



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN FINAL CARRERA: LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

DIRECTOR DE LA CARRERA:

Dra. Guezikaraian, Norma

NOMBRE Y APELLIDO:

Aredes, Florencia Agustina y Jatuff, Anibal Nicolas

TUTOR:

Lic. Romero, Brenda Sofia

FECHA DE PRESENTACIÓN

4/11/2024

FECHA DE DEFENSA DE TRABAJO FINAL:


19/12/24

TÍTULO DEL TRABAJO:

Estudio de Seguridad Alimentaria y consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas de La Rioja

SEDE:

La Rioja

Sede Buenos Aires
Av. Las Heras 1907
Tel./Fax: (011) 4800 0200
 (011) 1565193479

Sede La Rioja
Benjamín Matienzo 3177
Tel./Fax: (0380) 4422090 / 4438698
 (0380) 154811437

Sede Santo Tomé
Centeno 710
Tel./Fax: (03756) 421622
 (03756) 15401364

Estudio de Seguridad Alimentaria y consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas de La Rioja

AUTORES:

Aredes Florencia Agustina; Jatuff Aníbal Nicolas.

DIRECTORA:

Lic. Romero Brenda Sofia

ASESORES METODOLOGICO:

Dra. Lanari Adriana; Dr. Ruiz Daniel.

FECHA:

19 de diciembre de 2024

CLASIFICACION:

TRIBUNAL:

Dra. Lanari Adriana

Lic. Santillán Rubén

Lic. Guzzanatto Agostina

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

FLOR:

Quiero dedicar este trabajo principalmente a mi hermana Brenda que fue la persona que cumplió todos los roles que pueden haber en esta vida y a mis padres Vanesa y Eduardo que hicieron hasta lo imposible para que yo pueda cumplir mis sueños con mucho amor y esfuerzo. A los 3 les quiero agradecer por el apoyo y por confiar en mí durante todo este tiempo, sin ustedes no podría haber llegado hasta acá, este gran logro es más mío que suyo, tengo la gran suerte y honor de tenerlos en mi vida. GRACIAS.

Quiero agradecer a mis abuelos Graciela, Roberto y Martha que confiaron y me brindaron todo el apoyo que necesitaba, una mención especial a mi abuelo Ramon que hace un tiempo me acompaña desde el cielo y se hizo presente en mí cada vez que lo necesitaba.

Finalmente agradezco a mi familia y amigos por apoyarme y acompañarme durante todo este tiempo, en especial Valentino que me brindó el amor más puro y se alegraba por cada pasito que daba.

A nuestros asesores de tesis, la Dra. Adriana Lanari y el Dr. Daniel Ruiz, por su invaluable guía y por ayudarnos a llevar a buen término este trabajo.

A nuestra directora, la Lic. Brenda Romero, quien con paciencia y dedicación nos acompañó durante dos años de arduo esfuerzo para culminar nuestra tesis.

Finalmente agradecer a los docentes presentes en este tribunal por los aportes dados a dicho trabajo.

NICO:

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a mi familia, por su incondicional apoyo y amor a lo largo de este camino. En especial, a mis padres, quienes han sido mis pilares fundamentales y siempre han confiado en mí.

A mis amigos, por su confianza y por estar a mi lado en los momentos en que más los necesité.

A nuestros asesores de tesis, la Dra. Adriana Lanari y el Dr. Daniel Ruiz, por su invaluable guía y por ayudarnos a llevar a buen término este trabajo.

A nuestra directora, la Lic. Brenda Romero, quien con paciencia y dedicación nos acompañó durante dos años de arduo esfuerzo para culminar nuestra tesis.

Finalmente, quiero dedicar este trabajo a mi novia, quien fue un apoyo constante durante toda la cursada, brindándome su comprensión, paciencia y motivación, esenciales para alcanzar esta meta.

Finalmente agradecer a los docentes presentes en este tribunal por los aportes dados a dicho trabajo.

INDICE:

Contenido

RESUMEN.....	8
INTRODUCCION.....	15
HIPOTESIS.....	17
OBJETIVOS:.....	19
4.1 Objetivo General:	19
4.2 Objetivos especificos:.....	19
MARCO TEORICO	21
5.1- HABITOS ALIMENTARIOS:.....	21
5.2 - CONSUMO ALIMENTARIO:.....	21
5.3¿QUE ENTENDEMOS POR “ALIMENTACION SALUDABLE”?	23
5.4- SEGURIDAD ALIMENTARIA:.....	26
5.5 SITUACION SOCIOECONOMICA DE LA ARGENTINA:.....	31
5.6- DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS:.....	32
5.7- Urbano y rural: diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia	34
5.8 Urbano o rural: ¿dónde se come mejor y de forma más saludable?.....	35
5.9- La urbanización influye en los sistemas agroalimentarios, creando desafíos y oportunidades para garantizar el acceso a dietas asequibles y saludables	36
DISEÑO Y METODOLOGIA.....	41
VARIABLES DE ESTUDIO	43
OPERALIZACION:	44
RESULTADOS.....	48
DISCUSIÓN.....	71
CONCLUSION	74
BIBLIOGRAFIA	76
ANEXOS:.....	79



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

RESUMEN

RESUMEN

Introducción: La alimentación inadecuada se estima como responsable de una de cada cinco muertes en el mundo. Solo en 2017, 11 millones de muertes fueron atribuidas a dietas deficientes en 195 países, destacándose el alto consumo de sodio y el bajo consumo de frutas y granos enteros como factores clave de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes. Además, la mala alimentación contribuye al sobrepeso y la obesidad, debido al alto consumo de alimentos de bajo valor nutricional y bebidas azucaradas. Las condiciones políticas y económicas recientes han afectado negativamente el acceso a una alimentación saludable, especialmente en países como Venezuela, donde la hiperinflación ha alterado los patrones alimentarios tradicionales. Asimismo, se observa que la población rural y periurbana enfrenta desafíos en su acceso a alimentos nutritivos, contradiciendo la creencia de que estos grupos, supuestamente ligados a la producción agrícola, cuentan con alimentos en cantidad y calidad suficientes. Las prácticas agrícolas modernas han acrecentado la marginación en estas áreas, afectando la seguridad alimentaria y el estado nutricional de las familias.

Objetivo General: Comparar la influencia del acceso a alimentos sobre el consumo alimentario en zonas rurales y urbanas de La Rioja durante el año 2024. **Objetivos Específicos:** Conocer la seguridad alimentaria de la población estudiada. Indagar el consumo alimentario de cada zona. Comparar el consumo alimentario en cada zona.

Metodología: Este estudio fue de tipo descriptivo y transversal. La población de estudio comprendió a los habitantes de zonas rurales y urbanas de la capital de la provincia de La Rioja. La muestra incluyó a 55 personas de áreas urbanas y 20 de áreas rurales, entre 25 y 60 años, que aceptaron participar en el estudio.

Resultados: La muestra del estudio estuvo compuesta en su mayoría por mujeres (72%) y por participantes de zonas urbanas (73%). La mayoría de los encuestados se encontró en el rango de 20 a 40 años (80%) y un 49,33% reportó ingresos bajos. En cuanto a la obtención de alimentos, el 68% realizó sus compras en supermercados y el 72% compró frutas y verduras en verdulerías. En términos de consumo alimentario, se encontró que el 49,34% consumió lácteos en bajas cantidades y el 40% consumió carnes y huevos de forma moderada. El consumo de frutas, verduras y legumbres fue bajo para el 49,34%, 49,34% y 66,67% de los participantes, respectivamente, mientras que los cereales y tubérculos presentaron un consumo alto en el 44% de los casos. Por otro lado, un 37,34% tuvo un alto consumo de panificados. El 42,67% tuvo un bajo consumo de bebidas azucaradas y el 38,67% presentó un alto consumo de azúcares. En cuanto al consumo de aceites y grasas, el 40% fue bajo, y el 45,33% de los encuestados reportó bajo consumo de comidas rápidas. Finalmente, un 82,67% de los participantes mantuvo un alto consumo de agua.

Discusión: Los resultados de este estudio fueron comparados con la Encuesta Nacional de Gasto de los Hogares (ENGHo) de 2019 en Argentina. En nuestro estudio, el 27% de la población encuestada vive en zonas rurales, comparado con el 7% en el estudio comparativo. Se observó un bajo consumo de lácteos en ambas zonas, aunque el trabajo comparativo mostró un mayor consumo en hogares urbanos. Para carnes y huevos, ambos estudios reportaron alto consumo, con diferencias que sugieren un consumo rural ligeramente superior en el comparativo. El consumo de frutas y verduras mostró un bajo consumo en la mitad de la población, sin diferencias significativas entre zonas, mientras que el estudio comparativo halló un mayor consumo de frutas en áreas urbanas y de verduras en rurales. Se encontró un consumo elevado de cereales y tubérculos en hogares rurales, consistente con el estudio comparativo. La ingesta de legumbres fue baja en general, aunque algo superior en áreas rurales en ambos estudios. En productos de panificación y

azúcares, el consumo fue elevado en zonas rurales en nuestro estudio, aunque el comparativo indicó una ingesta mayor en áreas urbanas. Finalmente, el consumo de agua fue óptimo en ambas poblaciones, aunque no se midió en el estudio comparativo.

Conclusión: Este estudio comparó el acceso a alimentos y el consumo en zonas rurales y urbanas de La Rioja en 2024. En áreas urbanas, el acceso a una mayor variedad es facilitado por los supermercados, mientras que en zonas rurales predominan tiendas locales. Se observó un bajo consumo de frutas, verduras y lácteos en ambas zonas, pero un mayor consumo de cereales y tubérculos en áreas rurales. La seguridad alimentaria en zonas rurales está limitada por el acceso físico y económico a alimentos, mientras que, en áreas urbanas, una mayor accesibilidad no garantiza un consumo equilibrado.

Palabras claves: Urbano, Rural, consumo alimentario, seguridad alimentaria.

ABSTRACT

Introduction: Inadequate nutrition is estimated to be responsible for one in every five deaths worldwide. In 2017 alone, 11 million deaths were attributed to poor diets across 195 countries, with high sodium intake and low fruit and whole grain consumption identified as major contributors to cardiovascular disease, cancer, and diabetes. Additionally, poor diets contribute to overweight and obesity, primarily through high consumption of low-nutrient foods and sugary beverages. Recent political and economic conditions have negatively impacted access to healthy food, particularly in countries like Venezuela, where hyperinflation has disrupted traditional dietary patterns. Furthermore, rural and peri-urban populations face challenges in accessing nutritious foods, contradicting the perception that these groups, supposedly linked to agricultural production, have ample food in both quantity and quality. Modern agricultural practices have increased marginalization in these areas, affecting food security and family nutritional status.

Objectives: To compare the influence of food access on dietary consumption in rural and urban areas of La Rioja during the year 2024. **Specific Objectives:** To understand the food security status of the studied population. To investigate dietary consumption in each area. To compare dietary consumption across each area.

Methodology: This study is descriptive and cross-sectional. The study population includes residents in rural and urban areas of the provincial capital of La Rioja. The sample consists of 55 people from urban areas and 20 from rural areas, aged 25 to 60, who agreed to participate in the study.

Results: The study sample consisted mostly of women (72%) and urban residents (73%). The majority of respondents were in the 20-40 age range (80%), with 49.33% reporting low income. Regarding food acquisition, 68% buy their groceries in supermarkets, and 72% purchase fruits and vegetables from greengrocers.

In terms of dietary intake, 49.34% consume dairy in low amounts, and 40% consume meat and eggs moderately. Fruit, vegetable, and legume intake is low for 49.34%, 49.34%, and 66.67% of participants, respectively, while cereals and tubers are highly consumed by 44%. Additionally, 37.34% have a high intake of baked goods.

Sugary beverages are consumed in low quantities by 42.67%, while 38.67% show a high intake of sugars. Regarding oils and fats, 40% have a low intake, and 45.33% report low consumption of fast foods. Lastly, 82.67% of participants maintain a high intake of water.

Discussion: The results of this study were compared with Argentina's 2019 National Household Expenditure Survey (ENGHo). In our study, 27% of the surveyed population resides in rural areas, compared to 7% in the comparative study. Both areas showed low dairy consumption, though the comparative study reported higher intake in urban households. Meat and egg intake was high in both studies, with slightly higher rural consumption in the comparative study. Fruit and vegetable intake was low for half of the population, with no significant differences, while the comparative study found higher fruit consumption in urban and vegetable intake in rural households. Cereal and tuber intake was high in rural households, consistent with the comparative study. Legume intake was generally low, though somewhat higher in rural areas in both studies. Bakery products and sugar consumption were high in rural zones in our study, while the comparative study showed higher intake in urban areas. Finally, water consumption was optimal in both populations, though not measured in the comparative study.

Conclusion: This study compared food access and consumption in rural and urban areas of La Rioja in 2024. Urban areas have better access to variety through supermarkets, while rural areas rely on local shops. Both areas showed low consumption of fruits, vegetables, and dairy, though cereals and tubers were more consumed in rural areas. Food security in rural zones is limited by physical and economic access, whereas urban areas, with more access, still lack balanced consumption.

Keywords: Urban, rural, food consumption, food security.

RESUMO

Introdução: Estima-se que a má alimentação seja responsável por uma em cada cinco mortes no mundo. Somente em 2017, 11 milhões de mortes foram atribuídas a dietas inadequadas em 195 países, destacando-se o alto consumo de sódio e o baixo consumo de frutas e grãos integrais como fatores determinantes para doenças cardiovasculares, câncer e diabetes. Além disso, a má alimentação contribui para o sobrepeso e a obesidade, devido ao alto consumo de alimentos com baixo valor nutricional e bebidas açucaradas. As recentes condições políticas e econômicas afetaram negativamente o acesso a uma alimentação saudável, especialmente em países como a Venezuela, onde a hiperinflação alterou os padrões alimentares tradicionais. Observa-se também que a população rural e periurbana enfrenta desafios no acesso a alimentos nutritivos, contradizendo a crença de que esses grupos, supostamente ligados à produção agrícola, dispõem de alimentos em quantidade e qualidade suficientes. As práticas agrícolas modernas aumentaram a marginalização nessas áreas, afetando a segurança alimentar e o estado nutricional das famílias.

Objetivos: Comparar a influência do acesso aos alimentos sobre o consumo alimentar em áreas rurais e urbanas de La Rioja durante o ano de 2024. **Objetivos Específicos:** Conhecer a segurança alimentar da população estudada. Investigar o consumo alimentar em cada área. Comparar o consumo alimentar em cada área.

Metodologia: Este estudo é descritivo e transversal. A população do estudo inclui os habitantes das áreas rurais e urbanas da capital da província de La Rioja. A amostra é composta por 55 pessoas de áreas rurais e 20 de áreas urbanas, com idades entre 25 e 60 anos, que concordaram em participar do estudo.

Resultados: A amostra do estudo consistiu principalmente de mulheres (72%) e residentes urbanos (73%). A maioria dos entrevistados estava na faixa etária de 20 a 40 anos (80%), com 49,33% relatando baixa renda. Em relação à obtenção de alimentos, 68% fazem suas compras em supermercados, e 72% compram frutas e verduras em quitandas. Em termos de consumo alimentar, 49,34% consomem laticínios em pequenas quantidades, e 40% consomem carne e ovos moderadamente. A ingestão de frutas, verduras e leguminosas é baixa para 49,34%, 49,34% e 66,67% dos participantes, respectivamente, enquanto cereais e tubérculos são altamente consumidos por 44%. Além disso, 37,34% têm alto consumo de produtos de panificação. As bebidas açucaradas são consumidas em baixas quantidades por 42,67%, enquanto 38,67% apresentam alto consumo de açúcares. Quanto a óleos e gorduras, 40% têm baixa ingestão, e 45,33% relatam baixo consumo de fast food. Por fim, 82,67% dos participantes mantêm alta ingestão de água.

Discussão: Os resultados deste estudo foram comparados com a Pesquisa Nacional de Despesas das Famílias (ENGHo) de 2019 na Argentina. Em nosso estudo, 27% da população reside em áreas rurais, comparado a 7% no estudo comparativo. Ambas as áreas apresentaram baixo consumo de laticínios, embora o estudo comparativo tenha relatado maior consumo em lares urbanos. O consumo de carnes e ovos foi alto em ambos os estudos, com ligeiro aumento em áreas rurais no estudo comparativo. O consumo de frutas e verduras foi baixo para metade da população, sem diferenças significativas, enquanto o estudo comparativo encontrou maior consumo de frutas em áreas urbanas e de verduras em rurais. O consumo de cereais e tubérculos foi alto em lares rurais, consistente com o estudo comparativo. O consumo de leguminosas foi geralmente baixo, porém um pouco mais alto em áreas rurais em ambos os estudos. Produtos de panificação e açúcares apresentaram consumo elevado nas zonas rurais no nosso estudo, enquanto o estudo comparativo mostrou maior consumo em áreas urbanas. Finalmente, o consumo de água foi ótimo em ambas as populações, embora não tenha sido medido no estudo comparativo.

Conclusão: Este estudo comparou o acesso a alimentos e o consumo em áreas rurais e urbanas de La Rioja em 2024. Nas áreas urbanas, o acesso a uma maior variedade é facilitado pelos supermercados, enquanto nas áreas rurais predominam lojas locais. Observou-se baixo consumo de frutas, verduras e laticínios em ambas as zonas, mas maior consumo de cereais e tubérculos nas áreas rurais. A segurança alimentar em áreas rurais é limitada pelo acesso físico e econômico, enquanto nas urbanas, o maior acesso não garante consumo equilibrado.

Palavras-chave: Urbano, rural, consumo alimentar, segurança alimentar.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCION

Se estima que 1 de cada 5 muertes a nivel global son atribuibles a una alimentación inadecuada. Solo en 2017 en 195 países, y sin contar la obesidad, se produjeron 11 millones de muertes causadas por dietas inadecuadas, y entre las principales causas independientes se encontraron el alto consumo de sodio, el bajo consumo de frutas y el bajo consumo de granos enteros que ocasionaron mayormente muertes por enfermedad cardiovascular (ECV), cáncer y diabetes.

La alimentación inadecuada es también causa principal de exceso de peso. Entre los principales factores de riesgo del sobrepeso y la obesidad se encuentra la elevada ingesta energética a través de productos de bajo valor nutricional y elevado contenido de azúcar y grasas, la ingesta frecuente de bebidas azucaradas.

Las condiciones políticas y económicas que venían favoreciendo el bienestar social se paralizaron, o retrocedieron, durante el segundo decenio del nuevo siglo, afectando particularmente las dimensiones sanitarias, alimentarias y nutricionales de amplios sectores de la población. Venezuela describe claramente esta dinámica donde, últimamente, tras años consecutivos de una economía hiperinflacionaria, se han desdibujado los patrones de consumo de alimentos culturalmente tradicionales, al verse seriamente afectada tanto la disponibilidad física como el acceso económico a los mismos; dando paso así a otros usos, formas y maneras de consumo ajustadas a la difícil coyuntura.

Particularmente, estudiar los hábitos alimentarios en el segmento de población periurbana y rural resulta interesante pues en el imaginario sociocultural está arraigada la premisa que supone a las personas residentes en estas áreas como agricultores, herederos de saberes ancestrales relacionados con el manejo de los recursos y con amplios espacios de cultivo, herramientas e insumos suficientes para producir alimentos que incidirían positivamente en su inmediato acceso a la comida. Sin embargo la evidencia científica parece demostrar que esto no siempre es así, ya que los sistemas agrícolas modernos han aumentado la marginalidad de la población rural impactando negativamente en su nivel de vida, y particularmente en los relativos a sus condiciones de trabajo y niveles de alimentación; que podrían derivar en situaciones de inseguridad alimentaria (IA) familiar, entendida como la indisponibilidad material de alimentos nutritivos por su falta de acceso social o económico, que repercute negativamente tanto en el consumo suficiente de alimentos por parte de los integrantes del grupo familiar como en el estado nutricional de los mismos. (3)



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

HIPOTESIS

HIPOTESIS

Hipótesis Nula: La seguridad alimentaria en zonas urbanas afectan positivamente al consumo alimentario.

Hipótesis Alternativa: La seguridad alimentaria en zonas urbanas afectan negativamente al consumo alimentario.



FUNDACION H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

OBJETIVOS

OBJETIVOS:

4.1 Objetivo General:

Comparar la influencia del acceso a alimentos sobre el consumo alimentario en zonas rurales y urbanas de la Rioja durante el año 2024.

4.2 Objetivos especificos:

- Conocer la seguridad alimentaria de la población estudiada.
- Indagar el consumo alimentario de cada zona.
- Comparar el consumo alimentario en cada zona.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

MARCO TEORICO

MARCO TEORICO

5.1- HABITOS ALIMENTARIOS:

Se entiende por hábitos alimentarios, a las costumbres, actitudes y/o conductas referidas a la alimentación. Los hábitos alimentarios son de naturaleza compleja y en su configuración intervienen múltiples factores que se pueden diferenciar en dos grandes bloques de condicionantes: el primero determinado por factores geográficos, climáticos, políticos, agropecuarios, económicos, de infraestructura y transporte, que influyen en la cantidad, variedad, calidad, tipo de alimentos disponibles y accesibles para el consumo. El segundo se refiere a los factores que intervienen en la toma de decisiones y en la elección individual de alimentos en base a la oferta disponible. Dentro de este grupo se destacan los aspectos psicológicos, sociales, antropológicos, culturales, tradiciones, simbolismo, nivel educativo, nivel de información y concientización por la salud y cuidado personal, el marketing, la publicidad y los medios de comunicación entre otro. La preparación y consumo de un alimento particular puede asociarse con situaciones de vida y elementos tales como el amor y el dolor. De ahí que se puede afirmar que, obviando el sencillo acto de comer, el ser humano rescata de los alimentos, y de la práctica de alimentarse, otros factores relevantes para su vida. La alimentación está ligada con sentimientos y pensamientos transmitidos de generación en generación que han ido moldeando los hábitos alimentarios y la cultura culinaria del grupo familiar. En los adultos mayores, su comportamiento alimentario es fruto de años, con influencias de sus ancestros y de factores culturales, geográficos, entre otros, arraigados durante décadas y por tanto lentos de cambiar y difíciles de erradicar.

Los hábitos alimentarios en los AM son más heterogéneos que los del resto de la población y factores como el estado físico, medios materiales de que disponen, elementos psicológicos y sociales, pueden influir en ellos. Estos factores interactúan con los que determinan la cantidad y calidad de los alimentos que se compran, su preparación y su consumo. Si bien un anciano puede contar en un momento dado con ingresos suficientes para satisfacer sus necesidades de alimentación-nutrición; pero la imposibilidad de salir a comprar sus propios alimentos y la ausencia de ayuda por parte de otro miembro del hogar o de su entorno más cercano para llevar a cabo esta tarea podría significar, por ejemplo, un deterioro biológico en el corto o mediano plazo. Un estudio realizado sobre los hábitos alimentarios en adultos mayores encontró que el consumo de alimentos como lácteos, carne, pescado y aves, y el de frutas y verduras era significativamente menor en ancianos que presentan síntomas depresivos. (1)

5.2 - CONSUMO ALIMENTARIO:

El consumo se refiere a que las existencias alimentarias en los hogares respondan a las necesidades nutricionales, a la diversidad, a la cultura y las preferencias alimentarias. También hay que tener en cuenta aspectos como la inocuidad de los alimentos, la dignidad de la persona, las condiciones higiénicas de los hogares y la distribución con equidad dentro del hogar. El volumen y la composición de este consumo depende del nivel de ingresos disponibles del individuo (y del hogar del cual forma parte), el grupo de población al que pertenece (urbano, rural) así como de ciertos factores sociales y culturales –incluyendo el conocimiento sobre cómo comer de manera saludable-. Por ejemplo, cuando aumenta el consumo, los alimentos básicos (cereales, raíces y tubérculos) tienden a disminuir en la dieta mientras aumenta el consumo de carnes, pescado, frutas y vegetales. De manera general, la proporción de ingreso total usado para consumo alimentario decrece en la medida en que el ingreso aumenta. Para la categoría más pobre en un país de bajos ingresos, el consumo

alimentario puede representar hasta 80 por ciento del ingreso total, mientras que en niveles superiores este puede estar por debajo del 10 por ciento.

Donde los requerimientos alimentarios son determinados principalmente por factores fisiológicos, el consumo depende de factores económicos, sociales y culturales. Los niveles de consumo (también conocidos como demanda alimentaria) pueden estar influenciados por políticas, especialmente aquellas que afectan los precios.

Los hogares rurales tienen mayor consumo aparente de gran parte de los grupos de alimentos. El consumo de cereales es 2,5 veces mayor (urbanos=93g, rurales=232g) y, del total de cereales consumidos en los hogares rurales, la mitad corresponde a la harina de trigo. Las legumbres presentan muy bajo consumo (<5g/d) con cifras discretamente más altas en los hogares rurales. La misma tendencia se observa en las hortalizas feculentas (urbanos=99g, rurales=122g), el huevo (urbanos=20g, rurales=25g), los aceites y grasas (urbanos=37g, rurales=55g) especialmente, por los aceites, tanto mezcla como puro, por las grasas animales y los azúcares y dulces (urbanos=61g, rurales=96g) donde el azúcar es el principal responsable de las diferencias (urbanos=35g, rurales=80g). Para algunos grupos de alimentos las diferencias son pequeñas, como es el caso de los panificados y galletitas (urbanos=198g, rurales=193g), la leche (urbanos=138ml, rurales=132ml) y las carnes (urbanos=187g, rurales=204g), donde además las diferencias residen en el tipo de leche y carne. En los hogares rurales se observa un consumo del doble de leche en polvo y 8,6 veces más alto carne ovina y porcina (urbanos=3g, rurales=22g) pero la mitad de pescado (urbanos=8g, rurales=4g). (1)

La disponibilidad de energía es mayor en los hogares rurales, como también la proporción de energía proveniente de carbohidratos, alcohol, ácidos grasos omega 6 (n-6) y azúcares agregados. A pesar de las diferencias absolutas, al equiparar los valores y estimarlos cada 1.000 kcal, los hogares rurales solo presentan mayor disponibilidad de sodio, folato y vitamina E; mientras que los hogares urbanos muestran valores superiores de colesterol, vitamina A, C, B12 y niacina, cada 1.000 kcal. La proporción de energía aportada por macronutrientes aumenta a medida que aumentan los ingresos del hogar, a excepción de los carbohidratos, que descienden al crecer el nivel de ingreso tanto en hogares urbanos como en rurales. (1)

Una dieta sana para adultos incluye lo siguiente:

Frutas, verduras, legumbres (tales como lentejas y alubias), frutos secos y cereales integrales (por ejemplo, maíz, mijo, avena, trigo o arroz moreno no procesados).

Al menos 400 g (o sea, cinco porciones) de frutas y hortalizas al día, excepto papas, batatas, mandioca y otros tubérculos feculentos.

Menos del 10% de la ingesta calórica total de azúcares libres, que equivale a 50 gramos (o unas 12 cucharaditas rasas) en el caso de una persona con un peso corporal saludable que consuma aproximadamente 2000 calorías al día, aunque para obtener beneficios de salud adicionales lo ideal sería un consumo inferior al 5% de la ingesta calórica total. Los azúcares libres son todos aquellos que los fabricantes, cocineros o consumidores añaden a los alimentos o las bebidas, así como los azúcares naturalmente presentes en la miel, los jarabes y los zumos y concentrados de frutas.

Menos del 30% de la ingesta calórica diaria procedente de grasas. Las grasas no saturadas (presentes en pescados, aguacates, frutos secos y en los aceites de girasol, soja, canola y oliva) son preferibles a las grasas saturadas (presentes en la carne grasa, la mantequilla, el aceite de palma y de coco, la nata, el queso, la mantequilla clarificada y la manteca de cerdo), y las grasas trans de todos los tipos, en particular las producidas industrialmente (presentes en pizzas congeladas, tartas, galletas, pasteles, obleas, aceites de cocina y pastas untadas),

y grasas trans de rumiantes (presentes en la carne y los productos lácteos de rumiantes tales como vacas, ovejas, cabras y camellos). Se sugirió reducir la ingesta de grasas saturadas a menos del 10% de la ingesta total de calorías, y la de grasas trans a menos del 1%. En particular, las grasas trans producidas industrialmente no forman parte de una dieta saludable y se deberían evitar menos de 5 gramos (aproximadamente una cucharadita) al día. La sal debería ser yodada.

5.3¿QUE ENTENDEMOS POR “ALIMENTACION SALUDABLE”?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la alimentación saludable como “aquella que permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, conservar o restablecer la salud, disminuir el riesgo de padecer enfermedades, asegurar la reproducción, la gestación y la lactancia y que promueva un crecimiento y desarrollo óptimos. Debe ser satisfactoria, suficiente, equilibrada, armónica, segura, adaptada, sostenible y asequible. Asimismo, en la década del 30, y con el surgimiento de la escuela de Nutrición en Argentina, el doctor argentino Pedro Escudero estableció los lineamientos de las llamadas 4 Leyes de la Alimentación, adoptadas a nivel global. Las mismas, marcan los parámetros de referencia para establecer una alimentación saludable.

- 1- Ley de la Cantidad: todo plan debe cubrir las necesidades calóricas de cada individuo; para ello, es necesario tener en cuenta el balance energético. Aquella alimentación que cumpla esta ley se considera suficiente. De no cubrir las necesidades es insuficiente y de ser un aporte mayor es excesiva.
- 2- Ley de la Calidad: todo plan debe ser completo en su composición, esto es, que debe aportar hidratos de carbono, proteínas, grasas, vitaminas y minerales. Al cumplir esta ley, la alimentación es completa. Si el aporte es reducido se denomina carente.
- 3- Ley de la Armonía: esta ley se refiere a la relación de proporcionalidad entre los distintos nutrientes. A partir de esta surge la relación con los macronutrientes. Para mantener una relación armónica entre ellos, el aporte sugerido es entre 50 y 60% de hidratos de carbono, predominando un aporte no mayor al 10% de hidratos de carbono simples; una ingesta entre 10 y 15% de proteínas; y grasas entre 25 y 30%. Toda alimentación que cumpla los mencionados parámetros se considera armónica, de no hacerlo se denomina disarmónica.
- 4- Ley de la Adecuación: la alimentación se debe adecuar al momento biológico, a los gustos y hábitos de las personas, a su situación socioeconómica y a la/s patología/s que pueda presentar. Cuando no se cumple esta ley, el régimen de alimentación es incorrecto. Castagnani Estefanía, Ruggirello Ma Eugenia, Urrutia Ma Lorena 13 En resumen, una alimentación saludable debe ser suficiente, completa, armónica y adecuada.

Las cuatro Leyes de la Alimentación están relacionadas entre sí y se complementan. El no cumplimiento de una de ellas lleva a mantener una alimentación no saludable y, por consiguiente, puede conducir a una serie de problemas nutricionales, dentro de ellas la malnutrición, sea por exceso o déficit de nutrientes. Por otro lado, en el año 2016, el Estado actualizó las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA), una herramienta fundamental que traduce las metas nutricionales establecidas para la población general mayor de 2 años que habita el suelo argentino en mensajes prácticos, redactados en un

lenguaje sencillo, coloquial y comprensible, respetando y considerando en todo momento las costumbres locales⁹. Tienen como propósito contribuir a un cambio de hábitos alimentarios en la población argentina que conlleven a mejorar su estado de salud y calidad de vida, favoreciendo la promoción de estilos de vida más saludables y la prevención de problemas de salud relacionados con la dieta de la población desde un enfoque basado en los alimentos. Éstas vienen acompañadas por la gráfica de alimentación diaria que muestra el consumo de los diferentes grupos de alimentos y presenta una mención especial en referencia al consumo de sodio a través del mensaje “menos sal” en la parte inferior del mismo, y a la reducción del consumo de ultraprocesados observándose en la parte inferior de la gráfica una porción reducida en la que figuran los alimentos opcionales. Este detalle se puede observar en la siguiente figura numero 1.

Figura 1: Gráfico alimenticio, Guías Alimentarias para la Población Argentina, 2016



Fuente: Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, 2016.

Su construcción se basó en la proporción de los diferentes grupos de alimentos dentro de un círculo que simula la forma de un plato, es decir, se encuentran representadas las cantidades por porciones que se recomiendan consumir al día. Se acordó dentro de este círculo, la siguiente distribución:

- Grupo 1: el lado izquierdo del círculo está compuesto por verduras y frutas con el fin de resaltar la importancia de aumentar la cantidad de éstas en la alimentación diaria, elegir variedad y al menos 5 porciones por día. Este grupo ocupa un 45% del plato. No incluye papa, batata, choclo ni mandioca.

- Grupo 2: a la derecha del grupo anterior ocupando un 27% del círculo se ubican las legumbres, cereales, papa, pan y pastas. El fin de éste es promover el consumo de legumbres y optar por cereales y derivados integrales. La papa, batata, choclo y mandioca (vegetales feculentos) se incluyen en este grupo debido a su composición nutricional. De este modo, se busca promover el consumo de los alimentos de este grupo ricos en fibra.

- Grupo 3: se encuentra siguiendo el sentido de las agujas del reloj el grupo leche, yogur y queso que corresponde a un 12% del círculo. Las guías buscan promover el consumo con un menor aporte de grasa (descremado o parcialmente descremado), preferentemente.

- Grupo 4: corresponde al grupo de carnes y huevos. Este grupo abarca un 9% del círculo. Se busca resaltar la importancia de incorporar pescado y huevo en la alimentación y que las carnes sean magras. Se resalta en este grupo la importancia de aumentar el consumo de pescado fresco, o enlatados como segunda opción.

- Grupo 5: ocupa un 4% del círculo; en este grupo se encuentran aceites, frutas secas y semillas destacándose el uso del aceite preferentemente crudo.

- Grupo 6: corresponde a los alimentos de consumo opcional donde encontraremos los alimentos ultraprocesados. Por lo tanto, la elección debe ser medida y opcional es por ello que ocupa tan sólo un 3% del círculo. Su incorporación en la gráfica se relaciona al arraigo que tiene la elección de estos alimentos en las costumbres y cultura de la población argentina.

Además de los grupos de alimentos, se suman a las GAPA el consumo de agua segura y la actividad física diaria. A su vez, las Guías hacen énfasis en los siguientes 10 mensajes para una correcta alimentación:

- MENSAJE 1 - Incorporar a diario alimentos de todos los grupos y realizar al menos 30 minutos de actividad física.
- MENSAJE 2 - Tomar a diario 8 vasos de agua segura.
- MENSAJE 3 - Consumir a diario 5 porciones de frutas y verduras en variedad de tipos y colores.
- MENSAJE 4 - Reducir el uso de sal y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio.

- MENSAJE 5 - Limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido de grasas, azúcar y sal.
- MENSAJE 6 - Consumir diariamente leche, yogur o queso, preferentemente descremados
- MENSAJE 7 - Al consumir carnes quitarle la grasa visible, aumentar el consumo de pescado e incluir huevo.
- MENSAJE 8 - Consumir legumbres, cereales preferentemente integrales, papa, batata, choclo o mandioca.
- MENSAJE 9 - Consumir aceite crudo como condimento, frutas secas o semillas.
- MENSAJE 10 - El consumo de bebidas alcohólicas debe ser responsable. Los niños, adolescentes y mujeres embarazadas no deben consumirlas. Evitarlas siempre al conducir.

5.4- SEGURIDAD ALIMENTARIA:

Cuando toda persona en todo momento tiene acceso económico y físico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias y preferencias en cuanto alimentos a fin de llevar una vida sana y activa se dice que existe seguridad alimentaria (4)

Según un estudio hecho en Colombia la muestra final estuvo conformada por 1.251 personas. La mayoría fueron mujeres (60,2%), habitantes de la zona urbana (63,6%) y con empleo (57,2%), además 45,9% de los hogares tenía ingresos mensuales inferiores a un salario mínimo y sólo una cuarta parte de la población (24,6%) recibía más de dos salarios mínimos. Del total de la muestra 63,1% presentaba sobrepeso u obesidad, cifra muy similar a la de quienes fueron clasificados con riesgo cardiovascular, según la medida de la circunferencia de la cintura. La mayoría de los hogares de los participantes presentó algún grado de inseguridad alimentaria (69%), de los cuales 11,1% estaban en inseguridad alimentaria severa. (5)

La alimentación de cualquier grupo humano pone en juego todas las instituciones sociales, porque implica la producción, distribución y consumo de bienes y símbolos que legitiman qué y por qué puede comer cada quién. En la Argentina (como en el mundo) la alimentación está en crisis no porque haya problemas en un área sino porque se presentan en las tres esferas simultáneamente. Respecto de la producción estamos al borde de una crisis de sustentabilidad, respecto de la distribución enfrentamos una crisis de equidad y desde el punto de vista del consumo sufrimos silenciosamente una crisis de comensalidad.

Problemas complejos no podemos esperar que tengan soluciones simples, sin embargo, eligiendo un marco teórico comprensivo y analizando cada componente podemos realizar un diagnóstico que nos ayude a proponer diferentes acciones en diferentes niveles.

- Seguridad alimentaria:

NIVEL MACROECONOMICO

- DISPONIBILIDAD:

- Suficiencia
- Estabilidad
- Autonomía
- Sustentabilidad

- ACCESO:

Mercado

- Precios
- Ingresos

Estado

- Política pública

NIVEL MICROSOCIAL

- ESTRATEGIAS DE CONSUMO PRACTICAS

- Diversificación de recursos
- Diversificación del abasto
- Manejo del tamaño familiar
- Auto explicación

- REPRESENTACION:

- Cuerpo
- Alimentos
- Comensalidad. (8)

Rol del mercado en la accesibilidad alimentaria: capacidad de compra Precio de los alimentos
Si analizamos el precio relativo de los alimentos, observamos que en el último cuarto de siglo aumentan sistemáticamente. Esto es fácil de comprender en períodos inflacionarios, aunque también podemos observar que también lo hicieron durante la convertibilidad. Comparando el precio de los alimentos y bebidas con el índice de precios al consumidor (IPC) de nivel general, observamos que el precio de los alimentos no dejó de crecer (aún los meses con deflación no lograron remontar la tendencia). El resultado ha sido que Argentina pasó de ser un país de alimentos baratos a ser un país de alimentos caros, con precios similares a los de Europa o Estados Unidos. Las curvas se juntan hacia diciembre de 2001 indicando una importante caída en el precio de los alimentos (por restricciones en la demanda) pero con posterioridad los precios de los alimentos aumentan exponencialmente (estuvieran o no atados a los precios de exportación), aún hoy día el aumento del precio de los alimentos sigue deteriorando la capacidad de compra del ciudadano medio.

Ingresos Si observamos los avatares del ingreso medio en la República Argentina veremos qué ha pasado de ser un país de ingresos medios a ser un país de ingresos bajos, y eso es particularmente importante donde la población es 90% urbana y accede a los alimentos a través de mecanismos de mercado. Pero no sólo descendió el ingreso medio, sino que en la

década de la convertibilidad la distribución del ingreso muestra una preocupante polarización aumentando la desigualdad. Para empeorar las cosas, los perceptores de ingresos también son cada vez menos ya que desde hace una década ha aumentado significativamente tanto la desocupación abierta como la subocupación configurando una subutilización de fuerza de trabajo cercana al 35% La pérdida de la empleabilidad durante la última década llegó a todos, empleados de larga data estables e inestables pero en especial a los más pobres y, dentro de los más pobres, especialmente a las mujeres, ya fueran jefas de hogar o trabajadoras secundarias. Esto es doblemente importante para la seguridad alimentaria porque en un área urbana los alimentos se compran y sin empleo no hay ingresos y –además- porque son las mujeres con ingresos propios las que más aportan a la alimentación del hogar. Entonces, más que la desocupación abierta a nivel general, la desocupación de los jefes de hogar es un indicador más sensible para la problemática alimentaria. Y un colorario directo derivado de este diagnóstico es que si se desea mejorar inmediatamente la alimentación del hogar hay que aumentar los ingresos femeninos (que se destinan principalmente a comida) en

cambio si se está pensando en elevar la calidad de vida (a mediano y largo plazo) entonces se puede operar en el ingreso masculino. Una tentación simplista indica que, si los ingresos caen y los precios de los alimentos suben, la pobreza no puede si no aumentar. Esta relación olvida a otro de los grandes actores en la seguridad alimentaria como es el estado que, a través de políticas públicas puede incidir en los precios de los alimentos, en el mercado de trabajo o compensar la caída de los ingresos- (8)

Seguridad alimentaria y soberanía alimentaria:

Desde un punto de vista global, la seguridad alimentaria atañe a la disponibilidad total de suficientes alimentos para alimentar a la población mundial. La seguridad alimentaria desde una perspectiva nacional también se refiere a la disponibilidad de alimentos. Sin embargo, la cuestión no es si se producen suficientes alimentos a escala mundial para alimentar a toda la población del planeta, sino si se producen/importan suficientes alimentos para abastecer a la población del país. En el ámbito familiar, la seguridad alimentaria tiene que ver con la disponibilidad y el acceso a suficientes alimentos a partir de la propia producción familiar, las compras locales o una combinación de ambas. La seguridad alimentaria, desde una perspectiva individual, consiste en la cantidad y calidad de alimentos disponibles para el consumo por parte de un sujeto concreto. Se trata de una función de la disponibilidad y el acceso a los alimentos dentro del entorno familiar, así como de su distribución.⁴ La escasez

de alimento permanente y problemas en su distribución trae como resultado el hambre crónica y en ocasiones generalizada entre números significativos de personas. La respuesta del ser humano al hambre y a la malnutrición es la disminución del tamaño corporal. Este proceso comienza desde incluso antes de la concepción si la madre está malnutrida y continúa aproximadamente hasta el tercer año de vida y conduce lentamente a un aumento de la mortalidad infantil. Una vez que el retraso en el crecimiento se produce, la mejora de la ingesta nutricional en un momento vital posterior no revierte el daño.

Si bien se da un descenso en la prevalencia de la desnutrición aguda, se presentan una serie de problemáticas asociadas a la malnutrición: anemia por deficiencia de hierro; baja talla para la edad; tendencia creciente del sobrepeso y posible deficiencia de vitamina A. Son situaciones que afectan al desarrollo adecuado de los niños y niñas, tanto desde el punto de vista fisiológico, como desde el punto de vista intelectual y del aprendizaje. Amplios sectores de la población no comen lo que quieren ni lo que saben, sino lo que pueden. Lo posible se traduce en formas de comer monótonas -reforzadas por el tipo de alimentación brindada por los programas asistenciales- alrededor de las cuales se configuran identidades alimentarias que clausuran la posibilidad de poder comer diferente y traen consigo diferentes limitaciones que se expresan en una gama que va desde la fractura de patrones alimentarios, al surgimiento de enfermedades asociadas a la alimentación. (1)

Seguridad alimentaria:

Las estrategias de los hogares dentro de sus restricciones de acceso pasaron por las siguientes prácticas. Como la diversificación de las fuentes de ingresos (es decir recurren simultáneamente a los distintos mercados de trabajo urbano : formal e informal, aceptar pagos en monetario y en especies – aunque quien acepta cobrar en especies está más limitado a la hora de vertebrar una estrategia de consumo porque depende de los productos que quiera entregarle el empleador)- recurrir a la asistencia social alimentaria, a las redes de amigos vecinos y parientes para la circulación de mensajes, bienes y servicios desde los que tienen hacia los que no tienen, y en menor medida recurrir a la autoproducción (más efectiva cuanto menos pobre la familia por las características ecológicas de los asentamientos). b) diversificar los circuitos de abastecimiento recurriendo al mercado formal (donde la gran distribución encontró un nicho de mercado en la población pobre a la que ofreció una producción fabricada ad-hoc (con más grasas, más azúcares, más sal) con menor calidad, buena seguridad biológica, envasado en pequeñas cantidades y menores precios, que se ha dado en llamar “el mercado de los pobres”) y al mercado informal (vendedores ambulantes, locales multifunción, quintas, tambos habilitados, mataderos clandestinos, revendedores etc.) donde cambian precio por riesgo sanitario ya que su seguridad biológica es nula c) manejo de la composición doméstica agrandando las familias en épocas de bonanza o cuando el flujo de ingresos fuera de hijos a los padres y reduciéndola ante crisis o cuando el flujo de ingresos circula de los padres a los hijos. Desde 1993 el flujo de ingresos va de padres a hijos por lo que el tamaño familiar promedio en la pobreza comienza a reducirse de 6 integrantes a 5. Pero esto que de momento aumenta los recursos actuales pone en peligro el sostén de los padres en el futuro en un país con gran desocupación alto empleo informal y sistemas jubilatorios precarios como el nuestro. d) la última conducta fue la autoexplotación que consistió en trabajar más (cosa poco posible en un contexto de retracción del empleo) y comer menos, comer distinto y distribuir diferente dentro del hogar. Para observar cómo se produjeron estas reducciones analizamos las representaciones culturales del consumo (que forman los principios de inclusión por los que operan, dentro del acceso, las elecciones alimentarias). Estamos buscando lo que da sentido al elegir qué comer. Estas representaciones tienen que ver con los tres grandes principios de inclusión de los alimentos en nuestra cultura (ya que se piensa que el alimento nos cambia desde adentro): la idea del cuerpo ideal, la visión de las cualidades deseables en los alimentos y las características

ideales que debe tener la comensalidad. En los más pobres y en consonancia con las restricciones del acceso, la existencia de un ideal de cuerpo fuerte, alimentos rendidores (que al mismo tiempo sean baratos, den sensación de saciedad y gusten) y comensalidad extendida desde el hogar al grupo de pares (colectiva) condiciona el consumo de un tipo de alimentos (pan, papas, fideos, carnes grasas, azúcar, mate, limitadas frutas y verduras e inexistentes carnes blancas) organizados en "comida de olla" (guisos y sopas) sobre las que se construye un gusto de lo necesario para evitar siquiera desear lo que se considera imposible de obtener.

Entre los sectores de ingresos medios las representaciones cambian y el tipo deseable del cuerpo es lindo (flaco en el aspecto) al que se espera alimentar con productos ricos (azúcares y grasas) con una comensalidad familiar. Estos principios de inclusión son tan imposibles de cumplir que son los principales consumidores de dietas (de todo tipo). El sector de ingresos altos en cambio busca un cuerpo sano (que en el aspecto es también flaco) al que debe idealmente alimentar con productos light en una comensalidad individual, donde cada uno se haga responsable de su salud futura, para lo que debe regular hoy su comida. El problema es que este sector señala las representaciones hegemónicas y crea los estilos de vida imitables para el resto de la población, imponiendo patrones de belleza delgados imposibles de lograr con el consumo limitado por el acceso de los más pobres quienes con ingresos magros y representaciones que los justifican construyen canastas de consumo llenas de hidratos de carbono, grasas y azúcares que los llevan a una obesidad de la escasez. (2)

¿En qué consiste el derecho a los Alimentos?

desde sus inicios, las Naciones Unidas han establecido el acceso a una alimentación adecuada como derecho individual y responsabilidad colectiva. La Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 proclamó que "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación..." Casi 20 años después, el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1996) elaboró estos conceptos más plenamente, haciendo hincapié en "el derecho de toda persona a un nivel de vida adecuado para sí y su familia, incluso la alimentación...", y especificando "el derecho fundamental de toda persona a estar protegida contra el hambre".

Así pues ¿qué diferencia hay entre el derecho a estar protegidos contra el hambre y el derecho a tener una alimentación adecuada? El primero de estos derechos es fundamental. Significa que el Estado tiene la obligación de asegurar, por lo menos, que las personas no mueran de hambre. Como tal, está intrínsecamente asociado al derecho a la vida. Además, no obstante, los Estados deberían hacer todo lo posible por promover un disfrute pleno del derecho de todos a tener alimentos adecuados en su territorio, en otras palabras, las personas deberían tener acceso físico y económico en todo momento a los alimentos en cantidad y de calidad adecuadas para llevar una vida saludable y activa. Para considerar adecuados los alimentos se requiere que además sean culturalmente aceptables y que se produzcan en forma sostenible para el medio ambiente y la sociedad. Por último, su suministro no debe interferir con el disfrute de otros derechos humanos, por ejemplo, no debe costar tanto adquirir suficientes alimentos para tener una alimentación adecuada, que se pongan en peligro otros derechos socioeconómicos, o satisfacerse en detrimento de los derechos civiles o políticos.

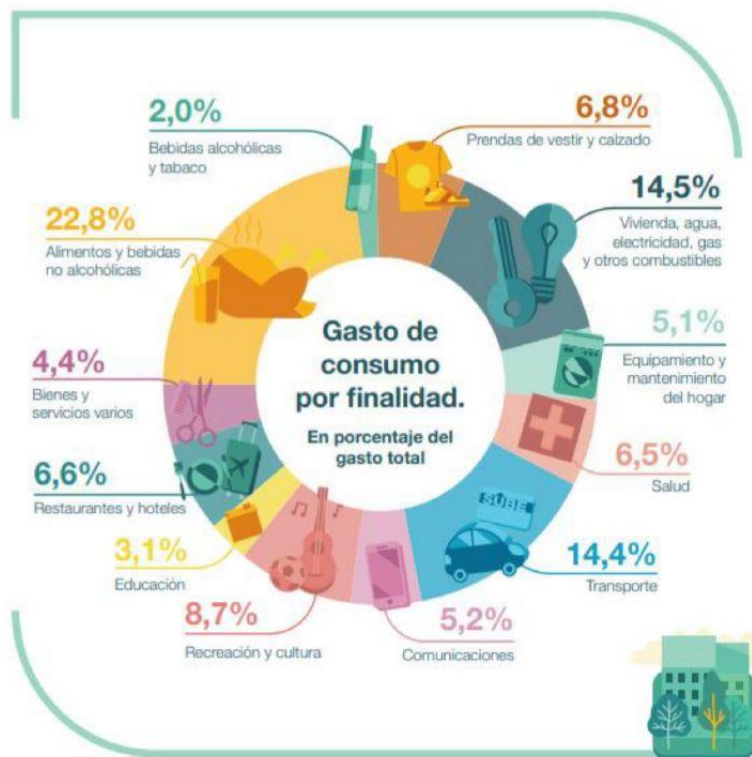
5.5 SITUACION SOCIOECONOMICA DE LA ARGENTINA:

La situación socioeconómica de la Argentina es alarmante, la pobreza urbana alcanza el 35,4% de la población, mientras que la pobreza infantil (niños menores de 14 años) asciende al 52,6%. Por otra parte, la economía cuenta con una inestabilidad de los precios realmente abrumadora teniendo en el último año una inflación del 53,81%, la más alta de los últimos 30 años. Estos indicadores influyen en la capacidad de compra de bienes y servicios de las personas, entre los que se encuentran los alimentos, dificultando el acceso a los mismos. En la Cumbre Mundial de la Alimentación (CMA) de 1996, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) definió que la Seguridad Alimentaria “a nivel de individuo, hogar, nación y global, se consigue cuando todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo, para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias, con el objeto de llevar una vida activa y sana” . Podemos afirmar, por lo tanto, que en la actualidad la Argentina se encuentra en un contexto de inseguridad alimentaria lo que provoca un consumo inadecuado de alimentos según los requerimientos nutricionales trayendo como consecuencia serios problemas en la salud siendo alguno de ellos irreversibles .

Paralelamente, entre los meses de noviembre del 2017 y noviembre del 2018, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC), en convenio con las Direcciones Provinciales de Estadística, llevó a cabo la última Encuesta Nacional de Gasto de los Hogares (ENGHo). El objetivo principal del relevamiento fue obtener información acerca de los gastos y los ingresos de los hogares y sus características sociodemográficas, permitiendo caracterizar las condiciones de vida de los hogares, fundamentalmente en términos de su acceso a los bienes y servicios, y de los ingresos monetarios o en especie. Se utiliza, entre otras cosas, para el diseño de políticas públicas.

De los resultados de ésta se desprende que el porcentaje más alto del gasto de consumo de los hogares a nivel nacional es en alimentos y bebidas no alcohólicas, siendo éste del 22,8%. El 14,5% del gasto se destina a vivienda, agua, electricidad, gas y otros combustibles, mientras que el 14,4% se asigna a transporte. El resto de los gastos tienen una menor representación, correspondiendo a recreación y cultura (8,7%), prendas de vestir y calzado (6,8%), restaurantes y hoteles (6,6%), salud (6,5%), comunicaciones (5,2%), equipamiento y mantenimiento del hogar (5,1%), bienes y servicios varios (4,4%), educación (3,1%) y bebidas alcohólicas y tabaco (2,0%).

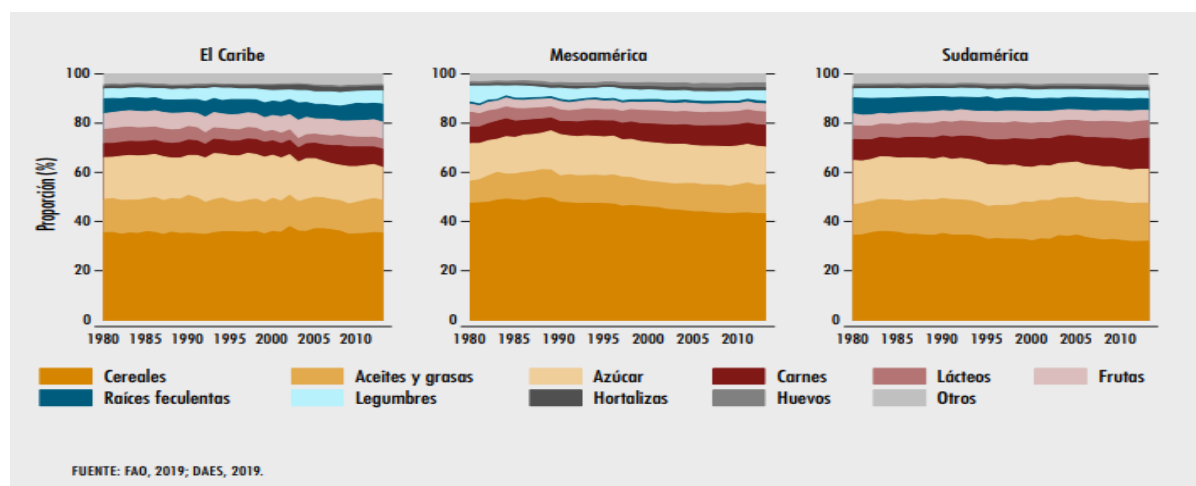
Figura 2: Estructura de gastos de los hogares, en porcentaje. Total del país. Años 2017-2018



Fuente: INDEC, Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018.

5.6- DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS:

Figura 3: evolución de la disponibilidad calórica por tipo de alimento y subregiones de América latina



Fuente: FAO,2019,DAES,2019.

Por subregiones se observan diferencias en la distribución de la disponibilidad calórica por tipo de alimento y en cómo ha ido evolucionando. En Mesoamérica, la disponibilidad de cereales ha disminuido en términos absolutos y relativos. Sin embargo, aún representan 40% del total de calorías disponibles, una cifra que supera la de las otras dos subregiones (Figura 23). La leche y sus derivados muestran una reducción de la contribución al total de calorías en el Caribe, mientras que en Mesoamérica se ha mantenido estable y en Sudamérica ha aumentado. Las frutas y las verduras han ampliado su participación en la disponibilidad, sobre todo en el Caribe. Tanto el total de carnes como la proporción de calorías disponibles han aumentado en todas las subregiones. Esta supera 12% en Sudamérica y se acerca a 8% en las otras dos subregiones. Las grasas y los aceites superan 15% en Sudamérica y 12% en Mesoamérica, lo que representa un aumento en ambos casos, mientras que en el Caribe se ha mantenido cercano a 13%. Las legumbres muestran una disminución en Mesoamérica, mientras que en el Caribe ha aumentado su contribución a la dieta y en Sudamérica no ha variado de forma destacable. Si bien la disponibilidad de alimentos supera los promedios necesarios para que una persona lleve una vida sana y activa, el indicador de disponibilidad de alimentos invisibiliza su fuente y su grado de procesamiento. Esto es de particular relevancia si tomamos en consideración que en las últimas décadas el consumo de alimentos procesados ha crecido en todo el mundo. Más aún, el crecimiento de las ventas de productos ultraprocesados¹⁵ supone que el consumo de calorías provenientes de azúcares, aceites y grasas haya crecido en relevancia (OPS, 2015). (6)

Figura 4: canasta básica alimentaria y canasta básica total no oficiales por equivalente adulto

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
CANASTA BASICA ALIMENTARIA (CBA) -EN PESOS CORRIENTES-								
Equivalente adulto	295	369	472	623	861	1059	1398	1677
CANASTA BASICA TOTAL (CBT) -EN PESOS CORRIENTES-								
Equivalente adulto	614	769	984	1299	1792	2205	2911	3493

Fuente: EDSA bicentenario (2010-2016) – EDSA agenda para la equidad (2017-2025). Observatorio de la Deuda Social Argentín, UCA.

Figura 5: canasta básica alimentaria y canasta básica total por equivalente adulto

	GBA	Cuyo	Noreste	Noroeste	Pampeana	Patagónica
CANASTA BASICA ALIMENTARIA (CBA) -EN PESOS CORRIENTES-						
Equivalente adulto	2019	1802	1793	1753	2004	2070
CANASTA BASICA TOTAL (CBT) -EN PESOS CORRIENTES-						
Equivalente adulto	4932	4690	4106	3978	4895	5742

Fuente: Fuente: EDSA bicentenario (2010-2016) – EDSA agenda para la equidad (2017-2025). Observatorio de la Deuda Social Argentín, UCA.

Figura 6: canasta básica alimentaria y canasta básica total por equivalente adulto.

	GBA	Cuyo	Noreste	Noroeste	Pampeana	Patagónica
CANASTA BASICA ALIMENTARIA (CBA) -EN PESOS CORRIENTES-						
Equivalente adulto	2754	2458	2455	2387	2722	2838
CANASTA BASICA TOTAL (CBT) -EN PESOS CORRIENTES-						
Equivalente adulto	6857	6513	5723	5516	6778	8029

Fuente: Fuente: EDSA bicentenario (2010-2016) – EDSA agenda para la equidad (2017-2025). Observatorio de la Deuda Social Argentín, UCA.

Pero dada la discontinuidad que experimentó este índice, para la valoración de las CBA entre 2016- 2017 se aplicó un promedio de las variaciones estimadas (julio/agosto 2016 versus julio/agosto 2017, debido al proceso de relevamiento de la EDSA) para el rubro Alimentos y Bebidas de distintas fuentes de información: IPC Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, IPC Gobierno de Córdoba, IPC San Luis, IPC GBA-INDEC. En cuanto a la inversa del Coeficiente de Engel, se emplea en este informe el valor de 2,08 utilizado a lo largo de toda la serie. Este valor surge de fuentes secundarias disponibles durante el período de la intervención del IPC-CBA (FIEL, 2010). El criterio adoptado de mantener a dicho coeficiente constante se debió en su momento a la falta de información previa confiable, no sólo para estimar los cambios en el tiempo, sino también para evaluar la robustez de cualquier estimación realizada ad hoc año a año. Si bien actualmente el INDEC estima periódicamente dicho coeficiente, el mismo no es aplicado a esta serie con el objetivo ya mencionado de brindar continuidad y comparabilidad a los datos que brinda la EDSA-Bicentenario del ODSA-UCA. De manera paralela a la continuidad que buscó darse a la serie EDSA-Bicentenario, las estimaciones de indigencia y pobreza por ingresos con base en el nuevo marco muestral –serie EDSA Equidad (2017-2025)– emplearon canastas básicas que se encuentran en sintonía con las publicadas por INDEC para la reanudación de las estadísticas oficiales (Metodología INDEC N° 22). Los valores aquí empleados para ambas canastas se presentan en los Cuadros A.1.1b (2017) y A.1.1c (2018).

5.7- Urbano y rural: diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia

Los hogares rurales fueron el 7% de la muestra, con diferente proporción en cada región del país. En el Noreste (NEA) el 18%, en Cuyo el 14%, en el Noroeste (NOA) el 12%, en la región Pampeana el 8%, en la Patagonia el 5%, y ninguno en Gran Buenos Aires. En la tabla 1 la cantidad de hogares e individuos encuestados en el área urbana y rural, y sus características. La cantidad de individuos por hogar en área rural es levemente superior y se observa una mayor proporción de jefes de hogar de sexo masculino, con menor proporción

de cobertura médica y menor nivel de instrucción. Mientras que 19% de los hogares urbanos se ubican en el quintil 1 de ingresos en los hogares rurales la cifra asciende al 34%, y la proporción de hogares rurales en el 5° quintil de ingresos es la mitad respecto a los urbanos. La disponibilidad de huerta o corral para consumo del hogar es muy superior en los hogares rurales.

5.8 Urbano o rural: ¿dónde se come mejor y de forma más saludable?

El 49,50% (n=139) de los participantes consideró que se come mejor en el ámbito rural, frente al 8,50% (n=24) y 42% (n=118) que estimó que se come mejor en el medio urbano, y por igual en ambos respectivamente. En cuanto a dónde se come de forma más saludable, el 80,42% (n=226) afirmó que en el medio rural y el 19,57% (n=55) en el medio urbano. Entre aquellos participantes cuyo origen familiar era rural, el 85,10% consideró que en el medio rural se come de forma más saludable. Entre los participantes con un origen familiar urbano fue el 75,80% el que consideró que era en el medio rural donde se come más saludablemente.

No hubo diferencias de género en cuanto a la preferencia por el medio rural o urbano ni en la cuestión “dónde se come mejor” ni en la referida a “dónde se come de manera más saludable”. Tampoco una u otra elección mostró diferencias estadísticamente significativas con respecto a la edad de los participantes. En cuanto a la posible influencia del curso que realizaban (ESO, Bachillerato o Ciclos formativos), no se encontraron diferencias significativas aunque de los participantes que consideraron mejor la comida rural el 46,8% cursaba Ciclos formativos, frente al 33% de alumnos de ESO y 20,2% de Bachillerato. En cuanto a si la comida es más saludable en el medio rural o en el urbano, se observó similar tendencia (43%, 36,9% y 20,1% respectivamente). Entre quienes refirieron que se come mejor en los pueblos, un 6,47% señaló que la comida de la ciudad es más saludable. Por otro lado, el 41,66% de quienes afirmaron que se come mejor en el medio urbano señaló que se come de forma más saludable en el medio rural. Finalmente, entre quienes afirmaron que se come igual en un medio u otro, el 25,89% señalaba que era más saludable la comida en el medio urbano frente al resto (74,11%) que consideró más saludable la comida del medio rural.

Atributos relacionados con los alimentos :

Con relación a los atributos relacionados con los alimentos que los participantes podían señalar y graduar en cuanto a intensidad para definir su elección acerca de en qué medio se come mejor, la figura 7 muestra las diferencias significativas encontradas. Se observa que para quienes consideraron mejor la comida en el medio rural, atributos como el hecho de que los alimentos sean frescos, sanos, naturales, de calidad, con sabor y variados, así como su grado de procesamiento, la producción propia, que sean artesanos ecológicos y conformen una dieta equilibrada son relevantes para un elevado porcentaje de participantes. El sabor y la calidad resultan los atributos más relevantes en la elección entre quienes optaron por definir como mejor la comida del medio urbano. Finalmente, para quienes no hay diferencia entre el medio rural y el urbano, además de la similitud con quienes optaron por el medio rural, se observa que el control de los alimentos es relevante, resultando menos importante el hecho de que sean ecológicos si se compara con los participantes que consideraron mejor la comida del medio rural.

Figura 7: Atributos de los alimentos. Proporción de participantes para quienes resultaron relevantes en su elección acerca de la mejor calidad de la alimentación en el medio rural o urbano.

	<i>Mejor rural</i>	<i>Mejor urbano</i>	<i>Igual</i>	<i>p</i>
Frescos	94,3%	45,8%	76,4%	<0,01
Sanos	90%	45,9%	76,3%	<0,01
Naturales	92,8%	33,3%	76,3%	<0,01
Calidad	84,2%	54,1%	72%	<0,01
Sabor	77,7%	79,2%	72,1%	<0,01
Variedad	64,0%	45,8%	62,7%	NS
Control	48,2%	33,3%	61,1%	NS
Cantidad grasa	35,2%	20,8%	28,8%	NS
Composición conocida	51,8%	33,3%	44,9%	NS
Procesamiento	60,5%	20,9%	37,3%	<0,01
Manipulación	54,7%	20,8%	36,4%	<0,01
Producción propia	66,9%	37,5%	46,6%	<0,01
Conservantes	25,9%	25%	17%	NS
Industrialización	12,2%	25%	17,8%	NS
Aditivos	17,3%	16,7%	12,7%	<0,01
Pesticidas	13,7%	8,3%	11%	NS
Congelados	25,2%	20,8%	23,8%	NS
Artesanos	87,1%	54,2%	60,2%	<0,01
Ecológicos	74,8%	20,8%	48,3%	<0,01
Comida rápida	21,6%	41,7%	23,7%	NS
Dieta equilibrada	72,7%	25%	63,6%	<0,01

Nota. Los porcentajes indican la proporción de participantes que estuvieron “de acuerdo” y/o “muy de acuerdo” en que los atributos señalados resultaron relevantes en su elección acerca de si la comida es mejor en el medio rural o urbano o igual en ambos. NS=no significativo.

Fuente: Nutr Hosp. 2015.

5.9- La urbanización influye en los sistemas agroalimentarios, creando desafíos y oportunidades para garantizar el acceso a dietas asequibles y saludables

La urbanización contribuye a la transformación de los sistemas agroalimentarios dado que reconfigura las pautas espaciales de la demanda de alimentos y afecta a las preferencias de los consumidores, cambiando cómo, dónde y qué alimentos se producen, suministran y consumen. Estos cambios están afectando a los sistemas agroalimentarios de tal forma que están creando tanto desafíos como oportunidades para garantizar que todo el mundo tenga acceso a dietas asequibles y saludables.

Con la urbanización y el aumento de los ingresos, los hogares suelen consumir cantidades mayores y más diversas de alimentos, como productos lácteos, pescado, carne, legumbres, frutas y hortalizas frescas, así como más alimentos procesados.

Esto, junto con el crecimiento de la población, implica aumentos sustanciales de la producción y el suministro de algunos tipos de alimentos (esto es, carne, productos lácteos, frutas y hortalizas frescas, trigo y productos derivados del trigo, así como alimentos altamente procesados) para satisfacer el aumento de la demanda. Esto, a su vez, a medida que crece la población urbana, se traduce en grandes aumentos de la cantidad total de alimentos que los sistemas agroalimentarios tienen que producir, procesar y distribuir a lo largo del tiempo. También puede producirse una desaceleración o incluso una disminución de la demanda de otros productos alimentarios vendidos, como los cereales tradicionales, el maíz, las raíces y los tubérculos.

Los ajustes en la cantidad y calidad de la oferta y la demanda de alimentos provocan cambios en los mercados y el comercio al por menor, los segmentos intermedios de las cadenas de suministro de alimentos (cambios en los sistemas poscosecha de logística, elaboración, venta al por mayor y distribución), los mercados de insumos rurales, la tecnología agrícola y la distribución del tamaño de las explotaciones. Por ende, los sistemas agroalimentarios se transforman, pasando de sistemas tradicionales y mayormente rurales basados en los vínculos con los mercados locales y el empleo agrícola, a sistemas con una mayor conectividad entre las zonas rurales, y entre las zonas rurales, periurbanas y urbanas. Esto implica vínculos de mercado más complejos entre el medio rural y el urbano a través de un continuo rural-urbano espacial y funcional, y oportunidades de empleo más diversas a lo largo de la cadena de valor alimentaria, incluidas la elaboración, la comercialización y el comercio. También implica una mayor dependencia de los ingresos y del precio de los alimentos (asequibilidad) en cuanto a las opciones de alimentación, ya que hay una mayor dependencia de los alimentos comprados.

En este contexto, son específicamente preocupantes los cambios en la oferta y la demanda de los alimentos nutritivos que constituyen una dieta saludable; su costo en relación con los alimentos hipercalóricos y con un mínimo valor nutritivo, que a menudo tienen un alto contenido de grasas, azúcares o sal; y su costo en relación con los ingresos de la población (esto es, su asequibilidad).

En la figura 8 se presenta un marco conceptual para comprender las diferentes vías a través de las cuales la urbanización está afectando a los sistemas agroalimentarios a lo largo del continuo rural-urbano y está, a la vez, afectando el acceso a dietas asequibles y saludables. En la figura 8 se reconoce que la urbanización no es un factor aislado de los sistemas agroalimentarios, sino que cambia los sistemas agroalimentarios en interacción con otros factores, como el aumento de los ingresos, el empleo, los estilos de vida, la desigualdad económica, las políticas y las inversiones.

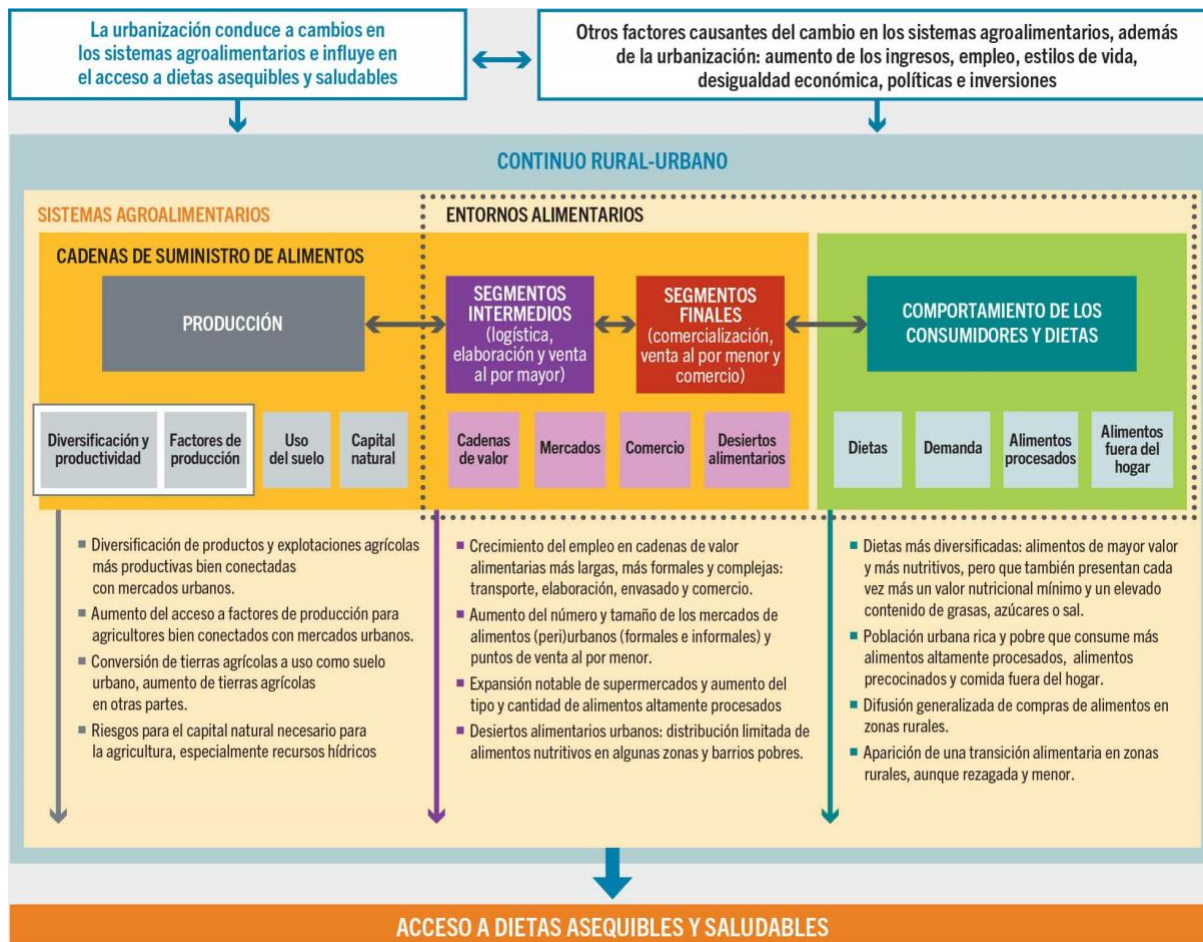


Figura 8: Las vías por las que la urbanización afecta a los sistemas agroalimentarios y al acceso a dietas asequibles y saludables

FUENTE: De Bruin, S. y Holleman, C. 2023. Urbanization is transforming agrifood systems across the rural–urban continuum creating challenges and opportunities to access affordable healthy diets. Documento de trabajo para El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Economía del desarrollo agrícola de la FAO. Estudio técnico N.º 23-08. Roma, FAO.

En este marco conceptual se contempla que, además de en las zonas rurales, también pueden producirse alimentos en las zonas urbanas y periurbanas. En muchos países, los componentes de los sistemas agroalimentarios están más interconectados. También hay cadenas de suministro de alimentos cortas y largas, y puede haber segmentos intermedios de las cadenas de suministro alejados de las zonas urbanas si forman parte de cadenas de suministro muy largas. Por estas razones, el marco conceptual presenta una visualización del continuo rural-urbano junto al continuo de los sistemas agroalimentarios; se trata de un continuo más amplio en el que pueden situarse los sistemas agroalimentarios.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

DISEÑO METODOLÓGICO

DISEÑO Y METODOLOGIA

Tipo de investigación:

Este estudio fue de tipo descriptivo y transversal, ya que buscó obtener información referente al consumo alimentario y la seguridad alimentaria de las personas que vivieron en zonas urbanas (Capital) y en zonas rurales (Duraznillo y San Miguel Del Barrial) de la provincia de La Rioja. Asimismo, determinó que si existió relación entre ambos factores.

Población y muestra:

El universo de este estudio estuvo compuesto por las personas que habitaban en zonas rurales y urbanas de la capital de la provincia de La Rioja.

La muestra incluyó a 55 personas de zonas urbanas y 20 personas de zonas rurales, de entre 20 y 80 años, que vivieron en las zonas mencionadas y que decidieron participar en el estudio.

Criterios de inclusión y exclusión:

Inclusión:

- Personas entre 20 y 80 años de edad
- ambos sexos
- Residen en zonas rurales y urbanas

● **Exclusión:**

- personas con enfermedad terminal o personas hospitalizadas.

VARIABLES



VARIABLES DE ESTUDIO

Variables	Indicadores	Técnica de recolección de datos	Instrumento de recolección de datos
Sexo Edad zona de residencia	% de encuestados según el sexo y zona de residencia % de encuestados según edad y zona de residencia	Encuesta Encuesta Encuesta	Cuestionario Cuestionario Cuestionario
Seguridad alimentaria	% de encuestados según disponibilidad alimentaria %de encuestados según acceso a alimentos	Encuesta	Encuesta sobre seguridad alimentaria
Consumo alimentario	% de encuestados según consumo de lácteos y derivados % de encuestados según consumo de carnes y huevos % de encuestados según consumo de frutas % de encuestados según consumo de verduras % de encuestados según consumo de legumbres % de encuestados según consumo de cereales y tubérculos % de encuestados según consumo gaseosas y bebidas azucaradas % de encuestados según consumo % de encuestados según consumo de azúcares	Encuesta	Frecuencia de consumo

	% de encuestados según consumo aceites y grasas		
	% de encuestados según consumo comida rápida		
	% de encuestados según consumo de agua		

OPERALIZACION:

Sexo:

-Definición: Es el conjunto de las peculiaridades que caracterizan los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos, y hacen posible una reproducción que se caracteriza por una diversificación genética.

-Indicador: % de encuestados según el sexo

-Técnica: Para obtener información sobre esta variable, se realizó una encuesta que permita conocer el sexo de cada persona.

-Categorías:

Masculino

Femenino

-Instrumento: Cuestionario

Zona de residencia:

-Definición: Se trata de agrupaciones de las entidades singulares de población con el objeto de conseguir una repartición de población en grupos homogéneos respecto a una serie de características que atañen a su modo de vida.

Zona rural: conjunto de entidades singulares de población con 10.000 y menos habitantes o las que, teniendo más habitantes, poseen población en diseminado.

Zona urbana: conjunto de entidades singulares de población con más de 10.000 habitantes de hecho.

-Indicador: % de encuestados según zona de residencia

-Técnica: En esta variable se utilizó un cuestionario en donde las personas nos indicaron en donde viven actualmente.

-Categorías:

Zona urbana

Zona Rural

-Instrumento: Cuestionario

Edad:

-Definición: Tiempo de existencia que posee una persona desde su nacimiento.

-Indicador: % de encuestados según la edad

-Técnica: Para poder obtener la edad de cada persona se realizó una encuesta en donde cada uno aportó información acerca de su edad.

-Categorías:

20-40 años

40-60 años

+ 60 años

-Instrumento: Cuestionario

Seguridad alimentaria:

-Definición: La seguridad alimentaria es el acceso físico, social y económico a alimentos en todo momento.

-Indicador:

% de encuestados según disponibilidad alimentaria

% de encuestados según acceso a alimentos

-Técnica: Para poder obtener información sobre la variable se realizó una encuesta que nos permitirá conocer el nivel de seguridad alimentaria de cada encuestado. En esta encuesta se preguntará sobre acceso a alimentos, disponibilidad alimentaria .Esto nos dará una idea sobre el nivel de seguridad alimentaria del encuestado

-categorías: -Si existe seguridad alimentaria

-No existe seguridad alimentaria

-Instrumento: Encuesta sobre seguridad alimentaria.

Consumo alimentario:

-Definición: Conjunto de costumbres que condicionan la forma como los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen los alimentos, influidas por la disponibilidad de éstos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos.

-Indicadores:

% de encuestados según consumo de lácteos y derivados

% de encuestados según consumo de carnes y huevos

% de encuestados según consumo de frutas

% de encuestados según consumo de verduras

% de encuestados según consumo de legumbres

% de encuestados según consumo de cereales y tubérculos

% de encuestados según consumo gaseosas y bebidas azucaradas

% de encuestados según consumo

% de encuestados según consumo de azúcares

% de encuestados según consumo aceites y grasas

% de encuestados según consumo comida rápida

% de encuestados según consumo de agua

-Técnica: Para poder obtener la información sobre esta variable, se realizó una entrevista que nos permitió conocer el consumo alimentario de cada encuestado. En esta misma se les preguntó sobre su historia dietética que nos brindara toda lo necesario para poder clasificar a cada uno.

-Categorías: -Consumo alimentario inadecuado.

-Consumo alimentario adecuado.

Instrumento: Encuesta de frecuencia de consumo.

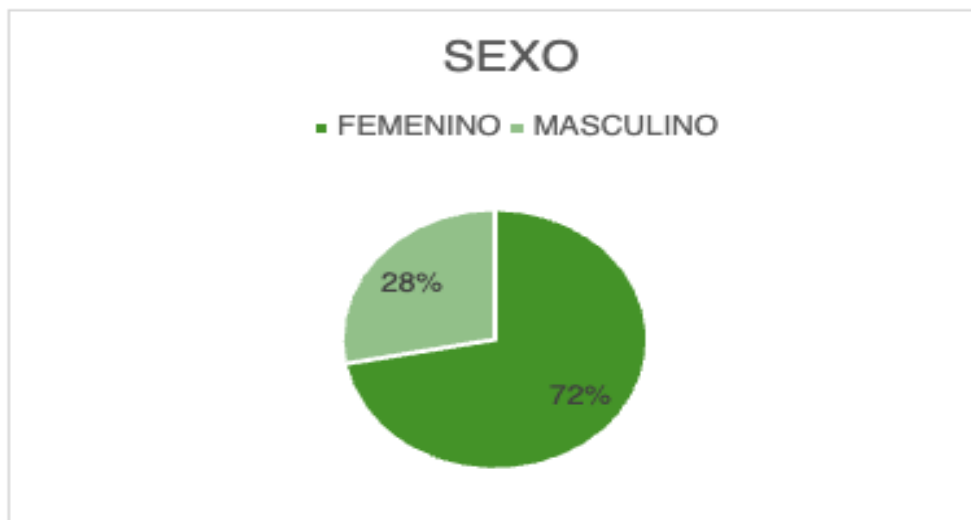


FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

RESULTADOS

RESULTADOS

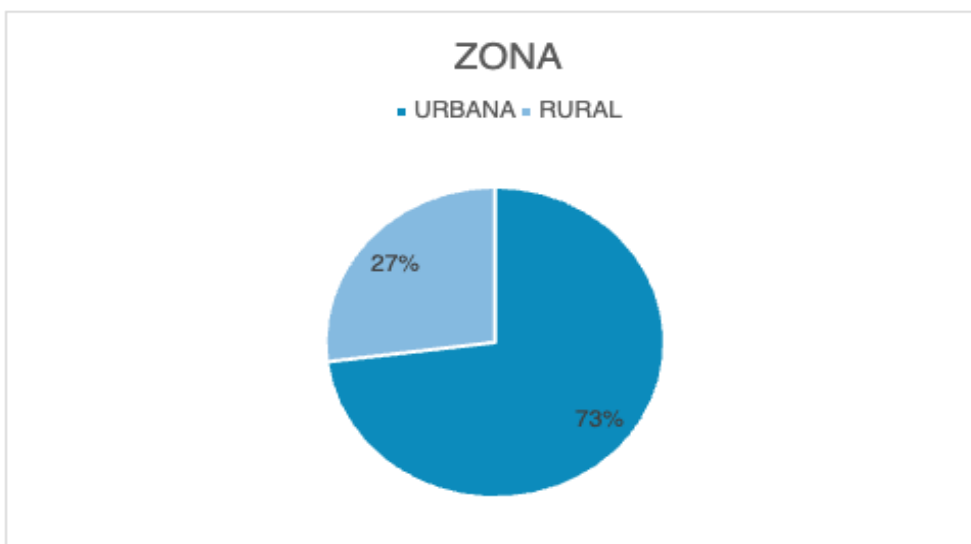
GRAFICO N° 1: **distribución de la población según el sexo**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses de agosto-septiembre del año 2024.

La muestra seleccionada está compuesta por 75 personas de la provincia de La Rioja de ambos sexos. Los datos obtenidos con respecto al peso, arrojan un resultado donde predomina el sexo femenino con una mayor relevancia (72%) y con una menor relevancia en el grupo masculino (28%).

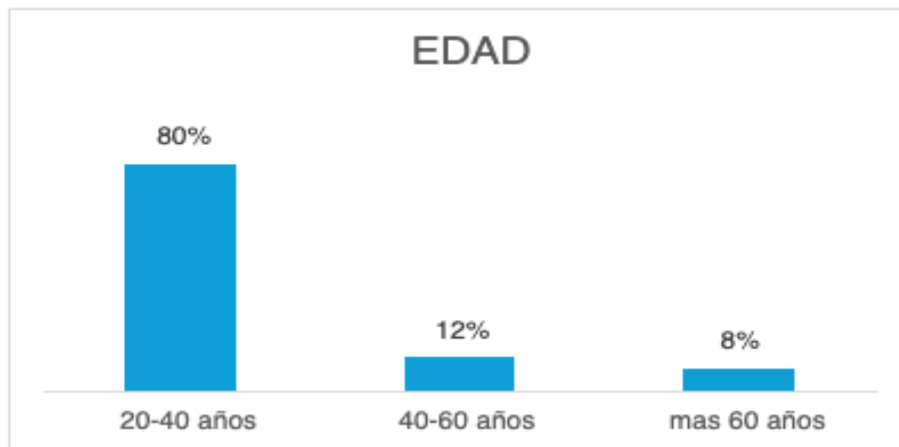
GRAFICO N°2: **distribución de la población según la zona**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Se puede observar que el 27% de la población encuestada reside en zonas rurales. Mientras que el 73% reside en zonas urbanas.

GRAFICO N°3: distribución de la población según la edad



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Según rango de edades: el 80% de los participantes se encuentran dentro de la categoría de 20-40 años, el 12% se encuentran los de 40-60 años y con un 8% los participantes con más de 60 años.

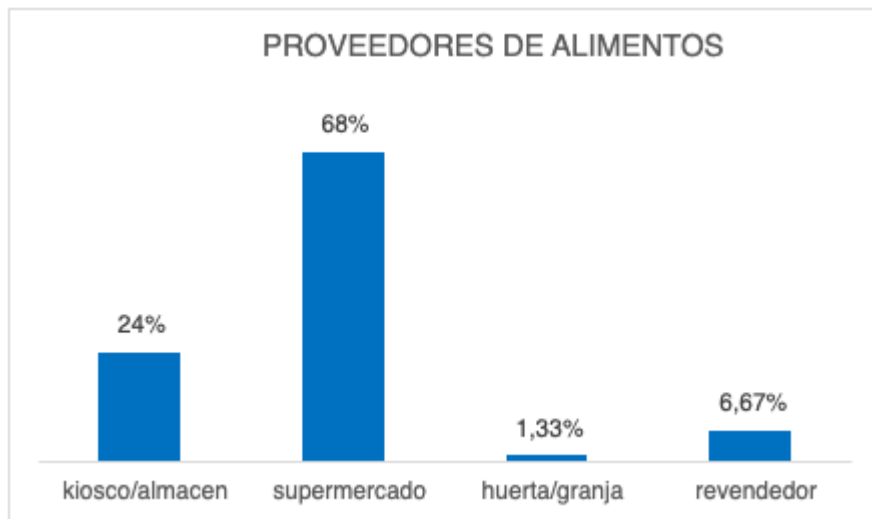
GRAFICO N° 4: distribución de la población según los ingresos



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente gráfico, podemos observar que la mayoría de los participantes tienen un salario bajo (49,33%), luego un salario medio (29,67%), los cuales se encuentran más bajos los salarios altos y muy alto con un (10,67%) cada uno.

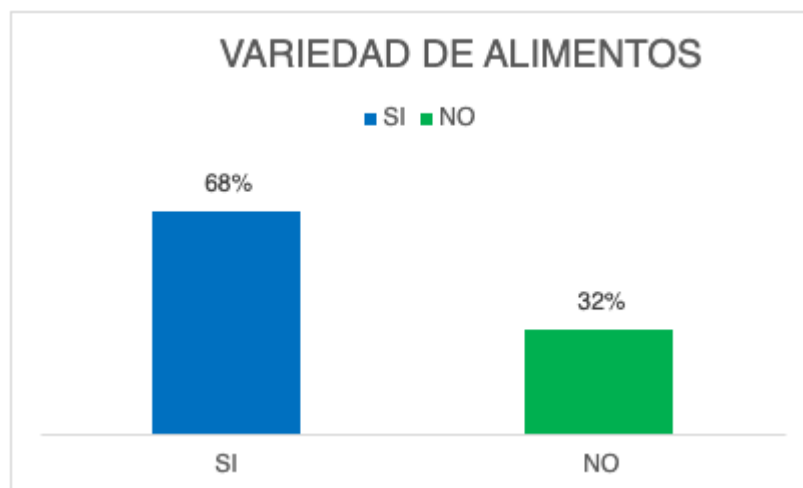
GRAFICO N° 5: distribución de la población según las compras de alimentos



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En este grafico se puede observar que la mayoría de los participantes realizan sus compras en supermercados con un 68% y con un 24% en kioscos/almacén. En menor proporción consiguen por revendedores con un 6,67% y con un 1,33% en huertas y granjas.

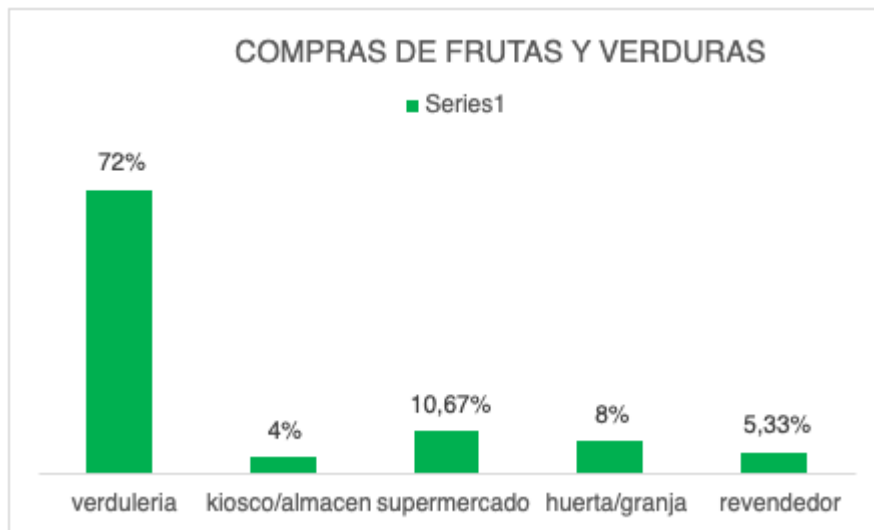
GRAFICO N° 6: distribución de la población según la variedad de alimentos



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Se puede observar que la mayoría de los participantes tienen una amplia selección de alimentos con un 68% y que en su menoría no lo tienen con un 32%.

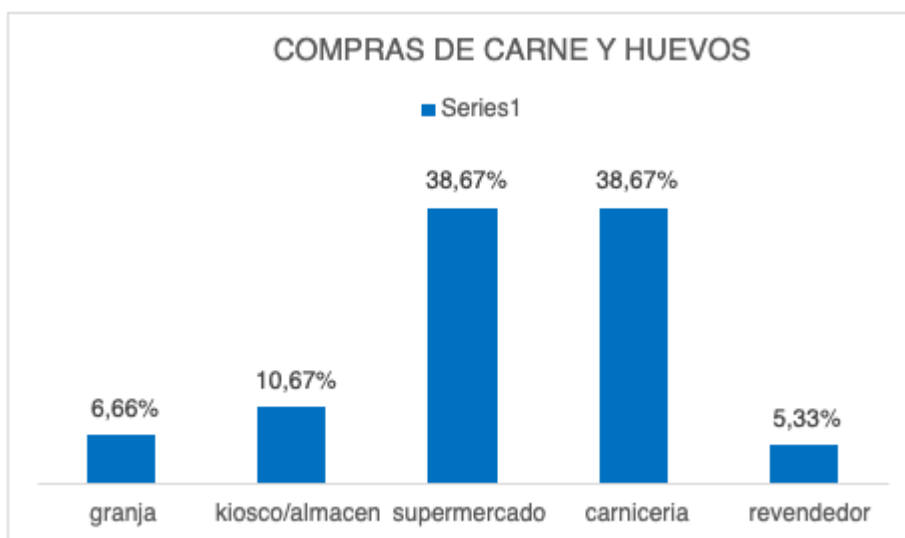
GRAFICO N° 7: distribución de la población según las compras de frutas y verduras



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Se puede observar que la mayoría de los participantes con un 72% consiguen sus frutas y verduras en la verdulería y con una menor proporción el resto como supermercados (10,67%), huertas/granjas (8%), revendedores (5,33%) y con un (4% kioscos/almacén).

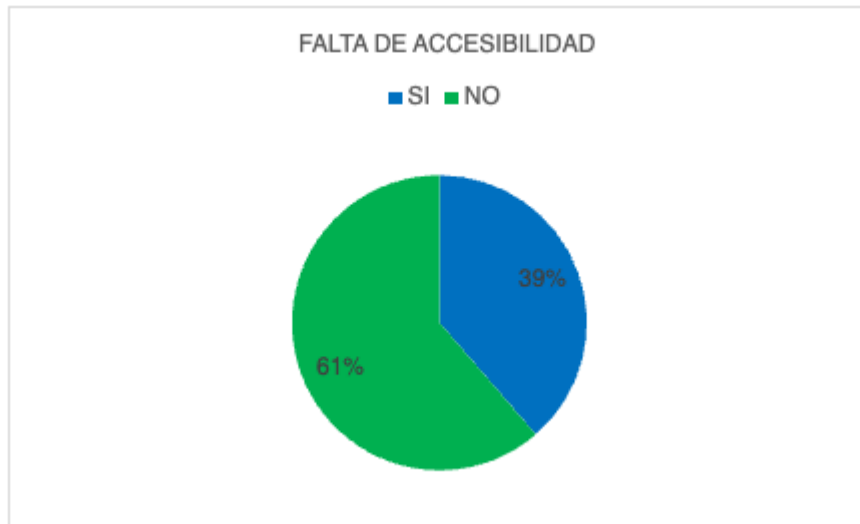
GRAFICO N° 8: distribución de la población según las compras de carnes y huevos.



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En este grafico se puede observar que el 38,67% de los participantes realizan sus compras de lo que son carnes, lácteos, huevos en el supermercado y carnicerías, el 10,67% en kioscos/almacén y en su minoría en granjas (6,66%) y revendedores (5,33%).

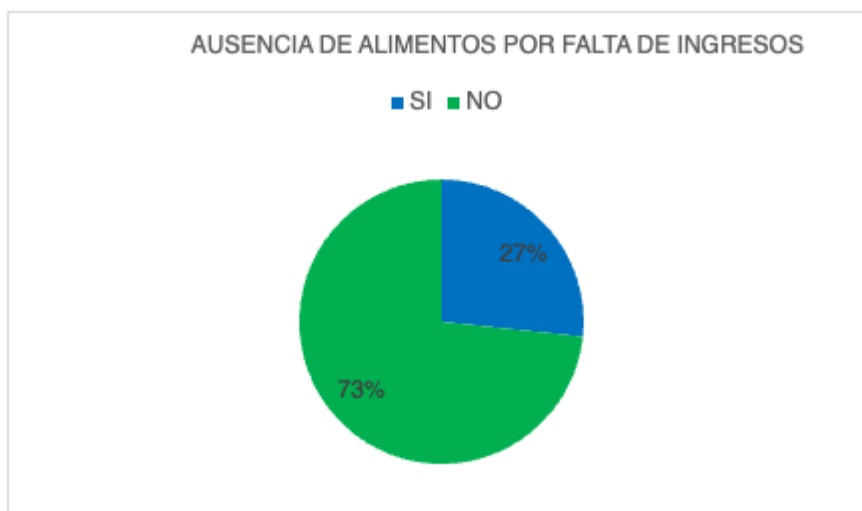
GRAFICO N° 9: distribución de la población según la falta de accesibilidad



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que la mayoría de los participantes (61%) no se queda sin alimentos por falta de oferta y en su minoría con un (39%) de los encuestados que si le sucede.

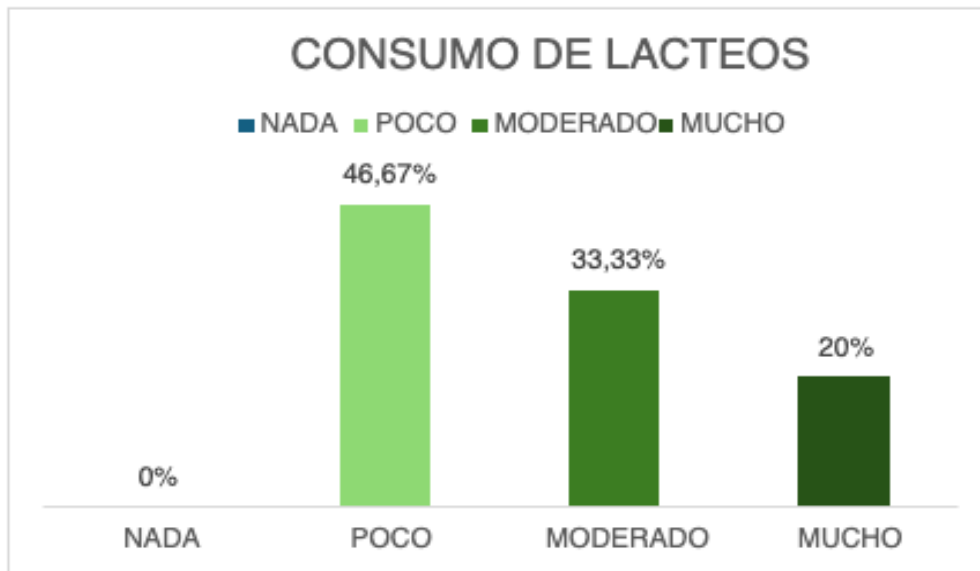
GRAFICO N° 10: distribución de la población según la ausencia de alimentos por falta de ingresos



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que la mayoría de los encuestados con un 73% no se ha quedado sin alimentos por falta de ingresos y en su minoría que si le ha sucedido con un (27%).

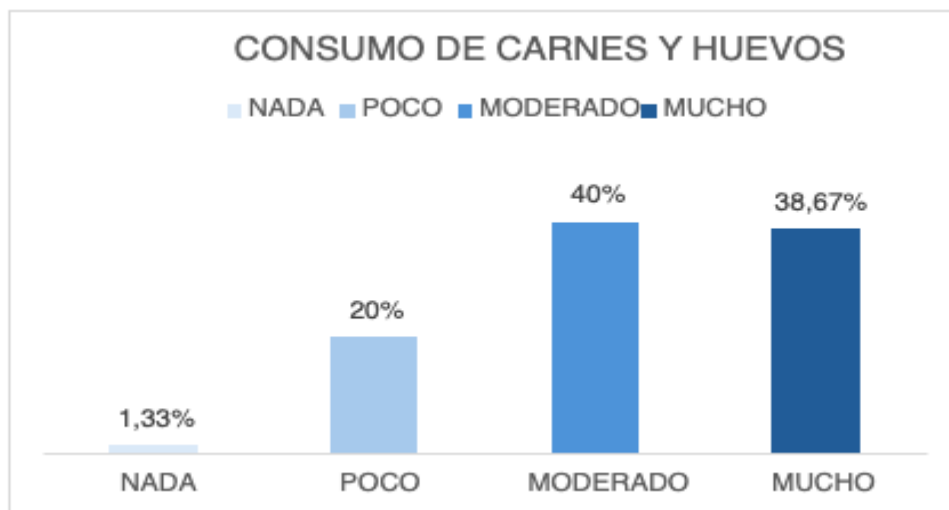
GRAFICO N° 11: **distribución de la población según el consumo de lácteos**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de lácteos, se pudo observar que la mayoría de los encuestados tuvo un poco consumo con el (46,67%), dejando en menor rango lo que es moderado con un (33,33%) y por último con un (20%) lo que es mucho.

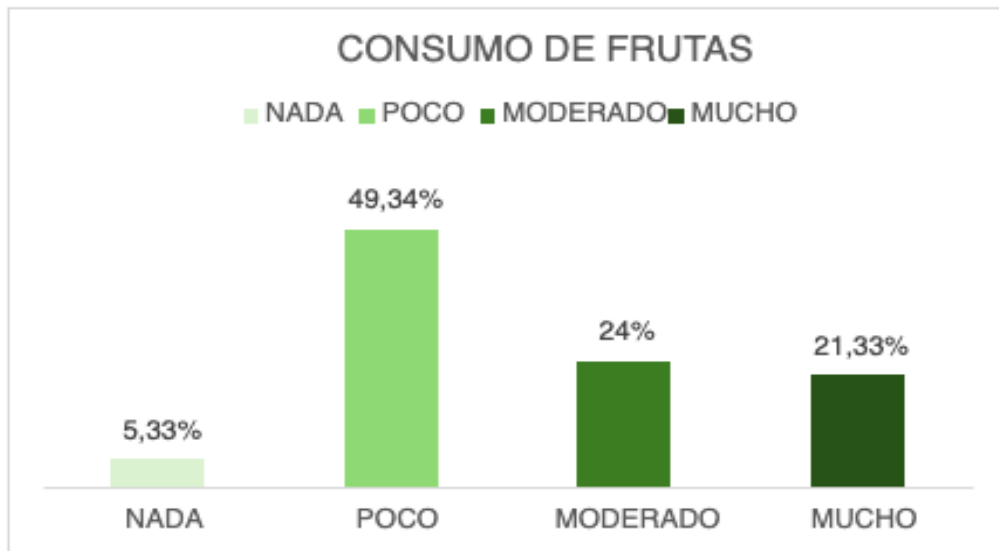
GRAFICO N° 12: **distribución de la población según el consumo de carnes y huevos**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de carnes y huevos se puede observar que la mayoría de los encuestados tuvo un consumo moderado con un (40%) y mucho con un (38,67%), dejando en menor rango lo que es poco (20%). Y, por último, encontramos aquellas personas que no consumen (1,33%).

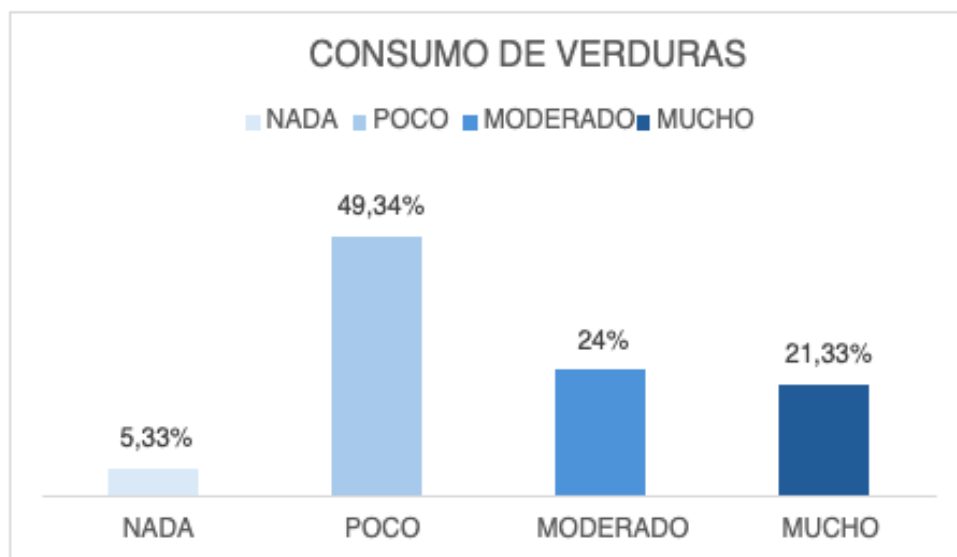
GRAFICO N° 13: distribución de la población según el consumo de frutas



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de frutas se puede observar que la mayoría de los encuestados tienen poco consumo (49,34%), luego moderado (24%) y mucho (21,33%). Y por último encontramos aquellos que no consumen (5,33%).

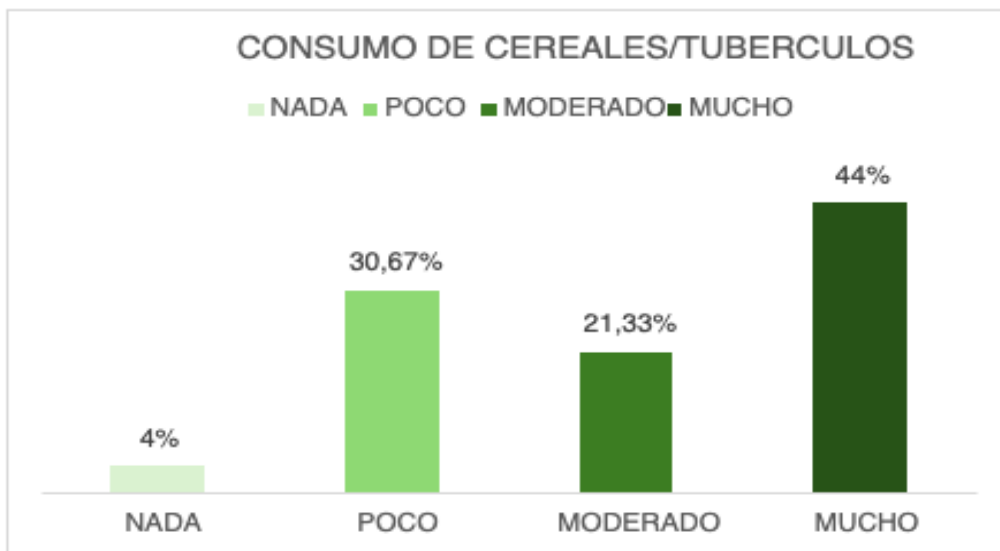
GRAFICO N° 14: distribución de la población según el consumo de verduras



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de verduras se puede observar que la mayoría de los encuestados tienen poco consumo (49,34%), luego moderado (24%) y mucho (21,33%). Y por último encontramos aquellos que no consumen (5,33%).

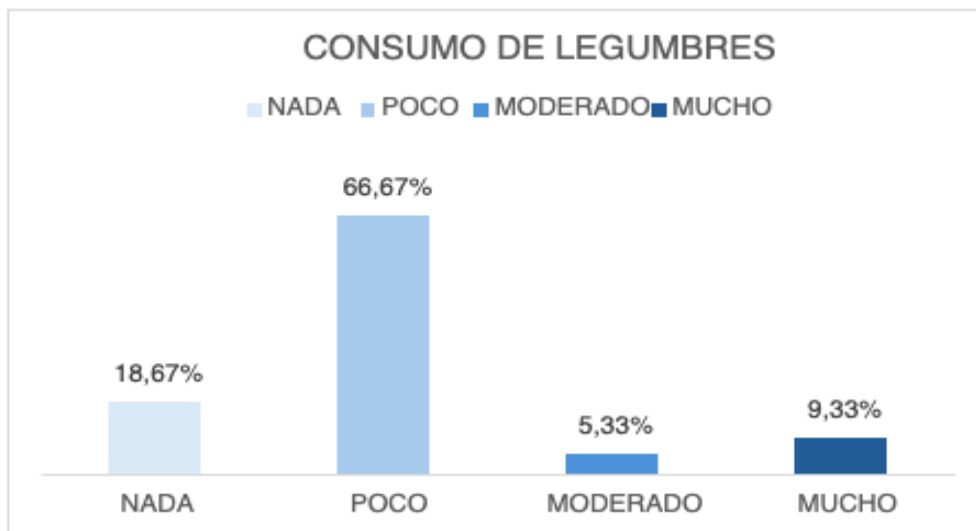
GRAFICO N° 15: **distribución de la población según el consumo de cereales/tubérculos**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de cereales y tubérculos se puede observar que la mayoría de los encuestados tiene un alto consumo (44%), luego lo que es poco con un (30,67%), moderado con un (21,33%). Y, por último, aquellos que no consumen con un (4%).

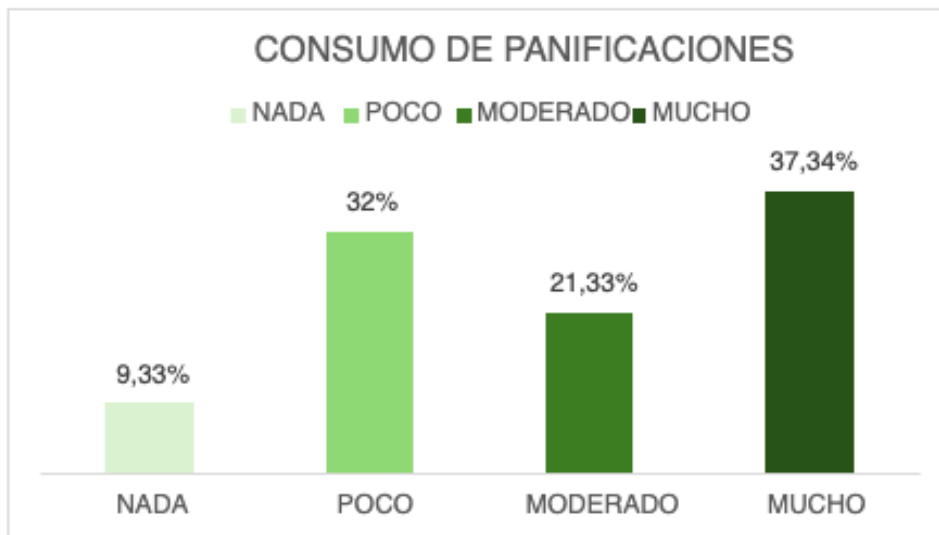
GRAFICO N° 16: **distribución de la población según el consumo de legumbres**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de legumbres se pudo observar que en su mayoría de los encuestados tienen poco consumo (66,67%), luego aquellos que no consumen (18,67%). Y, por último, en menor proporción o que es mucho (9,33%) y moderado (5,33%).

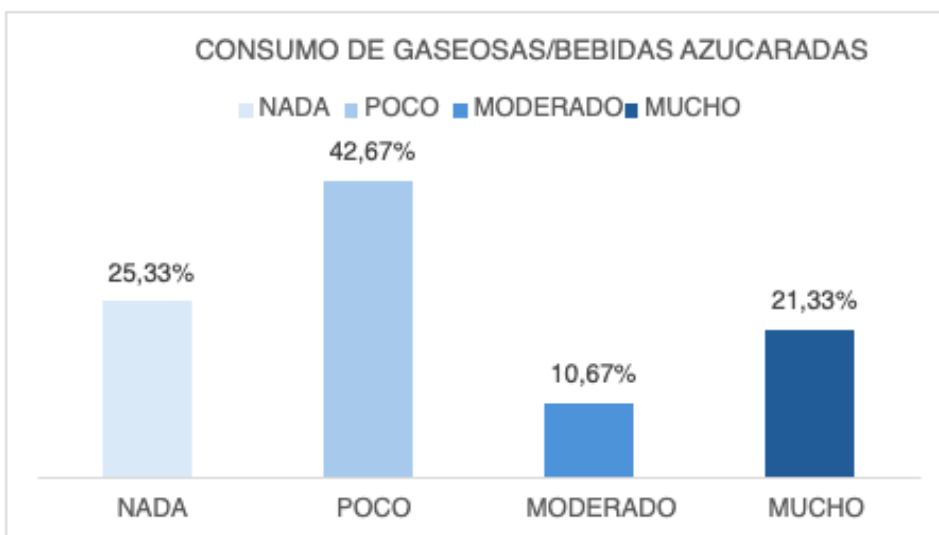
GRAFICO N° 17: **distribución de la población según el consumo de panificaciones**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de panificaciones se pudo observar que la mayoría de los encuestados tiene un alto consumo (37,34%), luego un poco consumo (32%) y moderado (21,33%). Por último, aquellos que no consumen (9,33%).

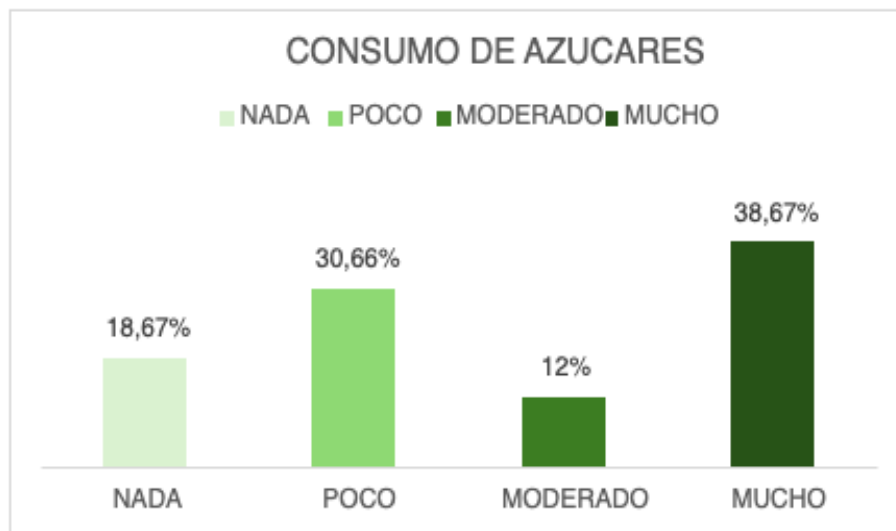
GRAFICO N° 18: **distribución de la población según el consumo de gaseosas/bebidas azucaradas**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de gaseosas y bebidas azucaradas, se pudo observar que la mayoría tiene un bajo consumo (42,67%), luego encontramos los que no consumen (25,33%) y los que tienen un alto consumo (21,33%). Y, por último, encontramos aquellos que tienen un consumo moderado (10,67%).

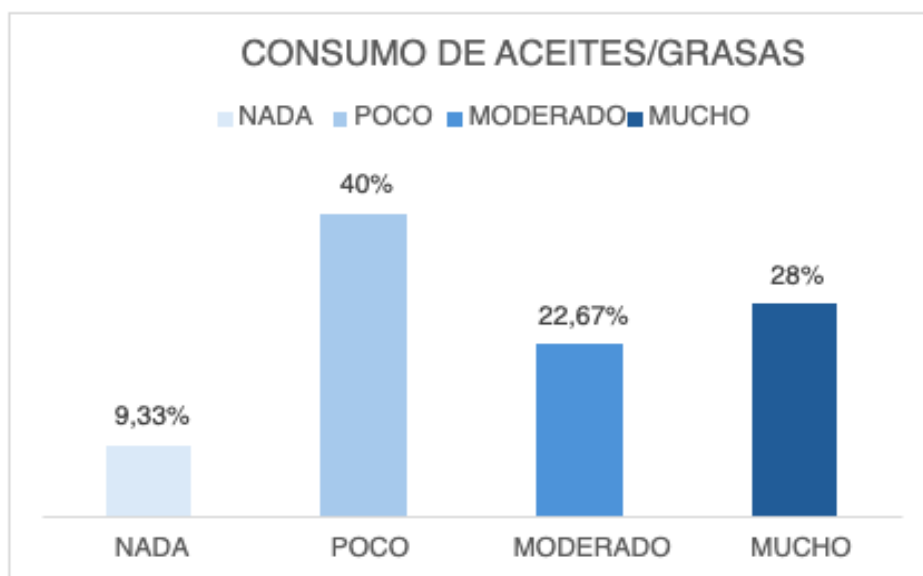
GRAFICO N° 19: **distribución de la población según el consumo de azucares**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de azucares, se pudo observar que el (38,67%) tiene un alto consumo y el (30,66%) tiene un bajo consumo. En menor proporción encontramos aquellos que no lo consumen (18,67%) y los que tienen consumo moderado (12%).

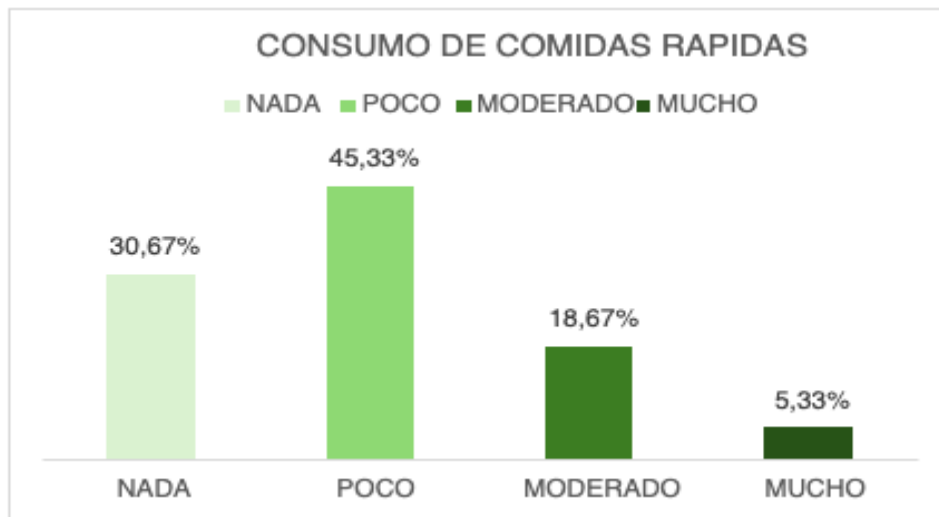
GRAFICO N° 20: **distribución de la población según el consumo de aceites/grasas**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de aceites y grasas, se pudo observar que su mayoría tiene un poco consumo (40%). Luego los que tienen un alto consumo (28%) y un consumo moderado (22,67%). Por último, aquellos que no consumen (9,33%).

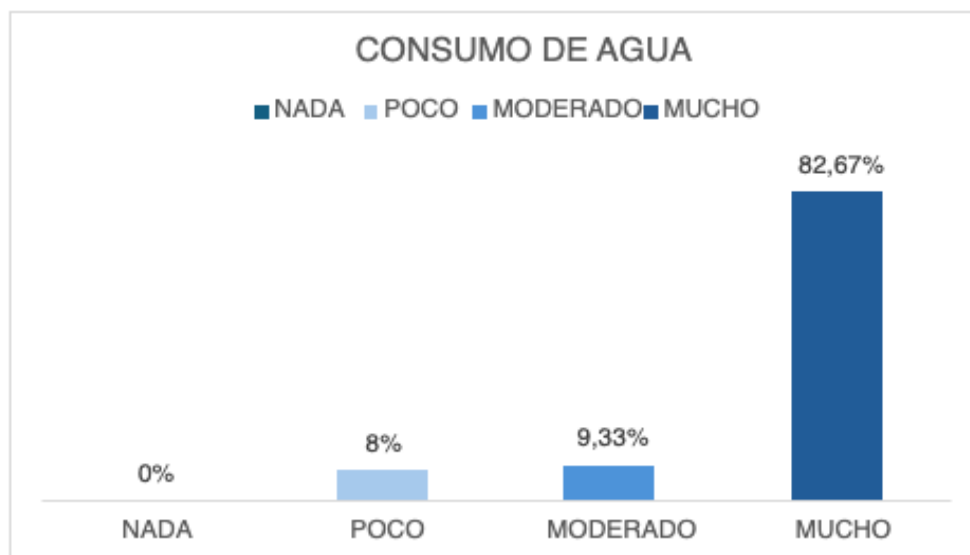
GRAFICO N° 21: **distribución de la población según el consumo de comidas rápidas**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de comidas rápidas se pudo observar que la mayoría de los encuestados tienen un poco consumo (45,33%) y que no consumen (30,67%). En menor proporción se encuentran aquellos con un consumo moderado (18,67%) y los que tienen un alto consumo (5,33%).

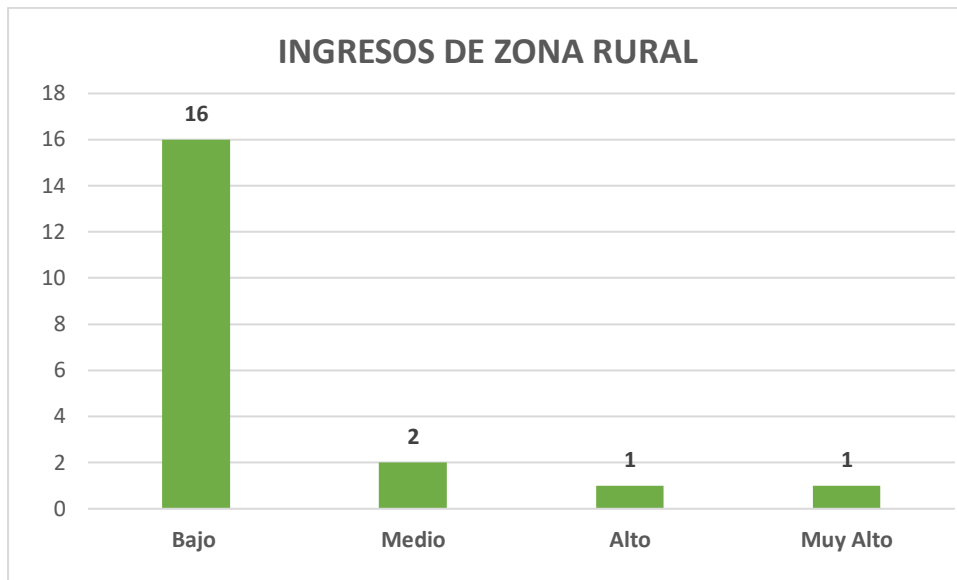
GRAFICO N° 22: **distribución de la población según el consumo de agua**



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

Con respecto al consumo de agua, se pudo observar que la gran mayoría de los encuestados tienen un alto consumo (todos los días) con un 82,67%, en menor proporción encontramos un consumo moderado (5 días) con un 9,33% y un poco consumo (3 días) con un 8%.

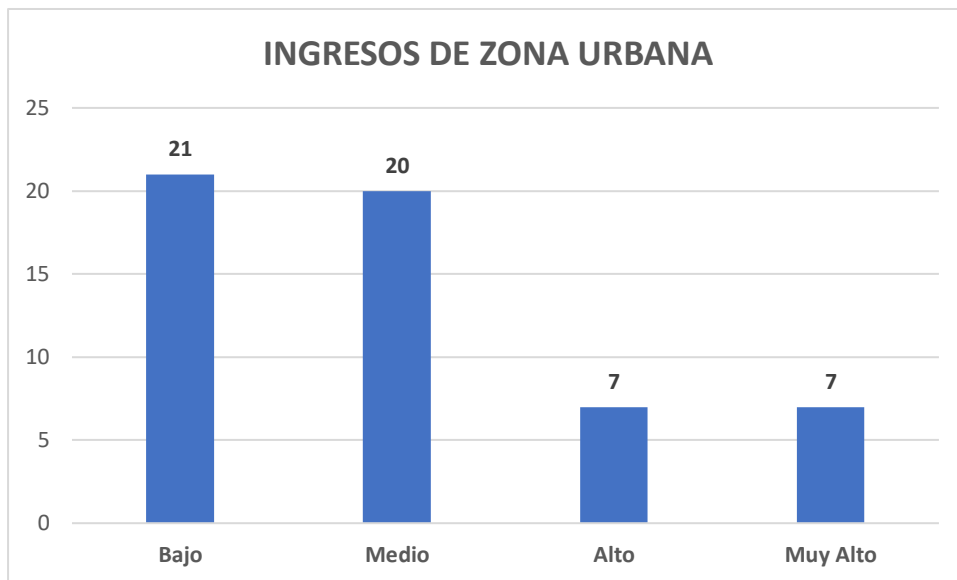
GRAFICO N° 23: distribución de la población según el ingreso en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente gráfico, podemos observar que, de 20 personas de zona rural, 16 de ellas tienen un ingreso bajo, 2 personas con ingreso medio, 1 con ingreso alto y 1 con ingreso muy alto.

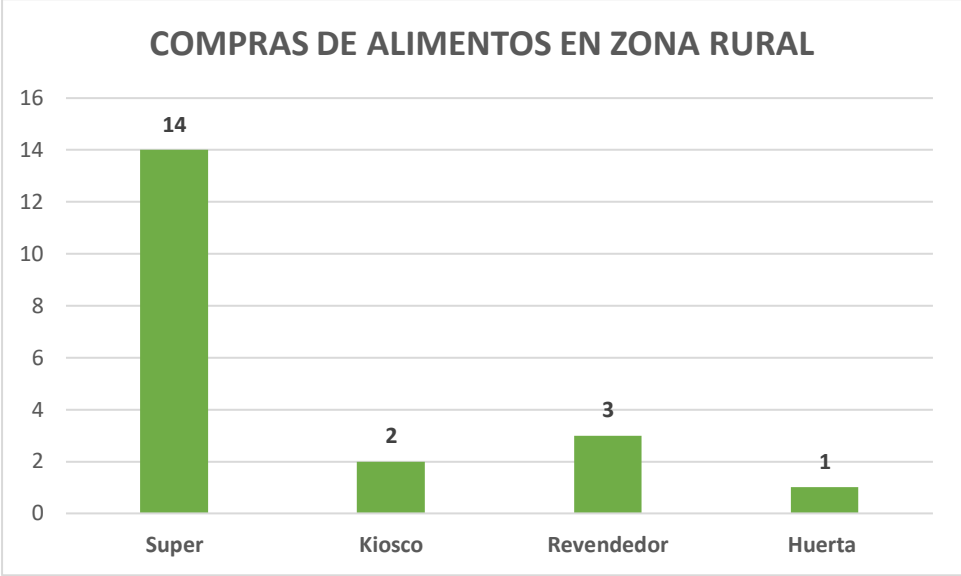
GRAFICO N° 24: distribución de la población según el ingreso en zona urbana



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente gráfico, podemos observar que, de 55 personas de zona urbana, 21 de ellas tienen un ingreso bajo, 20 personas con ingreso medio, 7 personas con ingreso alto y 7 personas con un ingreso muy alto.

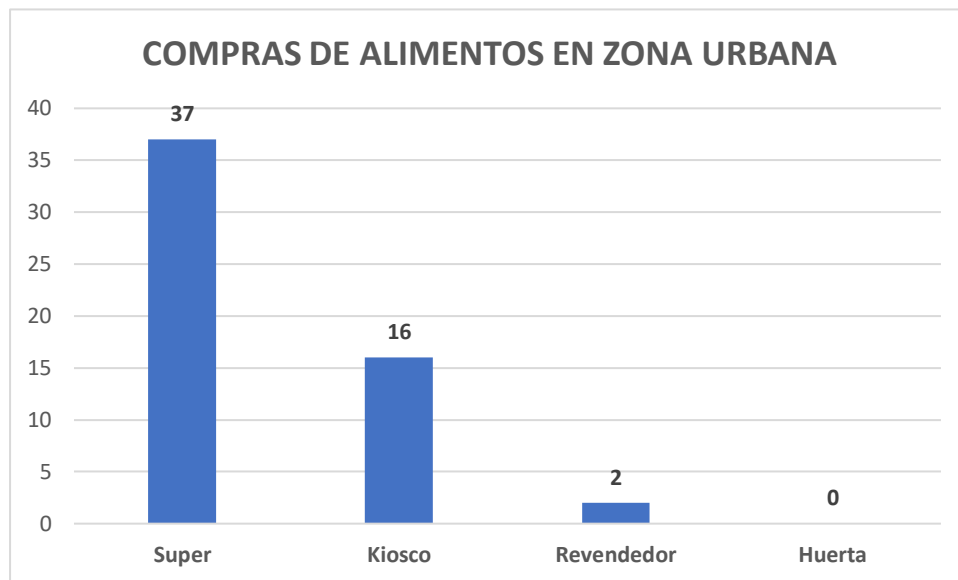
GRAFICO N° 25: distribución de la población según las compras de alimentos en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente gráfico podemos observar que, de 20 personas de zona rural, 14 de ellas compran en supermercados, 3 personas en revendedores, 2 personas en kioscos/almacén y 1 persona en huertas.

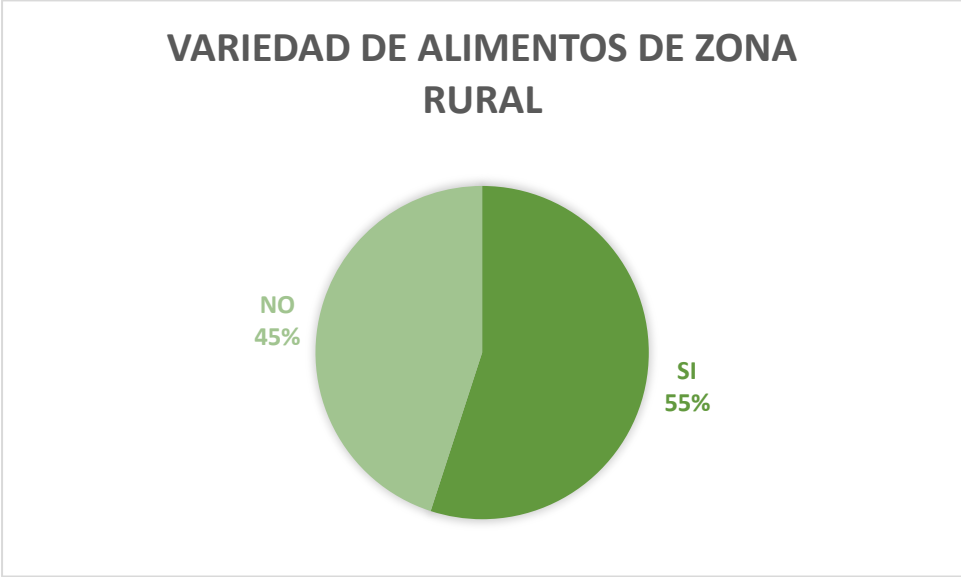
GRAFICO N° 26: distribución de la población según las compras de alimentos en zona urbana



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente gráfico podemos observar que, de 55 personas de zona urbana, 37 de ellas compran sus alimentos en supermercados, 16 personas en kioscos, 2 personas a través de revendedores y ninguna persona en huertas.

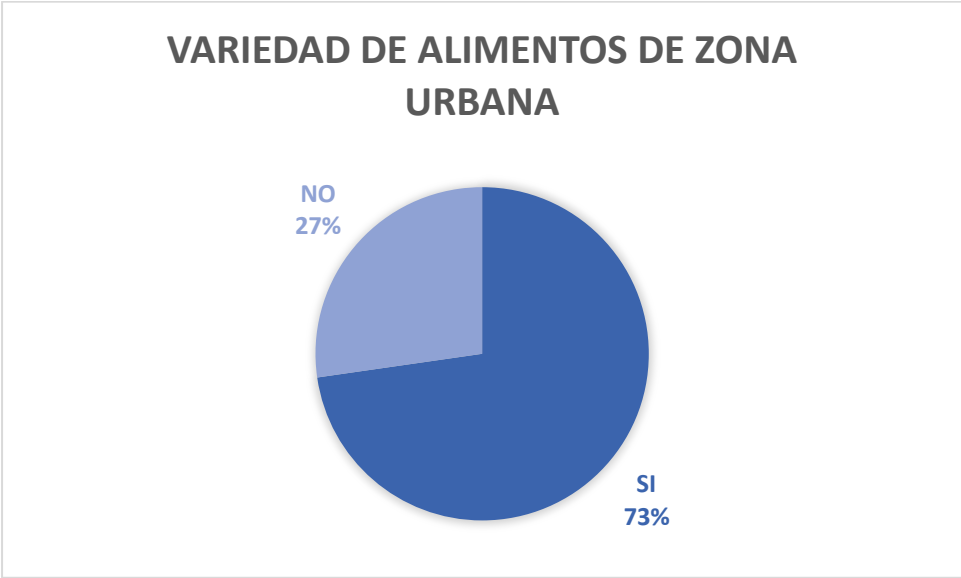
GRAFICO N° 27: distribución de la población según la variedad de alimentos en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que el 55% de las personas de zona rural tienen una variedad de alimentos, mientras que el 45% no la tiene.

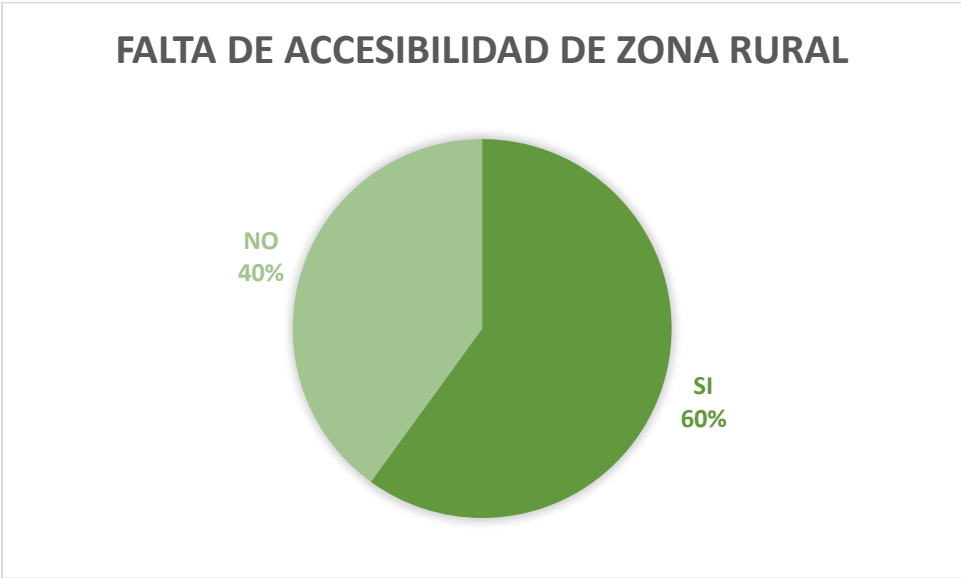
GRAFICO N° 28: distribución de la población según la variedad de alimentos en zona urbana



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que el 73% de las personas de zona rural tienen una variedad de alimentos, mientras que el 27% no la tiene.

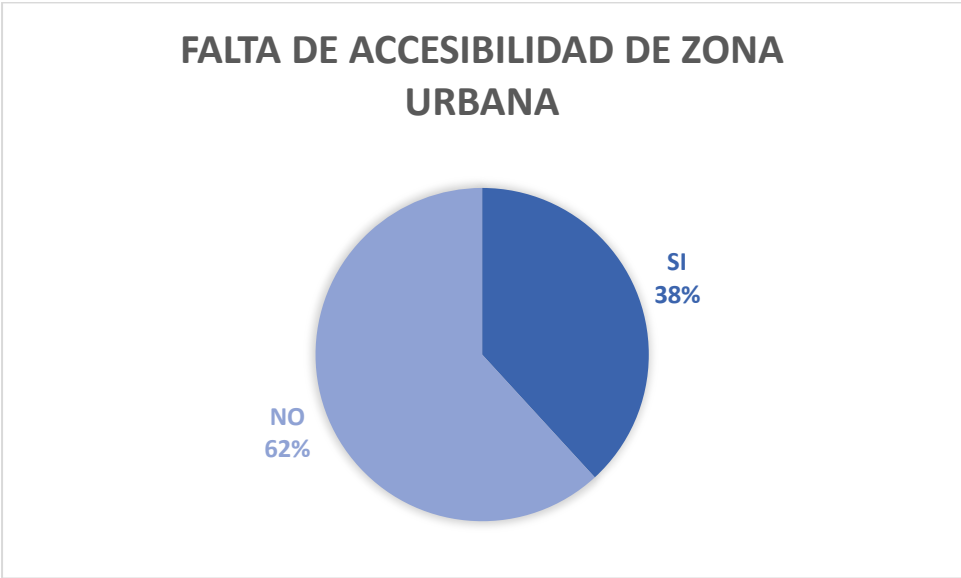
GRAFICO N° 29: distribución de la población según la falta de accesibilidad de alimentos en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que la mayoría de las personas de zona rural con un 60 % si se quedan sin alimentos por falta de oferta y un 40% de ellos no les sucede.

GRAFICO N° 29: distribución de la población según la falta de accesibilidad de alimentos en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que la mayoría de las personas de zona urbana con un 62% no se han quedado sin alimentos por falta de oferta, mientras que el 38% de los encuestados si le sucede.

GRAFICO N° 30: distribución de la población según la ausencia de alimentos por falta de ingresos en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que el 65% de las personas de zona rural si tienen ausencia de alimentos por falta de ingresos y un 35% de ellas no le sucede.

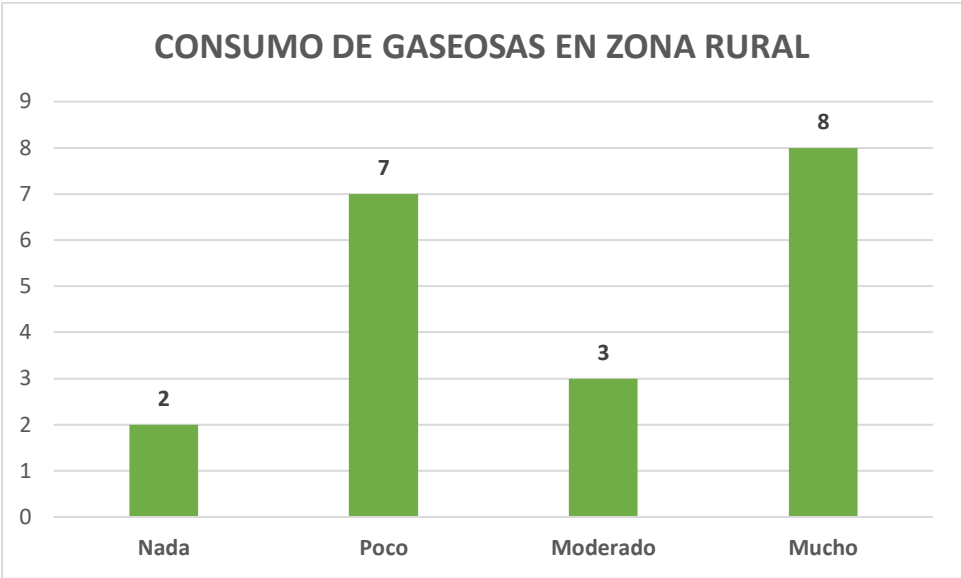
GRAFICO N° 31: distribución de la población según la ausencia de alimentos por falta de ingresos en zona urbana



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que el 76% de las personas de zona urbana si tienen ausencia de alimentos por falta de ingresos y el 24% de ellos no lo tienen.

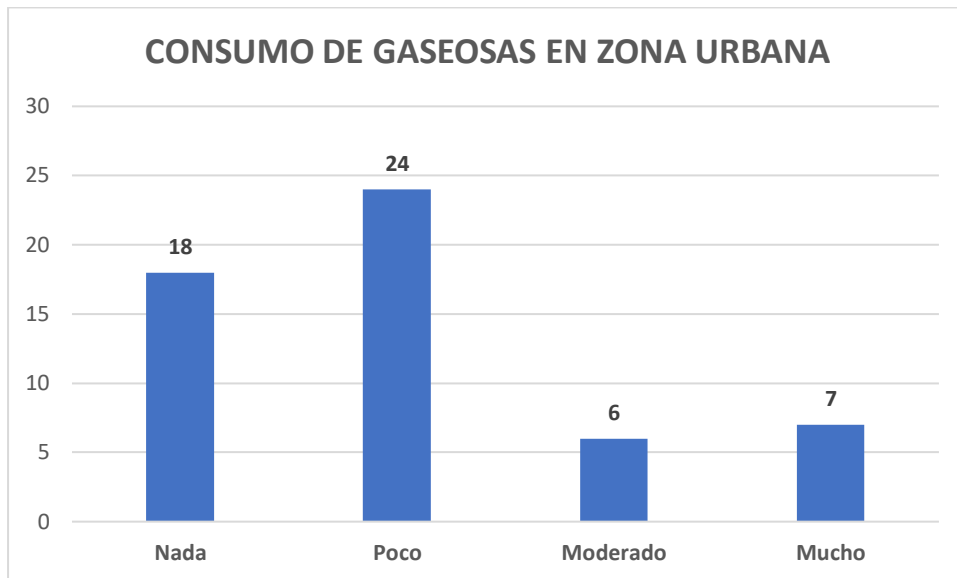
GRAFICO N° 32: distribución de la población según el consumo de gaseosas y bebidas azucaradas en zona rural



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que 8 personas de zona rural tienen un alto consumo de gaseos y bebidas azucaradas, 7 de ellas tienen poco consumo, 2 de ellas tienen un consumo moderado y por último 2 personas no consumen.

GRAFICO N° 33: distribución de la población según el consumo de gaseosas y bebidas azucaradas en zona urbana



Fuente de elaboración propia a partir de los datos recopilados durante los meses agosto-septiembre del año 2024.

En el siguiente grafico se puede observar que las personas de zona urbana la mayoría de ellas tienen un poco consumo (24) y no consumen (18), y en su minoría tienen un alto consumo (7) y por último un consumo moderado (6).



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

DISCUSIÓN

DISCUSIÓN

De acuerdo con la revisión de la bibliografía, se encontró pocos estudios que abordaran la alimentación en la población de zonas rurales. Por lo tanto, se comparó los resultados obtenidos en esta investigación con un trabajo realizado en Argentina, basado en la Encuesta Nacional de Gasto de los Hogares (ENGHo) publicado en el año 2019.

En nuestro trabajo el objetivo fue comparar la influencia del acceso a los alimentos en el consumo alimentario entre zonas rurales y urbanas de La Rioja durante el año 2024.

El 27% de la población encuestada en nuestro estudio reside en zonas rurales, mientras que, en el otro trabajo, los hogares rurales representaron el 7% de la muestra.

En cuanto al consumo de lácteos y derivados, se observó un bajo consumo en toda la población, sin diferencias significativas entre los hogares rurales y urbanos. Sin embargo, al compararlo con el otro trabajo, se evidenció que los hogares urbanos consumen una mayor cantidad de lácteos y derivados que los rurales.

Respecto al consumo de carnes y huevos, se encontró un alto consumo, sin diferencias entre hogares rurales y urbanos. En cambio, en el estudio de ENGHo demostró que los hogares rurales consumen más carnes y huevos que los urbanos.

En relación al consumo de frutas, la mitad de la población presentó un bajo consumo y la otra mitad un consumo adecuado, sin diferencias entre zonas rurales y urbanas. No obstante, el otro trabajo reportó un mayor consumo de frutas en los hogares urbanos.

Con respecto a las verduras, los resultados fueron similares a los de las frutas: la mitad de la población presentó un bajo consumo, y la otra mitad un consumo adecuado, sin diferencias significativas. En contraste, el otro estudio encontró un mayor consumo de verduras en los hogares rurales.

En cuanto al consumo de cereales y tubérculos, se observó una amplia variedad de consumo, con un predominio de un consumo elevado, siendo mayor en los hogares rurales. En el estudio comparativo, se reportó que el consumo de cereales es 2,5 veces mayor en las zonas rurales que en las urbanas.

En lo referente a las legumbres, se observó en ambos estudios que el consumo es muy bajo en la población general, pero mayor en los hogares rurales en comparación con los urbanos.

El consumo de productos de panificación mostró un alto consumo generalizado, con una mayor ingesta en los hogares rurales que en los urbanos. Sin embargo, en el estudio opuesto, se observó un mayor consumo de panificados en los hogares urbanos.

En cuanto a las bebidas gaseosas y azucaradas, se reportó un consumo elevado, particularmente en los hogares rurales. El estudio comparativo mostró un mayor consumo de estas bebidas en los hogares urbanos.

El consumo de azúcares también fue elevado, con un mayor consumo en los hogares rurales que en los urbanos. En el trabajo comparativo, se confirmó esta tendencia de mayor ingesta de azúcares en las zonas rurales.

Con respecto al consumo de aceites y grasas, se observó un consumo variado en las dos investigaciones, pero con una clara tendencia hacia un mayor consumo en los hogares rurales.

En cuanto al consumo de comida rápida, casi la mitad de la población reportó un consumo bajo, pero los hogares urbanos presentaron un consumo mayor que los rurales. El estudio comparativo también reflejó un mayor consumo de comida rápida en las zonas urbanas.

Finalmente, en cuanto al consumo de agua, se observó un consumo óptimo en ambas poblaciones, rurales y urbanas. Cabe destacar que el consumo de agua no fue un parámetro medido en el trabajo comparativo.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

CONCLUSIÓN

CONCLUSION

El presente trabajo de investigación compara el acceso a alimentos y su influencia en los hábitos de consumo alimentario en zonas rurales y urbanas de La Rioja durante 2024. De acuerdo con los resultados obtenidos, se observan diferencias significativas entre ambas zonas, tanto en los lugares de compra como en la variedad de productos disponibles.

Totalidad de la muestra En relación con el acceso a alimentos, el 68% de los encuestados manifiesta tener una amplia selección de alimentos, mientras que el 32% reporta limitaciones en la variedad. En las zonas urbanas, el acceso a supermercados es mayor, lo que facilita una oferta más amplia y diversificada, en contraste con las zonas rurales, donde predomina el acceso a tiendas locales y pequeños comercios. Esto se refleja en la preferencia de las zonas urbanas por realizar compras en supermercados (68%), mientras que en las zonas rurales el porcentaje es menor.

Respecto al consumo alimentario, se identifican ciertos patrones en ambas áreas. El consumo de productos frescos como frutas y verduras es bajo en ambas zonas, con un 49,34% de los encuestados reportando un consumo reducido, lo que podría estar relacionado con la disponibilidad y el precio de estos productos. Sin embargo, se observa una tendencia hacia un mayor consumo de cereales y tubérculos en las zonas rurales, con un 44% de los encuestados reportando un consumo elevado. Del mismo modo, el consumo de legumbres es bajo en general, pero más alto en los hogares rurales en comparación con los urbanos.

Por otro parte, el consumo de alimentos procesados, como productos de panificación y comidas rápidas, también es significativo. Un 37,34% de los encuestados tiene un consumo alto de producto de panificación, siendo mayor en las zonas rurales, mientras que el consumo de comidas rápidas es más habitual en las zonas urbanas (18,67% consumo moderado). Esto refleja un estilo de vida más acelerado y con mayores opciones comerciales en las ciudades.

El consumo de lácteos y derivados se mantuvo bajo en general, sin diferencias significativas entre los hogares rurales y urbanos. Por otro lado, el consumo de carnes y huevos fue alto en ambas zonas, con un 40% reportando consumo moderado y un 38,67% reportando un consumo elevado. No se identificaron diferencias sustanciales entre las zonas rurales y urbanas en este aspecto.

En cuanto al consumo de bebidas azucaradas, donde la totalidad de la muestra reportó un bajo consumo (42,67%) y se observó un consumo elevado, especialmente en los hogares rurales. En lo que respecta al consumo de azúcares, los hogares rurales reportaron un consumo más elevado en comparación con los hogares urbanos (del muestreo total el 38,67% de alto consumo en zonas rurales). El consumo de aceites y grasas también presentó una mayor tendencia en los hogares rurales. El consumo de agua fue óptimo en ambas zonas, con el 82,67% de los encuestados reportando un alto consumo.

A pesar de ello, se observa que el consumo alimentario en ambas zonas no es el ideal, siendo muy bajo el consumo de lácteos, frutas y verduras tanto en áreas rurales como urbanas. Además, el consumo de legumbres es prácticamente nulo en zonas urbanas, en contraste con el mayor consumo de legumbres en los hogares rurales.

En conclusión, en este trabajo, donde se compara el consumo alimentario y la seguridad alimentaria entre zonas rurales y urbanas, permitió aseverar que la seguridad alimentaria en zonas rurales, afecta el consumo alimentario confirmando la hipótesis nula. De esta manera, la muestra rural posee un menor acceso físico y económico a los alimentos, viéndose afectado el consumo por quedarse sin accesibilidad a alimentos antes de fin de mes.

Mientras que en zonas urbanas la seguridad alimentaria está relacionada con el consumo alimentario debido a una mayor accesibilidad por razones físicas y económicas.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFIA

1. Ministerio de Salud de la Nación. (2019). Segunda Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Buenos Aires, Argentina.
2. Ministerio de asuntos exteriores y de cooperación. (2011). Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos. 3ra Edición. Proyecto Food Facility Honduras. LINK: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/f1bb882a-b059-4368-9022-c70840d77ce5/content>
3. Perche Salas Y, Eikmeiro Salvador J. ¿Qué come la gente en el campo? Valoración del patrón de consumo y nivel de seguridad alimentaria en comunidades periurbanas y rurales de Anzoátegui, Venezuela. Rev Diaeta [Online]. 2022; 39 (175).
4. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), manual de uso y aplicaciones. 2012. Italia: FAO
5. Ruiz MA. Agudelo C. Oliveira JS. De Souza N. Lira PIC. Asociación entre patrones alimentarios y factores sociodemográficos en la población adulta de Antioquia, Colombia. Rev chilena de nutrición. 2022; 50 (2).
6. Bispo S. Davisson MI. Proietti FA. Coelho C. Texeira W. Estado nutricional de los adolescentes urbanos: factores a nivel individual, familiar y de vecindad, Estudio Salud en Beagá. Rev Cad. Saúde Pública. 2015; 31 (1).
7. FAO, OPS, WFP y UNICEF. 2019. Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe 2019. Santiago. 136.
8. Juan Ignacio Bonfiglio, Julieta Vera; Agustín Salvia. Pobreza monetaria y vulnerabilidad de derechos. Inequidades de las condiciones materiales de vida en los hogares de la Argentina urbana (2010-2018) - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa, 2019.
9. Aguirre P. La seguridad alimentaria. 2005. Link: <https://www.assal.gov.ar/bitacoradelaalimentacion/bibliografia/Seguridad%20Alimentaria%20Patricia%20Aguirre.pdf>
10. Zapata ME. Rovirosa A. Carmuega E. Urbano y rural: diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia. Rev. Salud Colect. 2019; 15 (09). Link: <https://www.scielosp.org/article/scol/2019.v15/e2201>
11. Castagnani E. Ruggirello ME. Urrutia ML. Analisis nutricional de los alimentos del programa de Precios Cuidados (Edición 2020) de argentina, en el contexto de emergencia económica, alimentaria y epidemiológica. Repositorio Barcelo. 2019.
12. GAPA. Gobierno de la Nacion. 2020 Link: <https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/bancos/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina.pdf>
13. E. Valero Blanco¹, A. Ortega de la Torre¹, P. Bolaños-Ríos, I. Ruiz- Prieto, A. Velasco, I. Jáuregui-Lobera. Urbano o rural: ¿dónde se come mejor y de forma más saludable? Nutr Hosp. 2015; 32(5): 2286-2293.
14. Instituto Nacional de Estadística y Censos - I.N.D.E.C. Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018 : resultados preliminares / 1a ed . - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Instituto Nacional de Estadística y Censos - INDEC, 2019.

15. FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2023. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Roma, FAO.



FUNDACIÓN H. A.
BARCELÓ
FACULTAD DE MEDICINA

ANEXO



ANEXOS:

- Anexo 1:

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

Los alumnos Jatuff Nicolas; DNI39700721 y Aredes Florencia; DNI 41520017 estudiantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la Facultad De Medicina: Fundación H.A Barceló los invitamos a participar de una encuesta de forma anónima para recolectar datos para el trabajo final de investigación cuyo título es "Estudio comparativo de la seguridad alimentaria sobre el consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas de la Rioja"

Esta investigación tiene como finalidad conocer la influencia de la seguridad alimentaria (acceso a alimentos) sobre el consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas.

La información obtenida será utilizada únicamente con objetivos académicos. La firma de su consentimiento, asegura los fines éticos que se utilizaron para la misma. Así como su confidencialidad.

Si usted acepta participar por favor complete los datos a continuación y firme abajo:

Con la firma del presente documento, yo

DNI doy constancia de que he sido informado del propósito de la presente encuesta y estudio; en el que voluntariamente he decidido participar y en la que garantizo que todas las respuestas son verdaderas. Me han sido explicados los ítems a encuestar y tengo total claridad de los mismos.

FIRMA:

ACLARACION:

- Anexo 2:

ENCUESTA DE TESINA DE GRADO

ESTUDIO DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y EL CONSUMO ALIMENTARIO EN PERSONAS DE ZONAS URBANAS Y RURALES DE LA PROVINCIA DE LA RIOJA

Los alumnos Jatuff Nicolas; DNI39700721 y Aredes Florencia; DNI 41520017 estudiantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la Facultad De Medicina: Fundación H.A Barceló los invitamos a participar de una encuesta de forma anónima para recolectar datos para el trabajo final de investigación cuyo título es “Estudio comparativo de la seguridad alimentaria sobre el consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas de la Rioja”

Esta investigación tiene como finalidad conocer la influencia de la seguridad alimentaria (acceso a alimentos) sobre el consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas.

La información obtenida será utilizada únicamente con objetivos académicos. La firma de su consentimiento, asegura los fines éticos que se utilizaron para la misma. Así como su confidencialidad.

SI

NO

Zona de residencia:

URBANA

RURAL

Sexo:

Femenino

Masculino

Edad:

20 a 40 AÑOS

40 a 60 AÑOS

MAS DE 60 AÑOS

¿Presenta alguna patología?:

Si

No

¿Cual? (responder solamente si posee alguna patología) -----

VARIABLE ESTADO NUTRICIONAL

FRECUENCIA DE CONSUMO

ALIMENTO	Todos los días	3 veces por semana	2 veces por semana	1 vez a la semana	No consume
Lácteos y derivados					
Carnes y huevos					
Frutas					
Verduras					
Cereales y tubérculos					
Legumbres					
Panificaciones					
Gaseosas y bebidas azucaradas					
Azucares					
Aceites y grasas					
Comida rápida					
Agua					

¿QUÉ TIPO DE COCCIÓN UTILIZA FRECUENTEMENTE?

Horno	
Parrilla	
Hervido	
Plancha	
Fritura	
Vapor	
Otros	

INGRESO ECONOMICO TOTAL:

- Menos de 300 mil
- De 300 mil a 500 mil
- De 500 mil a 700 mil
- De 700 mil a 900 mil
- Mas de 900 mil

¿EN DONDE CONSIGUE SUS ALIMENTOS?

- Kiosco / almacén
- Supermercado
- Huerta / granja
- Otro:

¿EN ESTOS LUGARES ENCUENTRA UNA AMPLIA VARIEDAD DE ALIMENTOS?

- SI
- NO

CON RESPECTO A LO QUE SON FRUTAS Y VERUDRAS, ¿POR CUAL MEDIO LAS ADQUIERE?

- Verdulería
- Kiosco / almacén
- Supermercado
- Huerta
- Otro:

CON RESPECTO A LO QUE SON CARNE, LACTEOS Y HUEVOS, ¿POR CUAL MEDIO LAS ADQUIERE?

- Granja
- Kiosco / almacén
- Supermercado
- Carnicería
- Otro:

DURANTE EL AÑO, HAY MOMENTOS EN EL QUE SE QUEDA SIN ALIMENTOS POR FALTA DE OFERTA

SI

NO

ESTE AÑO ¿SE HA QUEDADO SIN ALIMENTOS POR FALTA DE INGRESOS?

SI

NO

- Anexo 3:

DICCIONARIO DE VARIABLES

ZONA	
URBANO	1
RURAL	2

EDAD	
20 A 40	1
40 a 60	2
mas de 60	3

SEXO	
FEMENINO	1
MASCUINO	2

INGRESOS	
MENOS DE 300	1
DE 300MIL A 500MIL	2
DE 500MIL A 700MIL	3
DE 700MIL A 900MIL	4
MAS DE 900MIL	5

DONDE CONSIGUE ALIMENTOS	
Kiosco/almacen	1
supermercado	2
huerta/granja	4
Otro:	

Variedad de alimentos en el lugar	
si	1
no	2

DONDE CONSIGUE LAS FRUTAS Y VERDURAS	
verduleria	1
kiosco/almacen	2
supermercado	3
huerta	4
otro:	5

DONDE CONSIGUE CARNES, HUEVOS, LACATEOS	
granja	1
Kiosco/almacen	2
Supermercado	3
Carniceria	4
Otro:	5

DURANTE EL AÑO SE QUEDO SIN OFERTA?	
si	1
no	2

DURANTE EL AÑO SE QUEDO SIN DINERO	
si	1
no	2

	ZONA		EDAD			SEXO		INGRESO			
	URBANA	RURAL	20-40	40-60	MAS DE 60	FEM	MASC	BAJO	MEDIO	ALTO	MUY ALTO
E1	1		1			1					1
E2	1		1			1		1			
E3	1		1			1		1			
E4	1		1			1		1			
E5	1		1				1			1	
E6	1		1			1			1		
E7	1		1			1			1		
E8	1		1			1			1		
E9	1		1			1				1	
E10		1	1			1		1			
E11		1	1				1		1		
E12		1	1				1	1			
E13		1	1				1				1
E14		1	1				1	1			
E15	1		1			1			1		
E16	1		1			1					1
E17	1		1			1		1			
E18	1		1			1					1
E19	1		1				1	1			
E20	1		1			1		1			
E21	1		1			1		1			
E22	1		1			1					1
E23	1		1			1			1		
E24	1		1			1			1		
E25	1		1			1		1			
E26	1		1				1		1		
E27	1		1				1		1		
E28	1		1			1		1			
E29	1		1			1		1			
E30	1		1				1	1			
E31	1		1			1					1
E32	1		1				1	1			
E33	1		1			1		1			
E34	1		1			1		1			
E35	1		1			1			1		
E36	1		1			1		1			
E37	1		1			1			1		

E38	1		1			1				1	
E39	1		1			1				1	
E40	1		1			1				1	
E41	1		1			1			1		
E42	1		1			1			1		
E43	1		1			1		1			
E44	1		1			1			1		
E45	1		1			1		1			
E46	1		1				1	1			
E47	1		1			1		1			
E48	1		1			1				1	
E49	1		1			1			1		
E50	1				1	1		1			
E51	1		1			1			1		
E52	1		1			1		1			
E53	1		1			1					1
E54	1		1			1			1		
E55	1			1		1			1		
E56	1		1			1			1		
E57		1	1				1	1			
E58		1		1		1		1			
E59		1			1		1	1			
E60		1		1			1			1	
E61		1		1		1		1			
E62		1			1		1	1			
E63		1		1		1		1			
E64		1		1			1	1			
E65		1			1	1		1			
E66	1		1			1			1		
E67	1		1			1			1		
E68	1				1		1				1
E69	1		1			1				1	
E70		1		1		1			1		
E71		1		1			1	1			
E72		1		1		1		1			
E73		1	1				1	1			
E74		1	1				1	1			
E75		1		1			1	1			

	DONDE CONSIGUEN LOS ALIMENOS				VARIEDAD DE ALIMENTOS	
	kiosco/almacen	supermercado	huerta/granja	revendedores	si	no
E1		1			1	
E2		1				1
E3		1			1	
E4		1			1	
E5		1			1	
E6		1			1	
E7		1			1	
E8	1					1
E9	1					1
E10		1			1	
E11		1			1	
E12		1			1	
E13		1			1	
E14		1			1	
E15		1				1
E16		1				1
E17		1			1	
E18	1					1
E19		1			1	
E20		1			1	
E21		1			1	
E22		1				1
E23		1			1	
E24		1			1	
E25	1				1	
E26		1			1	
E27		1			1	
E28		1			1	
E29		1				1
E30		1			1	
E31		1			1	
E32		1			1	
E33		1				1
E34		1			1	
E35	1					1
E36	1					1
E37		1			1	

E38		1			1	
E39		1			1	
E40				1	1	
E41		1			1	
E42		1			1	
E43	1				1	
E44		1			1	
E45		1			1	
E46				1	1	
E47	1				1	
E48		1				1
E49		1			1	
E50		1			1	
E51		1			1	
E52	1					1
E53	1				1	
E54		1			1	
E55	1					1
E56	1				1	
E57		1				1
E58				1	1	
E59				1		1
E60				1		1
E61		1			1	
E62		1			1	
E63		1			1	
E64		1			1	
E65		1				1
E66	1					1
E67	1				1	
E68	1				1	
E69	1				1	
E70		1			1	
E71	1					1
E72	1					1
E73		1				1
E74		1				1
E75				1		1

	DONDE CONSIGUE FRUTAS Y VERDURAS				
	verduleria	kiosco/almacen	supermercado	Huerta	revendedores
E1	1				
E2	1				
E3	1				
E4			1		
E5	1				
E6	1				
E7	1				
E8	1				
E9	1				
E10			1		
E11	1				
E12	1				
E13	1				
E14	1				
E15	1				
E16	1				
E17	1				
E18	1				
E19	1				
E20					1
E21		1			
E22	1				
E23	1				
E24	1				
E25	1				
E26	1				
E27	1				
E28				1	
E29	1				
E30		1			
E31	1				
E32			1		
E33	1				
E34	1				
E35	1				
E36	1				
E37	1				

E38	1				
E39	1				
E40				1	
E41	1				
E42	1				
E43				1	
E44	1				
E45	1				
E46	1				
E47		1			
E48	1				
E49	1				
E50	1				
E51	1				
E52	1				
E53			1		
E54			1		
E55	1				
E56	1				
E57	1				
E58					1
E59	1				
E60					1
E61	1				
E62			1		
E63				1	
E64					1
E65	1				
E66	1				
E67	1				
E68	1				
E69	1				
E70	1				
E71				1	
E72				1	
E73	1				
E74			1		
E75			1		

	DONDE CONSIGUE CARNES Y HUEVOS				
	granja	kiosco/almacen	supermercado	carniceria	revendedores
E1			1		
E2			1		
E3			1		
E4			1		
E5				1	
E6				1	
E7		1			
E8		1			
E9				1	
E10			1		
E11				1	
E12				1	
E13			1		
E14	1				
E15			1		
E16			1		
E17				1	
E18				1	
E19			1		
E20			1		
E21			1		
E22				1	
E23			1		
E24			1		
E25			1		
E26		1			
E27				1	
E28			1		
E29		1			
E30				1	
E31		1			
E32			1		
E33				1	
E34				1	
E35		1			
E36			1		
E37				1	
E38			1		

E39			1		
E40				1	
E41				1	
E42			1		
E43				1	
E44				1	
E45			1		
E46			1		
E47				1	
E48			1		
E49				1	
E50			1		
E51			1		
E52		1			
E53				1	
E54			1		
E55		1			
E56				1	
E57				1	
E58					1
E59					1
E60	1				
E61					1
E62			1		
E63	1				
E64					1
E65	1				
E66				1	
E67				1	
E68				1	
E69				1	
E70			1		
E71	1				
E72				1	
E73				1	
E74			1		
E75				1	

	FALTA DE ACCESIBILIDAD A ALIMENTOS		FALTA DE INGRESOS	
	si	no	si	no
E1		1		1
E2	1		1	
E3		1		1
E4	1		1	
E5		1		1
E6		1	1	
E7		1		1
E8		1		1
E9		1		1
E10		1		1
E11		1		1
E12		1		1
E13		1		1
E14	1			1
E15	1			1
E16		1		1
E17	1		1	
E18	1			1
E19		1		1
E20		1		1
E21		1		1
E22		1		1
E23	1			1
E24	1			1
E25		1		1
E26		1		1
E27		1		1
E28		1	1	
E29	1			1
E30	1			1
E31		1		1
E32	1			1
E33	1			1
E34		1		1
E35		1		1
E36	1		1	
E37	1		1	
E38		1		1

E39		1		1
E40	1		1	
E41		1		1
E42	1		1	
E43	1		1	
E44	1			1
E45	1			1
E46		1		1
E47		1	1	
E48		1		1
E49		1		1
E50		1		1
E51		1		1
E52		1	1	
E53		1		1
E54	1			1
E55		1		1
E56		1		1
E57		1		1
E58		1		1
E59	1		1	
E60	1			1
E61		1		1
E62		1		1
E63		1	1	
E64	1		1	
E65	1		1	
E66	1			1
E67	1			1
E68		1		1
E69		1	1	
E70		1		1
E71	1		1	
E72		1		1
E73	1		1	
E74		1		1
E75	1		1	

	CONSUME LACTEOS Y DERV				CONSUME CARNES Y HUEVOS				CONSUME FRUTAS			
	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho
E1		1					1				1	
E2		1					1			1		
E3			1					1		1		
E4			1				1					1
E5				1			1				1	
E6			1				1			1		
E7			1					1				1
E8				1				1			1	
E9			1				1			1		
E10		1					1				1	
E11			1				1				1	
E12		1						1		1		
E13		1				1				1		
E14			1					1		1		
E15		1					1					1
E16		1					1				1	
E17			1				1					1
E18		1						1		1		
E19				1				1		1		
E20			1					1				1
E21			1				1				1	
E22				1				1		1		
E23			1			1				1		
E24		1			1						1	
E25				1			1			1		
E26		1					1			1		
E27		1					1			1		
E28				1				1			1	
E29		1					1			1		
E30		1						1				1
E31				1				1				1
E32		1					1			1		
E33			1					1		1		
E34			1					1			1	
E35		1						1		1		
E36			1				1				1	
E37			1				1				1	
E38				1				1		1		

E39		1			1				1		
E40				1				1			1
E41		1			1				1		
E42			1				1				1
E43			1				1			1	
E44			1		1						1
E45		1						1	1		
E46			1				1		1		
E47		1			1				1		
E48		1						1		1	
E49		1					1		1		
E50			1					1	1		
E51		1			1					1	
E52		1			1				1		
E53		1						1			1
E54				1				1			1
E55		1			1				1		
E56			1		1						1
E57		1						1		1	
E58		1						1			1
E59		1						1	1		
E60		1						1	1		
E61				1				1		1	
E62			1					1	1		
E63		1					1		1		
E64				1				1		1	
E65				1			1				1
E66			1				1		1		
E67		1					1		1		
E68		1			1				1		
E69				1			1		1		
E70			1				1				1
E71		1			1				1		
E72			1				1		1		
E73				1	1				1		
E74		1			1				1		
E75		1			1				1		

	CONSUME VERDURAS				CONSUME CEREALES Y TUBERCULOS				CONSUME LEGUMBRES			
	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho
E1			1			1				1		
E2			1		1				1			
E3				1		1				1		
E4				1			1			1		
E5		1					1		1			
E6		1				1				1		
E7				1		1				1		
E8			1				1			1		
E9				1		1				1		
E10		1				1				1		
E11			1					1		1		
E12				1		1					1	
E13		1				1				1		
E14				1		1						1
E15				1				1		1		
E16			1					1		1		
E17				1				1		1		
E18			1					1		1		
E19				1			1			1		
E20				1		1				1		
E21				1			1			1		
E22				1				1		1		
E23	1					1				1		
E24		1			1				1			
E25		1				1				1		
E26		1					1			1		
E27	1				1							1
E28				1				1		1		
E29				1	1				1			
E30		1				1			1			
E31				1			1			1		
E32			1		1							1
E33				1	1					1		
E34				1			1			1		
E35			1			1			1			
E36				1				1			1	
E37			1			1				1		

E38			1				1		1		
E39		1				1			1		
E40				1			1		1		
E41		1				1			1		
E42				1			1		1		
E43				1			1		1		
E44				1				1	1		
E45				1	1				1		
E46		1				1				1	
E47		1			1					1	
E48				1	1						1
E49		1			1				1		
E50				1			1			1	
E51				1			1			1	
E52		1			1					1	
E53				1				1		1	
E54				1				1		1	
E55		1			1				1		
E56				1		1				1	
E57	1					1			1		
E58		1						1	1		
E59		1					1				1
E60		1						1		1	
E61				1	1				1		
E62				1				1			1
E63				1				1		1	
E64				1		1				1	
E65				1				1			1
E66		1						1		1	
E67				1						1	
E68				1			1			1	
E69				1				1		1	
E70				1					1		
E71		1					1		1		
E72				1				1			1
E73		1						1		1	
E74		1						1			1
E75		1					1		1		

	CONSUME PANIFICACIONES				CONSUME GASEOSAS Y BEB AZUC				CONSUME AZUCARES			
	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho
E1			1				1				1	
E2			1		1				1			
E3				1				1		1		
E4				1		1						1
E5				1				1				1
E6		1			1							1
E7				1	1					1		
E8			1		1				1			
E9		1				1				1		
E10	1							1				1
E11		1			1				1			
E12		1				1					1	
E13		1				1				1		
E14			1				1					1
E15	1				1					1		
E16		1						1		1		
E17			1				1				1	
E18		1						1	1			
E19				1		1			1			
E20	1					1					1	
E21			1		1				1			
E22				1		1						1
E23		1				1				1		
E24		1				1				1		
E25			1			1						1
E26				1		1				1		
E27			1				1				1	
E28				1		1				1		
E29		1			1							1
E30		1			1					1		
E31			1			1				1		
E32			1					1				1
E33				1			1					1
E34		1			1				1			
E35			1			1				1		
E36			1		1				1			
E37		1				1			1			

E38		1			1			1			
E39		1			1				1		
E40		1			1			1			
E41		1			1				1		
E42		1			1				1		
E43				1	1					1	
E44			1		1				1		
E45				1	1						1
E46				1	1				1		
E47		1			1				1		
E48				1	1					1	
E49			1		1						1
E50				1			1				1
E51		1			1				1		
E52	1				1				1		
E53	1				1				1		
E54			1		1						1
E55				1	1						1
E56		1			1				1		
E57				1				1			1
E58				1				1			1
E59				1	1				1		
E60	1				1				1		
E61				1				1			1
E62				1				1			1
E63				1				1			1
E64				1				1			1
E65			1		1						1
E66				1				1			1
E67	1							1			1
E68				1	1						1
E69				1				1			1
E70				1	1						1
E71		1			1						1
E72		1						1	1		
E73				1	1						1
E74				1			1			1	
E75		1						1			1

	CONSUME ACEITES Y GRASAS				CONSUME COMIDA RAP				CONSUME AGUA			
	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho	nada	poco	moderado	mucho
E1			1			1					1	
E2	1					1						1
E3				1	1							1
E4		1			1							1
E5		1				1						1
E6	1					1						1
E7		1				1						1
E8				1		1						1
E9		1				1						1
E10		1						1				1
E11		1				1						1
E12		1				1						1
E13		1				1				1		
E14				1		1						1
E15		1			1							1
E16		1					1					1
E17			1				1				1	
E18	1				1							1
E19			1		1							1
E20		1										1
E21		1				1						1
E22				1		1						1
E23		1				1						1
E24		1					1			1		
E25		1					1					1
E26		1					1					1
E27			1		1							1
E28		1				1						1
E29			1			1						1
E30	1				1							1
E31			1				1					1
E32			1				1					1
E33				1			1					1
E34		1				1						1
E35			1				1					1
E36			1			1						1
E37		1				1					1	
E38				1		1						1

E39		1				1				1		
E40				1	1							1
E41		1				1				1		
E42				1		1						1
E43				1					1			1
E44		1				1						1
E45				1		1						1
E46				1		1					1	
E47		1				1				1		
E48				1		1						1
E49				1					1			1
E50				1	1							1
E51		1				1						1
E52	1					1				1		
E53				1	1							1
E54				1					1			1
E55		1				1						1
E56		1				1						1
E57				1		1						1
E58				1	1							1
E59				1	1							1
E60				1	1							1
E61				1	1							1
E62		1				1						1
E63				1		1						1
E64				1	1							1
E65	1								1			1
E66				1					1			1
E67				1		1					1	
E68		1				1						1
E69				1					1			1
E70				1		1						1
E71	1					1			1			
E72				1	1						1	
E73		1							1		1	
E74				1		1						1
E75		1				1						1

- Anexo 4:

Docentes a cargo de la Cátedra de Proyecto Final De Investigación Ejecución

Estimado/as Dra. Lanari Adriana - Dr Ruiz Daniel – Lic. Guzzanato Agustina.

Nos dirigimos a ustedes, los alumnos, Aredes Florencia; DNI 41520017 y Jatuff Nicolas; DNI 39700721, estudiantes de la carrera de Lic. En Nutrición de la Facultad De Medicina: Fundación H.A Barceló, solicitan la autorización para la recolección de datos mediante encuesta que se realizaran en la provincia de La Rioja en la zonas urbanas y rurales.

Los mismos serán utilizados para elaborar el trabajo final, cuyo título es "Estudio comparativo de la seguridad alimentaria sobre el consumo alimentario en personas de zonas rurales y urbanas de la Rioja". Esta tesis se encuentra dirigida por nuestra directora Lic. Romero Brenda Sofía.

La información recolectada se empleará exclusivamente para fines académicos para la catedra de trabajo final de ejecución.

Nos despedimos cordialmente.

Firma y Aclaración de los profesores de la cátedra

.....
.....
.....
Dr. Daniel Ruiz

- Anexo 5: