acompañados de las papas, el chuño y ensaladas, en algunos casos.

La media tarde es entre las catorce o quince horas, predominan del mismo modo algunas frutas, o en otros casos, algún alimento que sobró del almuerzo; la cena es entre las diecinueve y veinte horas, por lo general, las familias se preparan sopa y en otras veces consumen lo que sobró en el almuerzo, para no desperdiciar lo calientan y complementan con huevo frito, esa es la dieta en los hogares de los estudiantes de la Institución Educativa 70116.

Tabla 15. Consumo semanal de alimentos del estudiante Brian según horarios y días de la semana en el hogar

	Desayuno	Media mañana	Almuerzo	Media tarde	Cena
Hora aproximada/Días de la semana	07:00	10:00	14:00	15:30	20:00
Domingo	Papa, choclo y huevo frito	Fruta mango	Papa fritas, chuño y huevo sancochado	Gaseosa con pan	Mate con pan
Lunes	Sopa de fideo con espinaca	No hubo	Saltado de atún	Gaseosa con pan	Arroz con huevo y mate
Martes	Sopa de fideo	Frutas enlatadas	Lenteja con pescado frito	No hubo	Mazamorra morada con pan
Miércoles	Mazamorra de quinua	Jugo de papaya	Papa, habas, chuño y huevo sancochado	Sandía	Café con leche y pan
Jueves	Quacker y pan con huevo	Mandarina y manzana	Guiso de fideo y jugo de papaya	Ensalada de frutas	Guiso de fideo (calentado) y mazamorra morada
Viernes	Sopa de morón	Fruta naranja	Thimpo de trucha	Galletas con mermelada	Arroz con huevo
Sábado	Sopa de quinua	Fruta Sandía	Pescado frito	Pan con palta	Quacker con pan

Fuente: Elaboración propia en base de registro de consumo en el hogar en 2019.



La tabla 15, es caso del estudiante Brian se muestra el patrón alimentario semanal, los desayunos está compuesto en su mayoría por una sopa, la más recurrente viene a ser el uso de la pasta; en la media mañana optan por consumir frutas; durante el almuerzo lo más recurrente es el consumo de segundos, como el pescado, el atún, las lentejas; durante la media tarde acostumbran endulzar el paladar con el consumo de bebidas gasificadas y también las frutas y panes; durante la cena consumen una sopa, arroz con huevo y otras familias café o mate con pan o con tostado de trigo y *kispiñu* (panecillos de harina de quinua).

Los patrones alimentarios en el consumo de los alimentos industrializados en la Institución Educativa Primaria 70116

En la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya el horario escolar es el siguiente:

Tabla 16. Horario escolar de la IEP 70116 Caritamaya

HORARIO ESCOLAR					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:00			Horario de ingreso		
09:00 - 10:30			Dictado de clases		
10:30 - 11:00			Primer recreo		
11:00 - 12:00			Dictado de clases		
12:00 - 13:00			Almuerzo		
13:00 - 14:00			Dictado de clases		
14:00			Horario de salida		

Fuente: Horario escolar de la IEP.

Los estudiantes en promedio pasan tres horas y media en aula en proceso de aprendizaje, una hora y media de esparcimiento incluido la hora del recreo, en los diversos momentos de esparcimiento consumen diversos alimentos.

Sobre el tema la estudiante Luz (11) declaró lo descrito en la siguiente tabla:

Tabla 17. Alimentos ingeridos en un día regular de clases de la estudiante Luz

	Entrada	Primer recreo	Almuerzo	Salida
Alimentos	Helado			Galleta "Soda v"
	Gelatina	Fruta mandarina	Queso frito	Gaseosa "Papas lays"
Cantidad	1 ración de cada producto	1 fruta	1 plato de comida	1 ración de cada producto

Fuente: Elaboración propia en base de recordatorio de 24 horas tomado en 2019.

La tabla 17, sobre consumo de alimentos del estudiante y de acuerdo el registro de los demás estudiantes, este es el patrón de consumo en la Institución Educativa, en el horario de entrada mientras esperan que aperturen la puerta de ingreso, se aproximan a las bodegas aledañas a la Institución Educativa, que son tres los establecimientos, en los horarios de primer recreo y almuerzo no les permiten salir a los estudiantes de la institución debido a la ubicación de la Institución Educativa, cerca de la carretera panamericana sur, por el peligro eminente que representa, tampoco existe un kiosco escolar en la Institución Educativa, por ello ingresan a la escuela llevando una fruta para el primer recreo. Las madres de familia preparan el almuerzo escolar en la institución. Los estudiantes en los horarios de salida y entrada, es donde adquieren los productos industrializados de las bodegas.

Entre los compañeros de la misma sección, existen rivalidades, en cuanto quien adquiere más productos industrializados, para no quedarse de lado, los demás también

adquieren estos productos, para estar a la altura de los compañeros del salón, las imitaciones son notorio entre los estudiantes.

Tabla 18. Alimentos ingeridos en un día regular de clases del estudiante Ray

	Entrada	Primer recreo	Almuerzo	Salida
Alimentos	chupetin Jugo “Pulpin”	Fruta manzana y gelatina	Torreja de quinua	Helado
Cantidad	1 ración de cada producto	1 fruta	1 plato de comida	1 ración de cada producto

Fuente: Elaboración propia en base de recordatorio de 24 horas tomado en 2019.

En la tabla 18, el caso del estudiante Ray (10), es evidente el consumo de alimentos industrializados durante los horarios de entrada y salida, además en el camino hacia su hogar están a su alcance tres bodegas. En el interior de la Institución Educativa no existen bodegas, en el recreo y en hora de almuerzo no pueden salir de la institución, por eso algunos consumen la comida preparada en la casa y otros ingresan con los alimentos industrializados.

Los medios de comunicación como influencia social

El medio de comunicación más concurrido por los niños, son los programas que ofrecen los canales televisivas, los niños pueden pasar varias horas frente al televisor, en los entretiempos es común ver los anuncios comerciales de diversa índole, algunos canales tienen ciertas tendencias a presentar las películas o series animadas, donde observan a los actores, sus personajes preferidos, quienes tienen ciertas tendencias hacia determinados alimentos, muchos de ellos son alimentos industrializados, los estudiantes observan a los diversos platos que presenta en estas programas y quieren probar estos



platos, crea en su subconsciente el gusto por estos productos, así lo menciona el señor padre de familia Rolando (33):

Los hijos quieren comer al igual que en la televisión, sentados en la silla y los platos en la mesa, en cuanto a la preparación, quieren hacer lo mismo. Estos programas televisivos motivan a los estudiantes el consumo de alimentos industrializados y perciben que estos platos son alimentos.

Los estudiantes al ver los programas de la televisión construyen un imaginario cómo debe ser la alimentación en la familia, los productos que ven allí, los ingredientes, los platos, los hábitos que observan todo ello influye en el consumo de los alimentos industrializados. Sobre el caso de la publicidad nos explica la señora madre de familia Mari Luz (29):

Influye bastante la televisión, porque en los momentos de propaganda presentan diversos platos y en ella existen platos como los tallarines rojos, su arroz con pollo, cuando ven los niños, nos dicen cocina eso es rico. En cambio cuando cocinamos un “allpi” (mazamorra de quinua) no comen con ganas.

Estos modelos o tendencias que crean los medios de comunicación, son en los horarios “punta”, justamente donde más emiten anuncios publicitarios de los alimentos industrializados, al no existir una supervisión de los padres de familia, constituye un alto riesgo este factor (Vidal, 2019).

Tabla 19. Influencia de los medios de comunicación en el consumo de alimentos industrializados en los estudiantes

		N	% del N
Influencia de los medios de comunicación en la alimentación de los estudiantes	Siempre	16	57,1%
	La mayoría de veces si	9	32,1%
	Algunas veces si algunas veces no	3	10,7%
	La mayoría de las veces no	0	0,0%
	Nunca	0	0,0%
	Total	28	100,0 %

Fuente: Elaboración propia en base de la encuesta en 2019.

En la tabla 19, se muestra, el 57,1% de estudiantes afirman que los medios de comunicación como la televisión, la radio y los celulares a través de las redes sociales, son determinantes y siempre influyen en el consumo de los alimentos industrializados, el 32,1% respondieron que la mayoría de veces si los medios de comunicación influyen en el consumo de alimentos industrializados, el 10,7% respondió que algunas veces sí y algunas veces no dependen de los medios de comunicación. La estudiante Diana (11) no explica:

Si me gusta mirar mucho la televisión, cuando llega a propaganda en ahí nos presentan diversos platos, al ver eso yo quiero cocinarme igual, de pollo preparan pollo frito, agregan ensalada de frutas con su yogurt, le acompañan con empanada y chocolate.

Los programas televisivos les llaman la atención a los estudiantes, por ello pueden estar hasta cuatro horas sentados al frente de televisor. Estos hechos telecomunicaciones generan cambios de percepciones a los estudiantes. Las pausas comerciales están llenas de mostrar imágenes de los diversos productos, desde las ropas de modas hasta la alimentación. La estudiante Edith (12) nos señala:



En mi casa todos miramos programas televisivos, yo le digo a mi mamá porque no compramos esas cosas, que aparece en comerciales, las muestras de compra en el supermercado “plaza vea”, esta barato vamos a comprar, le enseñe mi celular a mi mamá.

En los equipos electrónicos como el celular, a través de las aplicaciones como las redes sociales, emergen publicidades de diversa índole, uno de ellos es el caso de los alimentos, aunque en menor grado con respecto a los demás, también presentan diversas bebidas, comida rápida, estas imágenes son tentadoras para los estudiantes que las observan, alguna curiosidad surge por dicho producto, el estudiante lo adquiere para comprobar.

Programa social alimentario en la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya

Morris io de desarrollo e inclusión social, interviene a través del Programa Nacional de Alimentación Escolar (PNAE) Qali Warma, brinda el servicio alimentario de calidad a través del abastecimiento de desayunos y almuerzos saludables y apropiados a los hábitos de consumo locales en las instituciones educativas públicas durante todos los días del año escolar (Ministerio de desarrollo e inclusión social, 2016).

La preparación de alimentos del programa escolar *Qali warma* en la IEP 70116 Caritamaya en esta actividad de preparar los alimentos para los estudiantes, los padres de familia se turnan, dos padres de los alumnos por día, el menú es determinado por los docentes de la Institución Educativa previo acuerdo con los padres de familia, la hora del almuerzo es programado a mediodía, los alumnos se reúnen en el comedor escolar provistos de sus platos y cubiertos, reciben la ración y ocupan un asiento en la mesa, una vez concluido pasan a realizar la limpieza y el aseo de sus platos, cubiertos y tazas.

Sobre la gastronomía de la Institución Educativa Primaria 70116 y modos de organización para diversificar la preparación de almuerzos el director de la institución, profesor Wilber nos manifiesta:

Para el preparado se hace un cronograma, dos madres de familia diario, iniciando con las madres de primer grado; con respecto a los productos de Qali warma tenemos básicamente leche, atún, arroz, azúcar, lenteja, chalonga, hojuelas, chocolate, galletas, aceite, quinua, entre otros; las señoras que preparan aumentan las cosas que falta, como las verduras.

Tabla 20. Menú preparaciones por los padres de familia en el almuerzo escolar del 23 de noviembre al 27 de noviembre de 2019

Menú de la semana					
Días	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	23/11/2019	24/11/2019	25/11/2019	26/11/2019	27/11/2019
Menú	Hígado frito	Pescado frito	Queso frito	Sopa de quinua	Saltado de atún
Principales ingredientes	Hígado Arroz Aceite Cebolla Papas	Jurel Arroz Aceite Cebolla Lechugas	Queso Arroz Papas fritas Cebolla Lechugas	Quinua Zanahorias Tomates Papas Chuño	Atún Arroz Cebolla Papas fritas Tomates
Refrescos	Agua de cebada	Limonada	Agua de manzana	Agua de Piña	Mate de muña

Fuente: Elaboración propia a base de entrevista en 2019.

En la tabla 20, se presenta los menús en una semana, en las preparaciones predomina las frituras, en la dieta el arroz es indispensable para acompañar las frituras, la ensalada para darle un valor nutritivo, las papas como producto local siempre está presente en todas las preparaciones.



Tabla 21. Insumos utilizados en la preparación del almuerzo escolar en la IEP 70116

	N	% del N	
	0	0,0%	
	2	7,1%	
Tipo de insumos utilizados para preparar el almuerzo en la escuela	Alimentos agrícolas y alimentos industrializados	4	14,3%
	Casi siempre alimentos industrializados	8	28,6%
	Siempre alimentos industrializados	14	50,0%
	Total	28	100,0%

Fuente: Elaboración propia a base de encuestas en 2019.

En la tabla 21, se constata, el 50% de estudiantes manifiestan que siempre consumen alimentos industrializados en el almuerzo escolar, en la investigación observamos que las frituras son las más preferidas y consumidas por los escolares, el 28,6% respondió que casi siempre consume alimentos industrializados, el 14,3% afirma que se consume moderadamente tanto los alimentos agrícolas e industrializados, mientras que un 7,1% ha confirmado que casi siempre consumen alimentos industrializados, finalmente ningún estudiante afirma que siempre se consumen únicamente alimentos industrializados. La estudiante Ayde (10) manifiesta:

En el momento del almuerzo escolar, cuando nos sirven, es clarito algunos no comen la verdura y otros el chuño y se los guardan en sus bolsillos, más les gusta el arroz, el hígado también no les gusta, las papas fritas, sancochada con el atún, eso sí les gusta. Pero todos no somos iguales a algunos les gusta tallarín con queso frito, también el pescado frito y pollo frito con arroz.

Los estudiantes tienen mayor preferencia a los alimentos industrializados, por eso almuerzan con bastantes ganas en el almuerzo escolar, para las madres de familia resulta



más rápido para preparar a estos alimentos, es cuestión freír y sancochar el arroz, ya está listo el almuerzo escolar, su simplicidad es el principal motivo, además saben que estos productos les encantan a los estudiantes.

3.2.2. Influencia de los factores culturales en el consumo de alimentos industrializados

Fiestas de navidad y año nuevo

En el Centro poblado se realiza actividades deportivas, por motivo de las fiestas de navidad y año nuevo, además, en la IEP 70116, se concluye el año escolar, por ello antes de estas fiestas los estudiantes ya finalizaron con sus exámenes y están libres, los padres de familia en estas fechas acostumbran acudir a eventos deportivos que organizan en la comunidad, donde está presente las “chocolatadas”, que constan de una taza de chocolate con leche y un bizcochuelo, los niños son los más entusiastas en estas fechas, casi es muy frecuente el consumo de alimentos industrializados.

En la casa es frecuente el consumo de chocolate acompañado de una ración de panetón, sobre todo en el desayuno; en la cena navideña los padres de familia acostumbran preparar platos en base al pollo, papas fritas y ensalada de verduras, donde la participación de niños es activa; en la cena de año nuevo generalmente acostumbran preparar platos en base a carne de cerdo, acompañado de papas sancochadas y la ensalada de lechuga o de cebolla, también se consume gaseosa.

Las fiestas carnavalescas

Durante estas fechas, entre los meses de febrero y marzo, la costumbre de las familias es sacar los primeros frutos de las chacras, para ello realizan rituales de agradecimiento a la madre naturaleza, el ritual más predominante es el “*cha llachi*”



(ceremonia con los diversos recados a la madre naturaleza), en estas celebraciones se acostumbra degollar un cordero, para realizar este ritual, es infaltable la presencia de carnes rojas en los platos que se preparan, por ejemplo, estofado, *thimpo* (seco), la presencia de bebidas como la gaseosa, los caramelos en un determinado nivel.

El miércoles de ceniza se baila en el frontis de la iglesia de la localidad, cada sector se organiza mediante los alferados, quienes en sus domicilios reciben a los invitados, agasajan con platos, el más común es el asado de lechón, acompañado de sopa, por ejemplo, caldo blanco o menestrón generalmente, a estas celebraciones acompañan los estudiantes a sus padres y consumen estos platos.

Semana santa y viernes santo

Cada año en viernes santo se arman los “arcos” en el centro poblado de Caritamaya, para ello, se organizan por sectores con sus respectivos alferados y el “arco”, además cada alferado se encarga de abastecer con agasajo y bebidas a sus compañeros del sector, las preparaciones alimentarias están arraigadas a la creencia del ayuno hasta el mediodía, luego el consumo de los “doce platos”, por ello los alferados se limitan a la preparación de platos con carne. Las comidas están preparadas y son los postres como entrada: arroz con leche, mazamorra morada; segundos como: segundo de olluco, pescado frito, queso frito, soltero; sopas como: sopa de quinua, sopa de fideos; platos típicos como: la mazamorra de quinua, el *pisqi* (quinua graneada).

Los niños participan de manera activa en estas celebraciones, predominan los alimentos agrícolas por tratarse de una costumbre costumbrista religiosa, tales como la papa, la oca, la quinua, las habas, el olluco, los alimentos industrializados intervienen en los postres como la mazamorra morada.

Aniversario de la comunidad

Se acostumbra celebrar cada 15 de abril, el alcalde de la municipalidad en coordinación con los regidores, presidente de las comunidad y sectores que integran la comunidad organizan una celebración. Para realizar esta actividad festiva realiza una asamblea para tomar acuerdos para la celebración: En estos últimos años han optado por realizar concurso de danzas, con la participación de los sectores. La costumbre alimentaria es el “*quqawi*”, donde los jefes de sector extienden una manta, para exponer fiambres, de cada poblador del sector, en ella se constata productos agrícolas como: la papa, el chuño sancochado, los “*tajtis*” de harina y quinua, el “*quispiño*” (pequeñas masitas aplastadas), las habas sancochadas, algunos comparten el “mana”.



Figura 9. El fiambre o “*quqawi*”

Fuente: Fotografía tomada en aniversario de la comunidad de Caritamaya 2019.

En las celebraciones, los niños son participes algunos danzando, otros tan solo observando las danzas, en el tema de la alimentación como participes de la fiambrada, optan por consumir “*tajtis*”, es comida preferida, ya sea la de quinua o de harina comercial en mayor grado, también las carnes que se ofrecen.



La fiesta patronal de San Santiago

Se lleva a cabo los días uno, dos y tres de agosto, en esta celebración los pobladores cuentan con el alferado, es decir cada sector con una danza mestiza el día central, esta fiesta convoca a toda la población de esta zona, vienen a participar de las comunidades aledañas, también llegan los residentes de otras regiones. Para ello los alferados se anticipan en preparar y organizar para compartir comida y las bebidas, generalmente para pasar el cargo sacrifica un cordero por día y para el día central un lechón. Al medio día en el día central, se sirve la sopa blanca o el menestrón y el asado de lechón, particularmente, algunos agasajan con pollo al horno, acompañado de gaseosa y la cerveza.

En caso de los niños, acompañan a sus padres al agasajo, donde consumen estos platos, en frontis de la iglesia. Cuando danzan los padres acostumbran engrerir a los hijos, les brindan algo más de lo común de propina, para que puedan adquirir sus antojos, el estudiante Andre (10) nos relata:

En la fiesta, hay de todo, comidas, juguetes, gaseosas, solo había un lugar donde vendían empanadita con mermelada, eso me lo compre, había sido bien dulce me hizo doler la muela, pero me gusta consumir: chocolate, pulpin, empanada y unos caramelitos que parecen fideítos, hechos de gomita, “fideos locos” unos que tienen agua acida grandes son, es rico, vienen en diferentes paquetes, cada uno tiene un diferente sabor.

Todos los santos (1 de noviembre)

La costumbre en el centro poblado de Caritamaya en esta fecha de Todos los Santos, todas las familias se preparan para recibir a sus difuntos, según su cosmovisión los difuntos vienen a consumir comidas diversas, por eso las familias suelen preparar



comidas que les gustaba cuando estuvo en vida. Las familias que tienen almas frescas es decir recién fallecido uno de sus familiares tiene que poner a su tómbola según la costumbre he de cumplir tres años seguidos, para ello elaboran en los hornos del centro poblado o en el distrito de Ácora, panes de harina como: galletas, las “*tanta wawas*” (miniaturas de caballos, escaleras, animales diversos y las wawas), también compran otros recados de las ferias como: maná, dulces, bebidas, frutas y de los productos de la zona preparan *tajtis*, *quispiños* de la quinua. Para el día central primero de noviembre, principalmente para medio día y existe la creencia que los difuntos llegan a comer, por eso tiene que estar todo listo. Luego en la tarde se recepcionan a los “rezadores”, quienes se organizan en grupos, visitan casa por casa, y rezan para los difuntos y reciben como pago galletas, panes, biscochos, *kankachu* y bebidas.

El día dos de noviembre, todos los familiares del difunto se dirigen hacia el cementerio, en algunos casos los entierros se llevan cerca a la casa. Antes de llegar a la tumba, los familiares tienen que participar en la misa, en la iglesia de la localidad, se programa una misa religiosa, dirigida por el padre de la iglesia San Juan del distrito de Ácora, luego de la misa cada familia se dirige al lugar donde está enterrado su difunto y sobre su tumba ponen todos los recados y rezan todos los participantes y existe los rezadores que les acompaña. Después de rezos y la entrega de las ofrendas a los participantes, los familiares ofrecen un plato de lechón al horno y después de la comida viene la cerveza, bebiendo los participantes conversan sobre la vida del difunto.

Los estudiantes participan activamente en estas costumbres, se organizan en grupos de rezadores, ya sea por afinidad, entre compañeros del salón, entre vecinos, acuden a los domicilios, tanto el primero de noviembre por la noche y el segundo día en el cementerio, pasan rezando para cada familia, el objetivo de estos grupos de rezadores es llegar a la mayor cantidad de almas y recibir “*alma ququ*” (*comida de todos los santos*),



por ello en algunas veces van a otras comunidades cercanas a rezar. Los alimentos que se ofrece en estas fechas son las “*tanta wawas*”, los dulces, son los preferidos por los niños.

En esta festividad extraordinaria de Todos los Santos se ha constatado el consumo de diversos productos como agro ganaderos e industrializados, cada año se va reconfigurando el consumo de alimentos en las diversas fiestas religiosas, comunales y patronales, en el contexto del centro poblado.

El consumo de alimentos industrializados en otras actividades culturales

Faenas, labores, jornadas agrícolas

En las actividades agrícolas que realiza la familia, los alimentos que predominan son los productos locales, es común el *quqawi* (fiambrada), el cual la comida está preparada de la papa, la oca, las habas y el chuño sancochado, los *tajtis*, el *quispiño*, acompañado con carne de cordero frita o sancochada, pescado frito, queso frito o fresco con su ají o rocoto molido, como ingredientes complementarios, están algunos productos industrializados, como la *uchucuta* o el *tari*.

Las labores culturales agrícolas como la siembra, aporque y la cosecha se llevan entre los meses de octubre a junio, la actividad de cosecha es marzo a junio coincide con el inicio de labores escolares, sin embargo, los estudiantes son participes de estas actividades agrícolas, ellos ayudan a sus padres por las tardes y los fines de semana, en alguno de los casos no asiste a la escuela por esta actividad. Durante estas labores agrícolas siempre el *quqawi*, es sustancial y a los estudiantes les gusta las carnes, el queso frito y algunas variedades de papas sancochadas y los *tajtis*.



Los matrimonios

Los matrimonios en Caritamaya, se celebra durante un día, por lo general los fines de la semana, los alimentos que se preparan en estos acontecimientos sociales, es el caldo blanco y asado de lechón, se ofrece en el momento de recepción a los invitados. Algunos niños acompañan a sus padres, son participes durante el consumo de alimentos, luego entre niños se juntan observan la fiesta y juegan, más tarde se van junto con sus padres.

Techado de casas

La construcción de casas en Caritamaya han sufrido cambios, en cuanto respecta al uso de materiales para su construcción, debido al factor económico, las casas en el medio rural en un 80% son de ladrillo y cemento, por la facilidad de adquirir los materiales, los alimentos que se preparan el día del techado de las casas, comprende; por la mañana sopa de fideos, sopa de *patasca* (cebada con espiga pelado), chairito; al mediodía sopa de tripas o caldo blanco, el segundo el guiso de fideo, *thimpo* o *warjata* (sopa de la cabeza de cerdo); por la tarde al concluir el techo asado a la olla de carne de cordero o de lechón. Los estudiantes cuyos padres asisten a esta actividad, acompañan a sus padres sobre todo en el almuerzo y en la cena.

Mitos y creencias de la alimentación en la comunidad de Caritamaya

En el contexto de vivencia en el medio rural existen los mitos y creencias relacionados con el consumo de alimentos. Sobre el tema nos cuenta la señora Olga (51):

Los niños no deben tomar leche de la vaca, cuando estamos sacando la leche, ellos quieren tomar y otras familias le hacen de tomar y dicen que va ser fuerte como el toro, mi abuela decía no debe tomar la leche cruda, porque el niño cuando va ser joven será pesado y andará de mala gana. Igual forma los niños



cuando comen alimentos industrializados, son flojos y no te hacen caso, cuando comen productos agrícolas son ágiles y son más despiertos.

Este tipo de creencias están en los testimonios de las familias. Entre los estudiantes cuando conversan sobre la importancia de los alimentos, generan creencias sobre los productos, sobre el tema la estudiante Linda (09) nos relata:

Algunos de mis compañeros dicen: si comemos chuño nos podemos volver como el chuño de color oscuro.

Requiere una reflexión sobre estos temas, porque entre los niños creen que los productos industrializados son saludables y los productos agrícolas no. Todo esto mucho depende de la familia, algunas familias si comparten los conocimientos sobre la alimentación dando valorativo a los productos de la zona y la costumbre de gastronomía. Por eso algunos estudiantes relacionan el consumo de los alimentos agrícolas con la salubridad, con el bienestar, sin embargo, el consumo de los alimentos industrializados que puede provocar enfermedades. Al respecto el estudiante Cristian (11) manifiesta:

En relación a los alimentos, mis padres me conversan sobre la importancia de los productos nutritivos y me hacen creer, que los productos agrícolas son naturales, cuando comen comidas sanas los niños crecen rápido, sanos y fuertes. La alimentación industrializada a los niños perjudica el crecimiento solo se debe comer algunas veces.

Los valores culturales

Los alimentos más allá de ser una fuente importante de la nutrición, también vienen a expresar valores culturales, los más importantes son la reciprocidad, el



compartir, la predisposición en dar a los demás, todos estos valores manifiestan la cultura de un determinado grupo social a partir de la comida.

En el caso de los hogares, las madres de familia sirven la comida primero al padre, enseguida al hijo mayor, y consecutivamente, existe costumbres más allá de los estereotipos de género, generalmente las mujeres sirven la comida, primero a los varones y la cocinera es la última en servirse. Cuando tienen visitas, la costumbre es servirles la comida en primer orden a los visitantes y en algunos casos les dan un poco más la porción de comida, estos valores culturales están enmarcados en las normas alimentarias de los hogares de los pobladores de Caritamaya.

Entre los padres de familia aún subsiste la noción de compartir la comida, con sus familiares y en el escenario de comunidad. Existe unas ganas de dar y también unas ganas de recibir, dentro de esta lógica existe el amparo, por ello en el sistema de organización social, el parentesco espiritual es decir compadres, ahijados es sustancial en este contexto de compartir la diversidad de comidas, en tiempos ordinarios y extraordinarios. Al respecto el estudiante Luis (12) nos manifiesta:

Cuando le sugerimos a la madre que prepare las papas fritas, ella dice eso nos preparamos cuando tengamos las visitas de los familiares o de los compadres. Como de costumbre nuestra comida tiene que ser la sopa, complementado con algunos productos sancochados

Lo que se quiere es inculcar a los niños el valor del consumo de los alimentos agrícolas, la identidad culinaria, sin embargo, ocurre configuración de patrones de consumo de los productos alimentarios. Por los factores además mencionados en la presente investigación, además de los nuevos valores que están presentes entre los estudiantes y padres de familia como: la publicidad, el poder de gastar dinero, vencer la

inseguridad alimentaria, la tendencia de mantenerse joven para conservar un buen reflejo de uno mismo (Sociología del sistema alimentario, 2017).

Las normas alimentarias en el consumo de alimentos industrializados

En Caritamaya la producción agrícola está presente, sin embargo, las familias jóvenes reorientan la producción hacia el mercado y luego adquieren con la venta de la producción agrícola, productos industrializados. Sobre el tema el padre de familia Rolando (33) nos expone:

Nosotros mismos, ya no cocinamos, ya todo lo vemos fácil, en todo aspecto, hasta en la chacra, queremos tractor, a la quinua hacemos trillar con el uso de maquinaria, hacerlo tradicionalmente es trabajoso, a la quinua hacen moler con molineras eléctrica, entonces estamos pasando un momento de cambio. Antes, era distinto, no había plata, las familias estaban compuestas por varios hijos, entonces la producción agrícola es la que abastecía como: quinua, cebadita, habas, papa, chuño. En la actualidad existen familias compuesta por uno o dos hijos.



Figura 10. Plato combinado con los alimentos industrializados y agrícolas

Fuente: Fotografía tomada en junio del 2019.



En las actividades de crianza de cultivos, se observa algunos cambios como el uso del tractor en el barbecho, siembra y en la cosecha, otras familias realizan con yunta. Otro el burro era quien transportaba las cargas en las actividades agrícolas, en la actualidad existen vehículos motorizados como la moto carga. En la época de trillado de la quinua utilizan maquina trilladora, en el momento de transformar de la papa a chuño, algunas familias usan maquina peladora. Así podemos constatar algunos cambios en la vivencia campesinas.

En cuanto al consumo de los alimentos, las recientes recreaciones gastronómicas son una combinación o “matización” de dos procedencias de alimentos como: agrícola de la zona e industrializadas. Entonces las familias ya tienen la costumbre de preparar o combinar estos alimentos y se hace una costumbre. Tal vez esta reorientación este influenciado por el sistema educativo, desde la escuela, programas sociales, por la ciudad donde existen tiendas que ofrecen diversos productos.

Vásquez (2000 citado por Pratec, 2000) nos vislumbra que las familias del campo saben bien que comidas deben consumirse en las mañanas, en el almuerzo, en la merienda y por la noche, cuando se trata de fiestas u otros compromisos, se debe tener en cuenta este conocimiento en su consumo, las malas prácticas alimentarias, produciría malestar en la salud de las personas, además agrega que los cultivos también son vistas como personas, como personas ven y sienten que necesitan comer, por lo que las comidas avanzan en madurar para ser aprovechados por las familias y por los animales. Por ello las abuelas suelen decir no hay que hacer caer a las semillas pueden llorar.

Los hábitos alimentarios en el consumo de los alimentos industrializados

El lugar donde ingieren los estudiantes sus alimentos en el hogar, generalmente en contexto rural el desayuno, almuerzo y cena se consume juntos, algunos momentos

algún miembro puede adelantarse en consumir, la costumbre es comer sentado, siempre quitarse la prenda de la cabeza antes de ingerir los alimentos.

Tabla 22. Lugar donde frecuentemente los estudiantes consumen sus alimentos en el hogar

	N	% del N
Lugar donde consumen frecuentemente los alimentos en casa	Cocina	8 28,6%
	Dormitorio	7 25,0%
	Patio	4 14,3%
	Comedor	5 17,9%
	Cama	4 14,3%
	Total	28 100,0%

Fuente: Elaboración propia en base a encuestas en 2019.

De acuerdo a la tabla 22, el lugar donde más consumen a los alimentos es en la cocina, es el 28,6%, y el 25% se consume a los alimentos en el dormitorio, 17,9% de estudiantes afirman que ingieren sus alimentos en el comedor, el 14,3% de estudiantes afirman en el patio y también en la cama el mismo porcentaje, son diversos los lugares donde ingieren sus alimentos, algunos cuando están ingiriendo alimentos en la cama, a la vez están mirando la televisión o el celular así como manifestó la estudiante Edith (12):

A veces como en la cocina y a veces en mi cuarto en la cama mirando televisión y mirando celular.

Los hábitos son inculcados en el seno familiar, el patrón alimentario del ser humano es sustancial, los horarios de consumo de las comidas están sujetas de acuerdo a las actividades programadas de familia o modo de vida determinado de los pobladores, en este caso de los estudiantes los hábitos de los estudiantes de la IEP 70116, están influenciadas con hábitos compartidos en los momentos de ocio, es decir hora del recreo, almuerzo y salida.

Hábitos de adquisición

En los hábitos adquisitivos en caso de los hogares a partir de lo manifestado por las madres de familia, es en las ferias dominicales de Acora o Ilave y las compras son: las verduras, enseguida los productos restantes como: el arroz, las pastas, el azúcar, la sal, el aceite de cocina, algunas legumbres, así mismo la carne. La señora madre de familia Elvia (46) manifiesta:

La compra realizamos para toda la semana, compramos las frutas, verduras y carne, el pescado de mar o trucha y en otros momentos compro pollo. En cuanto el arroz, para no estar comprando por kilos compro por saco eso me aguanta casi todo el año, fideo por kilo noma de vez en cuando, un que estamos acostumbramos comer mucho fideo y tallarines en mi familia.

La compra se realiza en las ferias del distrito de Ácora y en la feria de la provincia el Collao-Ilave los días domingo. También existen tiendas en la localidad y se adquiere algún producto en cualquier momento.



Figura 11. Madres de familia adquiriendo sus víveres en la feria

Fuente: Fotografía tomada en la feria sabatina, en el distrito de Ácora, octubre del 2019.

Tabla 23. Productos adquiridos en las principales ferias a las que acuden los padres de familia

		N	% del N
Productos adquiridos por los padres de familia en las ferias.	Siempre verduras	3	10,7%
	Casi siempre verduras	4	14,3%
	Verduras y alimentos industrializados	14	50,0%
	Casi siempre alimentos industrializados	6	21,4%
	Siempre alimentos industrializados	1	3,6%
Total		28	100,0%

Fuente: Elaboración propia en base a entrevistas en 2019.

En la tabla 23, el 50,0% de las familias entrevistadas mencionan que en las ferias mencionadas en el párrafo anterior, de prioridad adquieren las verduras, las frutas, y los alimentos industrializados, como: el arroz, las pastas y el aceite, son importante para la cocina, un 21,4% de familias manifiestan solo adquieren alimentos industrializados, el 14,3% respondió que casi siempre adquieren verduras, mientras el 10,7%, siempre adquieren verduras, solo un padre de familia afirman que solo adquiere alimentos industrializados.

Hábitos de preparación

En la preparación de los alimentos los informantes nos aseveran generalmente la madre es la que prepara la comida, eso implica que el padre no puede cocinar, culturalmente en la vivencia complementaria el varón algunas veces cocina y de igual forma los hijos mayores. La señora madre de familia Mónica (34) nos relata:

Yo siempre cocino alimentos para mi familia, nuestra alimentación es de los productos agrícolas y del mercado industrializado, la que más consumimos es el arroz y fideo, en algunas ocasiones la quinua y habas.

Los principales insumos están compartidos, por una parte, los agrícolas que mencionan los protagonistas de la pesquisa, por otro lado, los alimentos industrializados, veamos este cuadro de preparación de los diversos alimentos durante el año, algunos varían según sea las estaciones del año.

Tabla 24. Principales preparaciones agropecuarias e industrializadas

TIPO DE PREPARACIONES	VARIEDADES DE PREPARACIONES	
	Alimentos agrícolas	Alimentos industrializados
Jugos	Quinoa, cañihua.	Jugos envasados como el "Frugos" o el "Tampico"
Mazamorras	Mazamorra de quinua y mazamorra de Cebada.	Mazamorra morada o siete cereales envasado
Refrigerio	Mate, <i>tuqtuchi</i> o trigo tostado.	Gaseosas, empanadas o gelatina.
Aperitivos tradicionales	Fiambre compuesto por la papa sancochada, el <i>tajti</i> de quinua, el <i>quispiño</i> y el chuño sancochado	
Segundos	<i>Pisqi</i> , <i>thimpo</i> de carne o el estofado de carne	El guiso de fideos, guiso de tallarín, estofado de pollo, arroz chaufa, papas fritas o arroz con huevo
Sopas	Sopa de morón, papa liza, quinua o el chairo.	Sopa de fideos, arroz o sopa ajinomén
Bebidas	Mates de plantas medicinales de la zona: muña, mostaza, wira wira, etc.	El café enlatado, las bebidas energizantes o la gaseosa

Fuente: Sistematización en base al registro de consumo en el hogar en noviembre de 2019.



En la tabla 24, constatamos sobre la preparación de alimentos, es imprescindible la papa, en algunos platos el chuño, las preparaciones es según las épocas del año. La señora madre de familia Elena (47) manifiesta:

El arroz va con todo prácticamente no hay caso reemplazarlo yo he intentado reemplazar con quinua está un poco demoroso, la quinua tengo que lavar, luego tostarlo, ese tostadito tengo que medirlo con agüita, también se granea para el momento de servir es complicado, prefiero mejor arroz, echo agua a la olla, enseguida echo arroz y la salsita, después hierva, luego lo chumo, ya está listo, frío huevo, frío la papa, algo más fácil y más rápido.

Los alimentos industrializados son fáciles y rápidos de preparar. Por ello se ha convertido en un hábito, en las madres de familia e indican todo el preparado se hace en menos tiempo.



CONCLUSIONES

PRIMERA: El nivel de consumo de los alimentos de las familias es a base de productos agrícolas de la zona que ellos mismos producen y complementada con los productos industrializados que adquieren de las ferias dominicales de los distritos de Acora e Ilave y de las bodegas del centro poblado de Caritamaya. Según las encuestas y las entrevistas, el nivel de preferencia de consumo de alimentos de los estudiantes es a base productos industrializados, el hábito y motivación de consumo es adquirido en el seno familiar y en el espacio de la Institución Educativa a través de programa social ofrecida por ministerio de educación Almuerzo escolar.

SEGUNDA: Los factores culturales y social han reconfigurado la gastronomía en la zona de investigación, el consumo de los alimentos en momentos ordinario e extraordinarios es determinante para el acostumbramiento de preferencia de consumo de los alimentos en los estudiantes de la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya, Sobre la influencia de consumo es sustancial nombrar la vivencia familia donde existe diversos patrones alimentarias, el rol del grupo de amigos en la escuela o en la comunidad, los medios de comunicación y Programa Nacional de Alimentación Escolar (PNAE) Qali Warma.



RECOMENDACIONES

PRIMERA: A los investigadores sociales continuar con la pesquisa de los factores socioculturales, sobre todo la parte de los patrones de consumo alimentarios, es un tema sustancial para comprender la dinámica alimentaria en contexto rural.

SEGUNDA: Para incentivar el consumo de alimentos de origen agropecuario, sugiero plantear políticas públicas desde la educación, primordialmente no solo se debe realizar actividades como el año nuevo andino, en donde se consume los alimentos agrícolas, que solo se recuerda una vez al año, actividades similares una vez a la semana o al mes, sería importante esta acción para fortalecer nuestra identidad cultural a través de los alimentos agrícolas. Queda como compromiso de los investigadores, docentes, padres de familia, estudiantes, sociedad civil, tomar conciencia, sobre nuestro consumo alimentaria que es la base fundamental para un buen vivir.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alanoca, V., Apaza, J. & otros (2020). *Gastronomy and Industrialized Food in the Aymara Communities of the Pilcuyo District, El Collao Province -Ilave -Puno- Peru.*
https://asrjetsjournal.org/index.php/American_Scientific_Journal/article/view/6089/2210
- Alejo, S. (2015). *Relación entre patrón alimentario, nivel socioeconómico y estado nutricional en escolares de instituciones educativas primarias 70114 Platería y 70040 Vilque* (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano Puno.
Recuperado de:
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1680/Alejo_Visa_Silvia_Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Apaza, J., Alanoca, V., Ticona, V., Caldero, A. & Maquera, Y. (2019). Educación y alimentación en las comunidades aymaras de Puno. *Comuniación*, 36-46. vo.10. n.1 http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682019000100003&script=sci_arttext.
- Asociación para la Promoción y el Desarrollo de la Comunidad; Coordinadora Nacional en Defensa de los Consumidores de Guatemala (2011). *Alimentación y Salud Humana en Guatemala Diagnóstico de Aproximación*. CEIBA.
- Borbón, C., Robles, A. & Huesca, L. (2010). Caracterización de los patrones alimentarios para los hogares en Mexico y Sonora, 2005 - 2006. *Estudios froterizos, nueva época*, 11(21) 203 - 237.



- Burga, M. D. (2009). *Prácticas alimentarias durante un contexto de cambio estacional: El caso de la comunidad altiplánica de Tantamaco, Puno* (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú Lima. Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/1263/Tesis%20de%20Licenciatura%20PUCP%2c%20Facultad%20de%20CCSS-%20Antropolog%c3%ada%2c%202009.%20Mar%c3%ada%20Dulce%20Burga%20Hidalgo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caballero, L. (2009). *Patrones de consumo alimentario, estado nutricional y características metabólicas en muestras poblacionales urbanas del nivel del mar y altura del Perú* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia Lima.1-197. Recuperado de: http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/1012/Patrones_CaballeroGutierrez_Lidia.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Cabana, E. (2017). *Hábitos alimentarios, patrón de alimentación y estilos de vida, de estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, 2016* (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano Puno. Recuperado de: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/4442/Cabana_Colque_Enrique.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Chata, L. (2017). *Consumo de la quinua en el Perú 2004 - 2014* (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano Puno. Recuperado de: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/5430/Chata_Maquera_Lorena.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Del Greco, N. I. (2010). *Estudios sobre tendencia de consumo de alimentos.*



- Delgado, R. (2000). Comida y cultura: Identidad y significado en el mundo contemporáneo. *África-Antropología*, 83-108.
- Díaz, M. (2014). Factores influyentes en el comportamiento alimentario infantil. *Comportamiento alimentario infantil*, 237 - 245.
- Dip, G. (06 de Junio de 2006). *Experticia*. Obtenido de: <http://experticia.fca.uncu.edu.ar/numeros-antteriores/n-1-2014/122-la-alimentacion-factores-determinantes-en-su-eleccion#:~:text=Determinantes%20sociales%20como%20la%20cultura,y%20los%20patrones%20de%20alimentaci%C3%B3n.&text=Determinantes%20psicol%C3%B3gi>
- Egoavil, S. & Yataco, A. M. (2017). *Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 a 5 años que asisten a la I.E. "Mi futuro" - Puenta Piedra - 2017* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia Lima. Recuperado de: http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/857/Habitos_EgoavilMendez_Shirley.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Gil , E. O. & Ríos, H. F. (2016). Hábitos y preferencias de consumo. Consumo en estudiantes universitarios 14(2). *Dimensión Empresarial*, 55-72.
- Gonzáles, R., León, F., Lomas, M. & Albar, M. J. (2016). Factores socioculturales determinantes de los hábitos alimentarios de niños de una escuela-jardín en Perú: estudio cualitativo. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 33(4).



- González-Castell, D., González-Cossío, T., Barquera, S. & Rivera, J. (2007). Alimentos industrializados en la dieta de los preescolares mexicanos. *Salud Pública*, 49. 345-356.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. (5ta ed.). Mexico: McGraw Hill.
- Herrera, C., Vásquez, E., Romero, E., Romo, H., Garcia de alba, J. & Troyo, R. (Marzo de 2008). *Hábitos de alimentación y factores culturales en adolescentes embarazadas*. 58(1). Caracas, Venezuela.
- Holguin, Z. N. (2018). *Factores que influyen en el consumo del tarwi, en el poblador aymara de la zona baja de Ilave - 2018* (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano Puno. Recuperado de: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10080/Holguin_Cuentas_Zulma_Nohelia.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- López, M. (19 de Febrero de 2017). *Infoalimenta*. Obtenido de Infoalimenta: <http://www.alimentacion.enfasis.com/articulos/64475-aspectos-culturales-y-la-alimentacion>
- Malagie , M., Jensen , G., Graham, J. C. & Smith, D. (1991). Tanning waste by-product from cattle hides, its suitability as a feedstuff. *Bioresource Technology*, 3, 321-323.
- Ministerio de desarrollo e inclusión social. (10 de Junio de 2016). *Manual de Operaciones del Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma*. Manual de Operaciones del Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma. Lima, Perú.



- Moncunill, I., Bella, M. & Cornejo, L. (2018). *Consumo de alimentos durante el recreo escolar. Diseño y validación de un instrumento de relevamiento*. *Odontoestomatología*, 30-38.
- Morán-Álvarez, C., Yamamoto-Kimura, L., Torres-Durá, P., Juárez-Oropeza, M., Ferreira-Hermosillo, A., Alvear-Galindo, M. y Acuña-Sánchez, E. (2013). *Consumo alimentario dentro y fuera de la escuela*. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc*, 51(4), 450-455.
- Moreno, G. (2013). *Asociación entre el consumo alimentario, la actividad física y el índice de masa corporal en escolares de una institución educativa del distrito de San Miguel, Lima-Perú 2012* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima. Recuperado de: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5798/Moreno_s_g.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Morris, M. M. (2010). *Identificación de los determinantes sociales de la alimentación en un grupo de familias pertenecientes a los estratos 1, 2 y 3 de la localidad de Fontibon* (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana Bogota. Recuperado de: <https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis563.pdf>
- Pérez, N. (2007). *Patrones de consumo alimentario asociados con actividad física e indicadores antropométricos del estado nutricional en jóvenes ucevistas* (tesis de pregrado). Universidad Central de Venezuela Caracas. Recuperado de: <http://saber.ucv.ve/bitstream/123456789/1094/1/Patrones%20de%20Consumo%20de%20Alimentos%20en%20Ucevistas.pdf>
- Pintado, M. (2016). *Agricultura familiar y situación alimentaria en Puno*. Lima: Imprentos S.A.C.



- Pinto, D. & Reynoso, V. (2013). *Hábitos, usos sociales y simbólicos de los alimentos en las familias de la comunidad alpaquera de Chajana- Huancané* (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano Puno.
- Pla, L. (2012). *Consumo, identidad y Política* (tesis doctoral). Univeritat de Barcelona.
Recuperado de:
http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/97165/LPV_TESIS.pdf;sequence=1
- Pratec. (2000). *Comida y Biodiversidad en el Mundo Andino*. Lima: Proyecto Andino de tecnologías campesinas.
- Rodríguez, S. (2012). Consumismo y sociedad: Una visión crítica del homo consumismo. Nómadas. *Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 34(2), 1-23.
- Rojas, D. (2011). *Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios estado nutricional y práctica de actividad física en población de 9-11 años del colegio Cedit ciudad Bolívar, Bogotá* (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana Bogotá. Bogotá: Recuperado de:
<https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis704.pdf>
- Rosique-Gracia, J., García, A. & Villada-Gómez, B. (2012). Estado nutricional, patrón alimentario y transición nutricional en escolares de Donmatías (Antioquia). *Revista Colombiana de Antropología*, 48(1), 97-124.
- Santana, N. (19 de Febrero de 2017). *Nayrasantana*. Obtenido de:
<https://nayrasantana.com/alimentacion-saludable-emociones/>
- Sociología del sistema alimentario. (30 de Diciembre de 2017). *Sociología del sistema alimentario*. Obtenido de:



<https://sociologiadelsistemaalimentario.wordpress.com/category/1-elementos-culturales-de-la-alimentacion/>

Souza, C. (2015). *Relación del estado nutricional con los hábitos alimentarios de niños de 4to a 6to grado de la I.E.P. Rosa Panduro Ramírez, San Juan - 2014* (tesis de pregrado). Universidad Nacional de la Amazonía Iquitos. Obtenido de: <http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/handle/UNAP/4078>

Valenzuela, H. (4 de Abril de 2016). *Revista Bricolage*. Obtenido de Revista Bricolage: <https://revistabricolage.wordpress.com/2016/04/04/antropologia-del-consumo-un-portentoso-campo-de-estudio-olvidado/>

Vela, A. (Setiembre de 2011). *Monografias*. Obtenido de Monografias: <https://www.monografias.com/trabajos89/costumbres-alimentarias/costumbres-alimentarias.shtml#:~:text=En%20la%20constituci%C3%B3n%20de%20las,e%20ideolog%C3%ADa%20entre%20muchos%20otros.>

Vidal, A. K. (2019). *Publicidad televisiva, consumo de alimentos industrializados y estado nutricional en escolares de nivel primaria de la Institución Educativa Ramiro Prialé en Independencia, Lima 2018* (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo Lima. Obtenido de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34491/Vidal%20_LA.pdf?sequence=1&isAllowed=y



ANEXOS



Anexo 1. Ficha de encuesta a los niños/as estudiantes

Estimados niños/as reciban un cordial saludo, hoy estoy aquí para realizar una importante investigación que servirá para conocer cuáles son los alimentos que consumimos en nuestra escuelita y en casa, esto servirá mucho para mejorar nuestra alimentación y para que puedan tener una vida más saludable, por favor respondan las preguntas con mucha sinceridad, quiero agradecerles anticipadamente por su valioso apoyo.

FICHA N°		FECHA	/	/
NOMBRE DE ESTUDIANTE				
EDAD	SEXO		GRADO	
NOMBRE DE APODERADO				

NIVEL DE CONSUMO DE LOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS Y AGRÍCOLAS

INDICACIONES: *Por favor selecciona sola una alternativa por pregunta (X)*

1. ¿Son los alimentos industrializados preferidos en el hogar?

- Siempre
- Casi Siempre
- Casi siempre casi nunca
- Casi nunca
- Nunca

2. ¿Cuáles son tus alimentos “chatarra” preferidos en el hogar?

- Carnes procesadas



- Lácteos procesados
 - Cereales procesados
 - Harinas, panes
 - Frituras
 - Bebidas gasificadas
3. ¿Son los alimentos agrícolas preferidos en el hogar?
- Siempre
 - Casi Siempre
 - Casi siempre casi nunca
 - Casi nunca
 - Nunca
4. ¿Cada cuánto comes alimentos chatarras?
- Siempre
 - Casi Siempre
 - Casi siempre casi nunca
 - Casi nunca
 - Nunca
5. ¿Qué cantidad de alimentos chatarra comes?
- Mucho



- Casi mucho
 - Ni mucho ni poco
 - Casi nada
 - Nada
6. ¿Cada cuánto comes quinua, cañihua, oca (alimentos agrícolas)?
- Siempre
 - Casi Siempre
 - Casi siempre casi nunca
 - Casi nunca
 - Nunca
7. ¿Qué cantidad de alimentos quinua, cañihua oca (alimentos agrícolas) comes?
- Mucho
 - Casi mucho
 - Ni mucho ni poco
 - Casi nada
 - Nada



**LA INFLUENCIA DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES EN LA
ALIMENTACIÓN DE LOS HOGARES DE LOS ESTUDIANTES DE LA IEP
70116 CARITAMAYA**

a. Influencia social en el consumo de alimentos industrializados

8. ¿Algunos alimentos que consumes te hace sentir más mejor, por ejemplo, si comes alimentos industrializados son mejores que los alimentos agrícolas?

- Siempre
- Siempre a veces
- A veces
- Nunca a veces
- Nunca

9. ¿Qué alimentos consumes en la casa con mayor frecuencia?

- Siempre alimentos agrícolas
- Casi siempre alimentos agrícolas
- Alimentos agrícolas y alimentos industrializados
- Casi siempre alimentos industrializados
- Siempre alimentos industrializados

10. ¿Qué alimentos consumes cuando estas con tus amigos?

- Siempre alimentos agrícolas
- Casi siempre alimentos agrícolas



- Alimentos agrícolas y alimentos industrializados
 - Casi siempre alimentos industrializados
 - Siempre alimentos industrializados
11. ¿Cuáles son los alimentos que notas mayormente consumen en la escuela?
- Siempre alimentos agrícolas
 - Casi siempre alimentos agrícolas
 - Alimentos agrícolas y alimentos industrializados
 - Casi siempre alimentos industrializados
 - Siempre alimentos industrializados
12. ¿Te influye la televisión, la radio o las redes sociales en tu alimentación?
- Siempre
 - Siempre a veces
 - A veces
 - Nunca a veces
 - Nunca
13. ¿Con que tipo de alimentos les preparan el almuerzo en la escuela?
- Siempre alimentos agrícolas
 - Casi siempre alimentos agrícolas
 - Alimentos agrícolas y alimentos industrializados



- Casi siempre alimentos industrializados
- Siempre alimentos industrializados

B. Influencia cultural en el consumo de alimentos industrializados

14. ¿Qué es lo que acostumbran preparar en la fiesta patronal?

- Siempre alimentos agrícolas
- Casi siempre alimentos agrícolas
- Alimentos agrícolas y alimentos industrializados
- Casi siempre alimentos industrializados
- Siempre alimentos industrializados

15. ¿Qué alimentos preparan en una reunión comunal?

- Siempre alimentos agrícolas
- Casi siempre alimentos agrícolas
- Alimentos agrícolas y alimentos industrializados
- Casi siempre alimentos industrializados
- Siempre alimentos industrializados

16. ¿Cuántas veces al día comes en el hogar?

- Una vez al día
- Dos veces al día
- Tres veces al día



- Cuatro veces al día
 - Más de cuatro veces al día
17. ¿Dónde consumes los alimentos en casa?
- Cocina
 - Dormitorio
 - Patio
 - Comedor
 - Otro lugar
18. ¿Comes mirando televisión o escuchando música?
- Siempre
 - Casi Siempre
 - Casi siempre casi nunca
 - Casi nunca
 - Nunca



Anexo 2. Ficha de entrevista a los estudiantes

Estimados niños/as reciban un cordial saludo, hoy estoy aquí para realizar una importante investigación que servirá para conocer cuáles son los alimentos que consumimos en nuestra escuelita y en casa, esto servirá mucho para mejorar nuestra alimentación y para que puedan tener una vida más saludable, por favor respondan las preguntas con mucha sinceridad, quiero agradecerles anticipadamente por su valioso apoyo.

Ficha N°		Fecha	/	/
----------	--	-------	---	---

Nombre de estudiante					
Edad		Género		Grado	
Nombre de apoderado					

LA INFLUENCIA DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES EN LA ALIMENTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA IEP 70116 CARITAMAYA

a. Influencia social en el consumo de alimentos industrializados

1. ¿Algunos alimentos que consumes te hacen sentir más mejor, se miran entre tus compañeritos quien trae más plata, quien tiene mejor refrigerio, quien se compra más cosas?
2. ¿Qué alimentos consumes en tu casa con mayor frecuencia?
3. ¿Qué alimentos consumes cuando estas con tus amigos?
4. ¿Cuáles son los alimentos que consumes en tu escuela con mayor frecuencia?



5. ¿Dónde Viste O Escuchaste Las Propagandas Comerciales Sobre Los Alimentos Chatarra?

6. ¿Qué alimentos preparan en la escuela? ¿son de tu agrado?

a. Influencia cultural en el consumo de alimentos industrializados

7. ¿Qué te han contado de los alimentos chatarra? ¿Qué dice que puede pasar si comemos alimento chatarra?

8. ¿Cuántas veces al día comes en la casa? ¿en la escuela?

9. ¿Dónde consumes tus alimentos en casa? ¿Cómo comes? ¿en la escuela?

Nivel de consumo de los alimentos industrializados y agrícolas

10. ¿Cada cuánto comes alimentos chatarras?

11. ¿Qué cantidad de alimentos chatarra comes?

12. ¿Qué cantidad de alimentos quinua cañihua oca (alimentos agrícolas) comes?

13. ¿Cada cuánto comes Quinua, Cañihua, Oca (alimentos agrícolas)?

14. ¿Cuáles son tus alimentos chatarra preferidos?

15. ¿Cuáles son tus alimentos agrícolas preferidos?



Anexo 3. Ficha de entrevista a los padres de familia

Estimados padres de familia reciban un cordial saludo, hoy estoy aquí para realizar una importante investigación que servirá para conocer cuáles son los alimentos que consumimos en el hogar, esto servirá mucho para mejorar nuestra alimentación y para que logren tener una vida más saludable, por favor respondan las preguntas con mucha sinceridad, quiero agradecerles anticipadamente por su valioso apoyo.

NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA					
EDAD		GÉNERO		GRADO DE INSTRUCCIÓN	

FICHA N°		FECHA	/	/
----------	--	-------	---	---

1. Indica ¿A qué se dedica el padre del hogar?

Ganadería y agricultura

Comerciante

Minería

Albañil

Otros _____

2. Indica ¿A qué se dedica la madre del hogar?

Ganadería y agricultura

Comerciante

Artesanía



- () Albañil

- () Otros _____

LA INFLUENCIA DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES EN LA ALIMENTACIÓN DE LOS HOGARES DE LOS ESTUDIANTES DE LA IEP 70116 CARITAMAYA

a. Influencia social en el consumo de alimentos industrializados

1. ¿Algunos alimentos que consumen les hacen sentir más mejor, si comen alimentos industrializados es mejor que los alimentos agrícolas?
2. ¿Qué alimentos consumen en la casa con mayor frecuencia?
3. ¿Qué alimentos consumen cuando estas con los compadres o amigos?
4. ¿Cuáles son los alimentos que notas mayormente consumen en la escuela?
¿Qué opinión tuvo el docente al respecto?
5. ¿Cómo influyen los medios de comunicación en la alimentación de los estudiantes?
6. ¿Qué alimentos preparan en la escuela? ¿Qué insumos les dan alcance para preparar los alimentos?

b. Influencia cultural en el consumo de alimentos industrializados

7. ¿Qué es lo que acostumbran preparar en la ¿fiesta patronal? ¿año nuevo navidad? ¿carnavales? ¿viernes santo? ¿aniversario de la comunidad? ¿todos los santos? ¿faenas? ¿techos? ¿cumpleaños? ¿matrimonios?



8. ¿Qué creencias conoces sobre los alimentos procesados? ¿sobre los alimentos de nuestra zona?
9. ¿Qué alimentos preparan para ir a una reunión comunal? ¿Cómo comparten estos alimentos en un *quqawi*?
10. ¿¿Cuántas veces al día comen en la casa?
11. ¿Dónde consumen los alimentos en casa? ¿Cómo comen?
12. ¿Qué es lo que acostumbra comprar en la feria?
 - () Siempre verduras
 - () Casi siempre verduras
 - () Verduras y alimentos industrializados
 - () Casi siempre alimentos industrializados
 - () Siempre alimentos industrializados

NIVEL DE CONSUMO DE LOS ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS Y AGRÍCOLAS

13. ¿Cuáles son los alimentos chatarra preferidos en el hogar?
14. ¿Cuáles son tus alimentos agrícolas preferidos en el hogar?
15. ¿Cómo es la personalidad de los niños en cuanto a alimentación?
16. ¿comen mirando televisión escuchando música?
17. ¿Cada cuánto comen alimentos chatarras?
18. ¿Qué cantidad de alimentos chatarra comen?



19. ¿Qué cantidad de alimentos quinua cañihua oca (alimentos agrícolas) comen?
20. ¿Cada cuánto comen Quinua, Cañihua, Oca (alimentos agrícolas)?



Anexo 4. Encuesta de recordatorio de 24 horas para estudiantes (en la escuelita)

Nombres y apellidos:Edad:

Género: Grado y sección:.....Número de ficha.....

ENTRADA	ALIMENTOS ¿Qué ingredientes tenía?	CANTIDAD
PRIMER RECREO	ALIMENTOS ¿Qué ingredientes tenía?	CANTIDAD
ALMUERZO	ALIMENTOS ¿Qué ingredientes tenía?	CANTIDAD
SALIDA	ALIMENTOS ¿Qué ingredientes tenía?	CANTIDAD

Fecha:/...../.....



Anexo 5. Registro de consumo en el hogar

Nombres y apellidos:Edad:

Género: Grado de instrucción:Número de ficha.....

Nombre de alimentos y/o preparaciones	Hora	Listado de Alimentos	Medidas ¿Que cantidad?
Desayuno			
Entre comidas (media mañana)	Hora		
Almuerzo	Hora		
Entre comidas (media tarde)	Hora		
Cena	Hora		
Otros alimentos extras	Hora		

Fecha:...../...../.....

Anexo 6. Panel fotográfico



Figura 12. Feria de los días jueves en el Centro Poblado de Caritamaya

Fuente: Fotografía tomada en junio de 2020.



Figura 13. Utilización de insumos industrializados en la preparación del menú familiar

Fuente: Fotografía tomada en noviembre de 2019.



Figura 14. Dirección de la Institución Educativa Primaria 70116 Caritamaya

Fuente: Fotografía tomada en octubre de 2019.



Figura 15. Entrevistando a los estudiantes de la IEP 70116 Caritamaya

Fuente: Fotografía tomada en noviembre de 2019.



Figura 16. Bodega aldeaña a la IEP 70116 Caritamaya (lado oeste)

Fuente: Fotografía tomada en diciembre de 2019.



Figura 17. Estudiantes consumiendo alimentos industrializados

Fuente: Fotografía tomada en noviembre de 2019.



Figura 18. Al lado izquierdo el comedor y al lado derecho la cocina de la IEP 70116 Caritamaya

Fuente: Fotografía tomada en diciembre de 2019.