



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media

Los hábitos alimenticios y el carácter multicultural de los estudiantes
de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical ENMEM
“Jesús María Alvarado” jornada doble, zona 1 de la Ciudad de
Guatemala

Gilda Maritza Roblero Godinez

Asesor:
M.A. Juan Carlos Lemus Ríos

Guatemala, noviembre de 2017



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media

Los hábitos alimenticios y el carácter multicultural de los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble, zona 1 de la Ciudad de Guatemala

Tesis presentada al Consejo Directivo de la Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media de la Universidad San Carlos de Guatemala

Gilda Maritza Roblero Godinez

Previo a conferírsele el grado académico de Licenciada en la Enseñanza de la Química y la Biología.

Guatemala, noviembre de 2017

AUTORIDADES GENERALES

Dr. Carlos Guillermo Alvarado Cerezo	Rector Magnífico de la USAC
Dr. Carlos Enrique Camey Rodas	Secretario General de la USAC
MSc. Danilo López Pérez	Director de la EFPEM
MSc. Mario David Valdés López	Secretario Académico de la EFPEM

CONSEJO DIRECTIVO

MSc. Danilo López Pérez	Director de la EFPEM
MSc. Mario David Valdés López	Secretario Académico de la EFPEM
Dr. Miguel Ángel Chacón Arroyo	Representante de Profesores
Lic. Saúl Duarte Beza	Representante de Profesores
Licda. Tania Elizabeth Zepeda Escobar	Representante de Profesionales Graduados
PEM Ewin Estuardo Losley Johnson	Representante de Estudiantes
PEM José Vicente Velasco Camey	Representante de Estudiantes

Tribunal Examinador

Lic. Miguel Augusto López López	Presidente
M.Sc. Lorena Patricia Rendón Rodas	Secretaria
Dra. Walda Paola María Flores Luin	Vocal

Guatemala 09 de noviembre del 2017

Licenciado
Mario David Valdés López
Secretario Académico
EFPEM – USAC

Estimado Licenciado Valdés:

Por este medio hago constar que he asesorado al estudiante: Gilda Maritza Roblero Godinez con carné 200311185, en la elaboración de su trabajo de graduación denominado: Los hábitos alimenticios y el carácter multicultural de los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Música ENMEN "Jesús María Alvarado" jornada doble, zona 1 de la Ciudad de Guatemala, en el cual he revisado y comprobado que no ha incurrido en plagio de documentos, investigaciones y publicaciones electrónicas e impresas, por lo que se considera que es inédito y que el contenido del mismo es responsabilidad del autor.

Atentamente,



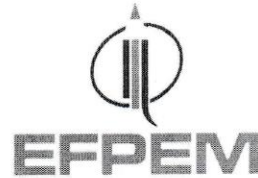
M.A. Juan Carlos Lemus
Colegiado No. 2541
Asesor nombrado
juancarloslemusrios@gmail.com

c.c. Archivo



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Escuela de Formación de Profesores
de Enseñanza Media
-EFPEM-



El infrascrito Secretario Académico de la Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media de la Universidad de San Carlos de Guatemala

CONSIDERANDO

Que el trabajo de graduación denominado *“Los hábitos alimenticios y el carácter multicultural de los estudiantes de la Escuela Normar para Maestros en Educación Musical ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble”*, presentado por el(la) estudiante **GILDA MARITZA ROBLERO GODÍNEZ**, registro académico **200311185**, CUI 1665661870101, de la Licenciatura en la Enseñanza de la Química y Biología.

CONSIDERANDO


Que la Terna Examinadora ha dictaminado favorablemente sobre el mismo, por este medio

AUTORIZA

La impresión de la tesis indicada, debiendo para ello proceder conforme el normativo correspondiente.

Dado en la ciudad de Guatemala a los **cinco** días del mes de **febrero** del año dos mil **dieciocho**.

“ID YENSEÑAD A TODOS”


M.Sc. Mario David Valdés López
Secretario Académico
EFPEM



Ref. SAOIT005-2018
c.c. Archivo
MDVL/caum

DEDICATORIA

A Dios:

Por ser la fuente de vida y darme sabiduría hacer realidad mis sueños.

A mis padres:

Catalicio Roblero y Sabina Godinez por ser quienes me enseñaron a luchar por mis metas y ser siempre mi ejemplo a seguir.

A mi esposo:

Cristian Nájera por el amor y apoyo incondicional brindado en esta etapa de mi vida.

A mi hija:

Mercy Ximena Nájera Roblero fuente de motivación para poder superarme.

A mis hermanos:

Olver, Glenda, Alexander y Gabriela por estar siempre a mi lado y por el apoyo moral en todo momento.

A mis cuñadas:

Vilma y Margarita por el apoyo y estar ahí cuando las he necesitado.

A mi asesor:

M.A. Juan Carlos Lemus Ríos por brindarme la orientación y guiarme en esta etapa de estudio profesional.

A mis compañeros y amigos:

Con mucho cariño y respeto.

AGRADECIMIENTOS

A mi alma mater, Tricentenaria Universidad de San Carlos de Guatemala que me abrió sus puertas para ser mejor persona y profesional.

A la Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media por permitir que en sus aulas me formara como profesional.

A la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble, zona 1 de la Ciudad Capital por permitir que se realizara con los estudiantes esta investigación.

A los catedráticos de la Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media por ser parte de mi formación académica y profesional, por compartir sus conocimientos y enseñanzas.

A la profesora Heidy Ivith Rodríguez Mata por su colaboración y motivación para concluir este proyecto.

RESUMEN

La alimentación en Guatemala se encuentra normada en el decreto 32-2005 Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria Nutricional, donde en el artículo No. 1 establece que la alimentación es un derecho permanente con pertinencia cultural para garantizar una vida saludable, pero Guatemala refleja a nivel mundial uno de los índices más altos en desnutrición infantil en el área rural. Y con los estudiantes de 4º y 5º Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación Musical de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble, zona 1 de la ciudad capital sus hábitos alimenticios están ligados al carácter multicultural pero así mismo han tenido modificaciones por consecuencia de la migración, horario de clases, carga académica, el factor económico, el tiempo para trasladarse al centro de estudios ya que la mayoría son del área rural y se trasladan de varios municipios y departamentos al departamento de Guatemala.

Se corrobora la deficiencia de la SAN en donde la accesibilidad y disponibilidad de los alimentos es un problema para mantener buenos hábitos alimenticios, ya que cambiaron por consumo excesivo de pan, arroz, pastas y frituras.

El carácter multicultural de los estudiantes se comprobó porque la mayoría pertenecen al pueblo maya en donde sobresale la etnia kaqchikel y k'iche' y sus hábitos alimenticios cambiaron por el consumo excesivo de pan, arroz, pastas y frituras.

ABSTRACT

Food in Guatemala is regulated by the Decree 32-2005 of the National System of Nutritional Food Security, where Article No. 1 establishes that food is a permanent right with cultural relevance to guarantee a healthy life, but Guatemala compared to a worldwide level reflects high rates of child malnutrition in rural areas. And with the students of 4th and 5th grade in Arts and Science with Musical Orientation of the Normal School for Teachers in Music Education ENMEM "Jesús María Alvarado" double shift, zone 1 of the capital city. Their eating habits are linked to multicultural characteristics but also these have been modified due to several reasons for example migration, class schedules, academic load, the economic factor and the time to move to the study center since most of them are from the rural area and move from several municipalities and departments to the department of Guatemala.

The multicultural character of the students is described as these mostly belonging of the Mayan decent, where the Kaqchikel and K'iche 'ethnic groups stand out; In addition, the deficiency of the article No. 1 of the SAN is confirmed, where the accessibility and availability of food is a problem to maintain good eating habits with cultural relevance, since these changed due to excessive consumption of bread, rice, pasta and fried foods as a result of residing and moving consecutively to the urban area.

INDICE

INTRODUCCION.....	1
CAPITULO I.....	3
1. PLAN DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.1. Antecedentes	3
1.2. Planteamiento y definición del problema	10
1.3. Objetivos	12
1.4. Justificación.....	12
1.5. Variables	14
1.6. Tipo de Investigación.....	15
1.7. Metodología.....	15
1.8. Población y muestra	16
CAPITULO II.....	18
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	18
2.1. Hábitos alimenticios.....	18
2.1.1. Olla alimentaria guatemalteca.....	18
2.2. Educación y Alimentación	20
2.3. Cultura y alimentación	21
2.4. Patrones de consumo de alimentos	21
2.5. Ciclo vital adolescencia y alimentación	22
2.6. Seguridad alimentaria nutricional (SAN).....	23
2.6.1. Disponibilidad de alimento	23
2.6.2. Acceso a alimento.....	24
2.6.3. Consumo de alimentos	25
2.6.4. Utilización y aprovechamiento biológico de los alimentos	26
2.7. Hortalizas y frutales nativos de Guatemala	26
2.8. Migración de los pueblos a la ciudad capital de Guatemala.....	27
2.9. Etnias de Guatemala	29

2.9.1. Etnia maya.....	29
2.9.2. Etnia Ladina.....	31
2.9.3. Etnia Garífuna.....	31
2.10. Cultura maya.....	32
2.11. Multiculturalidad.....	33
2.12. Multiculturalidad y Alimentación.....	33
CAPITULO III.....	34
3. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	34
CAPITULO IV.....	47
4. DISCUSIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	47
CONCLUSIONES.....	51
RECOMENDACIONES.....	52
REFERENCIA.....	53
Anexos.....	56

INDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Multiculturalidad de los estudiantes de la ENMEM "Jesús María Alvarado", jornada doble.....	34
Gráfica 2. Tiempo que tienen de vivir los estudiantes en su domicilio actual	35
Gráfica 3. Modificación de los hábitos alimenticios al estudiar en la ENMEM "Jesús María Alvarado", jornada doble	37
Gráfica 4. Alimentos que no consumen en la actualidad	38
Gráfica 5. Hábitos alimenticios antes de ingresar a la ENMEM "Jesús María Alvarado", jornada doble.....	39
Gráfica 6. Estudiantes que llevan comida a la ENMEM "Jesús María Alvarado" jornada doble.....	40
Gráfica 7. Alimentos que consumen con mayor frecuencia.....	41
Gráfica 8. Costumbres de consumir algún tipo de alimentos en fechas especiales	42
Gráfica 9. Alimentos que han cambiado sus costumbres	43
Gráfica 10. Alimentos que consumen o consumían en su lugar de origen	44
Gráfica 11. Diferencia de los alimentos que se consumen en el área urbana y área rural	45
Gráfica 12. Consumo de alimentos que se producen en su lugar de origen	46

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Muestra.....	17
Tabla 2. Procedencia de los estudiantes	36

INDICE DE IMÁGENES

Imagen 1. Olla Familiar.....	20
Imagen 2. Mapa Lingüístico de Guatemala	30

INTRODUCCION

La alimentación es un proceso vital en la vida del ser humano, ya que aporta los nutrientes necesarios para un desarrollo equilibrado y conservar la salud. En Guatemala la alimentación es garantizada en la Constitución de la República en donde la fuente normativa del derecho a la alimentación es la ley del sistema nacional de seguridad alimentaria nutricional decreto No. 32-2005 pero no la pone en práctica y la realidad es otra ya que la desnutrición en la niñez es alarmante en áreas rurales por lo que afecta el desarrollo en la adolescencia. Nuestra realidad es que esa ley no responde a la naturaleza multilingüe, multiétnica y multicultural de nuestro país y el Estado está obligado a propiciar recursos para que la alimentación sea adecuada a los diferentes pueblos.

En este contexto, los hábitos alimenticios están condicionados a la cantidad y calidad de los alimentos y la presente investigación aborda de qué forma el cambio en los hábitos alimenticios afectan el carácter multicultural en los estudiantes de la escuela normal para maestros en educación musical “Jesús María Alvarado” jornada doble, mediante una investigación descriptiva con enfoque cualitativo en donde se describen los hábitos alimenticios actuales y el carácter multicultural de los estudiantes de cuarto y quinto bachillerato; comprobando que los hábitos alimenticios dependen del consumo de la siembra y cosecha de frijol, maíz, hierbas, tubérculos y hortalizas, así de cómo se adquieren los hábitos alimenticios por la disponibilidad y accesibilidad del alimento, el ingreso económico y cultura. También de cómo la migración ha alterado los hábitos alimenticios por no tener la accesibilidad a los alimentos a los que estaban acostumbrados.

Partiendo de los hallazgos encontrados se recomendó la realización de charlas, talleres con expertos y padres de familia para monitorear la salud y rendimiento académico de los estudiantes, promover el manual de tiendas escolares saludables FAO, MINED 2007 a los encargados de cafetería y realizar más investigaciones del carácter multicultural en los estudiantes para determinar qué tipo de hábitos alimenticios practican.

Para el desarrollo de la investigación se incluyen los siguientes capítulos: capítulo 1 antecedentes, planteamiento del problema, objetivos y tipo de investigación, capítulo 2 fundamentación teórica que es lo que le da soporte a la investigación, capítulo 3 presentación de resultados obtenidos, capítulo 4 discusión y análisis de resultados, conclusiones y recomendaciones.

Se espera que a partir de los resultados obtenidos se pueda coadyuvar para obtener elementos a otras investigaciones.

CAPITULO I

1. PLAN DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

En Guatemala la crisis alimentaria es una amenaza para la vida, aunque en la Ley de Protección Integral de la Niñez y la Adolescencia, decreto 27-2003 dice en el ARTÍCULO 4. Deberes del Estado. Es deber del Estado promover y adoptar las medidas necesarias para proteger a la familia, jurídica y socialmente, así como garantizarle a los padres y tutores, el cumplimiento de sus obligaciones en lo relativo a la vida, libertad, seguridad, paz, integridad personal, salud, alimentación, educación, cultura, deporte, recreación y convivencia familiar y comunitaria de todos los niños, niñas y adolescentes. La alimentación es importante por el aporte de vitaminas y minerales en el ser humano ya que garantiza el correcto desarrollo y rendimiento escolar.

Considerando que la alimentación es un derecho existente que para los niños y adolescentes es una realidad de la cual no todos pueden gozar, impidiendo tener una vida digna y saludable.

Hay instituciones con roles específicos que si en la realidad promovieran la aplicación de la ley y el cumplimiento de metas los niveles de desnutrición fueran menores y los resultados se reflejarían en una niñez y adolescencia sana.

FAO (2014), Informe Nacional: “Seguridad alimentaria nutricional y pueblos indígenas en Guatemala”, cuyo objetivo fue comprobar la pertinencia cultural y lingüística de los programas alimentarios que se implementan en las comunidades K’iche’, Kaqchikel y Tz’utujil, se trabajó un muestreo en donde participaron: pueblos indígenas, campesinos, representantes de la iglesia católica y evangélica, Universidad de San Carlos y Universidad Rafael Landívar, organismos de investigación social, organizaciones no gubernamentales y organizaciones de mujeres indígenas. Los instrumentos utilizados en la investigación fueron grupos focales y encuestas. En donde se obtuvieron las siguientes conclusiones: un

problema recurrente es que, en los centros educativos públicos, se ha tergiversado el reglamento de las refacciones escolares, convirtiéndose en tiendas particulares, regidas por un criterio de lucro. El involucramiento de los padres de familia no ha sido pertinente y se han convertido en tiendas administradas por padres de familia, subordinando el valor nutricional de dichas refacciones al negocio que implica la comercialización. Sin embargo, se valora el esfuerzo de algunos centros educativos que han creado alternativas como huertos escolares y la elaboración de los alimentos desde el sistema nutricional de las mismas comunidades con la participación de todos. Las acciones implementadas para el combate de la inseguridad alimentaria no han considerado las particularidades culturales principales de estos lugares, especialmente en el idioma indígena y su pertinencia cultural. La presencia institucional del gobierno es nula en algunas comunidades, hay ausencia de prestación de servicios, principalmente con los relacionados con la seguridad alimentaria nutricional; por ejemplo, los puestos de salud no contribuyen a concientizar a las comunidades sobre el consumo de alimentos chatarra.

SESAN (2014), “Factores socioculturales que inciden en la desnutrición crónica”, Guatemala. En el que el objetivo es la vulnerabilidad latente en las personas del área rural, la población indígena y las mujeres a la desnutrición crónica están determinadas por percepciones, creencias, comportamientos, prácticas y costumbres que surgen de las dinámicas familiares transmitidas generacionalmente y circunstancias específicas a estos grupos poblacionales. El tamaño de la muestra fue determinado por la disponibilidad de recursos para el estudio, por lo que se recogió la información en un número reducido de familias de 12 comunidades de diferentes áreas del país. Para consagrar el tiempo requerido para mantener una frecuencia alta de las visitas y poder desarrollar una relación de confianza suficiente, se determinó un número de 8 familias en cada una de las 12 comunidades, elevando a 96 el número de familias que conformaron la muestra. Este número permitió realizar con cada familia un promedio de 2 visitas a la semana de 3 horas cada una, para un total por familia de más de 50 horas o de 18 momentos de observación aproximadamente durante todo el proceso de recolección de información. Los instrumentos que se utilizaron fueron abordaje comunitario, abordaje de las familias,

visitas domiciliarias y entrevistas, donde se obtuvieron las siguientes conclusiones: las percepciones alimentarias están condicionadas a factores culturales y económicos que permiten establecer hábitos, prácticas y costumbres de consumo alimentario determinados por: creencias culturales, apreciación gustativa, valor económico y valor nutricional. Paralelamente también están condicionadas por una concepción cultural de la temperatura simbólica del cuerpo, que por esencia es caliente. Esta temperatura es mantenida o alterada a través de la ingestión de alimentos fríos y alimentos calientes, cada uno de los alimentos siendo clasificado como uno u otro, lo que condiciona su selección, preparación y consumo. En su conjunto cada familia complementa todos estos elementos para conformar su propio sistema alimentario con adecuaciones relacionadas a la disponibilidad alimentaria y su frecuencia de consumo, distribución intrafamiliar del alimento y número de personas por familia. La interrelación de factores sociales, de género, económicos y culturales alrededor de las formas de vida de las familias observadas incide en su estado nutricional, marcando tendencias de comportamientos asociados a percepciones, creencias y prácticas relacionadas a la alimentación, a la salud sexual y reproductiva o a las dinámicas familiares, articulando directa o indirectamente estas formas de vida a las comunicaciones y relaciones entre actores comunitarios, proveedores de servicios en salud y promotores de la seguridad alimentaria y nutricional a nivel local.

Revista antropología y nutrición –SESAN- (2014), “Percepciones y comportamientos que condicionan el consumo de alimentos en doce comunidades rurales de Guatemala”, en donde el objetivo fue identificar los factores que inciden en los comportamientos, prácticas y costumbres para el consumo de alimentos, en comunidades rurales de Guatemala, en donde se trabajó un muestreo en el cual participaron 96 familias en 12 comunidades, los instrumentos utilizados fueron entrevistas y encuestas en donde se concluyó que la percepción que se tiene de una buena o mala alimentación, no solo depende de la calidad, cantidad, disponibilidad y tipo de alimento, sino de prácticas culturales y características organolépticas que inciden en la percepción que se tiene de cada uno de éstos y que a su vez, pueden

llegar a minimizar el alcance de la consejería y las recomendaciones que brindan el personal de Salud o los técnicos de los programas o intervenciones en SAN.

Molina Miranda Jesslín María Fernanda (2012), “Caracterización del patrón alimentario de la población garífuna que reside en el municipio de Livingston, Izabal, Guatemala”, en la investigación se plantearon los siguientes objetivos: describir el comportamiento alimentario, costumbres alimentarias y hábitos alimentarios en la población garífuna. Determinar los factores que puedan influir en el patrón alimentario en relación con las prácticas, selección y preparación de alimentos. El muestreo fue realizado en 10 hogares garífunas de primera generación es decir que no sean mezclas con etnias diferentes. El instrumento utilizado en la investigación fue la entrevista en donde se consiguieron las siguientes conclusiones: la mayoría de personas entrevistadas fueron de sexo femenino, madres solteras y amas de casa, que alternaban dichas actividades con ventas de productos elaborados artesanalmente como pan de coco y bocadillos, como medio de subsistencia. En relación con el consumo de alimentos procesados listos para el consumo, estos prevalecieron principalmente las frituras procesadas, bebidas gaseosas y sopas instantáneas, por lo que interviene directamente en el patrón alimentario de la población estudiada, desplazando el consumo de los grupos de alimentos por productos alimentarios que solamente proporcionan calorías en vez de nutrientes, lo que puede originar una malnutrición en los integrantes de los hogares garífunas.

Solórzano Padilla Evelyn (2015), “Determinación del patrón de consumo de alimentos en las 8 regiones de Guatemala”. En el estudio se desarrollaron los siguientes objetivos: determinar los alimentos de mayor disponibilidad en cada región del país. Determinar las razones o factores que influyen en el consumo de alimentos de cada región de Guatemala. El muestreo de la investigación se ejecutó en 110 familias de las ocho regiones de Guatemala del área urbano-rural. El instrumento que se utilizó en la investigación fue la entrevista donde se obtuvieron las conclusiones siguientes: La disponibilidad de los alimentos en los 8 departamentos a los que se realizó la visita para la obtención de información y muestras son muy variados y completos, sin

embargo, en el acceso de los alimentos entre las familias y departamentos cambia, dependiendo la disponibilidad económica así es la obtención de los alimentos.

Díaz Barrientos Mónica Lorena (2015), “Desarrollo de cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos validado para el área urbana del departamento de Guatemala”. En la presente investigación se ampliaron los siguientes objetivos: identificar los alimentos con mayor frecuencia de compra reportados en la encuesta nacional de ingresos de gastos 2009-2010, que podrían servir como indicadores de consumo para el desarrollo del cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos. Desarrollar un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos que tome en cuenta la diversidad de la dieta local. La muestra de la investigación se realizó en 370 personas, 161 hombres y 209 mujeres. El instrumento utilizado para la investigación fue la entrevista donde se obtuvieron las siguientes conclusiones: El tamaño de la porción marcó una diferencia para poder analizar la ingesta de nutrientes ya que permite estimar el consumo diario. Se logró desarrollar un CFCA (Cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos) que tomará en cuenta la diversidad de la dieta del departamento de Guatemala en las áreas urbanas.

Estrada Zavala Silvia Ivonne (2013), “Valor cultural y creencias que tienen las familias respecto a los alimentos que consumen las mujeres embarazadas lactantes y niños(as) menores de cinco años, en comunidades indígenas del departamento de Alta Verapaz, Guatemala”. En el estudio se desarrollaron los siguientes objetivos: conocer las creencias que practican las familias como producto de factores culturales, religiosos y sociales en la preparación o consumo de alimentos. Identificar que alimentos se producen localmente, y son consumidos por las familias, en las comunidades por factores económicos y geográficos. Se trabajó un muestreo con 61 mujeres entre 15 a 45 años de la etnia Q’eqch’í. El instrumento utilizado fueron guías para grupos focales en donde se obtuvieron las siguientes conclusiones: los alimentos que son consumidos por las familias y en la comunidad, dependen directamente de las prácticas alimentarias familiares, de los factores económicos, y de la disponibilidad local, lo cual es un factor condicionante para que los niños y niñas tenga una alimentación adecuada y variada en cantidad y calidad. Se puede inferir

que las familias se encuentran en vulneración a la inseguridad alimentaria nutricional, ya que los alimentos consumidos a nivel del hogar dependen en una gran proporción de la autoproducción familiar y la producción local estacional, que, aunado a una baja capacidad adquisitiva, se refleja una dieta monótona, insuficiente para los requerimientos necesarios de las mujeres embarazadas, lactantes y niños y niñas menores de cinco años.

Pérez Lima Victoria Elizabeth (2014), “Relación entre el estado nutricional, la autoestima y las conductas alimentarias de adolescentes comprendidos entre las edades de 15-17 años que asisten a 4 centros educativos públicos y privados de la ciudad de Quetzaltenango, Guatemala”. Los objetivos que se obtuvieron del estudio son determinar el estado nutricional y su relación entre la autoestima y las conductas alimentarias de adolescentes comprendidos entre las edades de 15 - 17 años que asisten a centros educativos públicos y privados, así como evaluar las conductas alimentarias de adolescentes. Se trabajó un muestreo con 480 estudiantes, en donde 213 son de centros educativos privados y 267 de centros educativos públicos. El instrumento utilizado fue la encuesta en donde se obtuvieron las siguientes conclusiones, entre la autoestima y las conductas alimentarias existe una correlación inversa, ya que mientras la autoestima sea alta el riesgo de sufrir algún trastorno de conducta alimentaria es menor.

Mazariegos Silvestre Julio Roberto (2015), “Inseguridad Alimentaria y Nutricional y estrategias de supervivencia alimentaria en madres de familia del municipio de Patzité, departamento del Quiché, Guatemala”, en donde se desarrolló el siguiente objetivo: determinar los niveles y percepciones de inseguridad alimentaria y nutricional y las estrategias de supervivencia alimentaria, no se determinó muestra porque se trabajó con el total de participantes activas de la oficina municipal de la mujer (n=30). El instrumento utilizado fue una entrevista abierta. En donde se obtuvieron las siguientes conclusiones: al caracterizar los hogares de las madres de familia se determinó que la responsabilidad del sustento del hogar recae en la figura paterna. Al existir niveles de inseguridad alimentaria y nutricional dentro de los hogares, las madres de familia refirieron sentir preocupación, ansiedad e impotencia,

ante tal circunstancia emplearon mecanismos tales como la disminución de porciones servidas, omisión de tiempos de comida, ayuno prolongado, priorizando la alimentación de niños menores de cinco años para enfrentar esta situación. Las madres de familia al agotar las estrategias de supervivencia alimentaria dentro del hogar recurrieron al mecanismo de migración, siendo el jefe del hogar o hijos mayores quienes migraron de manera permanente al interior del país, dejando como última opción la migración al extranjero.

Coordinadora Nacional en Defensa de los Consumidores de Guatemala CONADECO Asociación para la Promoción y el Desarrollo de la Comunidad -CEIBA- (2011), "Productos industriales, alimentación y salud humana en Guatemala", en el que se desarrollaron los objetivos: determinar las sustancias más comunes utilizadas en los alimentos de origen industrial y caracterizar los daños e impactos más comunes provocados en la salud y en la economía de las personas, así como en el ambiente. Caracterizar los productos de origen industrial que las familias rurales y urbanas de cinco municipios de Guatemala utilizan en su alimentación. En el muestreo participaron amas de casa, padres de familia, maestros de las comunidades, estudiantes y expertos. En este estudio se utilizaron los siguientes instrumentos: encuestas y entrevistas. En donde se consiguieron las siguientes conclusiones: el procesamiento de alimentos, al eliminar nutrientes esenciales, al provocar cambios en las moléculas alimenticias, así como al agregar sustancias no alimenticias, los convierte en productos no aptos para consumo humano, aun cuando los comités de normas los aprueben. Las sustancias adictivas son imprescindibles para la industria alimenticia para lograr mantener su público consumidor, entre otras el azúcar, el glutamato monosódico, etc. Estos alimentos pueden provocar diversas enfermedades como la diabetes, el cáncer, alergias y otros problemas de salud. El consumo de verduras, legumbres y otros productos naturales en proporción del total de alimentación diaria es mayor en el área rural, mientras que en el área urbana existe un mayor consumo de cereales refinados, pan, gaseosas y otros productos considerados comida chatarra (solo la fruta es más consumida en la ciudad). Derivado de esto, hay una gran cantidad de nuevos obesos, siendo Guatemala, uno de los países con más obesos en Latinoamérica. A pesar de esta diferencia, cada

día, en las comunidades hay mayor contaminación por productos industriales, en especial productos chatarra.

FAO (2011), “Cultura y prácticas alimentarias en Totonicapán, Guatemala”, en donde se desarrollaron los siguientes objetivos: identificar los hábitos alimentarios nutricionales que actualmente no se continúan practicando y establecer las posibles causas de la pérdida de los valores y prácticas culturales alimentarias beneficiosas con el objetivo de promover recomendaciones para su adecuado rescate. Identificar prácticas y costumbres en la elaboración, conservación y consumo de alimentos tradicionales en el departamento y establecer si existen diferencias entre municipios. Se trabajó un muestreo a líderes comunitarios, agricultores, ancianas, madres de familia y cocineras expertas de San Andrés Xecul Totonicapán. Los instrumentos que se utilizaron fueron grupos focales y entrevistas en donde se obtuvieron las siguientes conclusiones relacionadas con la investigación: la dieta tradicional basada en el consumo de maíz, leguminosas, cucurbitáceas y hierbas continúa vigente, aunque se ha introducido cambios en las preparaciones y se ha añadido diversos vegetales. Esta dieta es potencialmente adecuada si se complementara con suficiente consumo de frutas y verduras. Se ha visto una merma en el número de variedades nativas: algunos tipos de cucúrbitas se han perdido, al igual que algunos tipos de piloy y la papa silvestre. Los productos silvestres continúan siendo una parte importante de la dieta. Algunos están actualmente extintos (mamíferos) o menos disponibles (algunos hongos y hierbas se les consigue menos o en lugares más lejanos), en parte por el avance de la frontera agrícola. No obstante, en casi todas las comunidades visitadas la población aún tiene acceso a hongos y hierbas silvestres de diferentes tipos y la frecuencia de consumo semanal no parece haber disminuido.

1.2. Planteamiento y definición del problema

En la actualidad, la educación alimentaria en la población guatemalteca es deficiente, esto se manifiesta en los altos índices de desnutrición provocados por problemas sociales y económicos. La falta de escolaridad de los padres de familia y la ignorancia

de patrones apropiados de alimentación afectan el desarrollo físico y mental en los niños y adolescentes.

La situación educativa de la niñez y la adolescencia demandan que el Estado de Guatemala y la sociedad desarrollen esfuerzos significativos para mejorar la calidad de salud, nutrición y educación.

El artículo No. 1 de la Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria Nutricional se establece que la alimentación adecuada en cantidad y calidad es un derecho permanente con pertinencia cultural para garantizar una vida saludable y considerando la pertinencia cultural, Guatemala es un país multicultural en donde existen cuatro pueblos: maya, xinca, garífuna y ladino. El pueblo maya es el más antiguo integrándose por 23 etnias y conforma la población indígena que tiene los índices más altos de pobreza generando inseguridad alimentaria en el área rural. La alimentación está condicionada a la pobreza, al factor demográfico y socioeconómico, la situación con el acceso a los alimentos es nula o escasa.

El elevado costo de los alimentos hace que nuestro país tenga un problema de inseguridad alimentaria y nutricional influyendo considerablemente en el acceso a los alimentos, esta crisis afecta a las familias guatemaltecas en donde buscan la forma de subsistir utilizando practicas poco favorables para la salud.

El impacto real es que por orden constitucional todos los guatemaltecos tenemos “Derecho a una alimentación y nutrición digna, basadas en la cantidad suficiente de alimentos, cantidad y calidad, dentro de un marco de condiciones socioeconómicas y políticas que permitan su acceso físico, económico y social y su adecuado aprovechamiento biológico” (SESAN, 2008, p11), y en el CNB la salud es percibida en condiciones naturales y en la estructura social. El presente estudio surge con el propósito de enfocar la influencia que tiene la multiculturalidad en la alimentación de los estudiantes y se plantea la pregunta central de investigación:

¿De qué forma el cambio en los hábitos alimenticios afecta el carácter multicultural en estudiantes en la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble?

Y para llegar a concretar el tema se plantean las siguientes interrogantes:

¿Cuáles son los cambios más frecuentes en los hábitos alimenticios que reportan los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble?

¿Cuál es el carácter multicultural de los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble?

1.3. Objetivos

Objetivo General:

Describir los cambios en los hábitos alimenticios que afectan el carácter multicultural en los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble.

Objetivos Específicos:

Determinar los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble.

Identificar el carácter multicultural de los estudiantes de la Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “Jesús María Alvarado” Jornada Doble.

1.4. Justificación

La educación alimentaria en los estudiantes necesita una variedad de nutrientes en calidad y cantidad para satisfacer las necesidades básicas en el organismo. Esta dieta debe incluir nutrientes que aseguren el óptimo desarrollo físico y psicológico porque se considera un indicador importante del estado salud que permite hacer la medición de la calidad de vida de una nación.

Las calidades de vida de las familias están condicionadas por la falta de oportunidades laborales, escaso acceso a la educación, poca información de planificación familiar, falta de atención médica y el cambio climático que afecta la

productividad en la agricultura. Los cultivos en el área rural son la principal fuente de los ingresos económicos para las familias, ya que se entregan totalmente a la vida del campo y el poco acceso a la tierra

El desarrollo de los niños y adolescentes de nuestro país se ve afectado por la pobreza, condiciones ambientales, la accesibilidad y disponibilidad de alimento. Estos son obstáculos que no permiten el desarrollo integral del país.

Este estudio es importante porque permitirá tener una perspectiva de las prácticas alimentarias que tienen los estudiantes en el establecimiento y determinar los factores endógenos que se asocian directamente al comportamiento de las familias y los factores exógenos que se relacionan con lo social, económico y cultural. Asimismo, se podrán reconocer que tipo de alimentos consumen en sus tiempos de comida y determinar si son los apropiados para los requerimientos de la edad. Además, se pretende identificar qué factores limitan la alimentación.

Esta investigación proporcionará datos para que los docentes identifiquen los aspectos multiculturales de la alimentación, ya que debe haber una intervención educativa para garantizar la permanencia del estudiante con un rendimiento académico eficiente, y que permita el cumplimiento del CNB en todas las sub-áreas. Adicionalmente los padres de familia porque ellos inculcan los hábitos alimenticios y se adquieren en el hogar e indirectamente han influenciado a sus hijos con hábitos alimenticios poco saludables y a los estudiantes como apoyo para fortalecer y desarrollar conciencia en el valor de los alimentos como recurso esencial e indispensable para la vida y así promover cambios en sí mismos en la familia y en la comunidad.

Por último, los resultados del estudio brindaran información para obtener antecedentes sobre la problemática planteada. Para que las autoridades impulsen acciones que contribuya en mejorar los hábitos y conductas de alimentación.

1.5. Variables

Variables	Definición Teórica	Definición Operativa	Indicadores	Técnica	Instrumento
Hábitos alimenticios	Los hábitos alimentarios son manifestaciones recurrentes del comportamiento relacionado con el alimento por las cuales un individuo o grupo de ellos prepara y consume alimentos directa o indirectamente como parte de prácticas culturales, sociales y religiosas. (Tojo, 2001)	Los hábitos alimenticios son prácticas que se adquieren en el hogar y se transmiten a través de los padres y están orientadas al consumo de alimentos y al aprovechamiento de los recursos alimenticios que se producen en las localidades.	Costumbres Alimentos regionales	Encuesta	Cuestionario
Carácter multicultural	Es la existencia de diferentes culturas en un mismo espacio geográfico y social. Sin embargo, estas culturas cohabitan, pero influyen pocas las unas sobre las otras y suelen no ser permeables a las demás (Arbibay, 2003)	El carácter multicultural es la convivencia de las culturas, etnias e idiomas que identifican a la sociedad guatemalteca, para efectos del presente trabajo son los diferentes estudiantes que pertenecen a los distintos grupos étnicos.	Etnicidad Migración Procedencia		

1.6. Tipo de Investigación

El estudio tiene un diseño descriptivo, el cual consiste en detallar los hábitos alimenticios representados por la diversidad de etnias en los salones de clase.

La investigación de tipo descriptiva trabaja sobre realidades de hechos, y su característica fundamental es la de presentar una interpretación correcta. Para la investigación descriptiva radica en descubrir características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos que permitan poner de manifiesto su estructura y comportamiento. De manera que se puedan obtener notas que especifican la realidad estudiada. (Sabino, 1986, p.51).

El enfoque utilizado en esta investigación es el cualitativo porque se dan a conocer las cualidades que tienen los individuos con respecto a sus prácticas alimentarias y como se vinculan el patrón cultural ya que son cuestiones flexibles que se transmiten por experiencias personales para comprender el sistema social.

“La investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización de ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. También aporta un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como la flexibilidad” (Sampieri, 2010, p.17).

El carácter multicultural en la alimentación se relaciona íntimamente con creencias y costumbres de los estudiantes porque son patrones aprendidos en el contexto de la familia y la comunidad en donde viven.

1.7. Metodología

En este estudio se utilizó el método inductivo, ya que se partió de conocimientos particulares para llegar a conocimientos generales y establecer las características de la población seleccionada (estudiantes).

El instrumento que se utilizó fue el cuestionario en donde se realizaron una serie de preguntas escritas a los estudiantes y la técnica utilizada fue la encuesta con el objetivo de obtener la información necesaria y analizarla.

Para el proceso del estudio se realizó de la siguiente manera:

- Se comunicó a las autoridades de ENMEN “JESUS MARIA ALVARADO” de la investigación.
- Se solicitó la autorización de permiso al director para hacer el estudio, en la Escuela Normal para Maestros de Educación Musical “JESUS MARIA ALVARADO” Jornada Doble z.1
- Se elaboró el instrumento
- Se calendarizó y coordinó de la aplicación de los instrumentos en ENMEN “JESUS MARIA ALVARADO” Z.1
- Se solicitó la autorización en donde se validó el instrumento
- Se realizó la inducción para la aplicación del instrumento
- Se aplicó el instrumento para validarlo
- Se solicitó para autorización de la aplicación del instrumento a los estudiantes
- Se tabuló, analizó e interpretó el instrumento.

1.8. Población y muestra

Delimitación

Geográfica: Departamento de Guatemala, 2da Calle 4-04, zona 1.

Personal: Estudiantes de 4^o y 5^o Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación Musical.

Institucional: Escuela Normal para Maestros en Educación Musical “JESUS MARIA ALVARADO”, Jornada Doble.

Temporal: El estudio se realizó el segundo semestre del año 2017.

Tabla No. 1

Muestra

Estudiantes ENEMEM "Jesús María Alvarado" jornada doble 2,017

Secciones	A	B	C	D	E	Total
4° Bach.	36	35	37	36	36	180
Muestra	9.1224	8.869	9.3758	9.1224	9.1224	45.612
5° Bach.	34	33	31	33		131
Muestra	8.6156	8.3622	7.8554	8.3622		33.1954
Muestra Total	78.8074					

$$m = p * 0.2534$$

Fuente de elaboración propia. 2017

CAPITULO II

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. Hábitos alimenticios

Son prácticas alimenticias que se transmiten de generación en generación formando un estilo de vida y son influenciadas por la religión, cultura, área geográfica, la economía, el clima y la forma de consumir los alimentos.

SESAN (2014) afirma:

Las percepciones alimentarias están condicionadas por factores culturales y económicos que permiten establecer hábitos, prácticas y costumbres de consumo alimentario determinados por: creencias culturales, apreciación gustativa, valor económico y valor nutricional. (p.18)

Los hábitos alimenticios sanos se han perdido en donde las hierbas y las semillas formaban parte principal de la dieta indígena, se ha sustituido por alimentos con alta demanda comercial llegando hasta las comunidades más lejanas de nuestro país.

Los hábitos alimenticios en la población indígena continúan vigentes a través de muchos siglos y deben fomentarse para que no desaparezcan, ya que son parte de la identidad del guatemalteco.

2.1.1. Olla alimentaria guatemalteca

Está diseñada para ser culturalmente aceptada en todo el país tomando en cuenta las necesidades nutricionales de la población guatemalteca, con alimentos sanos y de temporada que se producen en cada región. Los alimentos en la olla se sugieren para que la población inicie su consumo desde dos años y mantenga una dieta balanceada, los alimentos se encuentran distribuidos por niveles y debe considerar desde la parte de debajo de la olla en donde se sugieren las veces que se deben consumir a la semana para evitar problemas de salud.

De acuerdo con las guías alimentarias para Guatemala se representan los grupos en la olla familiar distribuyéndose de la siguiente manera:

- Grupo 1. Cereales, granos y tubérculos: Este grupo es muy importante porque es la principal fuente de energía y aportan gran cantidad de fibra evitando el estreñimiento, porque estimulan el trabajo de los intestinos y es por ello por lo que se deben consumir todos los días.
- Grupo 2. Hierbas y verduras: Este grupo forma parte de la identidad gastronómica nacional y depende de la producción local o regional geográfica; tienen buen sabor, amplia riqueza y tradición, tienen bajo costo y alto valor nutritivo se deben consumir todos los días.
- Grupo 3. Frutas: Por su contenido en azúcares hidratan el organismo rápidamente, facilitan el drenaje de líquidos por ser diuréticas, ayudan al correcto funcionamiento del aparato digestivo por el alto contenido en fibra, es por lo que se deben consumir todos los días
- Grupo 4. Carnes: Tienen un alto contenido en proteína y hierro su importancia en el organismo es para el crecimiento, las defensas y regeneración de tejidos, por el contenido de grasa de los diferentes tipos de carnes se deben consumir dos veces por semana, el exceso es dañino para la salud.
- Grupo 5. Leche y derivados: Por ser fuente de calcio y proteínas, ayudan a la formación y fortalecimiento de los huesos del cuerpo, son alimentos necesarios desde la niñez hasta la vejez y se deben consumir tres veces por semana.
- Grupo 6. Azúcares: Aportan energía al organismo y el consumo de azúcar de fuentes naturales tiene un efecto positivo ayudando a metabolizar las grasas con rapidez. El azúcar refinado no tiene ningún aporte nutricional y el consumo excesivo aporta altos niveles de calorías, provocando obesidad, enfermedades cardiovasculares y diabetes, por lo que se deben consumir con moderación
- Grupo 7. Grasas: Son una fuente de energía y son importantes en el organismo para la absorción de la vitamina A, D, E y K, ayudan al calcio para ser absorbido en el intestino delgado; los depósitos de grasa cubren y protegen órganos como el corazón, riñones e hígado, las grasas insaturadas aportan grandes beneficios por reducir el colesterol y bajar los triglicéridos.

Las grasas saturadas son de origen animal y aumentan los niveles de colesterol y problemas cardiovasculares, estas grasas se elaboran con procesos industriales, el consumo excesivo desarrolla obesidad y es por ellos que se deben consumir con moderación.

A. LA OLLA FAMILIAR

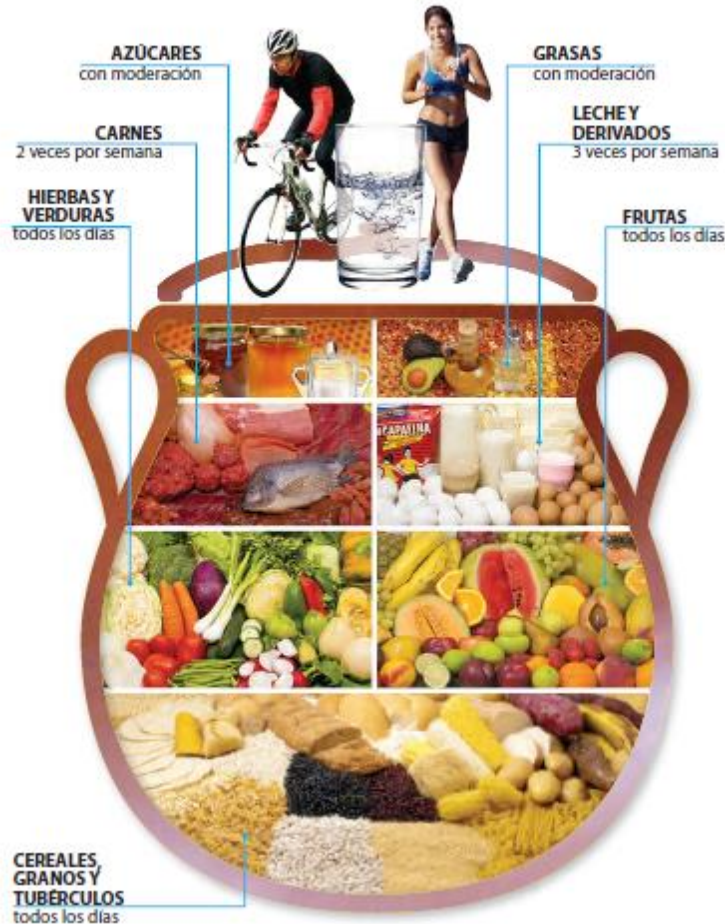


Imagen No. 1. Fuente Guías Alimentarias para Guatemala INCAP (2012).

2.2. Educación y Alimentación

La educación es un conjunto de conocimientos que inician en el hogar y con respecto al vínculo que existe con la alimentación se puede lograr que el educador complemente y apoye a modificar hábitos alimenticios no deseables, reforzando la salud. La comunicación es un instrumento valioso, pero ha contribuido a generar

expectativas y conocimientos equivocados de la alimentación por la difusión de mensajes de salud, creando conductas no deseables en los niños y adolescentes.

La educación y alimentación en la niñez y adolescencia deben ser paralelas entre la familia y el docente, para reforzar la enseñanza, poner en práctica hábitos saludables que creen autonomía y que se arraiguen hasta la edad adulta.

2.3. Cultura y alimentación

La cultura tiene gran influencia en el pensamiento y se relaciona con la percepción de los alimentos ya que hay intuiciones que se confunden con la realidad.

La creencia y comprensión que se tiene de los alimentos está condicionada por estímulos recibidos por órganos sensoriales que determinan su consumo. Para entender las percepciones que se tienen de los alimentos, es necesario considerar el contexto histórico-social, tomando en cuenta que no solo depende de la calidad, cantidad, disponibilidad y tipo de alimento, sino de prácticas culturales y características organolépticas que inciden en la concepción de cada una de estas. (Chang, 2014, p.2)

Tanto en la población indígena como en la ladina, es común la separación de los alimentos en fríos y calientes. Los antepasados de grupos étnicos repercuten en las costumbres alimenticias que son básicas en el proceso de aculturación, resguardando antiguas tradiciones.

La alimentación de la cultura maya son hábitos, actitudes y valores que se han transmitido a las nuevas generaciones por los abuelos mientras crecen, simbolizando las costumbres y tradiciones que vinculan significados espirituales que transfieren sentimientos positivos o negativos. Los principales alimentos de consumo de los mayas son: el maíz, las papas, el frijol, la yuca, camote y chile. La forma de preparar los alimentos era sobre las brasas, cocido al vapor en la boca de la olla, cocido en seco en el comal o simplemente hervido sin condimento.

2.4. Patrones de consumo de alimentos

Los patrones de consumo son las formas en que las familias obtienen los alimentos y se ve afectado por la relación precio/salario en el que el consumidor reemplaza el consumo de alimentos por el más económico.

Variedad de alimentos a los que las familias consumen en el hogar por tener acceso y disponibilidad de ellos. Refiriéndose a la diversidad de alimentos a los que las familias acostumbran consumir frecuentemente debido tanto a capacidad de adquisición como de factores externos como tradiciones y hábitos alimentarios. (Solórzano, 2015, p.45)

Los alimentos que se consumen dependen de las prácticas alimentarias de la familia, que son un factor determinante en cantidad y calidad.

Las familias viven de un porcentaje de sus cosechas, el otro porcentaje es vendido e intercambiado por otros productos; estos son los cultivos más importantes de consumo está el frijol, chile, ayote y el maíz que es la base de supervivencia en la dieta del guatemalteco y fuente de identidad en los pueblos indígenas.

La cadena de alimentación de las familias trasciende hasta la crianza de los animales domésticos que coadyuvan a complementar la cadena alimentaria.

2.5. Ciclo vital adolescencia y alimentación

La adolescencia es el abandono de la niñez en donde se acompaña de cambios psicológicos, físicos que dan el inicio a la etapa de la adolescencia. Los cambios drásticos aumentan las necesidades nutricionales por el desarrollo biológico y la madurez sexual. La madurez sexual en el adolescente se vincula con el peso, crecimiento, constitución corporal y cambios hormonales.

Los cambios físicos son notorios a partir de los 11 o 12 años en los niños y en las niñas a partir de los 9 o 10 años. Estos cambios demandan mayor cantidad de alimento para cubrir las necesidades energéticas por el aumento de masa ósea, masa corporal, talla y peso, por lo que requiere mayor cantidad de energía en forma balanceada.

Los hábitos alimentarios que aprendieron en la infancia son afectados durante esta etapa por la influencia de hábitos familiares, prácticas tradicionales, factores culturales que marcan la identidad del adolescente y la publicidad que promueven los cambios en la dieta de los adolescentes en la actualidad.

La adolescencia es un proceso físico y social en donde se producen importantes modificaciones en el organismo, por el aumento de tamaño en donde hay variaciones de morfología haciendo necesario el requerimiento de energía y para esto la alimentación juega un papel importante. La forma más adecuada para satisfacer la demanda de grandes cantidades energéticas debe ser a través de la ingesta de proteína y minerales como el hierro, zinc y calcio.

2.6. Seguridad alimentaria nutricional (SAN)

Según el decreto 32-2005 de Guatemala hace referencia a la creación de sistema nacional de seguridad alimentaria nutricional que promueven condiciones que favorecen el mejoramiento de la nutrición en edad fértil, el embarazo, la lactancia y la niñez. Con derecho a tener una alimentación adecuada y de calidad coadyuvando a reducir la pobreza y el desarrollo humano.

2.6.1. Disponibilidad de alimento

La disponibilidad de alimento es un componente de la seguridad alimentaria nutricional y se basa en la cantidad y variedad de alimentos que se puedan disponer en un país, región o comunidad. Los factores que influyen en la disponibilidad de alimento son:

- Medios de producción: son los tipos de cosechas propias de cada región y se relacionan con el clima lo que determina la abundancia o escases del producto.
- Tipos de cosecha: dependen de la zona y de las estacionalidades de producción y esto determinara la abundancia y escases de los cultivos.
- Manejo de cultivos: La tecnología moderna hace posible la utilización de equipos modernos, sistemas de riego, fertilizantes aumentan la producción de cultivo, pero no es una opción para agricultores con poco recurso económico.
- Exportación e importación: En la exportación los alimentos producidos en la comunidad salen a otros mercados o países y las importaciones son los alimentos que llegan a los mercados locales.

- Calidad del transporte de los alimentos: es básico para los agricultores porque influye en para evitar pérdidas postcosecha.

La disponibilidad de alimento se ve afectada por las condiciones de pobreza y al bajo rendimiento de los cultivos.

2.6.2. Acceso a alimento

El acceso a alimento es un componente de la seguridad alimentaria nutricional y se refiere a las posibilidades y capacidades que tienen las personas para adquirir los alimentos. Los factores que influyen en el acceso a los alimentos son:

- Empleo e ingreso económico de las familias: Se basa en las oportunidades de trabajo y salarios de los miembros de la familia para elegir los alimentos necesarios de acuerdo con el precio y no se contempla el valor nutricional de cada alimento.
- Precio de los alimentos: El costo de los alimentos afecta la compra poniendo una barrera de aceptación de los mismos y es un factor determinante en las costumbres alimentarias.
- Producción hogareña: Es la producción de hortalizas en el hogar y crianza de animales domésticos como conejos, pollos, cerdos, patos, etc., para complementar y apoyar la economía familiar.
- Conducta alimentaria: está íntimamente ligada a la cultura y el consumo de alimentos ya que se puede convertir en hábito si se repite en la persona, influye la religión, el contexto social, las condiciones ambientales, el rechazo o aceptación de los alimentos.
- Hábitos alimenticios: Dan a conocer la forma de alimentarse de las personas, estos hábitos son enseñados en la familia se arraigan en el medio escolar, se refuerzan en la sociedad y pueden ser influenciados por los medios de comunicación, la publicidad y la migración dentro o fuera del país.
- Creencias y valores: las creencias que se tienen con respecto a los alimentos se basan en los conocimientos transmitidos de generación en generación y se establece si son objeto de tabú o tienen concepciones religiosas.

- Cultura: Son el conjunto de saberes y prácticas adquiridas a través de los antepasados y en la alimentación forman parte de la dieta tradicional como el maíz en donde se consume en forma de tortillas o tamalitos.
- Migración: La pobreza y la falta de tierra provoca la migración a la capital para obtener recursos a través de empleo en la familia y así obtener recursos para poder subsistir.

2.6.3. Consumo de alimentos

El consumo de alimentos es un pilar de la seguridad alimentaria nutricional y está determinado por las costumbres y prácticas de alimentación o la forma de seleccionar, almacenar y preparar los alimentos. Los factores que intervienen en el consumo de alimentos son:

- Cultura y hábitos alimenticios: la alimentación está condicionada por el conjunto de saberes y prácticas de los antepasados, creencias y métodos tradicionales que influyen en los hábitos alimenticios que nacen en la familia, se desarrollan en el ambiente escolar y arraigan en la sociedad. Los hábitos alimentarios pueden contrastar por la influencia de la publicidad, medios de comunicación y la migración dentro y fuera del país.
- Capacidad de compra: la situación económica de la familia determina la cantidad y calidad del alimento.
- Publicidad: los medios de comunicación pueden generar cambios desfavorables en la calidad de vida porque promueven hábitos alimenticios poco saludables que repercuten en los niños y adolescentes y determinaran los patrones de alimentación para las generaciones venideras.
- Hambre y apetito: el hambre es una necesidad vital para nutrir nuestro organismo, el apetito da a conocer costumbres que estimulan la mente para comer por placer por el olor, el sabor y la presentación son elementos necesarios.
- Comodidad y tiempo: la sociedad en la actualidad facilita el acceso al alimento para ser adquirido y consumido, por la reducción de tiempo

disponible, en donde el consumidor tiene que tener conciencia de que la comodidad al comer puede ayudar a comer más y de forma poco saludable.

- Migración: La migración se origina por las condiciones socioeconómicas precarias en una región dando oportunidad para la readaptación y aculturación modificando las practicas alimenticias de la población.

2.6.4. Utilización y aprovechamiento biológico de los alimentos

La utilización y aprovechamiento biológico de los alimentos son las condiciones en las que se encuentra el cuerpo y permite utilizar al máximo todas las sustancias nutritivas que se están consumiendo. Los factores que influyen en la utilización biológica de los alimentos son:

- Condiciones del medio ambiente: el aprovechamiento de nutrientes contenidos en los alimentos es preciso a través del abastecimiento de agua potable, eliminación de excretas y basura.
- Estado de salud: las enfermedades crean dificultad para ingerir alimentos y aprovechar los nutrientes, afectando principalmente la nutrición en las personas.
- Inocuidad de los alimentos: son las condiciones y medidas para la preparación de los alimentos para que al ingerirlos no representen riesgos para la salud.
- Forma de preparar los alimentos: es la forma de cocinar los alimentos para preservar sus cualidades nutritivas y gustativas en donde intervienen prácticas como lavarse las manos, la conservar limpia el área donde se preparan los alimentos, los utensilios que se utilizan, lavando y desinfectando los alimentos previos a prepararlos.

2.7. Hortalizas y frutales nativos de Guatemala

Las hortalizas y frutales nativos de Guatemala son alimentos comestibles con alto potencial alimenticio presentes en nuestro país. Estos, no son suficientemente apreciados o conocidos y por lo mismo, muchos son subutilizados.

Guatemala forma parte de la región Mesoamericana, uno de los ocho centros mundiales de origen y diversidad genética de plantas cultivadas. Aunado a esto, la riqueza étnica y cultural que posee conlleva que el conocimiento etnobotánico de sus habitantes ofrece variedad de opciones para promover el uso de especies útiles con el propósito de contribuir a la producción y a la seguridad alimentaria (Orellana, 2012). Las poblaciones de las diversas áreas rurales consiguen gran parte de su alimento a través de métodos tradicionales de producción y el consumo de la población depende de la presentación del producto al consumidor, del clima en donde crecen y la calidad comercial.

La pérdida gradual de las semillas nativas de hortalizas y frutales se debe al uso garrafal de agroquímicos que degradan la tierra e impiden las practicas ancestrales de producción y son afectados los sistemas alimentarios. Orellana (2012) afirma: “Estos cultivos autóctonos subutilizados no han tenido mucha expansión debido a razones socioeconómicas y especialmente por la falta de información de manejo agronómico, disponibilidad de calidad de semilla y promoción de su cultivo” (p.1). Hoy en día en la globalización para los pueblos indígenas se convierte en un desafío conservar una alimentación equilibrada y completa que permita el crecimiento holístico de la población indígena.

2.8. Migración de los pueblos a la ciudad capital de Guatemala

La migración de pueblos indígenas a la capital de Guatemala tiene un impacto en la identidad cultural, social, económica que genera cambios en las prácticas de vida.

La movilización de la población da lugar a un fenómeno llamado migración. La población puede crecer o disminuir de acuerdo con los patrones de migración; el fenómeno migratorio puede ser a nivel interno o externo y la distribución de la población puede cambiar según estos flujos. En efecto, hay departamentos cuya población crece porque la población abandona otros departamentos. En Guatemala un tipo común de desplazamiento es la migración del campo a la ciudad. (Morales & Mazariegos, 1993, p.28)

En los cambios se hacen evidentes elementos de la identidad cultural y se observa el uso de del traje típico, el idioma materno y a través del tiempo se observa un proceso de aculturación. La identidad cultural y los valores tradicionales de los indígenas se van perdiendo por la falta de alternativas viables y la perspectiva de mejorar las oportunidades en la ciudad capital.

El crecimiento demográfico en la ciudad capital es consecuencia de los migrantes a partir de jóvenes indígenas se emplearon como domésticas, albañiles, lustradores de zapatos, trabajadores de fábricas y vendedores ambulantes. A consecuencia de no tener preparación académica, poco dominio del español y falta de documentos tienen dificultad para encontrar trabajo formal esto los obliga a autogenerar su propio empleo.

Es común observar que los hombres se dedican al comercio informal y las mujeres en su mayoría a la elaboración y venta de tortillas.

Morales & Pixtún (2009) afirman:

La ciudad de Guatemala es un polo de atracción de migrantes indígenas, no obstante, ya existen una o dos generaciones que nacieron en la ciudad y que en su mayoría se dedica a la economía informal. La pobreza urbana continúa creciendo y algunos indígenas están dentro de ello, así como otros sectores que vienen de oriente y sur occidente del país. (p.27)

Entre los factores sociales y económicos que influyen en la migración de indígenas a la ciudad capital están la violencia política, causas naturales por fenómenos naturales, rivalidades familiares, falta de empleo, pérdida de tenencia de la tierra, la pobreza y los deterioros de los medios de vida tradicional.

Las condiciones de vida en la vivienda son aprovechadas al máximo y es común observar algún pequeño negocio. Las viviendas son construidas en barrancos de áreas marginales, champas hechas con láminas y cartones, sin agua potable, drenajes y luz eléctrica. Esta situación obliga a las personas a migrar a Estados Unidos como mojados.

2.9. Etnias de Guatemala

2.9.1. Etnia maya

Los mayas inculcan en la educación que formamos parte de la naturaleza y mantenemos una relación de dependencia entre sí, orientando al desarrollo espiritual y material.

La cultura maya gira en el cultivo del maíz como sustento y la espiritualidad, el calendario solar de 365 días enmarca fenómenos climáticos, organización de trabajo y festejos rituales asociadas al cultivo de maíz y otros productos como la calabaza, el chile, el aguacate y el frijol.

Tetzagüic (2001) refiere que los valores en donde se fundamenta la identidad para crear, construir y resolver del pueblo maya son: el carácter, sagrado de la naturaleza y el universo, la gratitud y el agradecimiento, sentido y estado de paz, tomar consejo, el valor del trabajo en la vida, proteger lo que se tiene en la vida, respeto a la palabra de los padres y abuelos, cooperar con el prójimo y la comunidad, la palabra verdadera, belleza y limpieza en la vida y mantener la vitalidad del espíritu en el cuerpo.

En Guatemala existen 23 comunidades lingüísticas de origen mayas: akateko, achi, awakateko, ch'orti', chuj, itza, ixil, kakchikel, k'iche, mam, popti'(jakalteko), mopan, poqomam, poqomchi', q'anjoba'al, q'eqchi', sakalpulteko, sipakapense, tektiteko, tz'utujil, uspanteko, de acuerdo con la imagen No. 2.

La Comisión de Oficialización de los Idiomas Indígenas de Guatemala (1998) afirma: "Lengua es un sistema que presenta especificidad fonológica, lexical y sintáctica, el principal criterio para determinar una lengua es la autonomía lingüística" (p.13).

RETAL IXIMULEW

Mapa Lingüístico de Guatemala

Idiomas mayas, xinka y garífuna

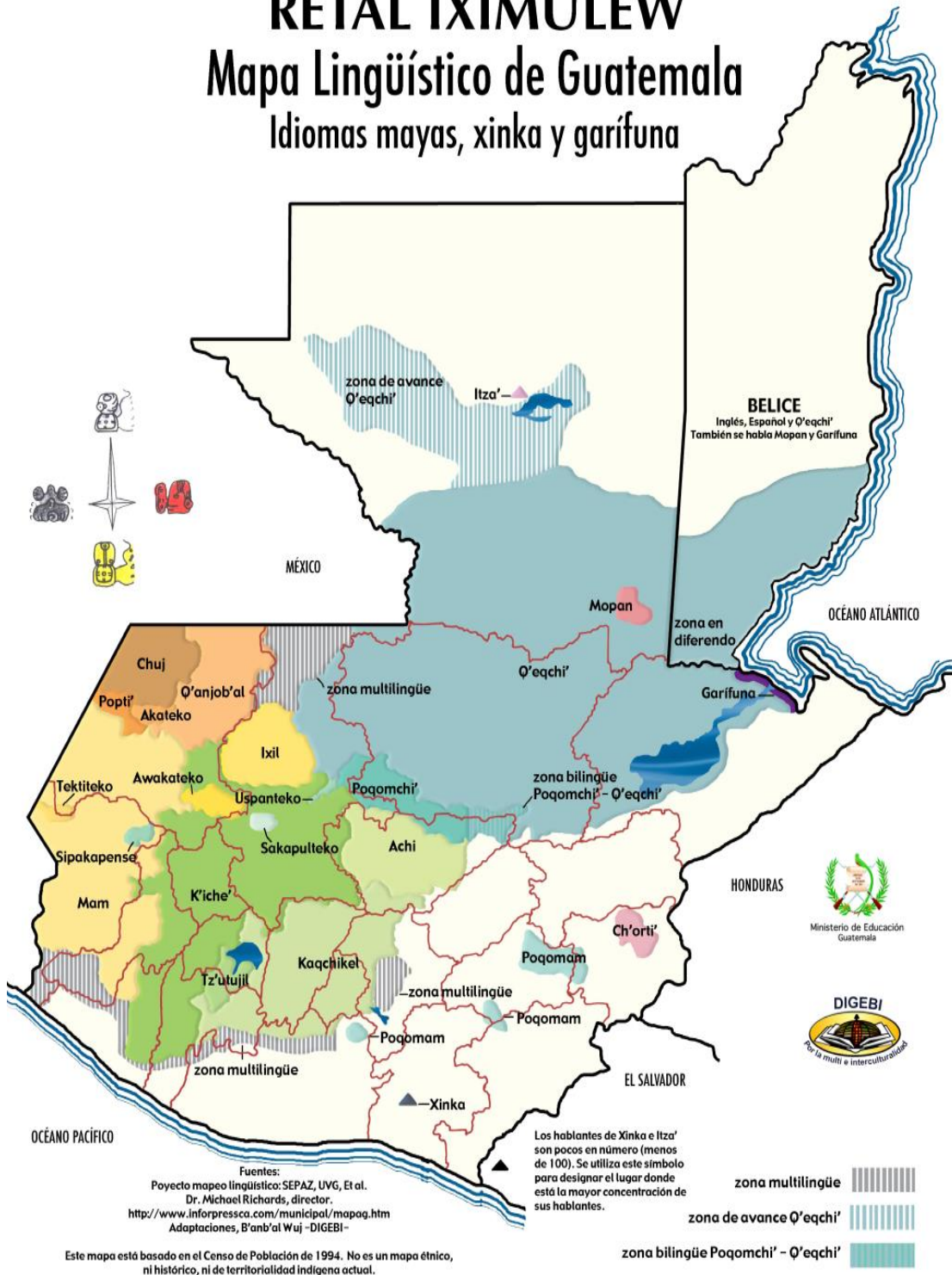


Imagen No. 2. Mapa realizado por Michael Richards. UVG. USAID (1994)

2.9.2. Etnia Ladina

La etnia ladina tiene su origen en el siglo XVI por los mestizos donde se construyó la identidad, libertad y dignidad. Los mestizos principalmente son fruto de violaciones de mujeres indígenas por españoles, este proceso fue paralelo a la conquista. Los ladinos se encuentran geográficamente ubicados en el área metropolitana, oriente, costa sur y atlántica. Los ladinos del altiplano son pocos y se dedicaron al transporte y al comercio. Los ladinos de la costa sur son finqueros, mozos de fincas y dedicándose a los cultivos y la pesca.

La cultura ladina tiene el español como lengua materna heredando de los españoles costumbres, arte, ciencia y religión, tenían buen manejo de leyes, actividad comercial e industrial.

Dary (1995) afirma:

La población ladina de Guatemala no es un bloque homogéneo en sus manifestaciones físicas y culturales, sino por el contrario es muy heterogénea. En los diferentes lugares en donde habitan existen formas particulares de hablar (entonación de voz, vocabulario, etc.) de gesticular y de comportarse. También las tradiciones varían de una región a otra. (p.56)

Entre los valores y principios que practican las familias de comunidades ladinas de Guatemala son: la honradez, la amistad, la libertad, la solidaridad, la tecnicidad y laboriosidad.

Los ladinos de oriente se dedicaron a la ganadería y dentro de sus tradiciones están las peleas de gallos, jaripeos y corridas de toros.

2.9.3. Etnia Garífuna

En 1832 los garífunas llegan a territorio guatemalteco procedente de Honduras, llegando a la bahía de Amatique en la costa Atlántica. Los principios y valores de su pensamiento filosófico y su espiritualidad constituyen el sustento y la fortaleza principal de su identidad y autoestima. La cosmovisión de esta etnia se fundamenta en la pesca, navegación, la danza y la música.

Los principios y valores de la etnia garífuna son las siguientes: el principio de la hermandad, el principio de respeto, el principio de armonía y la hospitalidad y la solidaridad.

2.10. Cultura maya

La cultura es una amalgama de ideas, tradiciones y costumbres que identifican a un pueblo a través de creencias, la religión, el arte, todo este conjunto de saberes es transmitidos por la familia y la sociedad.

La cultura puede considerarse como un conjunto de sistemas simbólicos que tiene situados en primer término el lenguaje, las reglas matrimoniales, las relaciones económicas, el arte, la ciencia y la religión. Estos sistemas tienen como finalidad expresar determinados aspectos de la realidad física y la realidad social, incluso las relaciones de estos dos tipos de realidades entre sí, y las que estos sistemas simbólicos guardan unos frente a otros. (Curruchich, 1997, p.41)

En la cultura maya el común denominador es el idioma, ya que por este medio se transmiten sentimientos. Estos conocimientos son aprendidos y percibidos por los miembros de una misma cultura. En los pueblos mayas hay una huella histórica con respecto al idioma reflejando la cosmovisión del pueblo maya, en el idioma se manifiestan gestos y sonidos onomatopoyéticos reflejando la convivencia humano-naturaleza.

La cultura del maíz en el pueblo maya descansa sobre la agricultura, el maíz es una planta prodigiosa en donde la energía del sol se convierte en alimento y de él han surgido inspiraciones mitológicas, artísticas, étnicas creando leyendas y narraciones producidas por la mente del hombre maya.

Tetzagüic (2001) afirma:

El maíz es el cereal vital y básico de la cultura maya. El Popol Wuj (libro sagrado maya k'iche o biblia americana) presenta al ser humano hecho de maíz por el Uk'uxkaj, Corazón del Cielo, y los artífices Ixpiyakok e Ixmukané. La agricultura y calendario solar tienen su punto central en el maíz: es un elemento material que tiene fuerza protectora espiritual. (p.47)

En la indumentaria se plasman ideas, matizando colores que llevan a elaborar motivos o brocados transmitiendo la cosmovisión y visibilizando las capacidades de las mujeres en los güipiles.

2.11. Multiculturalidad

Es el reconocimiento de varias culturas o etnias en un mismo territorio geográfico, en Guatemala se reconocen 4 pueblos el maya, el xinca, el garífuna y el ladino. El termino multiculturalidad es un paradigma en la actualidad porque los derechos como la salud, la educación y la alimentación están en desigualdad en la población. El Estado debe garantizar una sociedad multicultural equilibrada, en donde la participación genere un cambio en procesos vitales, tanto para hombres o mujeres de cada pueblo.

2.12. Multiculturalidad y Alimentación

Guatemala es un país que demográficamente posee mayor porcentaje de población indígena, quienes cuentan con un gran legado cultural, representadas por 23 comunidades etnolingüísticas diferentes y los componentes culturales que intervienen en la alimentación están expresados en un conjunto de conocimientos ancestrales que se han pasado de generación en generación.

La tradición cultural de la alimentación y la agricultura ejerce una gran influencia sobre las practicas alimentarias de una comunidad. Los patrones alimentarios son dependientes del factor económico, pero se debe considerar de gran importancia los elementos culturales.

Las creencias dentro de la cultura poseen su origen en el aprendizaje de los conocimientos espirituales, supersticiones y poderes mágico-religioso que subsisten por la conservación de los valores culturales.

En la población indígena guatemalteca es habitual la utilización y aprovechamiento de los alimentos producidos localmente. Las personas indígenas que pertenecen a cualquiera de las diferentes etnias están expuestas a la influencia de la familia repercutiendo en las condiciones de salud.

CAPITULO III

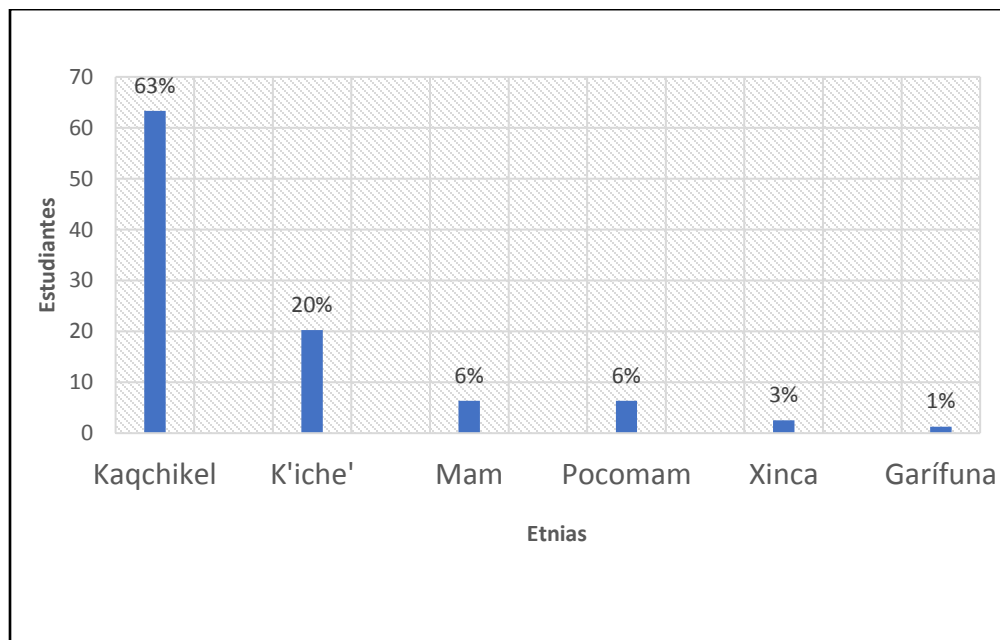
3. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Con base al instrumento, la medición se realizó con los estudiantes que están cursando cuarto y quinto bachillerato en ciencias y letras con orientación en educación musical “Jesús María Alvarado” jornada doble de la zona 1 de la ciudad capital son los siguientes:

Gráfica No. 1

Multiculturalidad de los estudiantes de la ENMEM “Jesús María Alvarado”, jornada doble, 2017

Gráfica 1. Multiculturalidad de los estudiantes de la ENMEM "Jesús María Alvarado", jornada doble

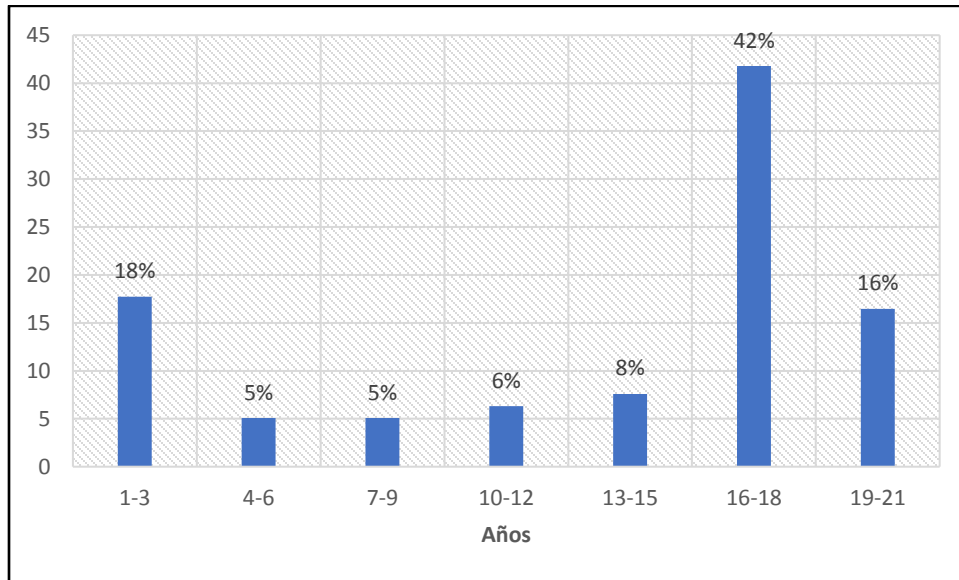


Fuente de elaboración propia. 2017

El 63% de los estudiantes pertenecen a la etnia Kaqchikel, el 20% pertenecen a la etnia K'iche', el 6% pertenecen a la etnia Mam, otro 6% pertenecen a la etnia Pocomam, el 3% pertenecen al pueblo Xinca y el 1% pertenece al pueblo Garífuna. Por lo tanto, la mayoría de estudiantes pertenecen al pueblo maya en donde sobresalen las etnias Kaqchikel y K'iche'.

Gráfica No. 2

Tiempo que tienen de vivir los estudiantes en su domicilio actual



Fuente de elaboración propia. 2017

El 42% de los estudiantes tienen un rango de 16 a 18 años de vivir en su domicilio actual, el 16% de los estudiantes reportaron que tienen un rango de 19 a 21 años de vivir en su domicilio actual por lo que la edad es equivalente a los años de vivir en su domicilio actual, el 8% de los estudiantes reporto un rango de 13 a 15 años de vivir en su domicilio actual, el 6% también reporto tener un rango de 10 a 12 años de vivir en su domicilio actual, el 5% reporto tener un rango de 7 a 9 años de vivir en su domicilio actual por lo que se deduce que migraron de su lugar de origen por lo que alguna consecuencia como el factor económico, la violencia, la búsqueda de empleo llevaron a las familias a tomar la decisión de migrar y abandonar sus comunidades de origen, el 18% de los estudiantes tienen un rango de 1 a 3 años de vivir en su domicilio actual y un 5% reporta un rango de 4 a 6 años de vivir en su domicilio actual por lo que se concluye que tienen poco tiempo de haber migrado de su lugar de origen.

Tabla No. 2
 Procedencia de los estudiantes de la ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada
 doble, 2017

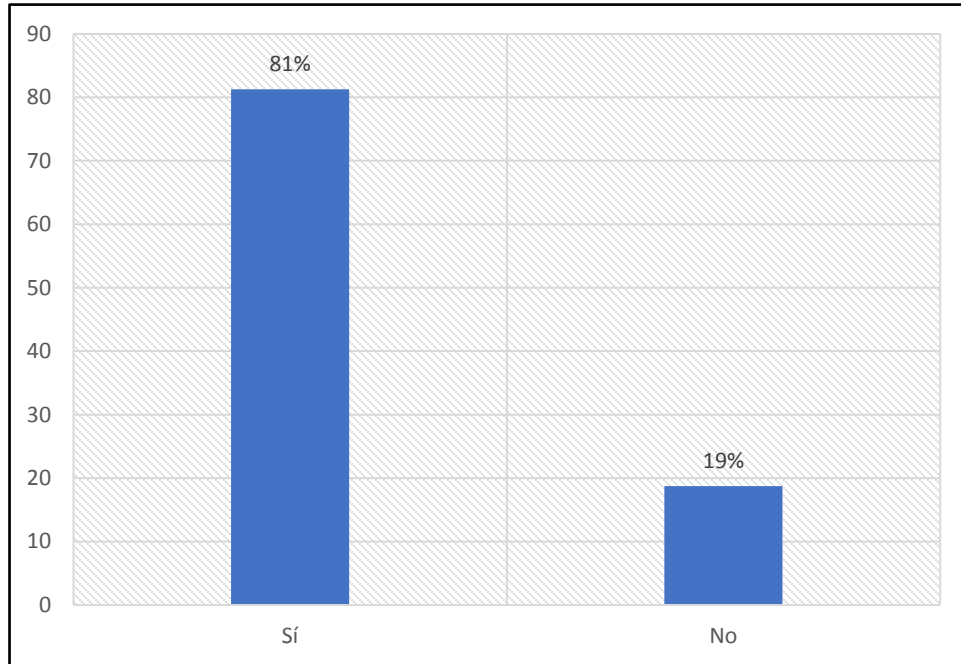
Departamentos	Municipios	Estudiantes
Guatemala	Guatemala	10
	Santa Catarina Pinula	2
	San José Pinula	3
	Palencia	1
	Chinautla	1
	San Pedro Ayampuc	3
	Mixco	5
	San Pedro Sacatepéquez	1
	San Juan Sacatepéquez	8
	Villa Nueva	1
Sacatepéquez	Amatitlán	1
	Antigua Guatemala	5
San Marcos	Sumpango	3
		1
Sololá		6
Chimaltenango	Chimaltenango	5
	Santa Apolonia	2
	Tecpán	2
	Patricia	1
	Patzún	4
Escuintla		1
Santa Rosa		2
Jalapa		1
Quiché		1
Progreso		1
Izabal		1
	Total	80

Fuente de elaboración propia. 2017

En la tabla se evidencia que la mayoría de alumnos que estudian en la ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble proceden de los municipios del departamento de Guatemala, así como de los diferentes departamentos del país.

Gráfica No. 3

Modificación de los hábitos alimenticios al estudiar en la ENMEM “Jesús María Alvarado”, jornada doble

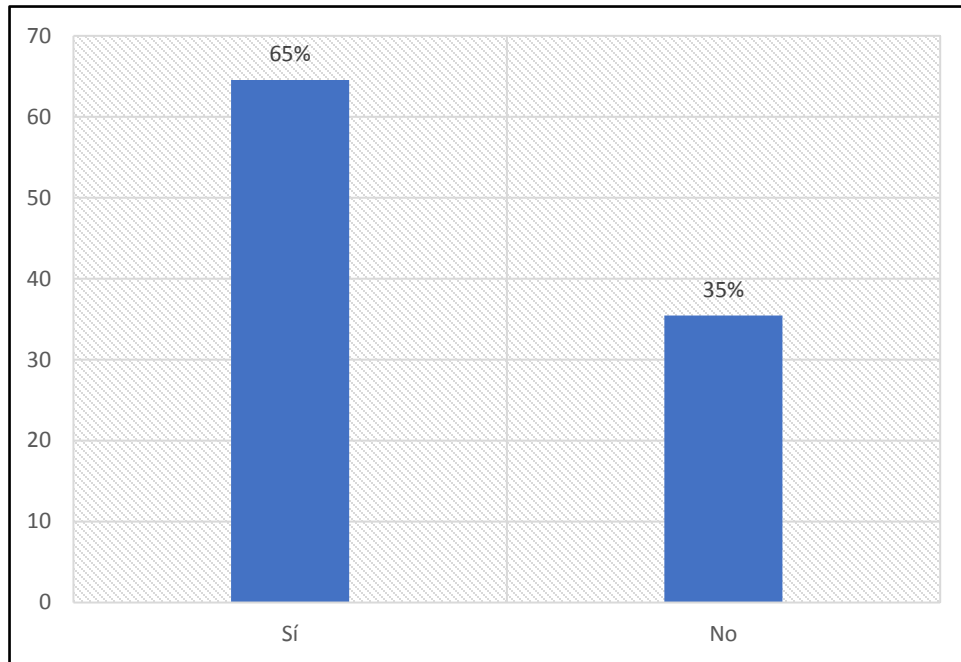


Fuente de elaboración propia. 2017

El 81% de los estudiantes indican que el tiempo que tienen de estudiar en la ENMEM “Jesús Marial Alvarado” jornada doble, ha habido un cambio significativo en los hábitos alimenticios por los alimentos que consumen con frecuencia entre ellos está el pan, arroz, pastas y variedad de frituras. El 19 % de los estudiantes indicó que no han modificado sus hábitos alimenticios porque llevan sus alimentos al centro de estudios.

Gráfica No. 4

Alimentos que no consume en la actualidad

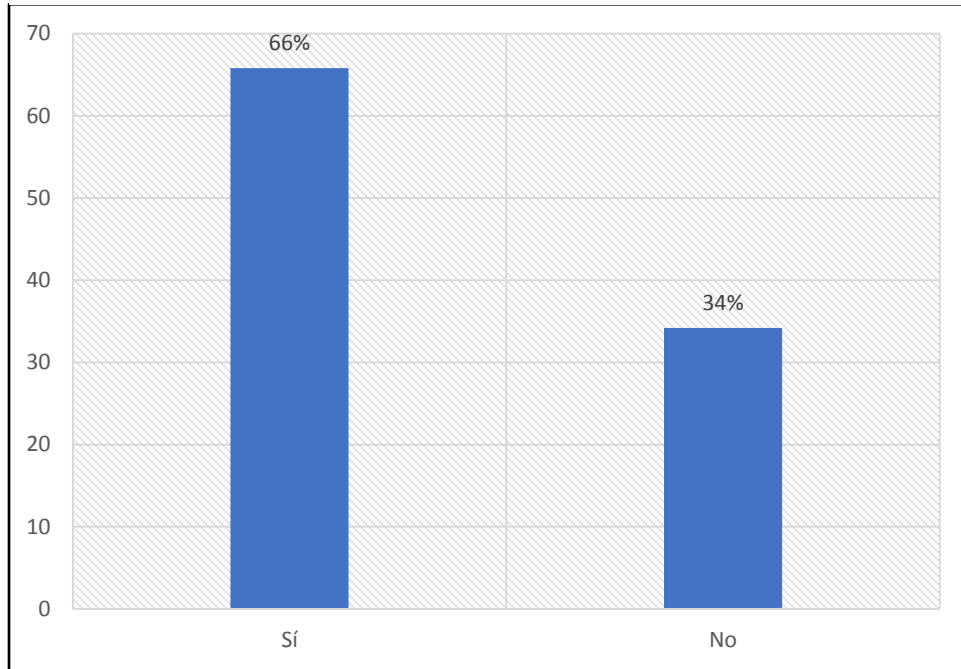


Fuente de elaboración propia. 2017

El 65% de estudiantes opinó que no ha consumido actualmente alimentos específicos como frutas (níspero, granadilla, zapote, anona), hierbas (quixtán, chaya, palo de pito, zamat, verdolaga, puntas de güisquil) son alimentos de su lugar de origen. Mientras el 35% opinó que no ha tenido inconvenientes para consumir alimentos propios de su lugar de origen porque se producen en donde viven.

Gráfica No. 5

Hábitos alimenticios antes de ingresar a la ENMEM “Jesús María Alvarado”
jornada doble

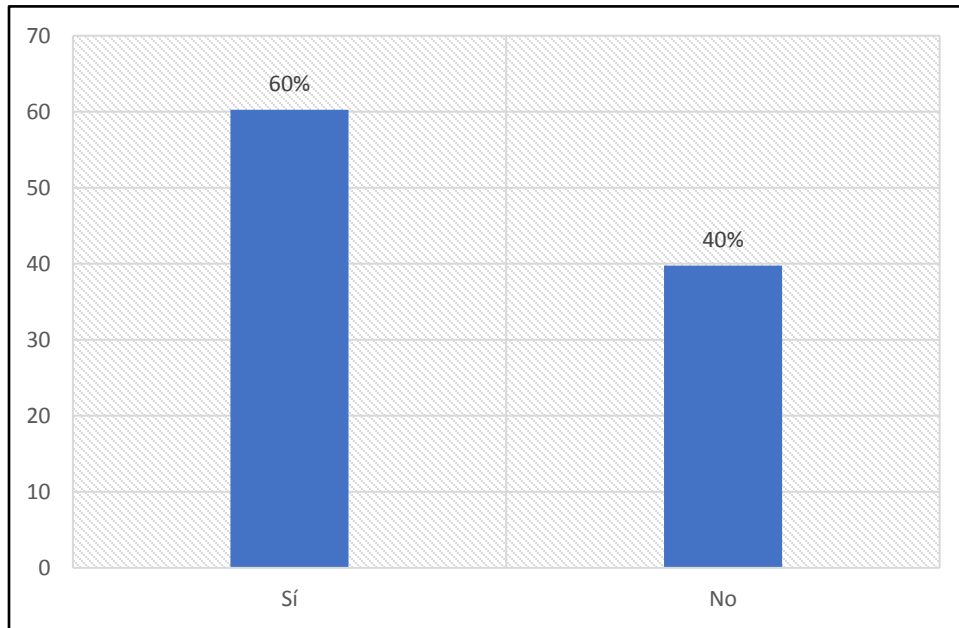


Fuente de elaboración propia. 2017

El 66% de los estudiantes considera que sus hábitos alimenticios eran mejores antes de ingresar a la ENMEM “Jesús María Alvarado” porque no se trasladaban a la ciudad capital a estudiar y comían a la hora que corresponde cada tiempo de comida en casa y el 34% de los estudiantes indicó que sus hábitos alimenticios no han tenido un cambio significativo al estar estudiando en la ENMEM porque residen cerca del perímetro del centro de estudios o llevan su comida.

Gráfica No. 6

Estudiantes que llevan comida a la ENMEM "Jesús María Alvarado" jornada doble

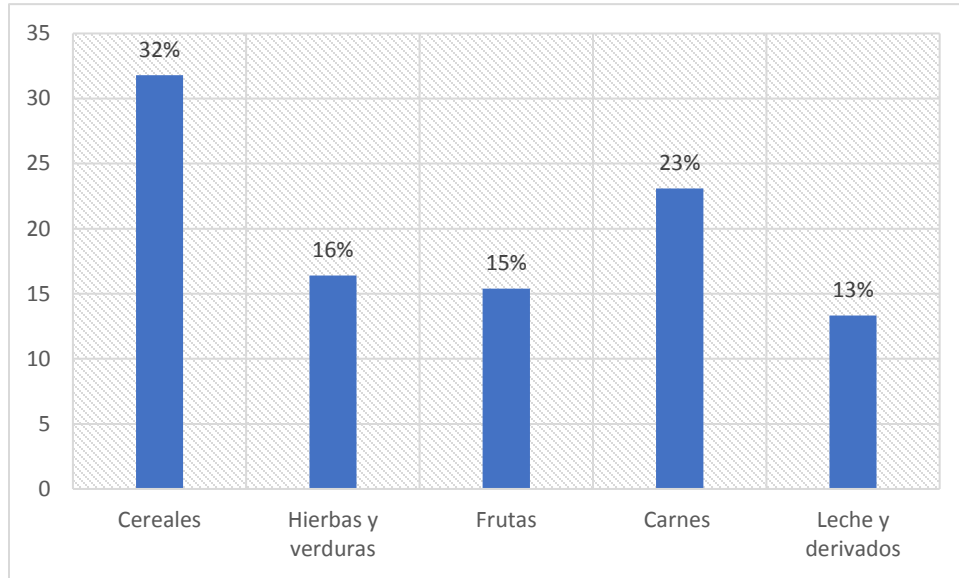


Fuente de elaboración propia. 2017

El 60% de los estudiantes manifestó que prefieren llevar comida al centro educativo, porque ayuda a la economía familiar y por cuestiones de higiene, mientras el 40% de estudiantes indicó que no llevan comida por el factor tiempo y otros viven en casa de huéspedes.

Gráfica No. 7

Alimentos que consume con mayor frecuencia

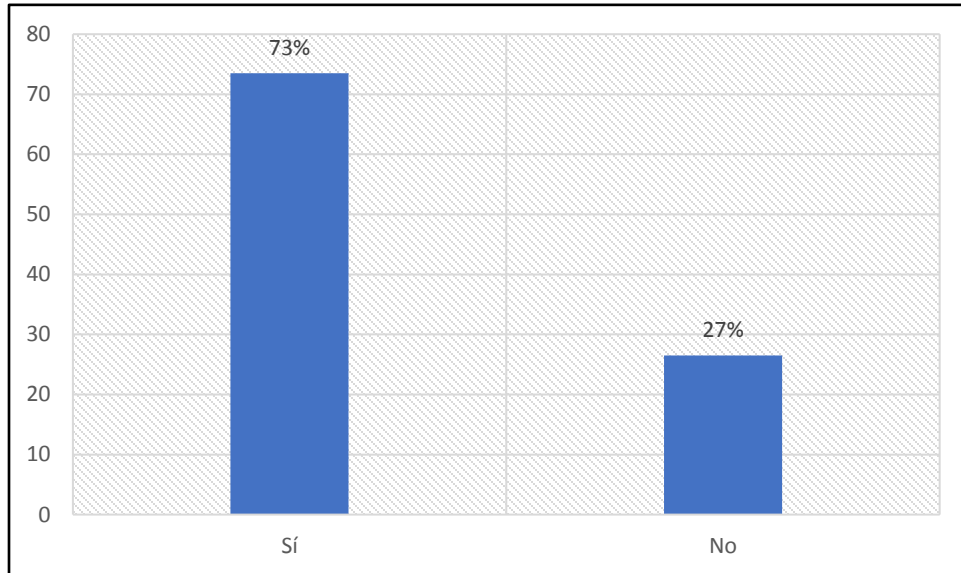


Fuente de elaboración propia. 2017

El 32% de la población opina que consume cereales, granos y tubérculos ya que estos proporcionan fuerza para poder estudiar y retornar a sus casas, el 23% consumen carne ya que también son fuente de energía, el 16% consume hierbas y verduras porque son alimentos que se producen en su lugar de origen y hay accesibilidad para este grupo de alimentos, el 15% consume frutas aprovechando las temporadas de cosecha y un 13% consume huevos, leche y sus derivados.

Gráfica No. 8

Costumbre de consumir algún tipo de alimento en fechas especiales

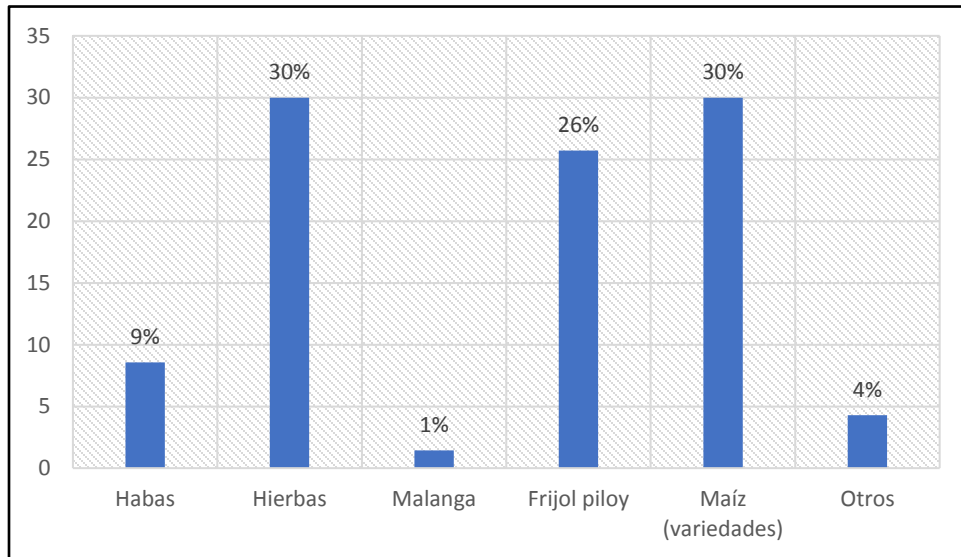


Fuente de elaboración propia. 2017

El 73% de los estudiantes indicó que acostumbran consumir alimentos especiales para fiestas como bodas, bautizos, cuaresma, ferias patronales, día de muertos y fechas navideñas y el 27% indicó que no acostumbran consumir alimentos en fechas especiales porque les es indiferente.

Gráfica No.10

Alimentos que consume o consumía en su lugar de origen

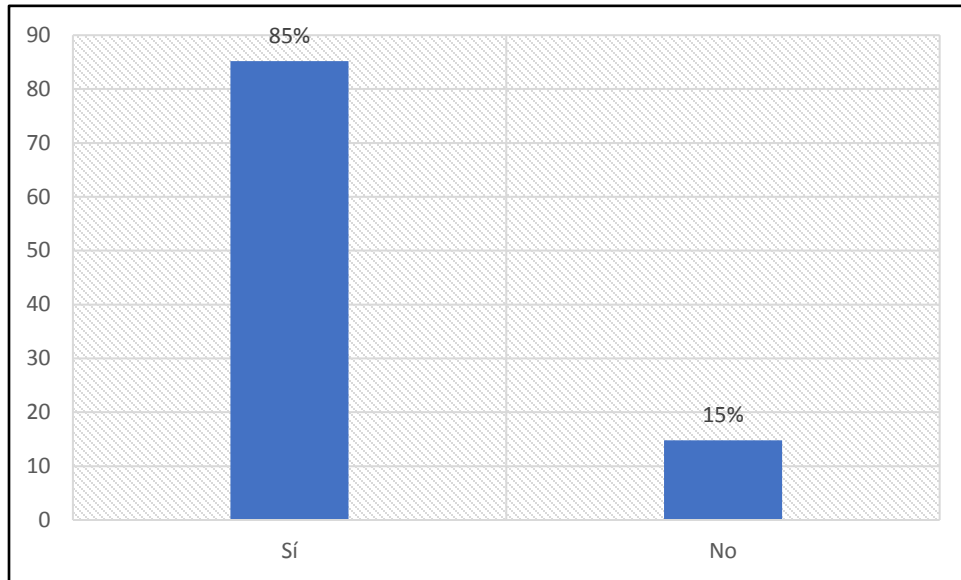


Fuente de elaboración propia. 2017

El 30% de los estudiantes manifestó que consume hierbas, el 30% indicó que consume maíz, el 26% opinó que consume frijol, el 9% indicó que consume habas y un 1% opinó que consume malanga, y un 4% indicó que consume otros alimentos (pacaya, palmito) porque son alimentos que se producen en la región en donde residen.

Gráfica No. 11

Diferencia de los alimentos que se consumen en el área urbana y área rural

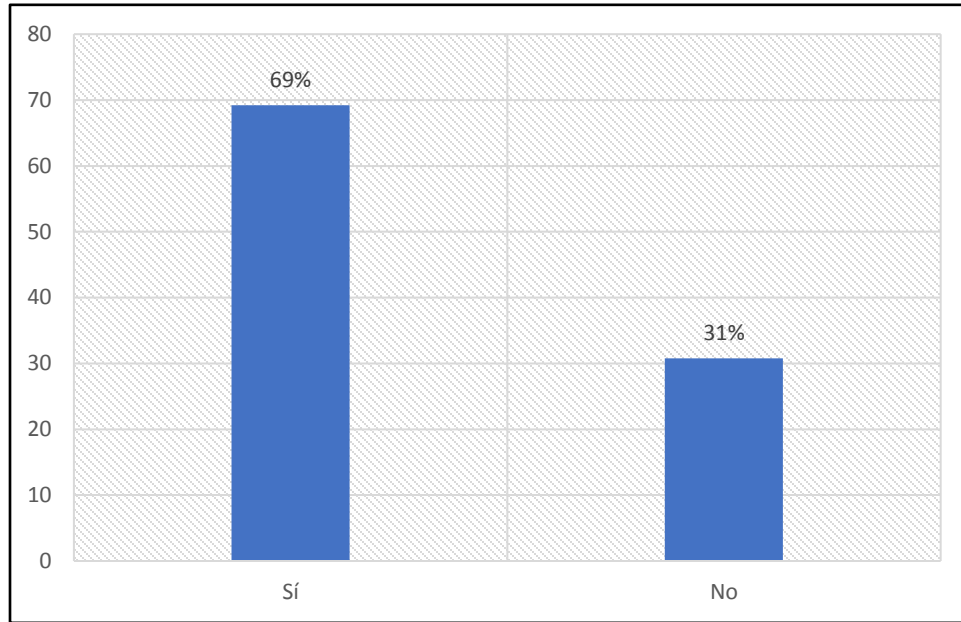


Fuente de elaboración propia. 2017

El 85% de los estudiantes afirma que los alimentos que se consumen en el área rural son más frescos porque se producen localmente y el 15% de los estudiantes manifestó que los alimentos del área urbana son diferentes a los del área rural porque cosechan los alimentos antes que maduren alterando el sabor y consistencia de los alimentos.

Gráfica No. 12

Consumo de alimentos que se producen en su lugar de origen



Fuente de elaboración propia. 2017

El 69% de los estudiantes argumentaron que si consumen alimentos que se producen en su lugar de origen como hierbas, frutas y verduras porque son del área rural mientras el 31% de los estudiantes indicaron que no consumen alimentos que se producen en su lugar de origen porque no viven en el lugar de donde son originarios.

CAPITULO IV

4. DISCUSIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Multiculturalidad de los estudiantes

Los hábitos alimenticios de los estudiantes están ligados a las creencias y costumbres porque la dieta tradicional en el área rural se basa en la cosecha a nivel local de maíz, frijol, tubérculos y hortalizas. El 30% de los estudiantes indico que consumen los diferentes tipos de hierbas, maíz y frijol porque se producen en su localidad dando origen a los patrones de consumo para obtener estos alimentos ya que son parte de la tradición en la cultura maya la siembra y la cosecha. SESAN (2014) refiere que las percepciones alimentarias están condicionadas por dinámicas familiares transmitidas generacionalmente estableciendo prácticas y costumbres para el consumo del alimento. El 95% de los estudiantes pertenecen a la diversidad de etnias de la cultura maya teniendo en común como base de su alimentación. Tetzagüic (2001) indica que el maíz es el punto central y de relación del ser humano, la naturaleza, corazón del agua, el corazón del cielo y de la tierra.

El 73% de los estudiantes indican que acostumbran alimentos especiales para fiestas como bodas, bautizos, cuaresma, ferias patronales, día de muertos y fechas navideñas. Chang (2014) refiere que los antepasados de los grupos étnicos tienen influencia en las costumbres alimenticias que vinculan significados espirituales que transfieren sentimientos positivos o negativos.

La crisis económica tiene impacto en la cultura actual, debido a que por el precio es difícil tener acceso a los ingredientes de una receta y las preparaciones antiguas no se conservan de manera original en las familias, lo que las tradiciones y costumbres son modificadas.

Hábitos Alimenticios

Según el acuerdo gubernativo 32-2005 Seguridad Alimentaria Nutricional es “El derecho a toda persona a tener acceso físico, económico y social, oportuna y permanente, a una alimentación adecuada en cantidad y calidad, con pertinencia

cultural, preferiblemente de origen nacional, así como el aprovechamiento biológico, para mantener una vida saludable y activa” (Marroquín, 2010, p. 124). Tomando en cuenta la pertinencia cultural de esta política nacional el 30% de estudiantes consume maíz y frijol y un 26 % hierbas evidenciando la disponibilidad de alimento que es un componente de la SAN ya que se basa en la cantidad y variedad de alimentos de los que dispone un país, región o comunidad y los estudiantes consumen estos alimentos como base de su alimentación porque se producen en el lugar del cual son originarios, también hay influencia del acceso al alimento que es otro componente de la SAN que tiene varios factores que inciden en los resultados evidenciados, un factor influyente es la producción hogareña ya que se basa en la producción de hortalizas y crianza de animales domésticos para completar y apoyar la economía familiar, otro factor importante es la cultura y en cuestión a la alimentación la dieta tradicional y en el 30% de estudiantes basan el sustento en la siembra y cosecha del maíz, así como el cultivo de frijol y hortalizas, la mayoría de ellos pertenecen a alguna etnia maya y con respecto al consumo de maíz es un alimento básico.

Únicamente masa de maíz entró en la carne de nuestros primeros padres Ruxé e el Mayab´ K´aslemal enseña que: La siembra del maíz es sagrada porque está unida con la vida del ser humano, el cual, al igual que el maíz, nace, crece, florece, produce, madura y muere. El maíz es un ser vivo y está establecido un orden lógico de cómo se debe hacer cada procedimiento practicado por los abuelos. (Bermúdez,2012, p. 205).

Otro factor que incide es la migración y el 58% de los estudiantes indico que ha tenido que migrar de su lugar de origen y ha tenido como consecuencia que el 81% de ellos han tenido que cambiar sus hábitos alimenticios por no tener accesibilidad y disponibilidad de los alimentos a los cuales estaban acostumbrados antes de migrar.

Ramírez & Mazariegos (1993) afirman: “En Guatemala, un tipo de desplazamiento es la migración del campo hacia la ciudad. Las cabeceras departamentales son recipiendarias de pobladores de municipios, aldeas y caseríos por causas como: económicas, violencia política, causas naturales y otros”

El 65% de los estudiantes no ha consumido frutas (níspero, granadilla, zapote, anona) y hierbas (quixtán, chaya, palo de pito, zamat, verdolaga, puntas de güisquil) que se producen en el lugar del cual son originarios como consecuencia de la migración y el recurso económico que les da la oportunidad de consumir alimentos procesados y frituras que son de bajo costo, pero no proporcionan ningún valor nutricional.

Solorzano (2015) afirma: “Las razones más frecuentes que determinan el acceso a los alimentos es el factor económico lo que provoca la ingesta mayor de carbohidratos por el bajo costo y una baja en proteínas de alto valor biológico”.

La accesibilidad a los alimentos está condicionada a la disponibilidad económica de las familias siendo básico para la obtención de los mismos (Solorzano, 2015). Los estudiantes en la actualidad basan el consumo de alimentos en lo que pueden pagar dependiendo de la economía en la familia. Y el 60% de estudiantes indico que prefiere llevar comida al centro educativo debido a que ayuda a mermar el gasto en la familia aunque no siempre es posible debido a que por los viajes que realizan de su lugar de origen a la ciudad capital diariamente se descompone, por lo que se les hace más practico comprar, provocando que el 32% de estudiantes consuman cereales, granos y tubérculos (harinas, pastas, arroz, frijol, maíz, papa) con frecuencia y según la olla alimentaria guatemalteca es el grupo de alimentos que aporta energía pero el consumo excesivo de este grupo de alimentos cambió los hábitos alimenticios de los estudiantes porque son alimentos monótonos en la dieta. Marroquín (2010) afirma: “Los alimentos pueden estar disponibles en la comunidad y puede existir la decisión de consumirlos; pero a la vez hay factores que los hacen inaccesibles siendo referiblemente de origen económico” (p.137). Por otra parte un 16% de estudiantes consume hierbas y verduras (macuy, acelga, chipilín, bledo, zanahoria, güisquil) debido a que viven en áreas rurales y se alimentan de lo que cultivan y en la ciudad capital la expectativa del consumo de este grupo de alimentos merma y la olla alimentaria guatemalteca hace referencia que este grupo de alimentos se deben consumir todos los días y forman parte de la identidad

gastronómica nacional, por lo que los resultados reflejan que la identidad se ha perdido porque estos alimentos no se consumen frecuentemente.

“El consumo de verduras y legumbres y otros productos naturales en proporción del total de alimentación diaria es mayor en el área rural, mientras que en el área urbana existe mayor consumo de cereales refinados, pan y gaseosas” (CONADECO, 2011). También se reflejó en los resultados que el 13% de los estudiantes consume leche y derivados (incaparina, huevos, yogurt, queso) y según la olla alimentaria guatemalteca indica que este grupo de alimentos se deben consumir como mínimo tres veces por semana por ser la principal fuente de proteína y calcio, en los estudiantes es escaso el consumo de estos alimentos.

Los resultados citados dan a conocer la realidad de los estudiantes ya que la política nacional Seguridad Alimentaria Nutricional -SAN-no se practica y no se conoce, la situación alimentaria en la ENMEN es problemática porque hay deficiencias y excesos de alimentos.

CONCLUSIONES

1. Los cambios que afectan el carácter multicultural de los estudiantes son: la migración de las familias a la ciudad capital, el factor económico, el tiempo que utilizan para poder trasladarse al centro de estudios y el horario por la carga académica son factores que obstaculizan la política nacional de la Seguridad Alimentaria Nutricional para que se lleve a cabo en la ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble.
2. Los hábitos alimenticios actuales de los estudiantes cambiaron por el consumo frecuente de cereales, pastas y arroz por no tener accesibilidad y disponibilidad a los alimentos antes de entrar a la ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble, por lo que los pilares de la Seguridad Alimentaria Nutricional no se cumplen.
3. Se identificaron las etnias Kakchiquel, K'iche', Mam y Pocomam en los estudiantes encuestados ya que tienen procedencia de los diferentes municipios del departamento de Guatemala, así como de los demás departamentos del país.

RECOMENDACIONES

1. A los docentes se les recomienda realizar reuniones periódicas en donde se inviten a expertos y padres de familia organizando talleres, charlas, campañas para fomentar e informar la importancia de alimentos específicos que se produzcan en las localidades con el objetivo de aprovechar la disponibilidad que se tiene a los alimentos estableciendo un triángulo (docentes, padres de familia y estudiantes) y monitorear el estado de salud del estudiante y garantizar el desempeño académico del estudiante.
2. A la ENMEM “Jesús María Alvarado” jornada doble, encargada de la formación académica de los estudiantes se le recomienda promover el Manual de Tiendas Escolares Saludables FAO, MINED, 2007 a las personas encargadas de tienda o cafetería de la institución para que tome en cuenta que preparaciones ofrecer a los estudiantes y favorecer los buenos hábitos alimenticios y que no se rijan únicamente por el criterio de lucro ignorando el valor nutricional de los alimentos que necesitan los estudiantes.
3. Realizar más investigaciones para conocer cuáles son los hábitos alimenticios y el carácter multicultural porque en la escuela ingresan estudiantes de diversos departamentos y es importante saber qué tipo de hábitos alimenticios practican y la relación que tiene con la etnia a la cual pertenecen y que no tengan cambios abruptos que perjudiquen la economía y ante todo la salud de los estudiantes.

REFERENCIA

Textos

- Curruchich, M. L. (1997). *Cultura de Guatemala*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación. Sexta Edición*. México: McGraw Hill Education.
- MINEDUC. (1998). *Diseño de Reforma Educativa*. Guatemala.
- Richard Adams, S.B. (2003). *Las relaciones étnicas de Guatemala, 1944 – 2000*. Antigua Guatemala: Cirma.
- Ramírez, M. & Mazariegos, L.M. (1993). Flujos Migratorios. *Tradición y modernidad, lecturas sobre la cultura Maya actual* (pp. 28-36). Guatemala. Instituto de Lingüística, Universidad Rafael Landívar.
- Tezagüic, M. D. (2001). *Culturas e Interculturalidad de Guatemala*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- USAC. (2012). El séptimo sello del código maya, el oxlajujb'áqum oculto en los alimentos. Bermúdez. (Ed.), *Tradiciones de Guatemala* (pp. 211–212-213). Guatemala. Centro de Estudios Folkloricos.

Tesis

- Díaz, M.L. (2015). *Desarrollo de un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos validado para el área urbana del departamento de Guatemala*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala, Guatemala.
- Estrada, S. I. (2013). *Valor cultural y creencias que tienen las familias respecto a los alimentos que consumen las mujeres embarazadas lactantes y niños menores de cinco años, en comunidades indígenas del departamento de Alta Verapaz, Guatemala*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala, Guatemala.

Guzmán, M.O. (2016). *Expectativas de los maestros de educación primaria de los municipios de Chiantla, Malacatancito, San Sebastián del departamento de Huehuetenango que participaron en la tercera cohorte del Programa Académico de Desarrollo Profesional Docente -PADEP/D-, con relación a la nueva preparación que recibieron como parte de la formación continua universitaria*. Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala, Guatemala.

Marroquín, C.S. (2010). *Factores que limitan la Educación para la Seguridad Alimentaria y Nutricional en el ciclo básico del nivel medio*. Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala, Guatemala.

Mazariegos, S.J. (2015). *Inseguridad Alimentaria y Nutricional y estrategias de supervivencia alimentaria en madres de familia del municipio de Patzité, departamento de Quiché, Guatemala*. Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Quetzaltenango.

Molina, J.M. (2012). *Caracterización del patrón alimentario de la población garífuna que reside en el municipio de Livingston, Izabal*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala, Guatemala.

Pérez, V.E. (2014). *Relación entre el estado nutricional, la autoestima y las conductas alimentarias de adolescentes comprendidos entre las edades de 15-17 años que asisten a 4 centros educativos públicos y privados de la ciudad de Quetzaltenango, Guatemala*. Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Quetzaltenango.

Revistas

Mises, L. V. (2000-2001). El maíz. -WINAK- Revista Intercultural. Volumen (16), 10-22.

Otro tipo de textos

Informes

Coordinadora Nacional en Defensa de los Consumidores de Guatemala. (2011). *Productos Industriales, Alimentación y Salud Humana en Guatemala*. Recuperado de <http://ceibaguatate.org/estudiosypublicaciones/InformeInsumosIndustriales%20v1.pdf>

Organización de la Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2011). *Cultura y Prácticas alimentarias en Totonicapán*. Recuperado de <http://www.fao.org/docrep/018/ar647s/ar647s.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2014). *Informe Nacional: Seguridad Alimentaria y Nutricional y Pueblos indígenas en Guatemala*. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-ax845s.pdf>

Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional. (2014). *Factores socioculturales que inciden en la desnutrición crónica*. Recuperado de <http://www.sesan.gob.gt/wordpress/wp-content/uploads/2017/03/Factores-socioculturales-que-inciden-en-la-desnutricion-cronica.pdf>

Artículo Online

Galindo, M., & Chang, L. (2014). Percepciones y comportamientos que condicionan el consumo de alimentos en doce comunidades rurales de Guatemala. *Revista Antropológica y Nutrición – SESAN-*, 9(1), 1-7. Recuperado de <http://docplayer.es/20314120-Percepciones-y-comportamientos-que-condicionan-el-consumo-de-alimentos-en-doce-comunidades-rurales-de-guatemala.html>

Anexos

Instrumento de Investigación

Universidad de San Carlos de Guatemala


**Escuela de Profesores en Enseñanza Media
Licenciatura de la Enseñanza de la Química y la Biología**

Instrucciones: A continuación, encontrará una serie de preguntas, por favor marque su respuesta con una X, y responda con letra clara.

Grado: _____

Edad: _____

Etnia: _____

Sexo: F _____ M _____

Departamento o municipio de origen: _____

Domicilio actual: _____

1. ¿Cuánto tiempo tiene de vivir en su domicilio actual? _____

2. ¿Qué alimentos consume con mayor frecuencia en la actualidad?

a) Cereales y granos (arroz, fideos, frijoles) ()

b) Hierbas y verduras (espinaca, zanahoria, papa, güisquil) ()

c) Frutas (piña, sandía, banano, melón, fresas) ()

d) Carnes (pollo, res, cerdo) ()

e) Leche y derivados (requesón, queso, crema) ()

Otros: _____

3. ¿Lleva comida al centro educativo?

Sí _____

No _____

¿Porqué?

4. ¿En la actualidad ha consumido algún alimento que se produzca en su lugar de origen?

Sí _____ ¿Por qué? _____

No _____ ¿Por qué? _____

¿Cuales?

5. Considera que sus hábitos alimenticios antes de ingresar a la ENMEN "Jesús María Alvarado" Jornada Doble, ¿era mejores que los actuales?

Sí _____

No _____

¿Porqué?

6. ¿Qué alimentos consume o consumía en su lugar de origen?

- a) Habas
- b) Macuy o quilete, chipilín, puntas de güisquil, bledo.
- c) Malanga
- d) Frijol piloy
- e) Maíz negro, maíz amarillo, maíz colorado

Otros: _____

7. ¿Dentro de los hábitos alimenticios que practicaba con anterioridad, habrá alimentos que no consume en la actualidad?

Sí _____ ¿Por qué? _____
No _____ ¿Por qué? _____

¿Cuáles?

8. ¿En fechas especiales acostumbra consumir algún tipo de alimento?

Sí _____ No _____

Escriba el nombre de los alimentos y las fechas:

9. ¿Considera que dentro de sus hábitos alimenticios actuales hay alimentos que han cambiado sus costumbres?

Sí _____ No _____

Escriba el nombre de alimentos que consume con mucha frecuencia:

10. ¿Considera usted que los alimentos que se consumen en el área urbana son diferentes a los que se producen en localidades del área rural?

Sí _____ No _____

¿Porqué?

11. Considera usted que al estudiar en la ENMEM "Jesús María Alvarado" Jornada Doble, ¿modifico sus hábitos alimenticios?

Sí _____ No _____

¿Porqué?
