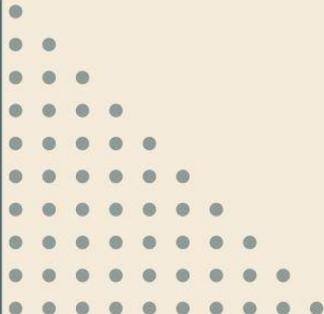




**UNIVERSIDAD FASTA**  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

---

"PREFERENCIAS ALIMENTARIAS,  
PRÁCTICAS CULINARIAS, GRADO DE  
SATISFACCIÓN DE LOS ALIMENTOS  
QUE INTEGRAN EL BOLSÓN  
ENTREGADO POR EL PROGRAMA  
MESA Y PERCEPCIÓN SOBRE  
ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE SUS  
BENEFICIARIOS"



TUTORA: LIC. MÓNICA BEATRIZ NAVARRETE

TUTORA METODOLÓGICA: LIC. BIANCA ARGENTO

AUTORES: ZURBRIGK, NICOLE - RAMIREZ, BERNARDA

*“La recompensa de nuestro trabajo no es lo que obtenemos,  
sino en lo que nos convertimos”.*

**Paulo Coelho**

## ***Dedicatoria***

A nuestras familias que nos apoyaron a lo largo de estos años

## ***Agradecimientos***

A nuestros padres, Marta y Pedro; Estela, Edgar y Alfredo quienes siempre confiaron en nosotras y nos acompañaron en este recorrido. Por su trabajo, amor y sacrificio. Agradecemos que siempre hayan estado con nosotras compartiendo nuestros logros y felicidad en toda esta maravillosa etapa.

A nuestros hermanos, Alexia, Josefina y Catalina; Juana y Octavio por siempre apoyarnos y darnos palabras de aliento.

A nuestros abuelos, Victoria y Miguel; Carmen y Federico por darme fuerzas desde el primer día y motivarme a luchar por mis sueños. Raquel, Perla y Juan Ruben, por compartir mis alegrías y festejar todos mis logros. A todos ellos, agradecerles por su amor incondicional.

A Ezequiel por ser mi gran compañero y sostén en la vida y a lo largo de estos años, por ayudarme, entenderme y acompañarme e incentivarme a que podía lograr todo lo que me proponga, y por tu amor.

A Tobias, por tenerme paciencia y sostenerme en todas mis crisis. Por transitar todos estos años acompañándome y aconsejando en cada momento.

A nuestros amigos, por estar siempre apoyándonos incondicionalmente y motivando a lograr nuestras metas, por reír y llorar con nosotros.

A nuestra familia, tíos, primos, sobrinos, suegros, cuñados por su cariño y acompañamiento.

A la Universidad FASTA, por brindarnos los conocimientos necesarios para lograr terminar esta etapa y formarnos como profesionales de la salud.

A nuestras tutoras, Bianca Argento y Monica Beatriz Navarrete, por aceptar y colaborar en este último y gran paso final, por ayudarnos en todo momento y despejar todas nuestras dudas e inquietudes. Por su gran apoyo metodológico y sus conocimientos.

## **Resumen**

La demanda en los comedores escolares, en el contexto post-pandemia por COVID - 19 se vio aumentada como consecuencia de cambios laborales y sociales, especialmente en grupos de recursos socioeconómicos con mayor vulnerabilidad. Uno de los objetivos principales de la alimentación escolar es suministrar raciones de alimentos, garantizando así un aporte mínimo de nutrientes al niño. A raíz de esto, el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires, desde el inicio del año lectivo escolar, comenzó con la entrega de bolsones alimentarios, dentro del Programa MESA, complementando la asistencia del Servicio de Alimentación Escolar (SAE).

**Objetivo:** Analizar las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolsón entregado por el Programa MESA y la percepción sobre alimentación saludable de los beneficiarios del mismo que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, en el contexto post - pandemia de COVID- 19, en el año 2022.

**Materiales y Métodos:** Estudio de tipo cuali-cuantitativo, no experimental y transversal, de tipo descriptivo. El universo de estudio está formado por todos los beneficiarios del bolsón alimentario de una escuela rural de la ciudad de Mar del Plata. La muestra no probabilística por conveniencia es de 41 beneficiarios del bolsón alimentario que asisten a una escuela rural de la ciudad de Mar del Plata. Los datos fueron obtenidos a través de una encuesta online.

**Resultados:** El 92,7 % de los encuestados resultó estar representado por el sexo femenino y el rango etario más prevalente fue de adultos menores de 40 años. Respecto a las preferencias alimentarias, los alimentos más elegidos fueron aceite mezcla, harina, puré de tomates. Las preparaciones mencionadas como más realizadas fueron guiso, fideos con tuco, ensaladas, arroz y pan casero. En cuanto al grado de satisfacción referido a la calidad, cantidad y tiempo de entrega, se halló un grado de satisfacción alto por encima del 80 %. En variedad el 29,3 % refirió estar poco satisfecho y nada satisfecho. En relación a la percepción sobre alimentación saludable, un 97,6 % refirió que la alimentación influye en la salud, y sus respuestas fueron que mediante la alimentación se previenen enfermedades y se logra una mejor calidad de vida.

**Conclusiones:** Es necesario el rol del Licenciado en Nutrición en la puesta en marcha de diferentes ayudas alimentarias y en la Educación Alimentaria Nutricional ya que, a través de la misma, se pueden brindar diversas herramientas para que los programas que estén destinados a mejorar y complementar la alimentación de diferentes grupos sociales tengan un correcto funcionamiento y cumplan con su objetivo principal.

**Palabras clave:** Alimentación - Escuela Rural - Comedores Escolares - Bolsones Alimentarios - Familias.

## **Abstract**

The demand for school canteens in the post-pandemic context of COVID - 19 was increased as a result of labor and social changes, especially in groups of socioeconomic resources with greater vulnerability. One of the main objectives of school feeding is to provide food rations, thus ensuring a minimum nutrient intake for the child. As a result of this, the Government of the Province of Buenos Aires, since the beginning of the school year, started delivering food bags, within the MESA Program, complementing the assistance provided by the School Feeding Service (SAE).

**Objective:** To analyze the food preferences, culinary practices, the degree of satisfaction with the food provided by the MESA Program and the perception of healthy eating of its beneficiaries attending a rural school in the city of Mar del Plata, in the post-pandemic context of COVID-19, in the year 2022.

**Materials and methods:** Qualitative-quantitative, non-experimental, cross-sectional, descriptive study. The study universe is formed by all the beneficiaries of the food bag of a rural school in the city of Mar del Plata. The non-probabilistic sample by convenience is 41 beneficiaries of the food bag who attend a rural school in the city of Mar del Plata. The data were obtained through an online survey.

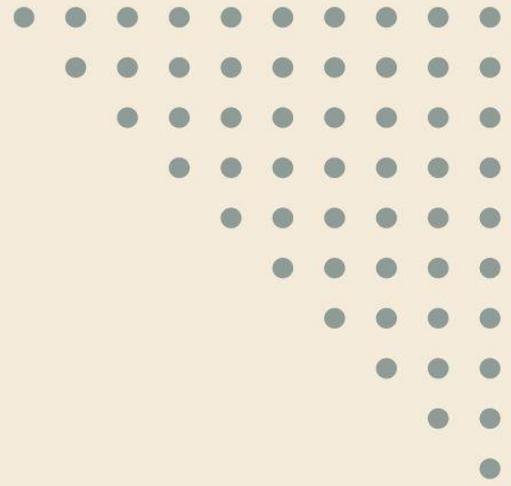
**Results:** The 92.7% of the respondents were female and the most prevalent age range was adults under 40 years of age. Regarding food preferences, the most chosen foods were mixed oil, flour, tomato puree. The preparations mentioned as most frequently used were stew, noodles with tucó, salads, rice and homemade bread. As for the degree of satisfaction referred to quality, quantity and delivery time, a high degree of satisfaction of over 80% was found. In terms of variety, 29.3% said they were not very satisfied and not satisfied at all. In relation to the perception of healthy eating, 97.6% said that food influences health, and their answers were that through food diseases are prevented and a better quality of life is achieved.

**Conclusion:** The role of the Nutrition Graduate is necessary in the implementation of different food aids and in the Nutritional Food Education since, through it, several tools can be provided so that the programs aimed at improving and complementing the nutrition of different social groups have a correct functioning and fulfill their main objective.

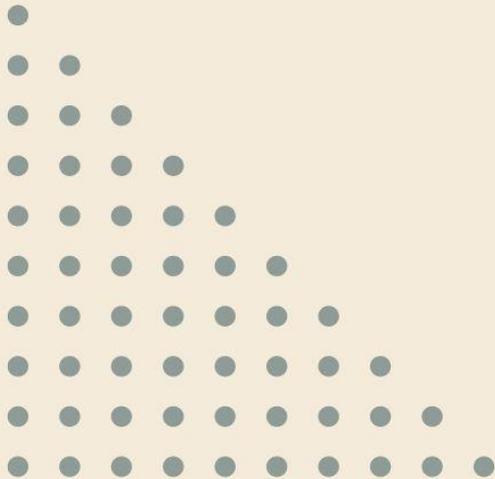
**Keywords:** Food - Rural School - School canteens - Food Bags - Families.

## *Índice*

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>8</b>
<b>ESTADO DE LA CUESTIÓN</b>	<b>12</b>
<b>DISEÑO METODOLÓGICO</b>	<b>23</b>
<b>ANÁLISIS DE DATOS</b>	<b>27</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>54</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>59</b>



# INTRODUCCIÓN



## INTRODUCCIÓN

El aspecto más importante y con mayor relevancia en la alimentación de los niños sucede en el ámbito familiar, lo que es llamado “socialización primaria”; en consecuencia, son estos miembros quienes brindan los primeros alimentos y por ende, la enseñanza de hábitos alimentarios. Así mismo, con el crecimiento del niño y la escolarización, o bien llamada, “socialización secundaria”, se pudo observar que en los inicios del siglo XX la institución educativa comienza a tener un papel esencial en mejorar el estado de salud y la alimentación en los niños que presentaban un menor rendimiento escolar y un mayor ausentismo (Legunda, 2020)<sup>1</sup>.

Por otro lado, las ventajas de una correcta alimentación son de suma importancia para los niños ya que interfiere en el crecimiento, el desarrollo de la capacidad cognitiva y en el aprendizaje, influyendo en los resultados educativos y en los futuros niveles de productividad. A lo largo del tiempo, la inadecuada alimentación encierra a las familias en un círculo vicioso de desnutrición, enfermedad y pobreza debido a que las familias que padecieron desnutrición infantil tienen una mayor probabilidad de que sus hijos la padezcan. En consecuencia, se puede decir que el hambre está relacionado con la exclusión social debido a que el individuo presenta una elevada dificultad para acceder a los alimentos, y al mismo tiempo, una baja capacidad de respuesta para poder superar esa restricción. (Ramos, 2020)<sup>2</sup>.

Borras (2013),<sup>3</sup> explica que los problemas alimentarios no solo están relacionados con la producción de alimentos y la expansión de un modelo agrícola, sino también, con el funcionamiento de la economía y la impulsión de las instituciones políticas y sociales, que pueden influir de manera directa o indirecta en la capacidad o incapacidad de la población para acceder a los alimentos y a una alimentación saludable. En Argentina, desde finales del siglo XIX se empezaron a desarrollar sistemas formales de ayuda alimentaria o asistencia alimentaria. No obstante, recién en la década de los años '60 comenzaron a desarrollarse los programas alimentarios de reparto de alimentos. Esta política estaba orientada a grupos

---

<sup>1</sup> El objetivo de dicha investigación fue analizar si los hábitos alimentarios de estudiantes de primer año y sexto grado que reciben los alimentos del Servicio de Alimentación Escolar (SAE) se adecuan a las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA).

<sup>2</sup> Uno de los resultados de mayor importancia de este estudio fue que la población demandante de módulos alimentarios posee características que coinciden con la de los hogares urbanos con inseguridad alimentaria en Argentina y que la demanda se comporta de acuerdo a las condiciones económicas del momento.

<sup>3</sup> Dentro de las conclusiones finales, la de mayor relevancia fue que los programas alimentarios sin el sostén de una política integral, vehiculizados a través de las ayudas alimentarias directas, como la entrega de bolsones de alimentos, además de ser insuficientes fomentan y sostienen los hábitos alimentarios de los sectores populares abundantes en hidratos de carbono, pero que carecen de minerales y vitaminas que son aportadas por las hortalizas frescas y frutas.

de riesgo, como niños, embarazadas, adultos mayores. Dentro de los más utilizados, y que se han mantenido hasta la actualidad, se puede mencionar la entrega directa de alimentos a las familias a través de comedores escolares.

Uno de los principales programas alimentarios es el Servicio de Alimentación Escolar (SAE). Fernandez Molina (2017)<sup>4</sup> explica que es un Programa del Ministerio de Desarrollo de la Provincia de Buenos Aires cuyo objetivo es garantizar a través del sistema de comedores escolares una adecuada nutrición de los alumnos que concurren a escuelas públicas y provinciales. A su vez, su finalidad es garantizar el derecho a la alimentación para mejorar la aptitud para el aprendizaje y las condiciones de salud de la población escolar, de modo que, de esta manera se promueva una cobertura nutricional igualitaria y equitativa.

El 30 de enero de 2020 fue detectado el primer caso de COVID - 19 en China. A raíz de esto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la emergencia de salud pública de preocupación internacional el 11 de marzo de 2020. A raíz de esto, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura alertó sobre el impacto de esta misma en los programas alimentarios escolares, por lo que los gobiernos se vieron obligados a tomar la decisión de adaptar los programas al nuevo contexto. Es de vital importancia considerar que las personas en emergencias humanitarias pueden tener un acceso limitado a una nutrición saludable, ya sea, por la falta de acceso a alimentos producidos localmente e importados, por una mayor incidencia de enfermedades o por una disminución al acceso de alimentos a través de los programas complementarios. Además de los problemas mencionados anteriormente, se le puede sumar también una pérdida en el poder adquisitivo causada por la misma enfermedad, por la inactividad o disrupción de la actividad laboral, menor capacidad de generar recursos económicos y cambios en las preferencias y patrones alimentarios, dando como resultado un empeoramiento del estado de nutrición (Moyano, 2020)<sup>5</sup>.

Frente al nuevo contexto, el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires junto con el Ministerio de Desarrollo Social de la Nación presentaron el programa Módulo Extraordinario para la Seguridad Alimentaria (MESA) como un complemento del SAE. El programa MESA llegó en un contexto en el que no había presencialidad y no se podía asegurar el servicio de

---

<sup>4</sup> Entre los resultados más destacados del relevamiento se pudo observar que solo el 30 % de los desayunos que se sirven en las escuelas bonaerenses, cuentan con la presencia de leche o yogur. A su vez los ingredientes sólidos que integraban el menú, tenían un exceso de grasa, sal o azúcar. Por otra parte, el 33 % de las escuelas relevadas no tenía agua de red en la cocina y el 56 % no contaba con red cloacal y desagües.

<sup>5</sup> Como resultado final, durante el mapeo político de iniciativas estatales y consultas a actores claves de las provincias, se pudo determinar que la implementación de comedores escolares durante la pandemia asume diferentes modalidades, aunque predominó la entrega de módulos alimentarios. Se resume en 3 tipos: Módulos alimentarios; Módulos alimentarios entregados en la escuela con el sostenimiento del comedor regular y Viandas y/o refrigerios entregados en la escuela.

comedores escolares y su finalidad es la entrega de un módulo alimentario mensual que alcanza a más de 2 millones de familias que asisten a los 11 mil comedores escolares incluidos en el SAE (Gobierno de la Provincia de Buenos Aires, 2022)<sup>6</sup>.

De acuerdo a lo planteado surge el siguiente problema de investigación:

¿Cuáles son las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolsón entregado por el Programa MESA y la percepción sobre alimentación saludable de los beneficiarios del mismo que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, en el contexto post - pandemia de COVID- 19, en el año 2022?

El objetivo general es:

Analizar las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolso entregado por el Programa MESA y la percepción sobre alimentación saludable de los beneficiarios del mismo que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, en el contexto post - pandemia de COVID- 19, en el año 2022.

Los objetivos específicos son:

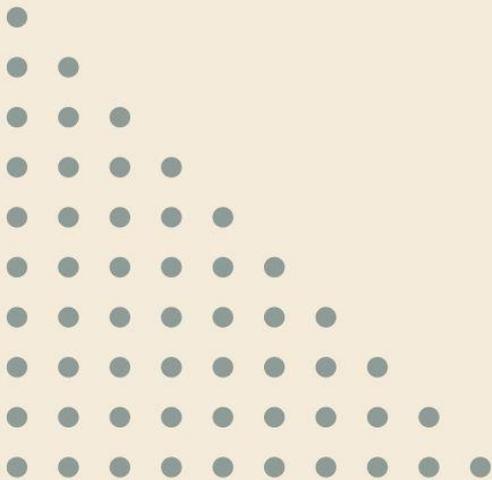
- Indagar las preferencias alimentarias al momento de preparar una comida con lo brindado en el bolsón alimentario
- Examinar las prácticas culinarias y la utilidad que se le da a los alimentos que integran el bolsón.
- Determinar el grado de satisfacción del bolsón alimentario entregado
- Evaluar la percepción sobre alimentación saludable
- Caracterizar los beneficiarios según edad, sexo, nivel educativo, ocupación y composición del grupo familiar.

---

<sup>6</sup> Con el nuevo programa de seguridad alimentaria MESA institucionaliza una política que permitió entregar 44 millones de módulos y se transformó en la columna vertebral de la asistencia en la Provincia de Buenos Aires.



# ESTADO DE LA CUESTIÓN



## ESTADO DE LA CUESTIÓN

Comer y alimentarse es una actividad básica para el ser humano y necesaria para la reproducción de la vida, al mismo tiempo es un derecho social de cualquier sociedad. Sin embargo, varios sectores de la población mundial se encuentran en una situación en la que no pueden adquirir alimentos suficientes para satisfacer las necesidades energéticas mínimas diarias o con graves problemas nutricionales. Pese a que la producción mundial de alimentos tiene el volumen suficiente para satisfacer estas necesidades es de suma importancia indagar sobre qué se come, cómo se produce y cómo se distribuye, y, a su vez, quien se beneficia con lo que se consume (García y Wahren, 2016)<sup>7</sup>.

La alimentación tiene diversas dimensiones las cuales permiten realizar un abordaje del concepto desde diferentes posturas, es decir, que más allá del concepto biológico puede ser abordada desde lo antropológico, social o económico (Ramos, 2020)<sup>8</sup>.

En relación a ello, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en la Cumbre Mundial de la Alimentación en el año 1996 definió:

*“La seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen necesidades energéticas diarias y preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana” (FAO, 2011)<sup>9</sup>.*

Además, plantea cuatro principales dimensiones de análisis; a saber, la disponibilidad física de los alimentos que está relacionada con la producción de alimentos, su oferta y su existencia; el acceso físico y económico a los alimentos; la utilización de los alimentos relacionado con la forma en que el organismo aprovecha los diferentes nutrientes presentes en los alimentos; y por último la estabilidad en el tiempo de las dimensiones mencionadas anteriormente (FAO, 2011).

Maceira e Iñarra (2022)<sup>10</sup>, explican que el concepto de seguridad alimentaria fue variando a lo largo del tiempo, hasta hoy en día incluir el término de inocuidad y preferencias culturales. Como resultado se le dio importancia a dos nociones nuevas, en un primer lugar

---

<sup>7</sup> Para tal fin, se reflexionó en torno a los múltiples factores, sociales, políticos, económicos y culturales que influyen en las formas de producción, en las maneras de distribución y comercialización de los alimentos, así como en los diferentes sentidos y proyectos construidos frente al problema del abastecimiento alimentario a partir de los conceptos de seguridad alimentaria y soberanía alimentaria.

<sup>8</sup> Este estudio se realizó con el objetivo de evaluar un programa de entrega de módulos alimentarios implementado en la ciudad de Bahía Blanca (Bs. As.), durante el primer semestre de 2018.

<sup>9</sup> Los analistas de seguridad alimentaria encontraron útil definir dos categorías generales de inseguridad alimentaria, las cuales son: inseguridad alimentaria crónica e inseguridad alimentaria transitoria.

<sup>10</sup> El trabajo involucró una primer etapa de revisión bibliográfica, a partir de una búsqueda de estudios previos sobre programas alimentarios implementados en Argentina o de América Latina, y complementariamente se llevó adelante un relevamiento bibliográfico en fuentes oficiales, sitios web de ministerios y organismos de gobierno, documentos de organismos internacionales y artículos publicados a nivel Nacional implementados en los años 2000 hasta la actualidad.

al término “entornos alimentarios”, refiriéndose a un grupo de diferentes alimentos que las personas tienen al alcance de sus manos en la vida cotidiana, los cuales pueden ser amplios, diversos o encontrarse escasos. En segundo lugar, a los “sistemas alimentarios”, entendiéndose como aquellos que están conformados por el medio ambiente, la población, los recursos, procesos, instituciones e infraestructura, y al mismo tiempo, las actividades relacionadas con la producción, el procesamiento, la distribución, la preparación y el consumo de alimentos. La implementación de estas dos nociones dio como resultado el mayor énfasis en las actividades sobre nutrición y estado de salud, el crecimiento socioeconómico, la equidad y la sostenibilidad ambiental. Fue gracias a estas actualizaciones que se transformó y se amplió la mirada sobre las políticas que repercuten en los sistemas alimentarios, para que el foco esté puesto en las enfermedades relacionadas a la malnutrición y a los hábitos de vida poco saludables.

Como consecuencia de esto, se comenzó a implementar el término de inseguridad alimentaria, que se da cuando una persona carece de acceso regular a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para un crecimiento y desarrollo normal y para llevar una vida activa y saludable. Las personas que experimentan inseguridad alimentaria moderada ven reducida la calidad y/o cantidad de sus alimentos y no están seguras de su capacidad para obtenerlos debido a la falta de dinero u otros recursos lo que puede aumentar el riesgo de algunas formas de malnutrición, como el retraso en el crecimiento en los niños, las carencias de micronutrientes o la obesidad en los adultos. Por el contrario, los que experimentan la modalidad severa se han quedado sin alimentos y, en el peor de los casos, han pasado días sin comer (Longhi, et al. 2022)<sup>11</sup>.

Salvia, et al. (2012)<sup>12</sup>, expresan que el acceso a la alimentación en cantidad, calidad y que sea socialmente aceptable es un derecho básico para garantizar el mantenimiento de la vida, y, que al mismo tiempo sea saludable. Los niños que no logran satisfacer las necesidades nutricionales en los primeros años biológicos ven afectado su crecimiento, desarrollo, rendimiento escolar y los procesos de integración social. La inseguridad alimentaria interfiere en el desarrollo de otros derechos como educarse, jugar, desarrollarse en el ámbito social, entre otros.

Las prácticas individuales en la alimentación como los contextos socioambientales pueden influir en la relación entre inseguridad alimentaria y estado nutricional. Como consecuencia de esto, el incremento de la prevalencia de obesidad a nivel mundial en las últimas décadas, se encuentra relacionado con el cambio en los patrones nutricionales que

---

<sup>11</sup> Este estudio, realizado en Tucuman, concluyó que la vulnerabilidad alimentaria es una consecuencia y reflejo de diversas desigualdades interseccionadas y carencias que acaban arriesgando la seguridad alimentaria de la población.

<sup>12</sup> A partir de tal relevamiento realizado en Argentina, mediante la utilización de la escala USDA, realizada a fines del 2002 por el Banco Mundial sobre una muestra de hogares a nivel nacional. Se estimó que el 17,5 % de los hogares del país registran una situación de inseguridad alimentaria.

son resultado de la urbanización y el desarrollo económico. Hay evidencias de que en contextos obesogénicos, las familias que sufren inseguridad alimentaria acuden a alimentos de alto contenido calórico y de baja calidad nutricional (Femina Monteban, 2020)<sup>13</sup>.

Legunda (2021)<sup>14</sup> explica que, en la necesidad de satisfacer el hambre y el apetito influyen factores culturales, individuales, ambientales, económicos, familiares y de disponibilidad de alimentos que en conjunto conforman los hábitos alimentarios. Dichos hábitos son adquiridos durante dos periodos, llamados socialización. El primero es la “socialización primaria” que transcurre e inicia en el ámbito familiar siendo estos mismos los que ofrecen los primeros alimentos y la enseñanza de los “hábitos alimentarios”. El segundo es la “socialización secundaria” que transcurre con el crecimiento del niño y la escolarización.

Debido a los cambios producidos en la alimentación de la población, es fundamental conocer y comprender los determinantes sociales de la misma, los cuales repercuten en la selección, consumo e inocuidad de los alimentos. Los factores que determinan la alimentación y que influyen directamente con los componentes del sistema alimentario nutricional están divididos en biológicos: tales como el hambre, apetito y gusto; económicos como el costo y los ingresos que, a su vez, están relacionados directamente con el acceso y el consumo; disponibilidad de los alimentos; y educación, cultura, familia, amigos, patrones de alimentación, actitudes, creencias y conocimientos (Belalcazar y Tobar 2013)<sup>15</sup>.

Realpe y Francis (2014)<sup>16</sup>, argumentan que, en los seres humanos la manera en la que se alimentan, sus preferencias y los rechazos a determinados alimentos, por lo general, están relacionados con el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros cinco años de vida. Los niños suelen incorporar la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias de una comunidad antes de esa edad, por lo que la persona que esté a su cuidado durante esa etapa tiene un rol esencial en la educación alimentaria. Como consecuencia de esto, es necesario que el adulto a cargo tenga diversas herramientas educativas y preventivas que reduzcan el riesgo de padecer enfermedades relacionadas a la conducta alimentaria. La

---

<sup>13</sup> Para tal análisis se utilizó la base de datos del estudio denominado “Obesidad infantil: factores cognitivos facilitadores y limitantes para el desarrollo de intervenciones de prevención en el Noroeste Argentino”.

<sup>14</sup> De los resultados obtenidos a partir de una encuesta realizada a los padres, tutores y/o cuidadores de los niños que asisten a primer y sexto grado de una Escuela Primaria de la localidad de Guernica, Partido de Presidente Perón se desprende que los estudiantes, en su mayoría, no cumplen con las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA).

<sup>15</sup> Identificar cuáles son los determinantes sociales de la alimentación en las familias de estratos 4, 5 y 6 que viven en la localidad de Chapinero de Bogotá a través de un estudio observacional cualitativo descriptivo, de corte transversal con muestra de 150 familias divididas proporcionalmente según estrato. El tipo de muestreo usado fue bola de nieve.

<sup>16</sup> Los autores aplicaron una encuesta con 25 preguntas abiertas y cerradas para conocer el nivel de conocimiento en lo que a alimentación se refiere, las actitudes que tienen los cuidadores de los niños al momento de la alimentación y las prácticas que aplican tanto en la preparación como en la manipulación e higiene de los alimentos. Se evaluó además el estado nutricional de los niños a través de los indicadores peso/edad y talla/edad.

relación entre los alimentos y los integrantes de un hogar es un proceso de intercambio en el que se busca que el niño y el adulto a cargo formen parte de actividades que tengan relación con la alimentación, como la selección, compra e ingesta de alimentos. Para lograr una armonía entre el niño y la familia se tiene que tener en cuenta determinados aspectos relacionados a los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias, los cuales son: el horario de las comidas; técnicas de alimentación; introducción de nuevos alimentos; preferencia, selección y consumo y presentación de los alimentos y métodos de alimentación.

Asimismo, en la mayoría de las familias, las mujeres tienen la responsabilidad fundamental de alimentar a los niños, por tal motivo, la madre es considerada como la principal responsable de la transferencia de las pautas alimentarias saludables. Sin embargo, con el correr de los años, hubo grandes cambios en la estructura familiar expresados en la incorporación de la mujer al mundo laboral, dando como resultado que ambos padres trabajen fuera del hogar y por ende, se vio reducido el tiempo de cuidado al niño así como la falta de tiempo para cocinar. Esto provocó que las familias adopten nuevas formas de cocinar y de organización (Gonzales y Diaz, 2015)<sup>17</sup>.

Es de suma importancia tener en cuenta que si bien en el ámbito familiar es donde se desarrollan las pautas culturales y hábitos alimentarios, donde también se crea la identidad familiar y social, el placer, el gusto y el rechazo a diferentes alimentos, algunas familias, como consecuencia de diversos factores no solo económicos se ven en la necesidad de tener que completar la alimentación de los niños a través de los comedores escolares. Esto hace que en diferentes contextos y sectores sociales, los padres junto con la escuela sean determinantes de la conducta alimentaria, que a su vez, influye en mayor medida en el estado nutricional de los niños (Bustos, 2016)<sup>18</sup>.

Diversos estudios realizados a nivel internacional y nacional, pusieron de manifiesto inadecuaciones nutricionales en niños y niñas que realizan gran parte de su alimentación en comedores escolares o a través de la entrega directa de alimentos ya sea por bolsones o módulos. Las prestaciones ofrecidas por dichas asistencias no llegan a cubrir las recomendaciones para este grupo etario en cuanto a vitaminas y minerales, y en algunos casos, en energía. A su vez se pone en evidencia que el consumo alimentario presenta déficit de ciertos grupos de alimentos como vegetales y lácteos (Moyano, Perovic, 2018)<sup>19</sup>.

---

<sup>17</sup> El objetivo general de dicha investigación fue determinar las características familiares asociadas al estado nutricional de los niños escolarizados de la ciudad de Cartagena.

<sup>18</sup> Como conclusión, los trabajos reseñados consideran que la escuela, por su alcance poblacional potencial pedagógico y por el tiempo que los niños pasan en ella es un espacio estratégico para transmitir hábitos alimentarios y de comensalidad saludables a través de sus comedores y merenderos, y de esa manera, contribuir a prevenir el sobrepeso y obesidad.

<sup>19</sup> El tipo de estudio fue descriptivo, observacional, transversal y de carácter analítico de una base de datos secundaria con datos relacionados durante el periodo 2013. Las unidades de análisis consistieron en 10 escuelas primarias municipales de la ciudad de Córdoba, seleccionadas por

Frente al contexto de pandemia por covid - 19, decretado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo de 2020, Argentina tomó una serie de medidas para evitar la propagación del virus, dentro de las cuales estaba evitar la concentración de personas en lugares cerrados públicos o privados. Como consecuencia de esto, el Ministerio de Educación de la Nación llevó a cabo la suspensión de clases presenciales en todos los niveles y en todas sus modalidades. Sin embargo en aquellas escuelas que brindan alguna prestación alimentaria a los escolares, debían permanecer abiertas para sostener la asistencia alimentaria. Se propusieron lineamientos basados en esquemas de viandas o de entrega de módulos alimentarios. Estos módulos están conformados por alimentos y productos alimenticios secos de bajo riesgo y algunos alimentos frescos que componen un bolsón, caja o canasta para un periodo de tiempo y los cuales son retirados en la escuela; en la sede determinada por autoridades locales, o distribuidas a domicilio (Moyano, 2020)<sup>20</sup>.

Actualmente esta ayuda alimentaria continúa entregándose a través del programa Módulo Extraordinario para la Seguridad Alimentaria (MESA), el cual consiste en la entrega de un módulo alimentario mensual destinado a las familias de los niños que asisten a comedores escolares que funcionan en los establecimientos educativos incluidos en el Servicio de Alimentación Escolar (SAE), el cual se sostuvo de manera regular durante la pandemia y los recesos de invierno y verano como se mencionó anteriormente. Además, los beneficiarios de este módulo reciben también un cuadernillo que contiene información nutricional y una guía de recetas saludables confeccionado por el equipo de la Dirección de Nutrición y Calidad de los Alimentos del Ministerio de Desarrollo de la Comunidad (Gobierno de la Provincia de Buenos Aires, 2022)<sup>21</sup>

En su investigación, Fernández (2012)<sup>22</sup> halló que la utilidad que se le da al bolsón de alimentos se concluye que el 53 % lo utiliza en su totalidad, siendo aceite, fideos y azúcar los más utilizados con un porcentaje entre 95 - 100 %. Dentro de los motivos por los cuales los alimentos no fueron consumidos se encuentra que el 26 % de los casos es por una cuestión de costumbre y un 11 % que no les gusta, al mismo tiempo se indaga sobre el destino final de los productos que no se consumen, dando como resultado que un 32 % lo regala y el 11 % realiza cambios por otros alimentos con algún familiar o conocido. Y por

---

muestreo intencional según diferentes estratos socioeconómicos a partir del Censo Provincial de Población de Córdoba, en el año 2012.

<sup>20</sup> Como conclusión final resulta necesario aumentar las experiencias participativas en el diseño de recomendaciones basadas en la evidencia, adaptadas al territorio y que asuman un enfoque integral desde las dimensiones de la SAN.

<sup>21</sup> Cuando se implementaron los módulos alimentarios en el SAE, el total de destinatarios alcanzaba a 1.722.712 niños, niñas y adolescentes. Por decisión de la actual gestión, se incorporaron en mayo de 2021 310.000 nuevos titulares de derecho, llegando así a un total de 2.032.712 destinatarios en los establecimientos educativos de la Provincia.

<sup>22</sup> Se realizó la investigación desde una mirada cuanti - cualitativa y el estudio fue de tipo descriptivo, observacional, ya que se describe y observa el grado utilidad y satisfacción que presentan las 19 familias beneficiarias del bolsón de alimentos que le entrega la Municipalidad de la ciudad de Darregueira.

último, cuando se investigó acerca de si quisieran cambiar algún alimento por otro, el 47 % respondió que sí y, que los cambiarían por frutas, verduras, huevo, cacao, mermelada, leche, entre otros. Estos datos ponen en foco que la mayoría de las veces los productos no perecederos que componen los bolsones alimentarios no están formados por alimentos que respondan a gustos y hábitos de la población en general, y que hay, una necesidad por parte de los beneficiarios de querer recibir alimentos frescos debido a que mayormente no tienen la posibilidad de poder adquirirlos.

Relacionado a la alimentación, la pandemia tuvo consecuencias en relación al acceso y a la utilización de alimentos. El confinamiento en el hogar produjo efectos directos sobre los hábitos alimentarios y la actividad física, aumentando las conductas sedentarias. Esto llevó a producir patrones de alimentación irregulares y consumo de alimentos frecuentes asociados a una mayor ingesta calórica y un riesgo de malnutrición. Estos cambios producidos en los patrones dietéticos también podrían llegar a estar influenciados por sentimientos como miedo, angustia, ansiedad y estrés. Al mismo tiempo, muchas personas vieron afectada su situación laboral debido a que perdieron el empleo y/o redujeron su salario por lo que condicionó el acceso a los alimentos (Federik, 2020).

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se encuentra el concepto de derecho a la alimentación, definido por Britos (2016)<sup>23</sup> como:

*“El derecho a la alimentación es un derecho humano básico que reconoce que toda persona debe tener la oportunidad de alimentarse dignamente con suficiencia, con sus propios medios y cubriendo las necesidades nutricionales del individuo”*

Esto expone que las políticas nacionales de los servicios alimentarios escolares tienen que estar dirigidas a garantizar este derecho. Y, por otro lado, cumplir con el objetivo específico de garantizar el acceso a una alimentación de calidad, esto supone organizar y ofrecer prestaciones saludables a todos los niños que no pueden obtenerla por otros medios. Las metas nutricionales de los programas de alimentación escolar, en su gran mayoría, suelen definirse a partir de la ingesta diaria de energía en las cuatro comidas principales, y en una o dos colaciones, no obstante, las maneras de implementarlas significa un problema de gran magnitud ya que no considera las situaciones en las que hay carencia o exceso de nutrientes (Britos, 2016)<sup>24</sup>.

---

<sup>23</sup> El documento se enmarca en un proyecto de investigación desarrollado por los Programas de Protección Social y Educación de CIPPEC, junto con el Centro de Estudios sobre Políticas y Economía de la Alimentación (CEPEA) que busca contribuir con la mejora de la nutrición y la educación alimentaria de los alumnos de educación básica.

<sup>24</sup> Este documento contiene lineamientos estratégicos para avanzar en una política federal de alimentación escolar. El gobierno nacional, a través del Ministerio de Educación, debe jugar un rol fundamental como nivelador de la calidad de las prestaciones. Se proponen metas nutricionales a partir de la situación alimentario-nutricional de los alumnos, contemplando las carencias y también los excesos. Se propone la priorización y universalización del derecho a un desayuno escolar de calidad y la asignación del almuerzo en base a criterios socioeconómicos, educativos y nutricionales.

Calderon (2017)<sup>25</sup>, plantea que los programas sociales con enfoque alimentario son estrategias para el desarrollo nutricional de la población cuyo objetivo principal es la seguridad alimentaria. En su proceso de elaboración la planificación es la fase más importante donde el conocimiento de la cultura alimentaria puede ser un factor clave para que dicha intervención funcione. La misma se explica como los usos, tradiciones, costumbres y elaboraciones simbólicas de los alimentos, donde también influye el ciclo productivo del contexto en particular.

La alimentación es uno de los primeros aprendizajes donde los comportamientos alimentarios forman la base de la cultura alimentaria. A medida que se ha empezado a interactuar entre culturas, también se empezó a intercambiar o compartir alimentos, distintas formas de preparación y diferentes formas de comerlos. A su vez, se han ido adquiriendo otras costumbres y comportamientos, así como formas de comer, de cocinar y de producir alimentos. Como consecuencia, se empieza a optar por otras conductas frente a los mismos, como adquirir productos menos nutritivos y poco saludables (Leyva y Perez, 2015)<sup>26</sup>.

Este proceso de transición nutricional modificó el patrón alimentario tradicional hacia una dieta caracterizada por un elevado consumo de grasas saturadas, carbohidratos refinados y baja en fibras junto a un marcado sedentarismo. Estos cambios pueden haberse originado en los entornos urbanos y luego haberse extendido hacia las poblaciones rurales donde antes era frecuente encontrar habitantes con desnutrición. No obstante, el sobrepeso y la obesidad se está acelerando más en zonas rurales que en zonas urbanas. El concepto de ruralidad está ligado a baja densidad demográfica, predominio de la agricultura como estructura productiva y a ciertos patrones culturales como valores, creencias y conductas diferentes al resto de la población. El ámbito de residencia junto al contexto socioeconómico determinan la disponibilidad y el acceso a los alimentos que a su vez influyen el comportamiento alimentario y como consecuencia en el estado nutricional (Burgos y Oyhenart, 2021)<sup>27</sup>.

---

<sup>25</sup> La información fue colectada durante los meses de febrero a mayo de 2015 mediante la aplicación de una encuesta semiestructurada, elaborada con el objetivo de conocer la cultura alimentaria de la población y se aplicó a madres de familia dedicadas a labores del hogar y encargadas de la preparación de la dieta familiar. Se incluyeron preguntas generales sobre la familia, aspectos nutricionales, actividades productivas y preguntas enfocadas al consumo del amaranto, debido a que este es un cultivo local preponderante en la región.

<sup>26</sup> La finalidad de dicho trabajo de investigación fue discutir y dar a conocer si la transformación de la cultura alimentaria ha conducido a la pérdida de las costumbres gastronómicas y de qué manera este cambio repercute en la salud y la calidad de vida de las personas. Se destaca la necesidad de rescatar la identidad alimentaria y exponer la importancia de una conciencia y educación alimentaria como requisito indispensable para lograr un mejor nivel de salud.

<sup>27</sup> Estudio observacional transversal en escolares de 10,0 a 15,9 años de edad, de ambos sexos, residentes en zonas rurales del departamento de Famallá, Tucumán. Se efectuaron mediciones de peso y talla y para estimar el estado nutricional se calcularon los indicadores de IMC/Edad y Talla/Edad. Se utilizaron las tablas de referencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Las

Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) son una herramienta fundamental para favorecer la aprehensión de conocimientos que favorezcan a generar comportamientos alimentarios y nutricionales más equitativos y saludables por parte de la población. Representan una estrategia importante en materia educativa - nutricional. Estas guías traducen las metas nutricionales ya establecidas para la población en mensajes prácticos redactados en un lenguaje sencillo y comprensible que pueda combinar las costumbres locales con estilos de vida más saludables. Por consiguiente, estimulan la educación alimentaria tanto en la prevención de problemas de salud nutricional originados por el déficit de consumo de energía y nutrientes, así como la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (Montoya, 2020)<sup>28</sup>.

Las GAPA se sostienen en el marco del derecho humano considerando a la alimentación como un elemento básico para alcanzar la salud y un alto estado de bienestar. Las mismas fueron diseñadas como una herramienta educativa y multiplicadora para personas que puedan educar en materia de educación alimentaria tales como, equipos de salud; comunidad educativa, equipos de desarrollo social, entre otros (Ministerio de Salud Argentina, 2020)<sup>29</sup>.

Para ello, el Ministerio de Salud de Argentina elaboró 10 mensajes los cuales se presentan en la tabla N°1:

Tabla N°1: Mensajes de las GAPA.

N°	Mensajes
1	“Incorporar a diario alimentos de todos los grupos y realizar al menos 30 minutos de actividad física”
2	“Tomar a diario 8 vasos de agua segura”
3	“Consumir a diario 5 porciones de frutas en variedad de tipos y colores”
4	“Reducir el uso de sal y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio”
5	“Limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido de grasas, azúcar y sal”

condiciones socioeconómicas, ambientales y de estilo de vida se analizaron mediante un cuestionario que fue respondido por los escolares.

<sup>28</sup> El objetivo general fue evaluar el consumo de alimentos de las mujeres que asisten a gimnasia para adultos del Centro de Educación Física N°3 de Concepción del Uruguay y su relación con los mensajes de las Guías Alimentarias para la Población Argentina.

<sup>29</sup> El propósito de la actualización de las GAPA se enmarca en la promoción de la salud y prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en aumento, tales como: diabetes, ECV, distintos tipos de cánceres, enfermedad renal respiratoria. También, se constituye una herramienta para trabajar diversas formas de malnutrición asociadas a carencias nutricionales y fundamentalmente prevenir aquellas relacionadas al sobrepeso y la obesidad, con un crecimiento exponencial.

6	“Consumir diariamente leche, yogur o queso preferentemente descremados”
7	“Al consumir carnes quitarle la grasa visible, aumentar el consumo de pescado e incluir huevo”.
8	“Consumir legumbres, cereales preferentemente integrales, papa, batata, choclo o mandioca”.
9	“Consumir aceite crudo como condimento, frutas secas o semillas”
10	“El consumo de bebidas alcohólicas debe ser responsable. Los niños, adolescentes y mujeres embarazadas no deben consumirlas. Evitar siempre al conducir”.

Fuente: Ministerio de Salud Argentina, 2016

El patrón alimentario recomendado por las GAPA clasifica a los alimentos en dos grupos denominados alimentos protectores y alimentos de consumo opcional. Esto se relaciona con su calidad nutricional y la frecuencia de consumo relacionada. Los alimentos protectores son aquellos alimentos que aportan nutrientes esenciales y que si son consumidos de manera adecuada y proporcionada contribuyen a un estilo de vida saludable. Por otro lado, los alimentos de consumo opcional se deben consumir en pequeñas cantidades y con menor frecuencia debido a su alto contenido en calorías y bajo calidad nutricional. Además las GAPA alientan el consumo de comidas caseras y saludables en base a alimentos naturales o mínimamente procesados y ultraprocesados (Tiscornia, 2019)<sup>30</sup>.

Debido a un incremento en las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) y su relación con la alimentación se ha despertado un especial interés por parte de la población en el concepto de alimentación saludable. Cada vez más personas en el mundo se interesan por su salud y buscan información de su interés por internet u otros medios. Sin embargo, cuando acceden a ésta, la gran mayoría, proviene de fuentes que no están científicamente comprobadas y además son poco confiables como influenciadores digitales, opiniones personales, experiencias emitidas por un famoso, entre otras. Esto ha favorecido la difusión de creencias y mitos erróneos sobre alimentación y salud aumentando el problema nutricional (Alzate, 2019)<sup>31</sup>.

<sup>30</sup> En dicha investigación se seleccionaron los perfiles nutricionales de la región utilizados en políticas de sistemas de etiquetado frontal. Se evaluó la calidad nutricional de un listado de alimentos locales según los perfiles nutricionales y se comparó con los mensajes de las GAPA. Se analizó el nivel de acuerdo con el Índice de Concordancia, Índice Kappa y Índice Gwet's.

<sup>31</sup> Como conclusión final queda establecido que se deben cumplir los principios básicos de una dieta saludable para que verdaderamente proteja de las diferentes formas de malnutrición por déficit o por exceso, lo mismo que de las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes, la hipertensión y algunos tipos de cáncer

Alfonso (2019)<sup>32</sup>, explica que, para comprender el concepto de percepción de alimentación saludable hay que definir primero el concepto de percepción, el cual se plantea como un proceso dinámico que cambia de forma continua en el cual se incluye el ambiente desde el que se percibe, el reconocimiento y la acción en respuesta. Además, el conocimiento que lleva una persona tiene un rol fundamental ya que, determina la percepción construida en diferentes situaciones, objetos o conceptos. Por otra parte, está el concepto de alimentación saludable que es aquella que permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, y tiene que ser suficiente, completa, equilibrada, armónica, segura, adaptada, sostenible y accesible. Esto implica el consumo de una variedad de alimentos para lograr y mantener un peso corporal saludable. También se relaciona con las diversas definiciones que los consumidores pueden tener sobre la ingesta de determinados alimentos, ya que las personas pueden diferir entre sí sobre este concepto. Por lo tanto, el autor define a la percepción de alimentación saludable como:

*“Constructo individual resultado de las experiencias previas de vida de un individuo relacionadas con el proceso de alimentación, experimentado a través de los sentidos, afianzada por los conocimientos y el nivel de desarrollo/madurez, que define los gustos, aceptación e interés por el consumo de diferentes alimentos, cantidades, preparaciones y frecuencia que serán el reflejo del estado de salud - nutrición en las diferentes etapas de la vida” (Alfonso, 2019)<sup>33</sup>.*

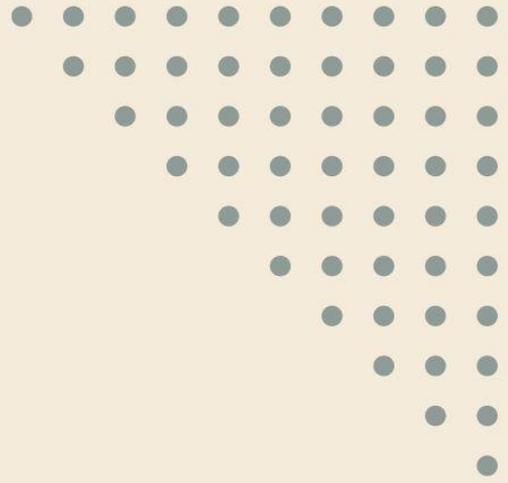
En conclusión, la autopercepción de salud está determinada por múltiples factores, pero es de especial interés conocer la relación entre la salud percibida y los estilos de vida incluyendo los hábitos alimentarios debido a que repercuten favorablemente en el estado de bienestar y, dentro de los hábitos saludables, una alimentación equilibrada es fundamental para prevenir enfermedades (Abellán, Gemma Blázquez, et al, 2016)<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> El objetivo general fue describir la percepción de la alimentación saludable y prácticas alimentarias en adolescentes de 10 a 19 años

<sup>33</sup> Como conclusión final se identifica que las prácticas alimentarias y la concepción que tienen los adolescentes sobre alimentación saludable están relacionadas entre sí y son determinadas tanto por factores externos (entorno alimentario, cultural, escolar y social, nivel socioeconómico) como internos (imagen corporal, conocimientos alimentarios).

<sup>34</sup> El objetivo general de dicha investigación fue determinar si en mayores de 50 años existe asociación entre el estado de salud percibido, una alimentación saludable y otros estilos de vida.



# DISEÑO METODOLÓGICO



## DISEÑO METODOLÓGICO

El tipo de investigación es descriptivo. Se busca especificar las propiedades importantes, en este caso las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de aceptación de los alimentos que integran el bolsón entregado por el Programa MESA y la percepción de alimentación saludable de los beneficiarios del mismo, para ser sometido a análisis.

El tipo de diseño es no experimental y transversal debido a que se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, cuyo propósito es describir variables y su incidencia en un momento dado sin manipulación de las mismas.

Y, por otro lado, es cuantitativa. Cuantitativa debido a que es secuencial y probatorio, se analizan las mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos, y se extrae una serie de conclusiones. Cualitativa ya que se desarrollan preguntas para profundizar el conocimiento y comprensión sobre la temática.

La población son todos los beneficiarios del bolsón alimentario que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata.

La unidad de análisis es cada uno de los beneficiarios del bolsón alimentario que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata.

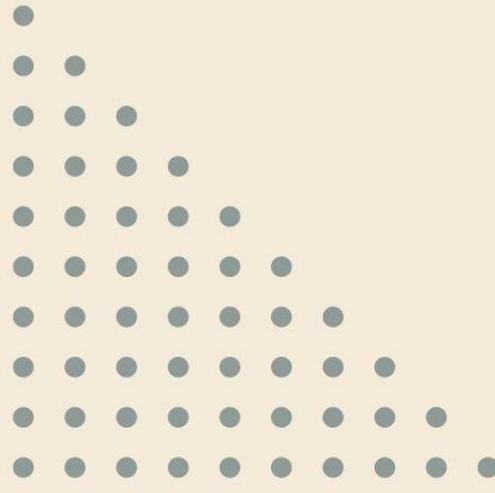
La muestra está conformada por 41 beneficiarios del bolsón alimentario que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, seleccionados de manera no probabilística por conveniencia.

Tabla N°2: Tabla de variables seleccionadas

<b>Variable</b>	<b>Dimensión/indicador</b>	<b>Instrumento de recolección de datos</b>
Edad	-En años cumplidos	Cuestionario on - line: Pregunta abierta
Sexo	-Femenino, -Masculino.	Cuestionario on - line: Pregunta dicotómica
Nivel de educación alcanzado	-Primario: Completo / Incompleto Secundario: Completo / Incompleto Terciario: Completo / Incompleto Universitario: Completo / Incompleto	Cuestionario on - line: Pregunta de múltiple opción
Ocupación	-Estudiante -Empleado/a -Ama de casa - Desempleado -Otro	Cuestionario on - line: Pregunta de múltiple opción.
Número de integrantes del grupo familiar	- Cantidad de personas que viven en el hogar	Cuestionario on - line: Pregunta de múltiple opción.
Preferencias alimentarias	-Nivel de preferencia de los alimentos del bolsón alimentario. -Alimento que agregaría y eliminaría del bolsón alimentario. -Modificación de las preferencias luego de la pandemia. -Factores que influyen en la preferencia.	Cuestionario on - line: - Escala de likert. - Pregunta de elección múltiple. - Preguntas cerradas
Prácticas culinarias	-Forma de cocción utilizadas con los alimentos. - Alimentos del bolsón más utilizados -Alimentos del bolsón menos utilizados motivo y destino de alimentos no utilizados -Preparaciones realizadas con los alimentos. -Combustible utilizado para realizar las preparaciones -Persona encargada de cocinar.	Cuestionario on - line: Preguntas dicotómicas. Pregunta de elección múltiple. Preguntas abiertas.
Grado de satisfacción de los bolsones de alimentos	-Grado de satisfacción sobre la calidad -Grado de satisfacción sobre la cantidad -Grado de satisfacción sobre la variedad - Grado de satisfacción sobre el lapso de tiempo que transcurre entre la entrega de un bolsón y el siguiente.	Cuestionario on - line: Escala de likert.

Percepción sobre alimentación saludable	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Significado de comer saludable.</li> <li>- Percepción de la relación entre alimentación y salud.</li> <li>- Alimentos asociados al concepto de saludable y al concepto de no saludable.</li> </ul>	<p>Questionario on - line: Escala de likert. Preguntas abiertas. .</p>
---	---	--

Fuente: elaboración propia.



# ANÁLISIS DE DATOS

## ANÁLISIS DE DATOS

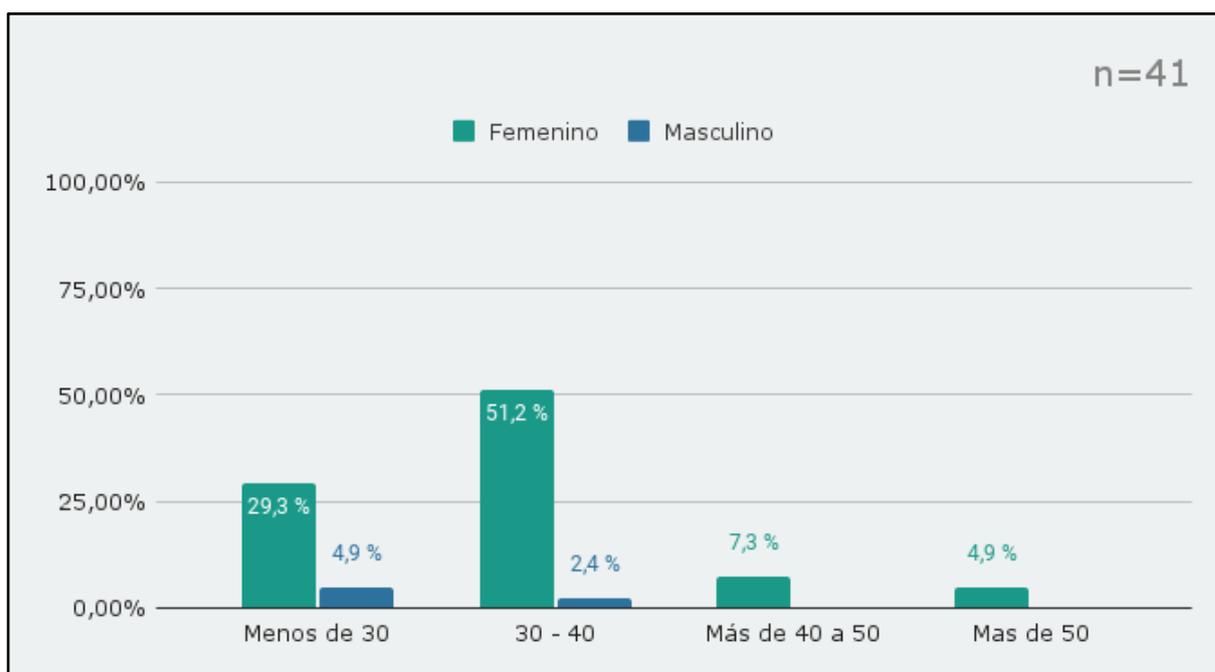
Para la presente investigación se implementó una encuesta on line con preguntas abiertas y cerradas a 41 beneficiarios del bolsón de alimentos entregado por el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires, perteneciente al programa MESA, que a su vez articula con el Servicio de Alimentación Escolar (SAE), el cual está destinado a las familias de los niños que concurren a los comedores escolares de las escuelas bonaerenses.

El bolsón se reparte 1 vez por mes y contiene 1 leche en polvo; 2 paquetes de fideos; 1 paquete de legumbre seca; 2 paquetes de harina 000; 1 paquete de lentejas en envase brik; 1 lata de merluza; 1 lata de atún; 1 paquete de azúcar; 2 paquetes de cacao; 1 paquete de arroz ; 1 lata de choclo; 1 levadura; 1 aceite mezcla; 1 dulce de leche; 1 caja de té de 25 unidades y 1 caja de puré de tomates.

A través de una encuesta online se evaluaron las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolsón y la percepción de alimentación saludable. Los resultados del presente estudio se analizan a continuación.

Inicialmente, se presenta la distribución por edad y sexo de los beneficiarios del bolsón alimentario.

**Gráfico N° 1: Edad y sexo**

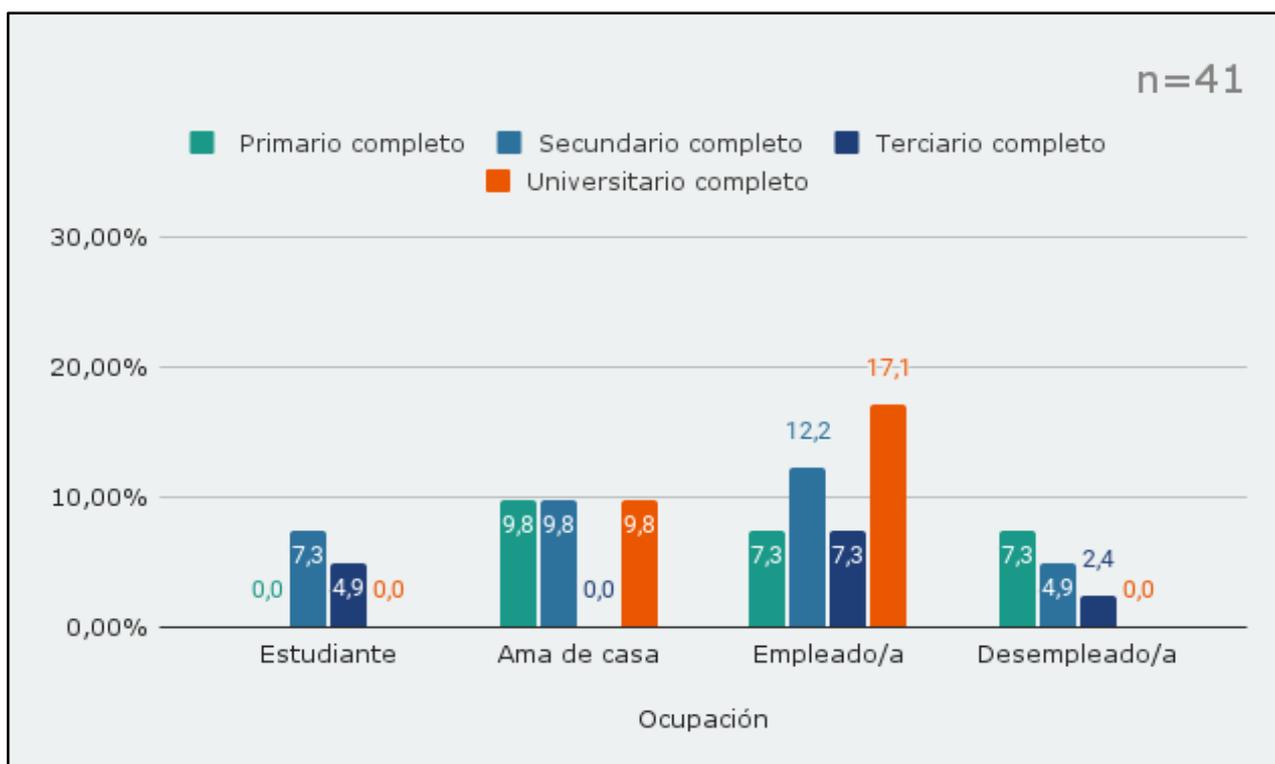


Fuente: elaboración propia.

En el gráfico N°1 se observa que el mayor porcentaje de los encuestados corresponde al sexo femenino. En cuanto a la edad, el rango con mayor porcentaje de respuestas fue de 30 a 40 años, correspondiendo al sexo femenino un 51,2 % y al sexo

masculino un 2,4 %. Le sigue el rango de menor a 30 años con un 29,3 % que corresponde al sexo femenino y un 4,9 % al sexo masculino. Los porcentajes de los rangos de edades que le siguen solo corresponden al sexo femenino, de mas 40 a 50 años con el 7,3 % y, por último, más de 50 años, el 4,9 %. Sumando los resultados de los rangos de edad con mayor porcentaje se puede concluir que la mayor cantidad de beneficiarios posee menos de 30 y entre 30 a 40 años. También, se puede observar que las mujeres son las principales encargadas de la alimentación del hogar y que además, la mayoría de los beneficiarios, que reciben la asistencia alimentaria dada por el gobierno, son jóvenes.

**Gráfico N°2: Ocupación y nivel de educación alcanzado**

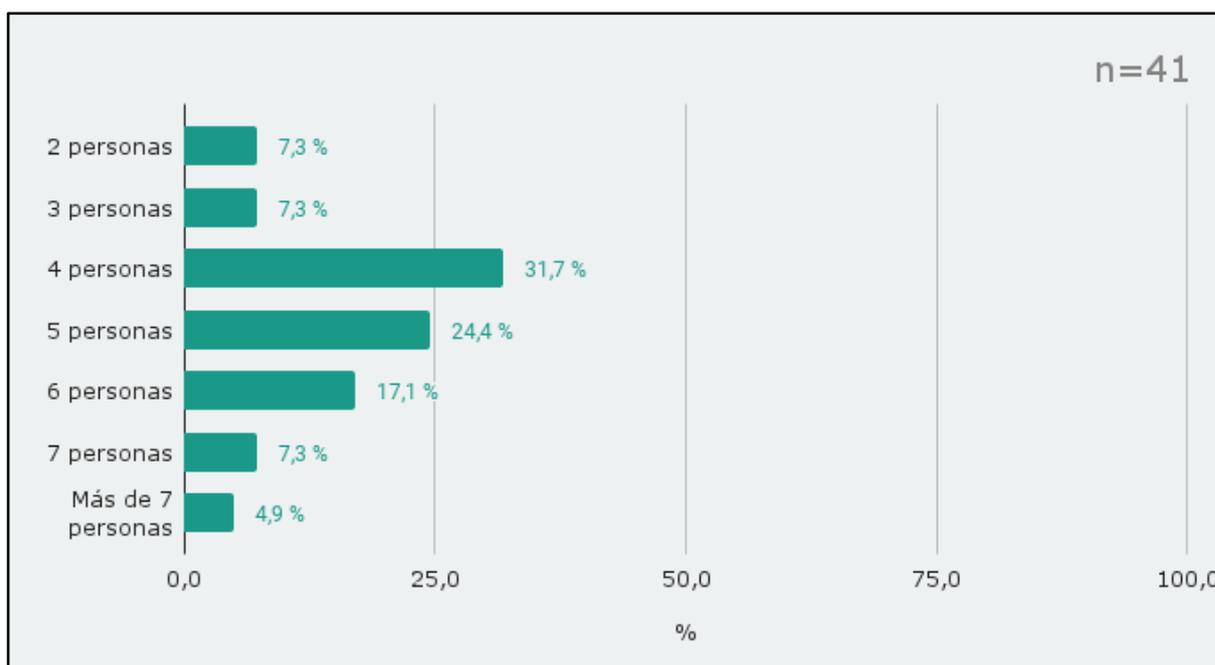


Fuente: elaboración propia

En el gráfico anterior se puede observar que las ocupaciones con mayor porcentaje son empleados, seguidos por amas de casa. En cuanto al nivel de educación alcanzado para la ocupación empleados, un 17,1 % tiene universitario completo y un 12,2% secundario completo. Mientras que las amas de casa tienen un porcentaje equitativo en los 3 niveles de educación alcanzados con un 9,8 %. Con estos resultados se puede analizar que los beneficiarios que tienen el secundario completo o alcanzaron algún título terciario o universitario, tienen más posibilidades en el mercado laboral, como se refleja en el gráfico. Sin embargo, solo el 34,2 % del total de los encuestados tiene el secundario completo, un 24,4 % el primario completo. Los resultados hallados en la presente investigación son

similares y coinciden en su gran mayoría con los encontrados por Ramos (2019)<sup>35</sup> en cuanto al nivel de educación alcanzado principalmente en los niveles primario y secundario, siendo que el 28 % había completado el primario, el 33 % tenía el secundario incompleto y el 2 % el nivel terciario o universitario completo. Esto da el indicio de que las personas que reciben ayudas, ya sea mediante las escuelas, municipios o diferentes programas, por lo general, tienen un nivel educativo bajo o medio.

**Gráfico N°3: Personas que conviven el hogar**

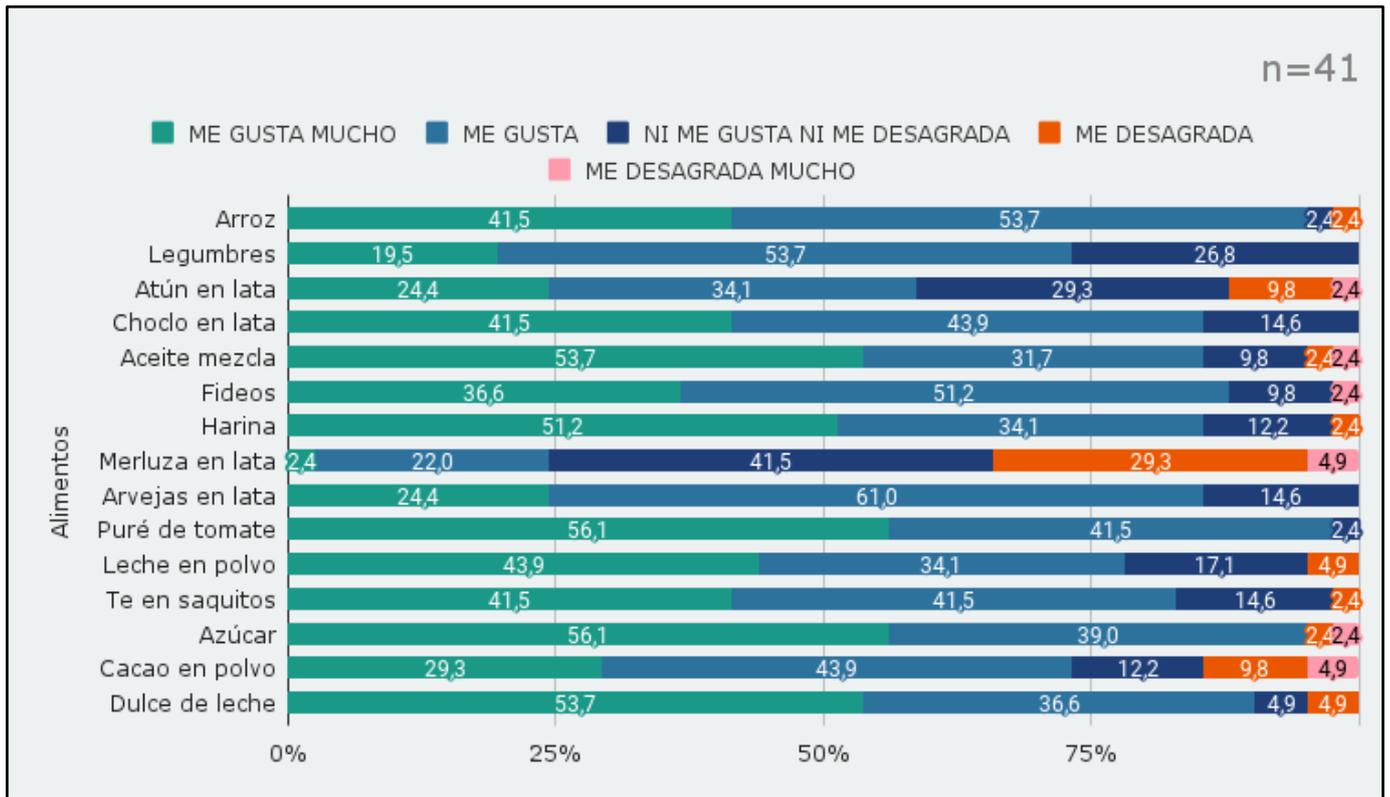


Fuente: elaboración propia

En el gráfico N°3 se refleja el número de personas que conviven en el hogar de los beneficiarios. En el 31,7 % de los casos, conviven 4 personas, en el 24,4 % conviven 5 personas, en el 17,1 %, 6 personas. Seguido de un 7,3 % que conviven con 7, 3 y 2 personas, y un 4,9 % con más de 7 personas. De lo que se concluye que más de la mitad de los hogares poseen más de 4 integrantes.

<sup>35</sup> El objetivo general del presente trabajo es evaluar el alcance del programa de entrega de bolsones de alimentos implementado por el nivel local de gobierno en la ciudad de Bahía Blanca para dar respuesta a la necesidad alimentaria.

**Gráfico N°4: Preferencias de los alimentos que se encuentran en el bolsón**



Fuente: elaboración propia.

Respecto al gráfico N°4 se puede observar que los alimentos con mayor porcentaje seleccionados en la categoría “me gusta mucho” fueron el azúcar con 56,1%, el puré de tomate con 56,1% y, por último, el dulce de leche y el aceite mezcla con 53,7% cada uno. Luego con un 43,9 % la leche en polvo; y con 41,5 % el té en saquitos, el choclo en lata y el arroz. La causa de estos resultados podría ser a que son alimentos de consumo masivo y los mismo se utilizan para realizar más de una preparación de cocina.

En la categoría “me gusta” los resultados obtenidos son 61 % para arvejas en lata; 53,7 % para arroz y legumbres; 51,2 % para fideos; 43,9 % para choclo en lata y cacao en polvo; 41,5 % para puré de tomates y té en saquitos; 39 % para azúcar; 26,6 % para dulce de leche; 34,1 % para atún en lata, harina y leche en polvo. Y, por último aceite mezcla con 31,7 %.

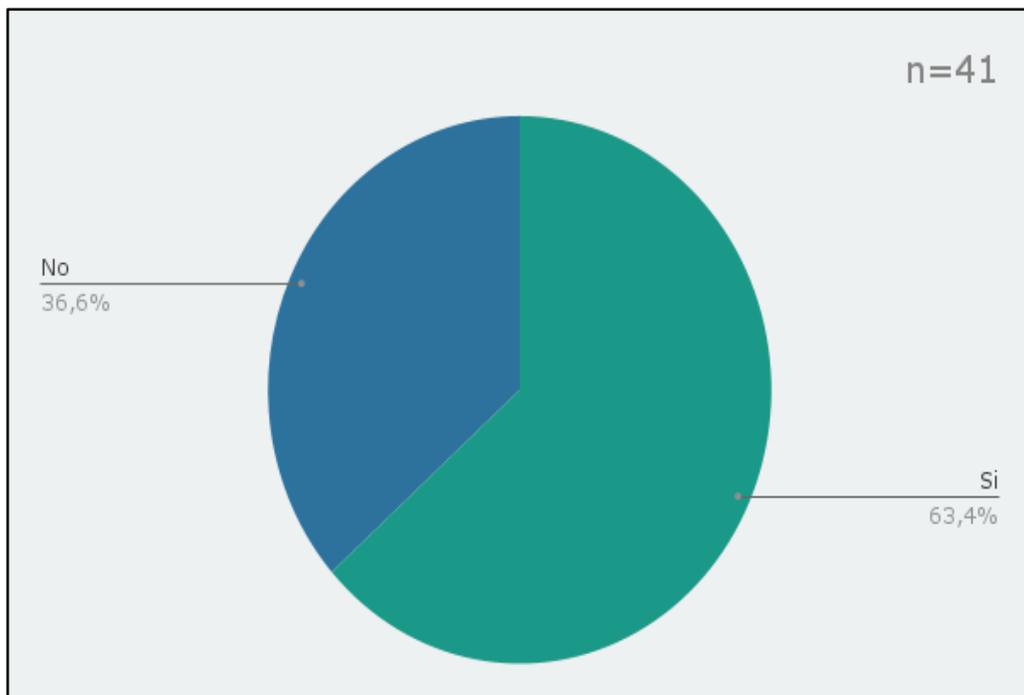
En la categoría “ni me gusta ni me desagrada” el mayor porcentaje, un 41,5 %, lo presenta la merluza en lata seguido de el atún en lata con un 29,3 % y las legumbres con un 26,8 %.

En la categoría “me desagrada” el mayor porcentaje con 29,3 % es para merluza en lata, seguido de atún en lata y cacao en polvo con 9,8 %. Luego con 4,9 % leche en polvo y, por último con 2,4 % arroz, aceite mezcla, harina, té en saquitos y azúcar.

Mientras que en la categoría “me desagrada mucho” con 4,9% cada uno, el cacao en polvo y la merluza en lata. Y con 2,4% el atún en lata, aceite mezcla, fideos y azúcar.

En estas tres últimas categorías se pueden observar resultados similares en cuanto al atún en lata y a la merluza, esto podría deberse a que los beneficiarios no saben en qué comida o preparación utilizar estos ingredientes, o en que no se está acostumbrado a consumirlo.

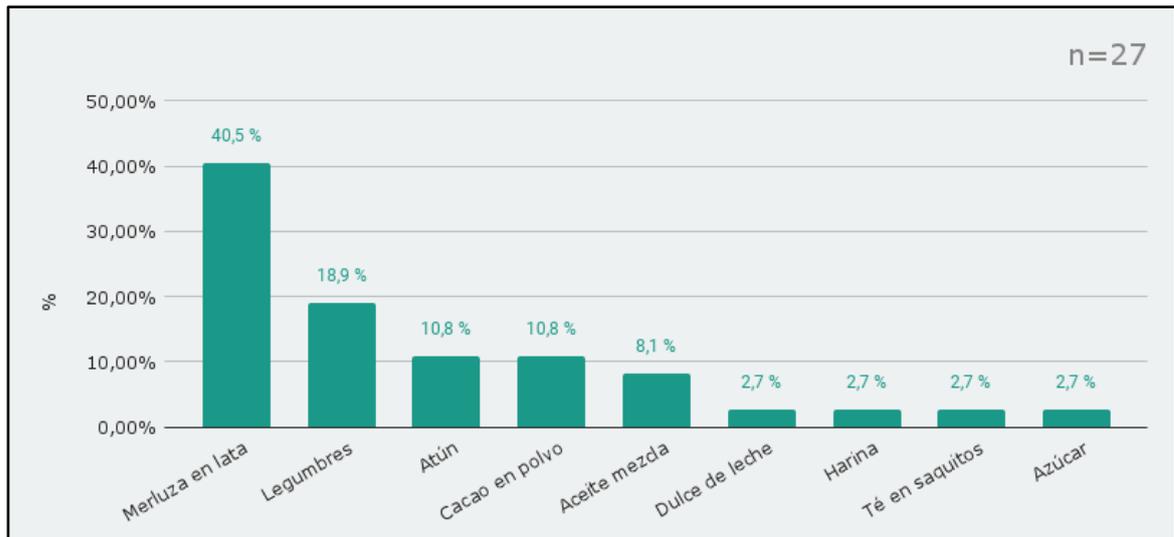
**Gráfico N°5: Considera importante eliminar algún alimento del bolsón**



Fuente: elaboración propia

En el gráfico N°5 en relación a la pregunta si preferirían que algún alimento no esté en el bolsón, 63,4 % beneficiarios contestaron que sí y 36,6 % beneficiarios contestaron que no.

**Gráfico N°6: Alimentos que preferiría que no estén en el bolsón**



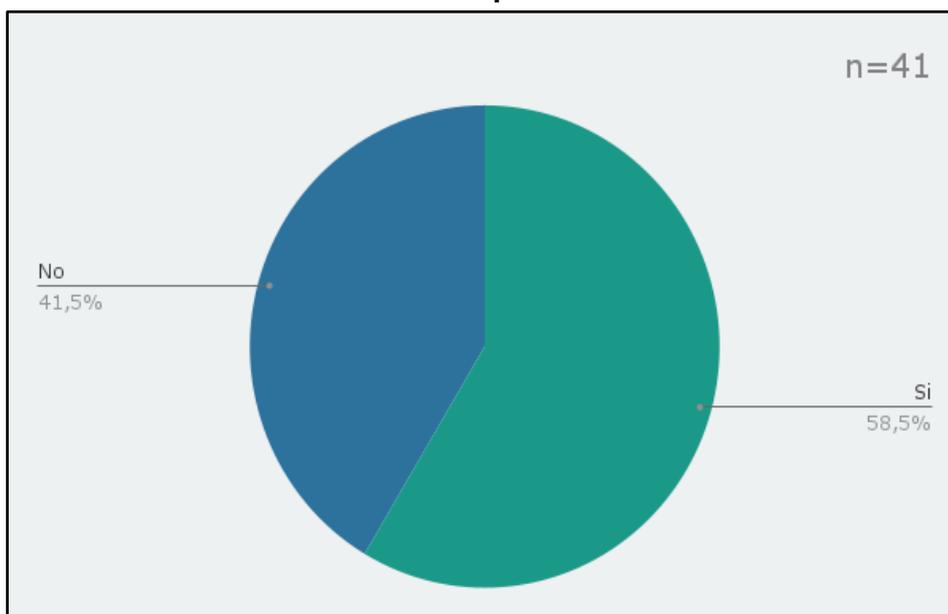
Fuente: elaboración propia.

Al indagar sobre qué alimentos preferirían que no estén en el bolsón, un 40,5 % respondió merluza en lata; un 18,8 % legumbres, un 10,8 % atún y cacao en polvo. Seguido de aceite mezcla con un 8,1 % y por último dulce de leche, harina, té en saquitos y azúcar con un 2,7 %.

Con respecto a los alimentos recién mencionados se puede encontrar una coincidencia con el gráfico N°4 y las variables “me desagrada mucho” y “ni me gusta ni me desagrada”, ya que los beneficiarios coincidieron en ambas respuestas eligiendo los mismos alimentos tales como merluza en lata, legumbres, cacao en polvo, aceite mezcla y azúcar.

Estas respuestas muestran diferencias en cuanto a los resultados hallados en la investigación de Fernandez (2012), ya que cuando se les realizó la pregunta si deseaban cambiar algún alimento que se brindada en el bolsón, la mayor cantidad de respuestas fue para los alimentos postres de leche, fideos, yerba y polenta

**Gráfico N°7: Preferencia de incorporar otros alimentos al bolsón**



Fuente: elaboración propia

En el gráfico N°6 frente a la pregunta si incorporaría algún alimento al bolsón un 58,5 % de los beneficiarios contestó que sí y un 41,5 % que no.

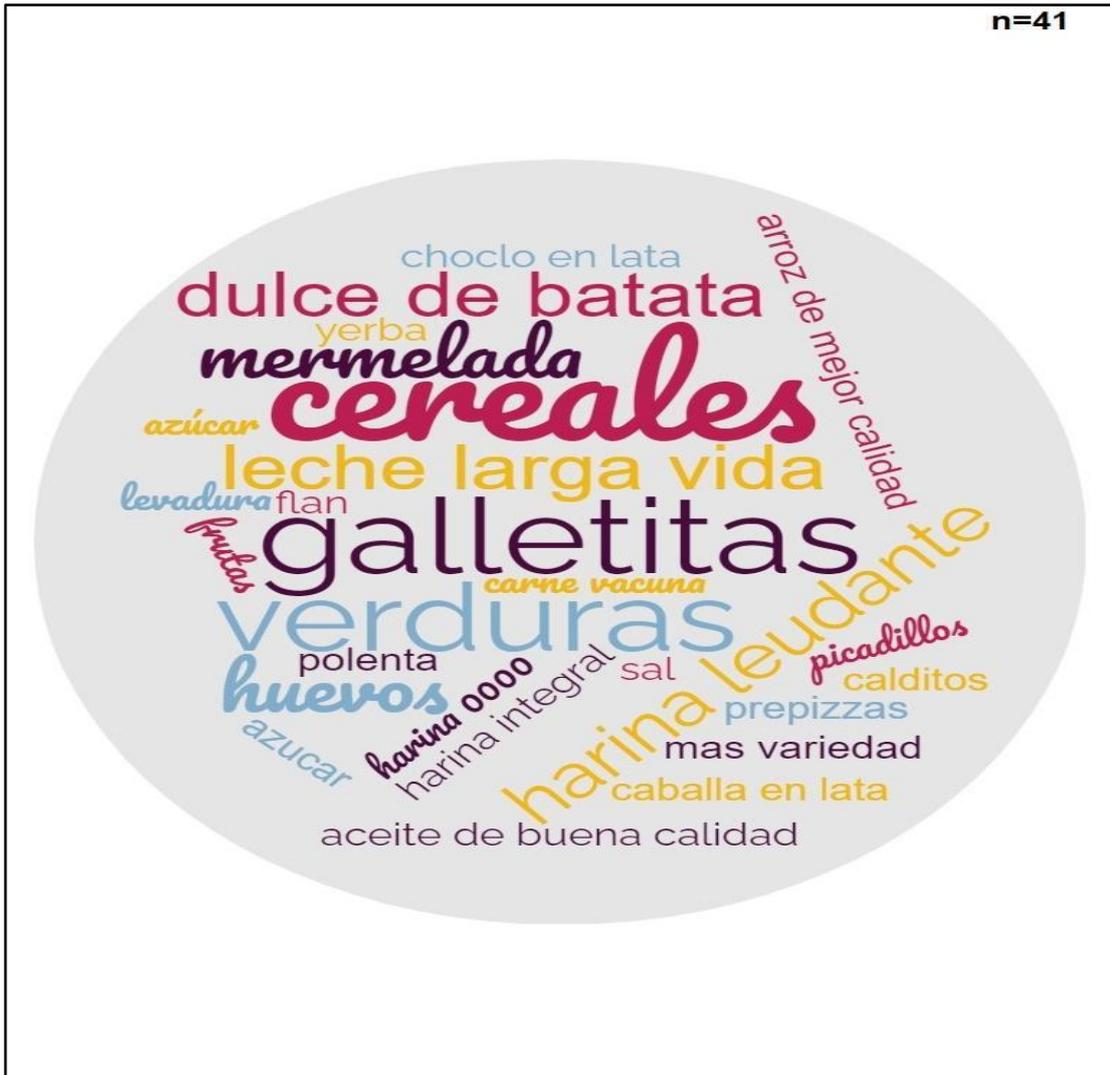
Luego en la imagen N°1 se les realizó la pregunta abierta sobre qué alimentos agregarían, y las respuestas que más se repitieron fueron galletitas, leche, verduras y cereales, refiriéndose a leche larga vida en caja, ya que si bien en el bolsón se realiza la entrega de leche la misma es en polvo, y no le dan la misma utilidad. Respecto a los otros alimentos mencionados. galletitas y cereales, manifestaron que antes los entregaban y actualmente no los están enviando más. Esto es de suma importancia, ya que constituye uno de los alimentos principales en el desayuno y merienda de las familias, principalmente de los niños.

Luego se mencionaron verduras, huevos, mermelada y dulce de batata, siendo esto último mencionado como opciones que a los niños del hogar les gusta desayunar y merendar.

Por último una de las palabras que más mencionaron fue “calidad”, y esto puede deberse a la calidad de los productos que trae el bolsón, los cuales por lo general no son de marcas conocidas en el mercado, y que generalmente contienen muchos aditivos, colorantes, azúcar, entre otros ingredientes, que pueden resultar perjudiciales para la salud. Algunas de las frases mencionadas fueron “Aceite de buena calidad”; “Arroz de mejor calidad”.

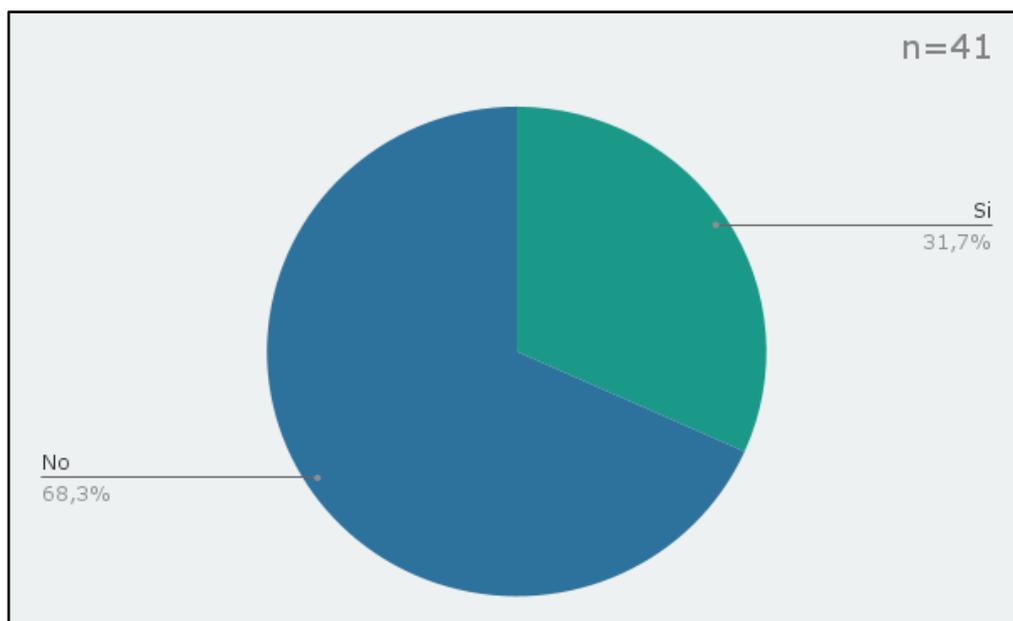
Imágen N°1: Alimentos que agregarían al bolsón

n=41



Fuente: elaboración propia

**Gráfico N°8: Modificación de preferencias alimentarias a causa de la pandemia**



Fuente: elaboración propia

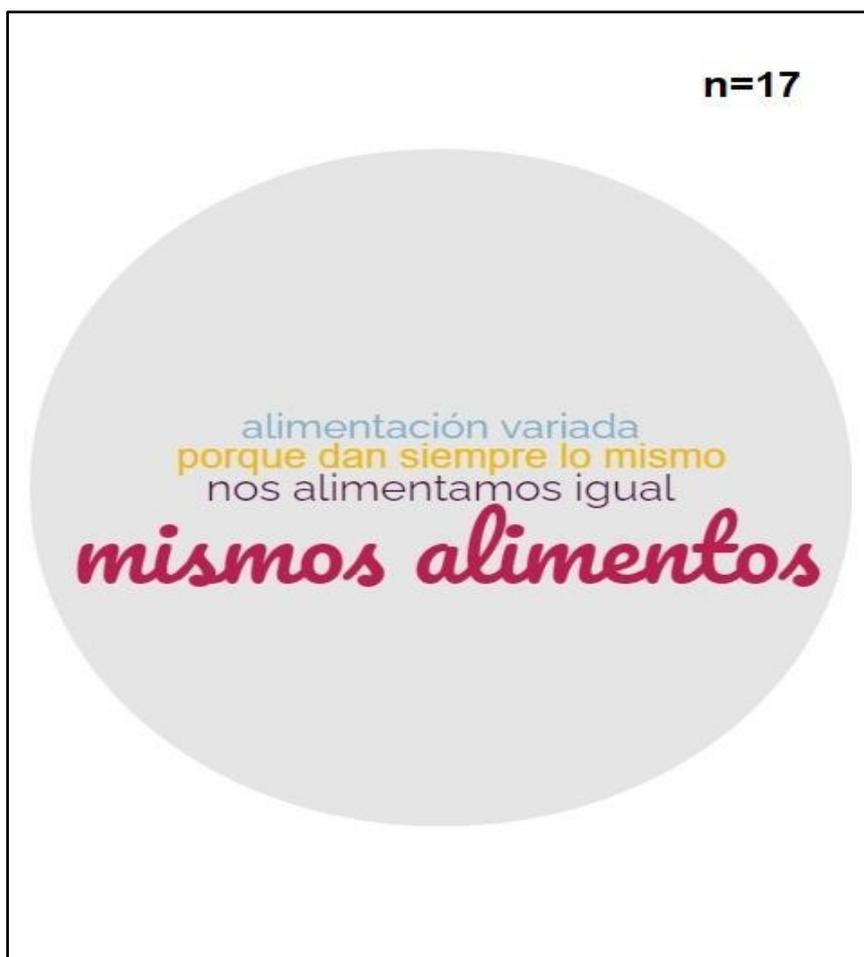
Frente a la pregunta si las preferencias alimentarias habían sido modificadas a causa de la pandemia, un 68,3 % de los beneficiarios respondió que no y un 31,7 % que si.

**Imágen N°2: Motivos por los que cambiaron las preferencias alimentarias**



Fuente: elaboración propia

**Imágen N°3: Motivos por los que no cambiaron las preferencias alimentarias**

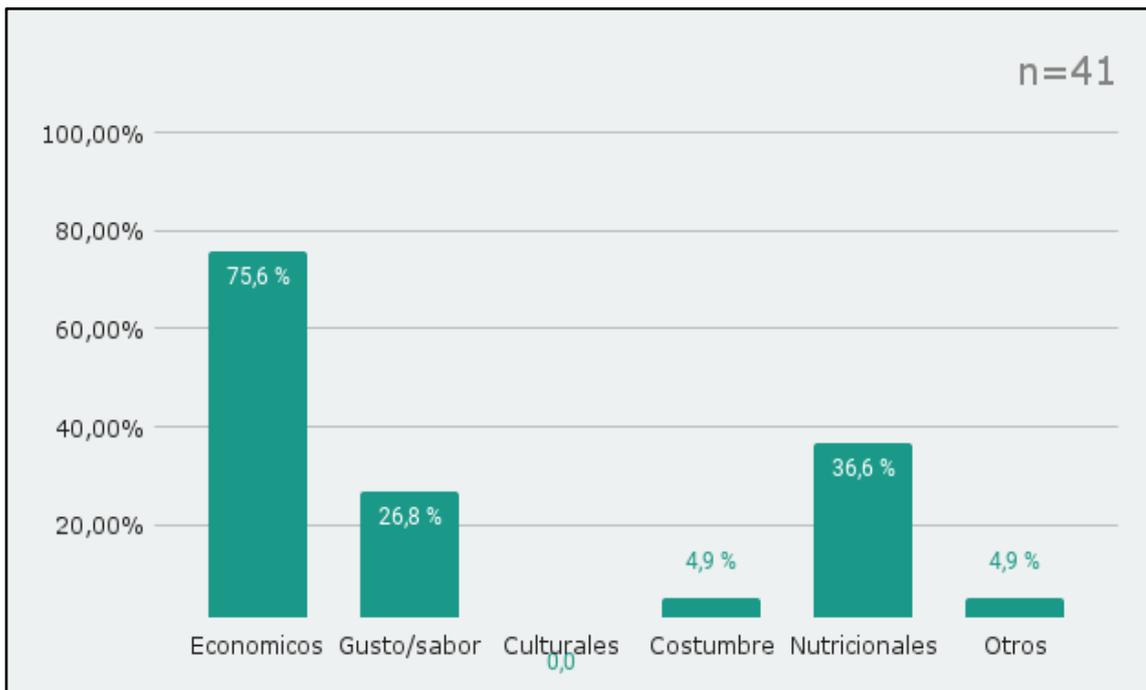


Fuente: elaboración propia

Con respecto a la imagen N°2 cuando se le pregunta a los beneficiarios sobre los motivos en los cambios de las preferencias después de la pandemia, los motivos y palabras más mencionados fueron “más harinas”, “más legumbres” “motivos económicos”, Entre las causas se mencionaron, “Comemos más harinas después de la pandemia, y al quedarme sin trabajo no tuvimos muchas opciones para consumir otras cosas”; “Cambió porque empezamos a ingerir más harina y legumbres que tal vez antes no comíamos tanto”; “Nos dimos cuenta que las legumbres nos gustan, porque antes no lo comíamos”.

Con respecto a la imagen N°3, se observan los motivos por los que las preferencias alimentarias no cambiaron. Entre ellos, “Siempre nos alimentamos igual. Quizás en pandemia encerrados comimos mucho más pero de igual calidad”; “Consumimos los mismos alimentos antes de la pandemia”; “Continúe consumiendo lo mismo”; “Siempre tuvimos la misma dieta”; “Siempre nos arreglamos con lo que tenemos”; “Mantuve mi alimentación”.

**Gráfico N°9: Factores que influyen en las preferencias alimentarias**



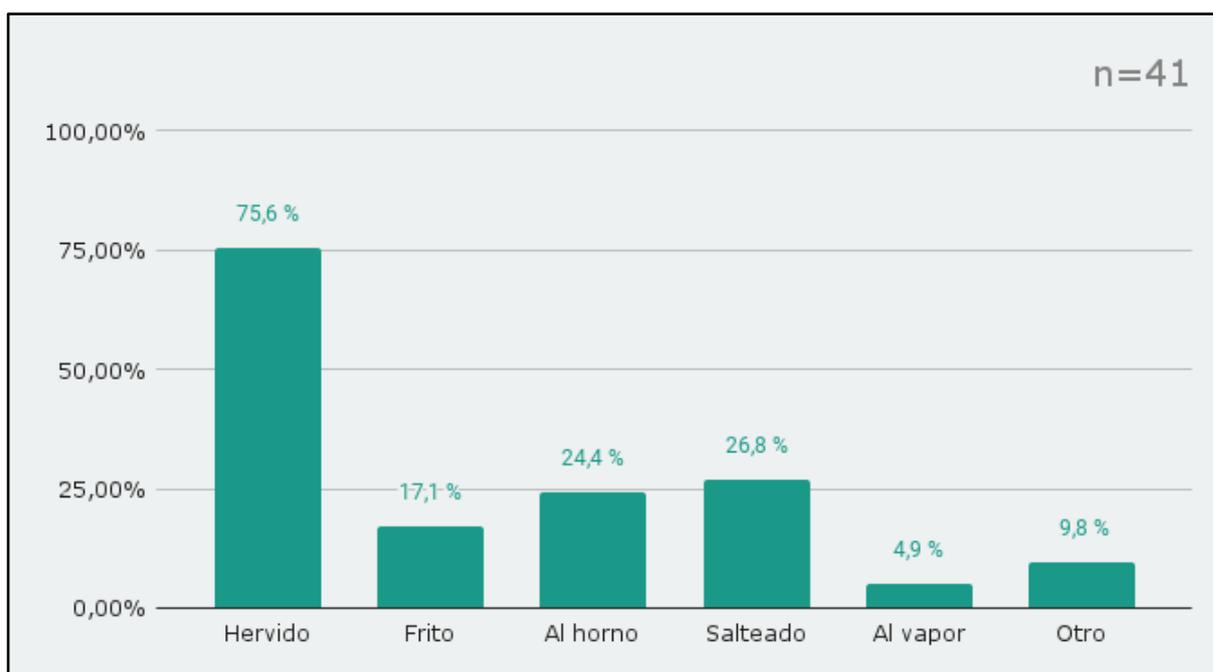
Fuente: elaboración propia

En el gráfico N°9 se observan los factores que influyen en las preferencias alimentarias. La mayoría de los beneficiarios coincidieron en que el factor económico es el que más influye, con un 75,6 %, seguido de los nutricionales con el 36,9 %. Luego el gusto/sabor con un 26,8 %, costumbre y otros motivos con un 4,9 %.

El factor económico es de suma importancia al momento de elegir comprar uno u otro alimento ya que va a depender del poder adquisitivo de cada familia. Esto puede asociarse con lo reflejado en el gráfico N°2, donde se observa que un 15,2 % de los beneficiarios se encuentra en situación de desempleo, y como consecuencia tendrían que recurrir a consumir principalmente lo que trae el bolsón. Lo mismo sucede con el factor nutricional y el gusto/sabor, al no tener el poder adquisitivo para comprar determinados alimentos que sean de su consumo habitual, de una mejor calidad, o adecuados a sus gustos.

El ámbito de residencia junto al contexto socioeconómico determinan la disponibilidad y el acceso a los alimentos que a su vez influyen en el comportamiento alimentario y como consecuencia en el estado nutricional (Burgos y Oyhenart, 2021).

**Gráfico N°10: Formas de cocción más utilizadas con los alimentos del bolsón**

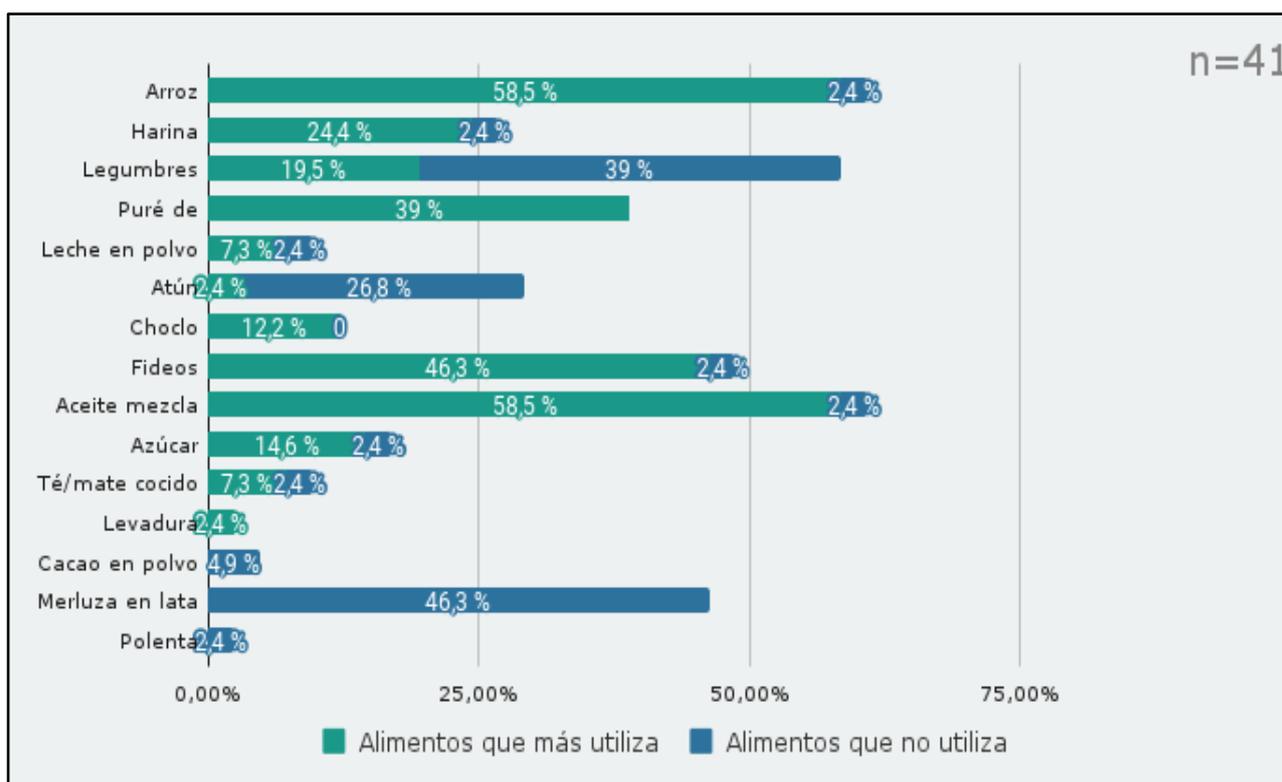


Fuente: elaboración propia

Respecto al gráfico N° 10, frente a la pregunta sobre las formas de cocción utilizadas, se puede observar que el método más utilizado fue el hervido, con un 75,6 %; luego el salteado con 26,8 %; al horno con 24,4 %. Le sigue la fritura con 17,1 %, otro método de cocción con 9,8 % y por último al vapor con 4,9 %.

Esto coincide con lo analizado en el gráfico N°14, donde se observan que las preparaciones que más realizan las familias beneficiarias con los alimentos entregados en el bolsón son guisos, arroz con el agregado de otros alimentos, fideos con tuco, ensalada de legumbres, entre otras.

**Gráfico N°11: Alimentos más y menos utilizados del bolsón al momento de cocinar**

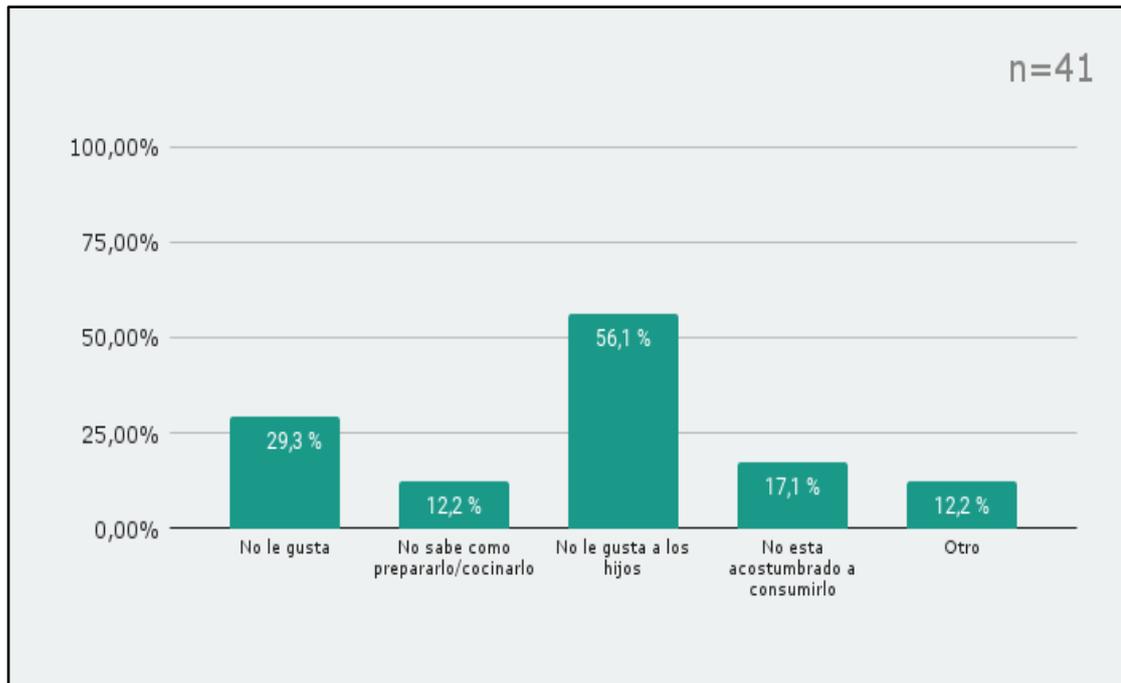


Fuente: elaboración propia

Al indagar sobre los alimentos que más utilizan al momento de cocinar, el mayor porcentaje de respuestas fue para arroz y aceite mezcla con un 58,5 %, seguido de fideos con un 46,3 %, puré de tomates con un 39 %, y harina con un 24,4 %. Luego siguen con un 19,5 % legumbres, azúcar con el 14,6 %, choclo con el 12,2 %, leche en polvo y té/mate cocido con un 7,4 % y, por último, atún y levadura con un 2,4 %. Con estos resultados se puede observar que los alimentos que más utilizan al momento de cocinar son alimentos fuente de hidratos de carbono, de consumo habitual, rendidores y que, además, sirven para preparar diferentes tipos de comidas.

Luego se les realizó la pregunta sobre los alimentos no utilizan del bolsón y las respuestas fueron un 46,4 % para merluza en lata, un 39 % para legumbres, un 26,8 % para atún, un 4,9 % para cacao en polvo, y un 2,4 % para arroz, harina, leche en polvo, fideos, aceite mezcla, azúcar, te/mate cocido y polenta. Estos resultados coinciden con los del gráfico N°4, en relación a las preferencias alimentarias, donde en las categorías “ni me gusta ni me desagrada” y “me desagrada mucho” la merluza en lata es la que mayor porcentaje de respuestas obtuvo, al igual que las legumbres y el cacao en polvo. Con esto se puede deducir que se trata de productos que no son de consumo habitual, que no conocen con qué alimentos combinarlos o cómo cocinarlos, por ejemplo en el caso de las legumbres.

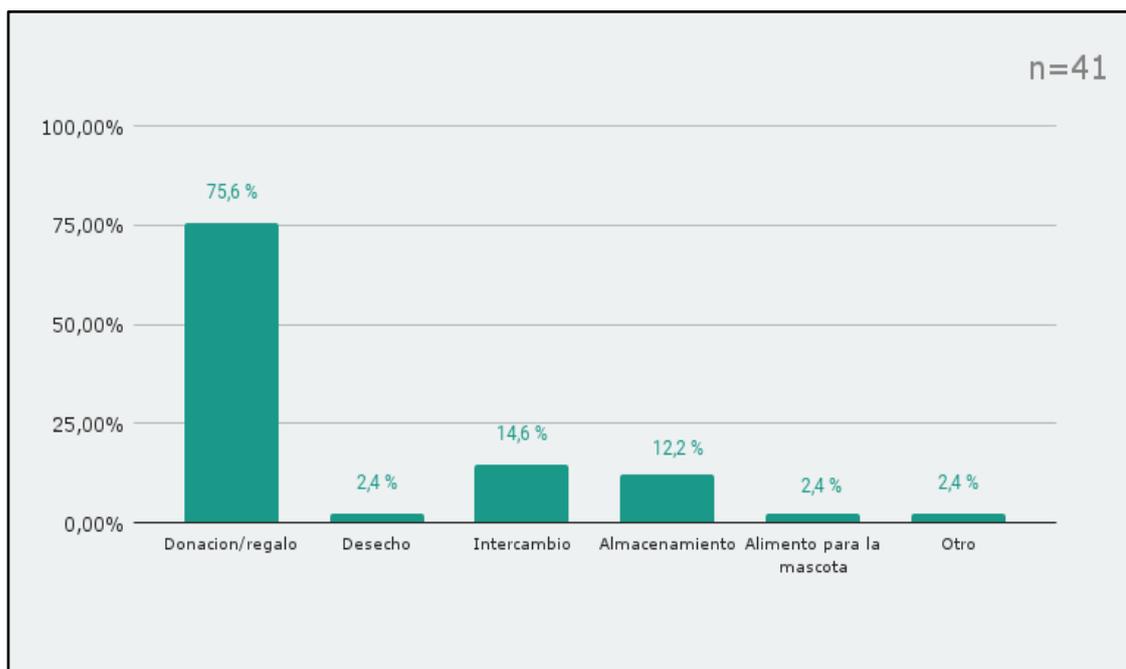
**Gráfico N° 12: Motivos por los que no utilizan los alimentos**



Fuente: elaboración propia

En el gráfico N°12 se observan los motivos por los cuales no utilizan los alimentos mencionados anteriormente. Más de la mitad, 56,1 %, contestó que no le gusta a los hijos; seguido de un 29,3 % que no le gusta al encuestado, un 17,1 % que no está acostumbrado a consumirlo y el 12,2 % que no sabe como prepararlo y otros motivos que no son especificados. En estas respuestas queda reflejado que los mayores condicionantes al momento de preparar una comida son los gustos, de los hijos y los propios. Por otro lado, se puede hacer énfasis en que los adultos no están acostumbrados a consumir determinados alimentos, pudiendo ser consecuencia de no haberlos probado, no saber prepararlos, o no tener conocimiento sobre los beneficios que aporta para el organismo y la alimentación.

**Gráfico N° 13: Destino que se le da a los alimentos no utilizados**



Fuente: elaboración propia

De acuerdo al gráfico N° 13, se puede observar que el mayor destino que le dan a los alimentos no utilizados del bolsón, con 75,6 % es la donación/regalo, seguido del intercambio con un 14,6 %, el almacenamiento con 12,2 %. Por último, con 2,4% el desecho, alimento para la mascota y otros destinos.

Se puede analizar que a los beneficiarios no les gusta desperdiciar o generar desecho con los alimentos y optan en su mayoría por donarlos o regalarlos.

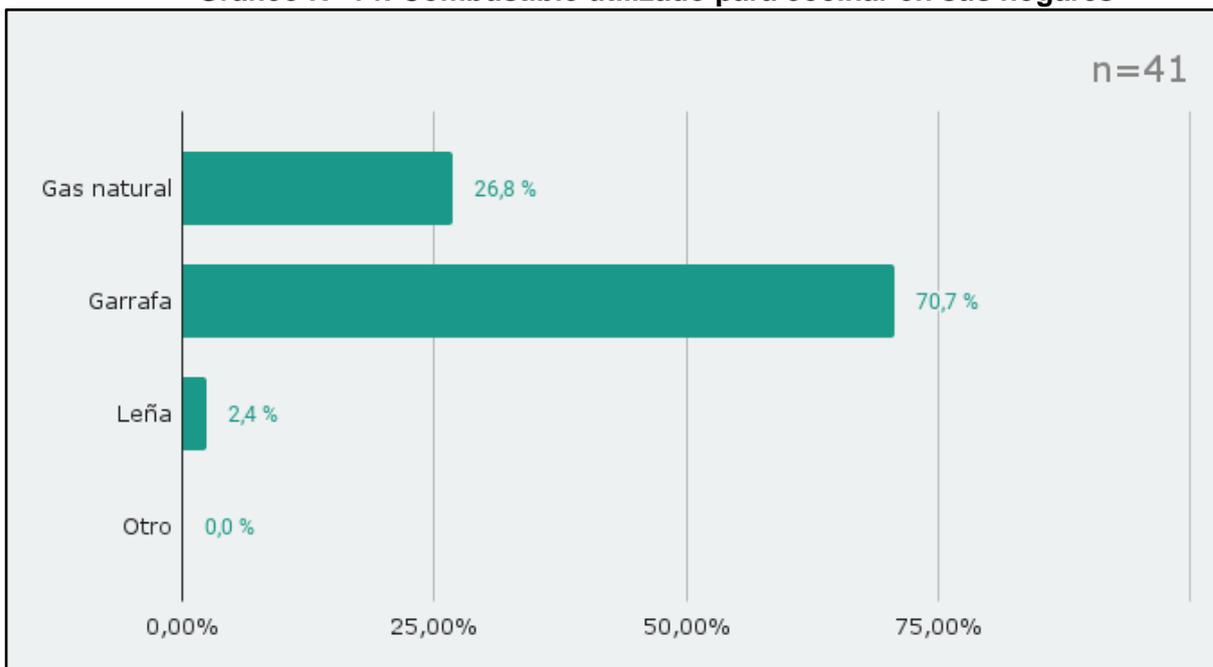
Imágen N°4: Preparaciones que más se realizan en el hogar con los alimentos del bolsón



Fuente: elaboración propia

Analizando la imagen N°4, se puede visualizar que las palabras más repetidas por los beneficiarios son “Guisos”, “Fideos con tuco”, “Arroz”, “Pan casero”, “Ensaladas”, “Tartas”, “Fideos” y “Tortas fritas”. Se puede concluir que las preparaciones más realizadas en los hogares son comidas a base de hidratos de carbono, ya sea para los desayunos/meriendas como para los almuerzos/cenas, esto puede deberse a que son los alimentos de los cuales más unidades entregan en el bolsón y, además, son los más rendidores.

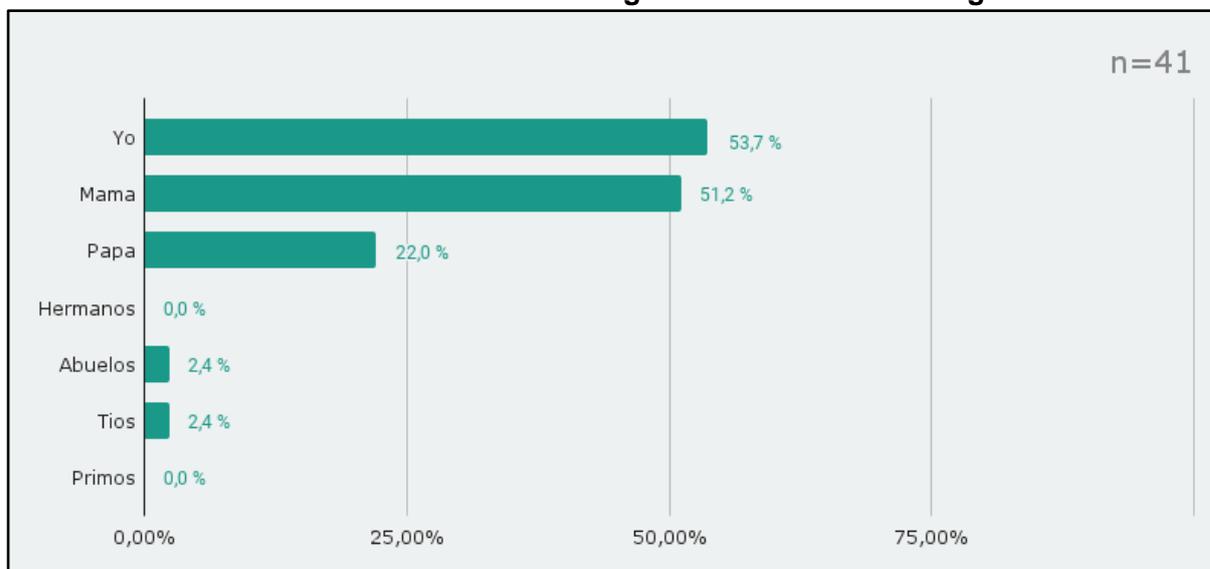
**Gráfico N° 14: Combustible utilizado para cocinar en sus hogares**



Fuente: elaboración propia

Respecto al gráfico N° 14, se observa que el combustible más utilizado para cocinar es la garrafa con 70,7%, dado que la mayor parte de los beneficiarios viven en zonas alejadas donde no llega el gas natural. Le sigue el gas natural con 26,8%, y por último a leña con 2,4%.

**Gráfico N° 15: Persona encargada de cocinar en el hogar**

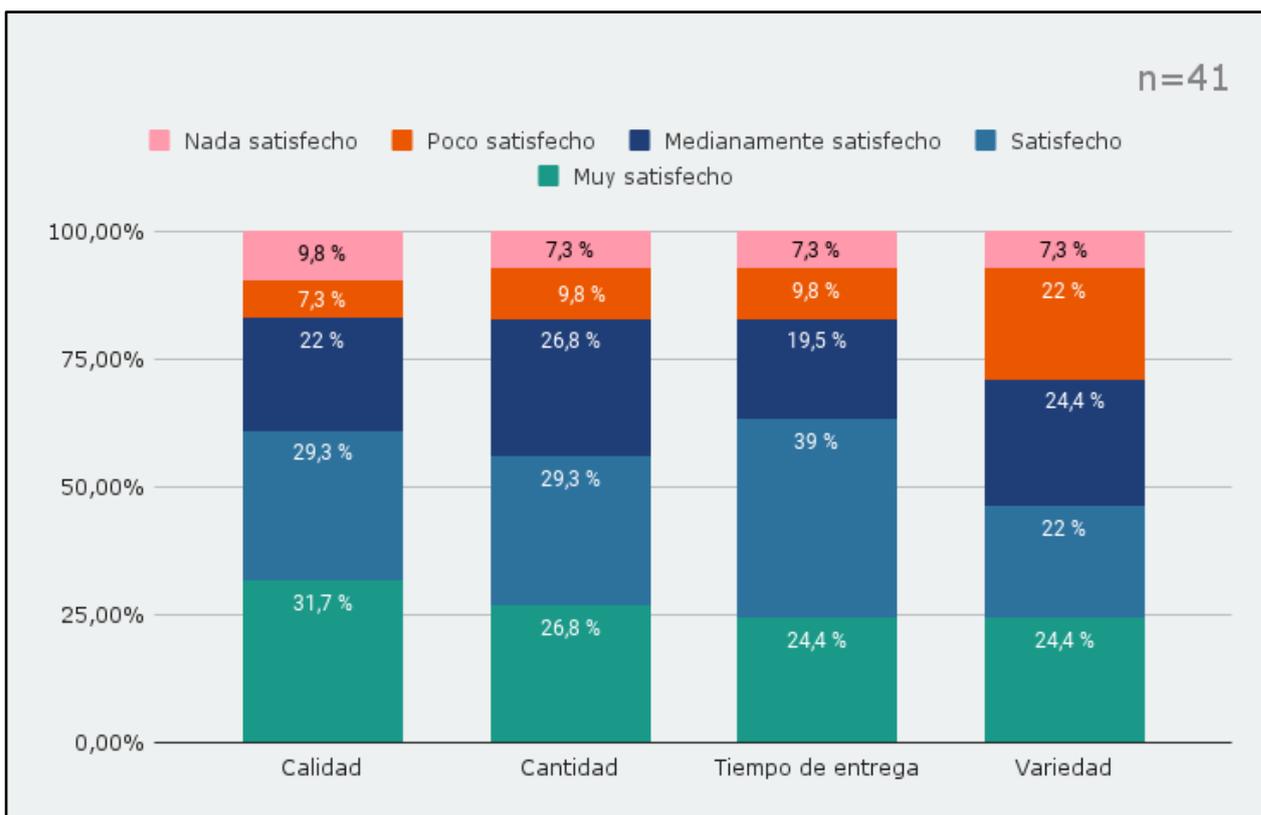


Fuente: elaboración propia

Analizando el gráfico N° 15, en el cual se podía seleccionar más de una opción, se puede observar que el mayor porcentaje de respuestas fue para los mismos beneficiarios

con un 53,7 %. Seguido de mamá con 51,2 %; papá con un 22 %; abuelos y tíos con 2,4 % cada uno. Por último las categorías hermanos y primos no fueron seleccionadas por ningún beneficiario. Gonzalez y Diaz (2015), argumentan que en la mayoría de las familias, las mujeres tienen la responsabilidad fundamental de alimentar a los niños, por tal motivo, la madre es considerada como la principal responsable de la transferencia de las pautas alimentarias saludables.

**Gráfico N° 16: Grado de satisfacción en cuanto a la calidad, cantidad, tiempo de entrega y variedad de los alimentos del bolsón**



Fuente: elaboración propia.

Para evaluar la satisfacción que presentan con respecto a los alimentos del bolsón, se utilizó una escala de 5 categorías, que contempla desde el “muy satisfecho” a “nada satisfecho”.

En referencia a la calidad, un 31,7% se encuentra “muy satisfecho”, un 29,3% “satisfecho” y un 22% “medianamente satisfecho”. Por otro lado, para las categorías “poco satisfecho” y “nada satisfechos” sus porcentajes fueron 7,3 % y 9,8 % respectivamente.

Mientras que al analizar la satisfacción respecto a la cantidad de los alimentos, el 26,8% expresó “muy satisfecho”, seguido de “satisfecho” con 29,3 %, “medianamente satisfecho” 26,8, 9,8 % para “poco satisfecho” y por último 7,3 % “nada satisfecho”.

Respecto al tiempo de entrega, el mayor de respuestas fue para “satisfecho” con un 39 %, seguido de “muy satisfecho” con 24,4 %. Luego, 19,5 % para “medianamente satisfecho”; “poco satisfecho” con 9,8 y, por último 7,3 % “nada satisfecho”.

En cuanto a la variedad de alimentos entregados en el bolsón se puede observar un porcentaje equitativo en 4 categorías. Por un lado “muy satisfecho” y “medianamente satisfecho” 24,4 %, seguido de “satisfecho” y “poco satisfecho” con 22 %. Por último, “nada satisfecho” 7,3 %.

Con estos resultados se puede concluir que los beneficiarios tienen un alto grado de satisfacción respecto a la cantidad, calidad y tiempo de entrega de los alimentos entregados en el bolsón, ya que las categorías “Muy satisfecho”, “Satisfecho” y “Medianamente satisfecho” fueron las que en general obtuvieron mayor porcentaje. Por el contrario, cuando se evalúa la variedad de los alimentos este resultado da diferente a las otras categorías, destacando que un 22 % de los encuestados refiere estar “poco satisfecho”.

**Imágen N°5: Percepción del significado de comer saludable**



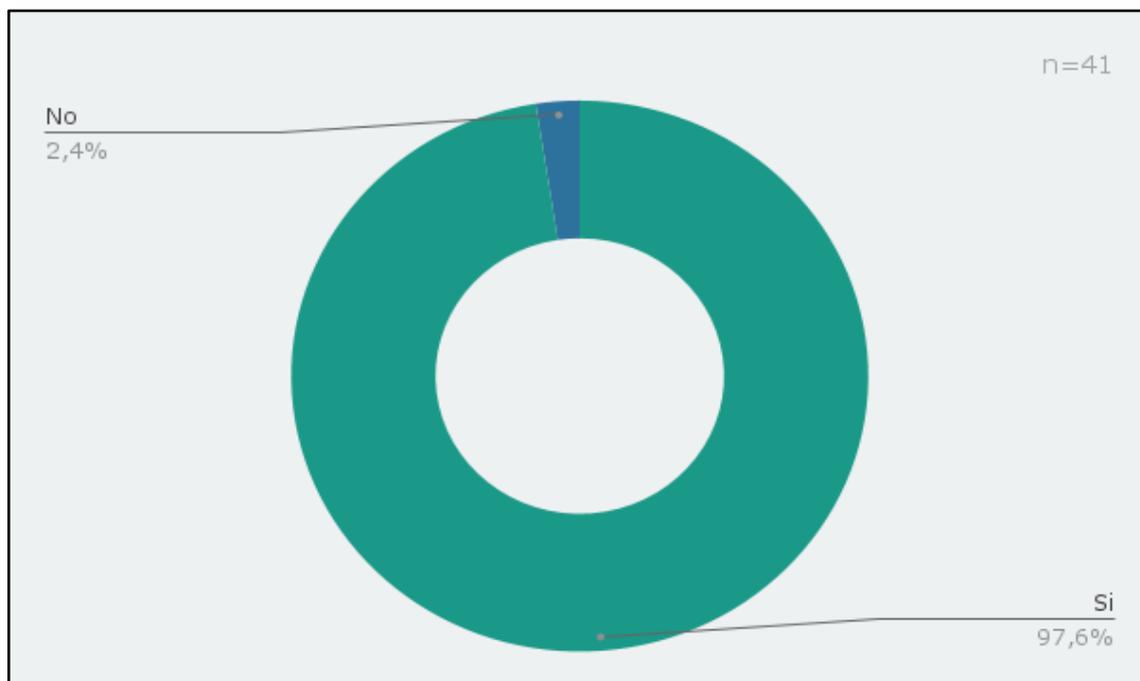
Fuente: elaboración propia.

En cuanto a la imagen N° 5, refleja las respuestas para el significado de comer saludable. La mayor parte de los encuestados dieron como respuesta “comer variado”, “comer alimentos saludables”, “cuidar la salud”, “realizar las cuatro comidas” y “comer con moderación”. Se puede analizar que para la mayoría de los beneficiarios, el concepto de alimentación saludable está directamente relacionado con el consumo de frutas y verduras, carnes y lácteos y con una disminución en la cantidad de alimentos fritos. Algunas de las

respuestas fueron “Comer menos harinas y más verduras, ir variando los alimentos”; “Comer variado, frutas, verduras, carne, pollo”; “Comer verduras, comer menos frito, comer todas las comidas desayuno y merienda, comer frutas”; “Vivir una vida mejor en salud”.

Se destaca principalmente como saludable una alimentación que incluya frutas y verduras, lácteos y carnes, y que sea variada.

**Gráfico N° 17: Percepción de la influencia de la alimentación sobre la salud**



Fuente: elaboración propia

De acuerdo al gráfico N° 20, frente a la pregunta, si consideran que la alimentación tiene influencia sobre la salud, un 97,6 % de los encuestados, contestaron que sí, mientras que sólo un 2,4 % respondieron que no.

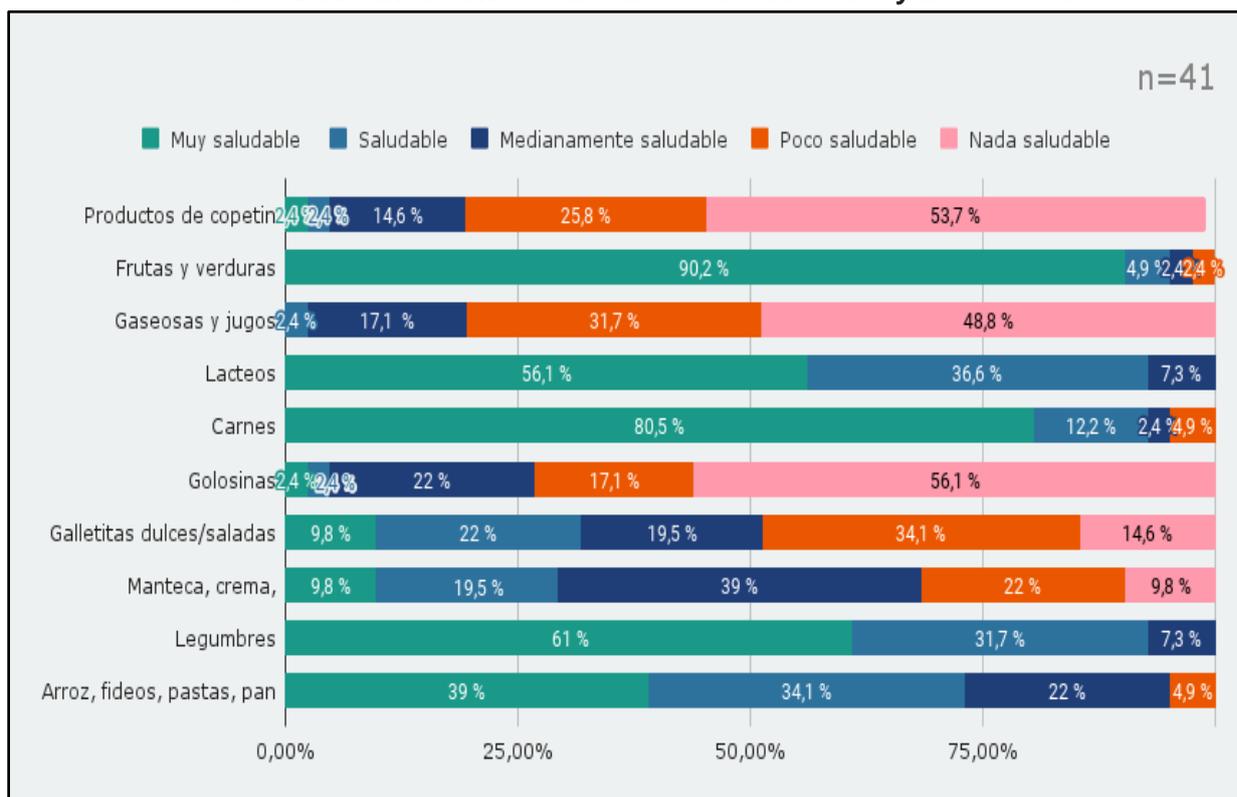
Imágen N°6: Motivo por el cual la alimentación influye sobre la salud



Fuente: elaboración propia.

Analizando la imagen N° 6, se puede observar que a partir de las palabras más nombradas como “diabetes”; “prevenir enfermedades”, “mejor calidad de vida”, “para estar saludables”, “correcto funcionamiento del cuerpo”, “desnutrición”, “hipertensión”, “obesidad”, “anemia”, para la justificación de por qué creen que la alimentación influye en la salud, la mayoría hizo mención a que alimentarse de una manera saludable puede prevenir diferentes enfermedades y puede contribuir a una mejor calidad de vida. Entre las respuestas más mencionadas se encuentran “hay que alimentarse bien, para gozar de buena salud”; “porque si comemos sano, estamos previniendo enfermedades”; “para tener una mejor calidad de vida”; “porque una buena alimentación previene enfermedades como la obesidad, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, la anemia, la osteoporosis y algunos cánceres. La alimentación saludable nos ayuda a estar fuertes y saludables.”; “porque si la alimentación no cubre las necesidades proteicas básicas de las personas, decaen sus defensas”.

**Gráfico N° 18: Clasificación de alimentos en saludables y nada saludables.**



Fuente: elaboración propia.

En el gráfico N° 21, se les pidió a los encuestados, clasificar determinados alimentos en una escala de 5 categorías, siendo 1 “muy saludable” y 5 “nada saludable”. A partir de esto, se obtuvieron respuestas las cuales evidencian que los productos considerados naturales, es decir los no industrializados, como las frutas y verduras, carnes, lácteos, legumbres, arroz, fideos, pastas, pan y papa, fueron calificados como “muy saludables” y “saludables”. Por el contrario, los alimentos ultraprocesados, tales como los productos de copetín, jugos envasados, gaseosas, y golosinas fueron considerados como “poco saludables” y “nada saludable”.

Los alimentos con mayor porcentaje de respuestas en la categoría “muy saludable” son frutas y verduras con 90,2 %; carnes con 80,5 %, legumbres con 61 %. Seguido de lácteos con 56,1 %, arroz, fideos, pastas, pan y papas con 39 %. Luego le siguen con un bajo porcentaje, galletitas dulces y saladas y manteca, crema, margarina y aceite con 9,8 %. Por último con 2,4 % golosinas y productos de copetín.

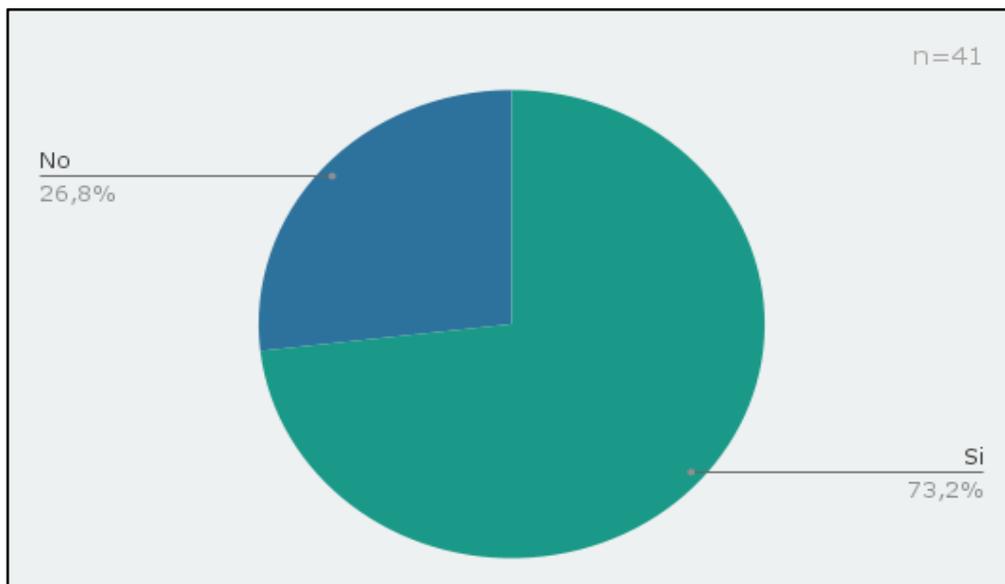
Por el contrario, en la categoría “nada saludable” los alimentos que mayor porcentaje obtuvieron fueron golosinas con 56,1%, productos de copetín con 53,7 %. Luego, gaseosas y jugos envasados con 48,8 %, galletitas dulces y saladas 14,6 % y por último manteca, crema, margarina y aceite con 9,8 %. El resto de los grupos de alimentos obtuvieron 0 %.

En el caso de las galletitas dulces y saladas y la manteca, crema, aceite y margarina, se destaca que los encuestados no tienen una posición muy definida, ya que las galletitas

son de consumo habitual igual que el aceite, la manteca y la crema. Hubo porcentajes variados en las dos categorías. La calificación que mayor porcentaje tuvo fue el 34,1 %, que consideró a las galletitas dulces y saladas como “poco saludables”, mientras que en la categoría de manteca, crema, margarina y aceite, un 39 % de los encuestados los consideró “medianamente saludables”.

Se puede observar que los encuestados tienen cierto grado de información acerca de los alimentos y cuán saludables son.

**Gráfico N° 19: Percepción de los alimentos que integran el bolsón como saludables**



Fuente: elaboración propia.

En relación a la pregunta si consideran que los alimentos que integran el bolsón son saludables, un 73,2 % de los encuestados respondió que sí y un 26,8 % que no.

Luego se les preguntó el motivo de sus respuestas.

Imágen N°7: Consideración como saludable de los alimentos que componen el bolsón



Fuente: elaboración propia

Imagen N°8: Consideración como no saludable de los alimentos que componen el bolsón



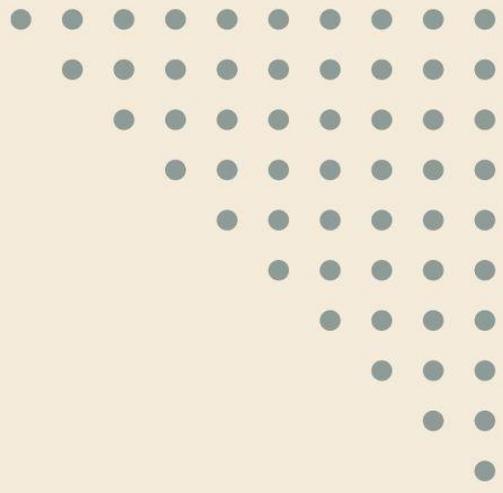
Fuente: elaboración propia.

Como se muestra en la imagen N°7 entre las palabras más expresadas respecto a si consideran saludables los alimentos brindados en el bolsón, se destacan “alimentos de uso cotidiano” y “alimentos saludables”. Con esto se puede analizar que los encuestados consideran que los alimentos entregados en el bolsón son saludables porque contienen los nutrientes que son necesarios para un estado de salud óptimo, además de que deben ser variados. Sus respuestas fueron “variedad de alimentos para la nutrición”; “porque son alimentos que fueron elegidos por nutricionistas en base a una alimentación saludable. Además los alimentos son los alimentos básicos de una canasta de alimentos y no contiene comidas de copetín, ni gaseosas, ni comidas catalogadas como chatarra”; “porque está vigilado por nutricionistas”; “porque entran en el menú de alimentación y nutrición de la persona”; “por los nutrientes”. Como se puede observar entre las respuestas, una gran

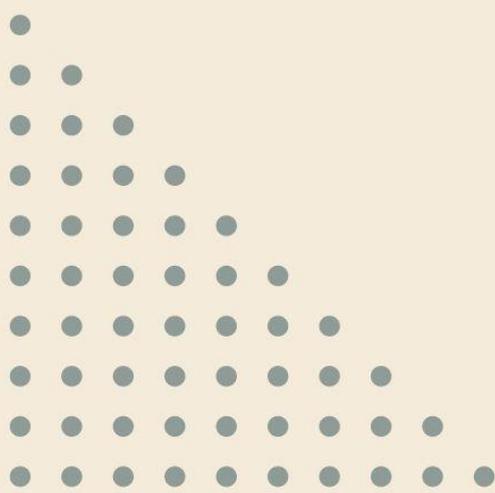
mayoría contestó que los alimentos que componían el bolsón estaban elegidos por una o un nutricionista, por lo que a raíz de eso consideran a tales alimentos como saludables.

Por el contrario, en la imagen N° 8 se muestran los motivos por los que no consideran saludables a los alimentos entregados en el bolsón. Entre las palabras más nombradas se encuentran: “mala calidad”, “no incluye alimentos naturales” y “no son buenos para la salud”. Algunas de sus respuestas fueron “por que son de marcas malas y no son cosas saludables”; “porque falta más variedad de alimentos saludables”; “algunos no, el aceite mezcla por ejemplo”; “porque guiso todos los días no es saludable y con la mercadería se cocina prácticamente casi eso”; “porque no son alimentos adecuados para la salud.”; “hay varias proteínas pero de marcas que no lo hacen ricas”. Estas respuestas están relacionadas al mismo tiempo con las respuestas de la imagen N°1 cuando se les preguntó a los beneficiarios que alimento agregaría y porque, un porcentaje de los encuestados contestó que agregaría arroz y aceite de mejor calidad.

Un gran porcentaje hace alusión a que la mercadería que viene en el bolsón es de mala calidad, y también hacen referencia a que la gran mayoría son a base de hidratos de carbono y como resultado lo único que se cocina son comidas que contengan ese macronutriente como alimento principal. Estas respuestas están relacionadas al mismo tiempo con las respuestas de la imagen N°1 cuando se les preguntó a los beneficiarios que alimento agregaría y porque, un porcentaje de los encuestados contestó que agregaría arroz y aceite de mejor calidad. Por otro lado, hacen referencia a que debería incluir frutas, verduras o lácteos para que sea considerado como saludable “porque no hay frutas y verduras”; “algunas cosas sí otras no, no hay vegetales ni lácteos, quizás es por su conservación pero sería importante encontrar la forma que puedan hacer una variación de esas cosas elementales”.



# CONCLUSIÓN



## Conclusiones

Según FAO (2011), “la Seguridad Alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen necesidades energéticas diarias y preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana”.

En el presente trabajo de investigación fueron evaluados 41 beneficiarios a través de una encuesta online. El objetivo fue analizar las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolsón entregado por el Programa MESA y la percepción sobre alimentación saludable de los beneficiarios del mismo que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, en el contexto post - pandemia de COVID- 19, en el año 2022.

La población beneficiaria esta compuesta mayoritariamente, por mujeres y el rango etario más prevalente son adultos menores de 40 años. En relación a la ocupación, el mayor porcentaje de encuestados eran empleados o amas de casa. Esto refleja que la población beneficiaria son personas económicamente activas, sin embargo recurren a este tipo de ayuda, como así también al servicio de comedor escolar, debido a que los ingresos no son suficientes para poder llevar a cabo la alimentación completa de la familia. La ayuda que se ofrece, tanto con el servicio de comedor como a través de los bolsones, que son entregados 1 vez por mes, contribuyen a completar la alimentación.

A partir del análisis de los resultados obtenidos se puede concluir que, en general, las preferencias alimentarias de los beneficiarios sobre los alimentos brindados en el bolsón, coinciden, tratándose de alimentos no perecederos, de fácil manipulación y de bajo costo. Los principales alimentos incluidos en la categoría “me gusta mucho” son el aceite mezcla, harina, puré de tomate, azúcar y dulce de leche, mientras que los alimentos mencionados en la categoría “me gusta” son el arroz, legumbres, fideos y arvejas en lata.

Estos datos reflejan que, en relación a los alimentos, los que más gustan son los de consumo habitual y los que, por lo general, se utilizan para realizar más de una preparación.

Por otro lado, se destaca que más de la mitad de los beneficiarios indicó que eliminarían algún alimento del bolsón, siendo los alimentos mencionados la merluza en lata y legumbres. Por el contrario, se preguntó si agregaría algún alimento al bolsón, las respuestas fueron en su mayoría afirmativas, y los alimentos más nombrados fueron cereales, galletas, verduras, leche larga vida y dulce de batata. Cabe mencionar, que en varias ocasiones los encuestados refieren que algunos productos no son de buena calidad.

En cuanto a los cambios en las preferencias alimentarias a causa de la pandemia, se indicó principalmente que se comenzó a consumir más harina y más legumbres, por causas económicas. Gran parte de los beneficiarios hizo referencia a que su alimentación en dicho

contexto provenía de los bolsones entregados por el gobierno, por lo cual comenzaron a consumir alimentos que antes no ingerían habitualmente, como en el caso de las legumbres.

En relación a los factores que influyen en las preferencias alimentarias, más de la mitad respondió que el factor que más influye es el económico, luego factores nutricionales, gusto/sabor y, por último, costumbre.

Esto evidencia que al momento de elegir los alimentos que componen el bolsón, es fundamental tener en cuenta los gustos y preferencias de los beneficiarios, ya que prefieren recibir otros alimentos a los cuales no tienen acceso cotidiano debido a que el mismo está condicionado fundamentalmente por la economía de las familias. Se puede agregar alimentos frescos tales como huevos, verduras y frutas que tengan un mayor tiempo de conservación o carnes congeladas y como consecuencia entregar el bolsón con una frecuencia menor, por ejemplo cada 15 días. De esta manera, puede estar compuesto de manera diferente y con alimentos que quizá sean más útiles y beneficiosos para las familias.

Frente a la utilidad que se le da al bolsón al momento de cocinar, los alimentos más empleados son el arroz, aceite mezcla, fideos, puré de tomate y harina. En relación a la preparaciones que más se realizan en los hogares con dichos alimentos, las comidas más nombradas fueron fideos con tuco, guiso, tortas fritas, pan casero, arroz, arroz con atún, tartas, pizza y ensaladas en combinación con otros alimentos de preparación rápida tales como atún en lata, choclo, arvejas

Se ve reflejado que las preparaciones que más realizan en el hogar coinciden con los alimentos elegidos de mayor preferencia. Los alimentos y preparaciones mencionados, son principalmente fuentes de hidratos de carbono y esto puede ser consecuencia de que el bolsón está compuesto en su mayoría de alimentos a base de dicho nutriente, debido a que son los más rendidores en cuanto a variedad de preparaciones y cantidad, a que son alimentos no perecederos y a su vez generan más saciedad, además de que son los más económicos.

Por el contrario, los alimentos menos utilizados fueron las legumbres, atún y merluza en lata. Esto refleja la falta de consumo de pescado y algunos de los motivos pueden ser la falta de educación nutricional, debido a que no los consideran importantes en su alimentación como consecuencia de desconocer su valor nutricional, y también el no saber formas de prepararlo o cocinarlo. Respecto a los motivos por los cuales no se utilizan determinados alimentos, principalmente se indicó que no le gusta a los hijos, que no les gusta al encuestado, que no están acostumbrados a consumirlos y que no saben cómo prepararlo.

Por otro lado, se observa que la persona encargada de cocinar en los hogares es principalmente la figura materna. Esto refleja el rol de las mujeres en la alimentación de las familias, ya que son ellas las que por lo general se encargan de dicha tarea y de la

formación de los hábitos alimentarios, ya sea a través de la compra y preparación de los alimentos, como así también transmitiéndoles sus valores, creencias y costumbres sobre los alimentos y las preparaciones que puedan realizar con los mismos.

Al evaluar el grado de satisfacción que se tiene respecto a la cantidad, calidad, tiempo de entrega y variedad de alimentos, se refleja un grado de satisfacción alto en cuanto a cantidad, calidad y tiempo de entrega. En cambio, en lo que respecta a variedad de alimentos se encuentra un porcentaje menor de satisfacción. Esto puede deberse a que la gran mayoría hace mención a que antes entregaban más variedad de alimentos u otros alimentos que actualmente no.

En relación al objetivo de evaluar la percepción sobre la alimentación saludable, se concluyó que casi la totalidad de los beneficiarios consideran que la alimentación influye en la salud. Luego mediante una pregunta abierta se les consultó sobre el motivo de dicha creencia y la mayoría de las respuestas se relacionaron a la prevención de enfermedades cardiovasculares tales como diabetes, hipertensión, y a otras enfermedades como anemia, enfermedades gastrointestinales, obesidad, desnutrición. A su vez, indicaron que una alimentación correcta contribuye a tener una mejor calidad de vida y como consecuencia un adecuado funcionamiento del organismo y un estado de salud óptimo.

Por lo mencionado anteriormente, es indispensable el rol del Licenciado en Nutrición al momento de la puesta en marcha de ayudas alimentarias, debido a que se pueden brindar ideas y conocimientos sobre los alimentos que podrían ser incluidos y los que no, para poder mejorar la calidad nutricional. Además de poder brindar herramientas de Educación Alimentaria Nutricional para los beneficiarios de dichas ayudas, relacionadas a las formas adecuadas de combinar alimentos para que sean completos en nutrientes, a los modos de aprovechar al máximo todos los alimentos que les brinda el bolsón o qué otro alimento agregar a la preparación para que sea saludable y resulte beneficiosa. Es necesario que para llevar a cabo este tipo de ayudas alimentarias se constituya un equipo interdisciplinario, para que lo que se brinde sea de mejor calidad y lo más completo posible.

Para concluir y dar lugar a futuras investigaciones se plantean los siguientes interrogantes:

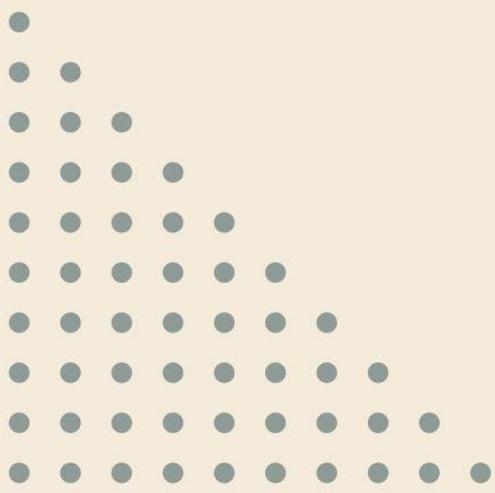
¿Cuáles son las creencias, percepciones y prácticas que tienen los beneficiarios de bolsones alimentarios que asisten a una escuela rural sobre el consumo de alimentos fuente de hidratos de carbono de sus hijos?

¿Cuál es el patrón de consumo alimentario y el estado nutricional de los niños pertenecientes a las familias beneficiarias de ayudas alimentarias en una escuela rural?

¿Cuáles son los hábitos alimentarios y el grado de información sobre alimentación saludable luego de una intervención de Educación Alimentaria Nutricional en beneficiarios de bolsones alimentarios que asisten a una escuela rural?



# BIBLIOGRAFÍA



## BIBLIOGRAFÍA

- ABELLÁN, G.B, et al, 2016. Alimentación saludable y autopercepción de salud. *Atención primaria* [en línea]. Albacete. vol 48, no 8, p. 535 - 542. [consulta: junio 2022]. DOI: 10.1016. Disponible en: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0212656716000238?token=FEE3D9261DD68E3228721C20943B2F6E4862210CB351279FEC2E6D227BB548AAB0F3A2246AD2ED85E779BD A7D22CDAB7&originRegion=us-east-1&originCreation=20221019204106>
- ALFONSO BERMUDEZ, K. A. 2019. *Percepción de alimentación saludable y prácticas alimentarias en población adolescente* [en línea]. Tesis de grado, Universidad Javerian. [consulta: Junio 2022]. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/46424/Trabajo%20de%20Grado%20Karina%20Alfonso.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- ALZATE YEPES, T. 2019. Dieta saludable. *Perspectivas en Nutrición Humana*. [en línea]. vol. 21, no 1, p. 9-14 [consulta: Julio 2022]. DOI: 10.17533/udea.penh.v21n1a01. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/penh/v21n1/0124-4108-penh-21-01-9.pdf>
- BELALCAZAR, D,M y Tobar, L,F, 2013. Determinantes sociales de la alimentación en familias de estratos 4, 5 y 6 de la localidad de Chapinero de Bogotá DC. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública* [en línea]. Chapinero. vol. 31, no 1, p. 40-47. [Consulta: junio 2022]. ISSN: 0120-386X. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31n1/v31n1a05.pdf>
- BORRÁS, G., et al, 2019. *Políticas alimentarias en Argentina, derechos y ciudadanía*. Tesis Doctoral. Universidad de Buenos Aires. [Consulta: junio 2022]. Disponible en: [http://bibliotecadigital.econ.uba.ar/download/riea/riea\\_v39\\_n1\\_05.pdf](http://bibliotecadigital.econ.uba.ar/download/riea/riea_v39_n1_05.pdf)
- BRITOS, S., et al. 2016. Lineamientos para una política federal de alimentación escolar. En *CIPPEC* [en línea]. Disponible en: <https://www.cippec.org/wp-content/uploads/2017/03/1089.pdf> [consulta: Julio 2022]
- BUSTOS, R. M., et al, En: *Biblioteca Digital UNCUYO* [en línea]. Disponible en: [https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos\\_digitales/10620/laescuelacomoformadora.pdf](https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/10620/laescuelacomoformadora.pdf) [Consulta: 2022]
- CALDERON-MARTINEZ, M, E., et al., (2019). Cultura alimentaria: Clave para el diseño de estrategias de mejoramiento nutricional de poblaciones rurales. *Agricultura sociedad y desarrollo* [en línea]. volumen 14, N°2, 303 - 320. [13 de junio de 2022]. Disponible en <https://www.scielo.org.mx/pdf/asd/v14n2/1870-5472-asd-14-02-00303.pdf>
- FAO, 2011. Una introducción a los conceptos básicos de la seguridad alimentaria [en línea]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/al936s/al936s00.pdf> [consulta: 3 de junio de 2022].
- FEDERIK, M, et al. 2020. Hábitos alimentarios y COVID. Análisis descriptivo durante el aislamiento social en Argentina. *Nutrición clínica y dietética hospitalaria* [en línea]. Fundación

- Alimentación Saludable. vol. 40, no 3. [consulta: 10 de junio de 2022]. DOI: [10.12873/403federik](https://doi.org/10.12873/403federik). Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/61>.
- FEMINA MONTEBAN, M. 2020. Inseguridad alimentaria y obesidad en madres del Noroeste Argentino: estudio local en contexto global. *Revista Argentina de Salud Pública* [en línea] vol. 12, p. 27-27. [consulta: 9 de junio de 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1853-810X2020000200027&script=sci\\_abstract&lng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1853-810X2020000200027&script=sci_abstract&lng=en)
  - GARCÍA GUERREIRO, L., WAHREN, J. 2016. Seguridad Alimentaria vs. Soberanía Alimentaria: La cuestión alimentaria y el modelo del agronegocio en la Argentina. *Trabajo y sociedad* [en línea]. N° 26, p. 327-340 [25 de junio 2022]. ISSN. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/pdf/tys/n26/n26a19.pdf>
  - Gobierno de la Provincia de Buenos Aires, 2022 *Se presentó el programa MESA Bonaerense para la seguridad alimentaria de niños, niñas y adolescentes*, [en línea]. Disponible en: [https://www.gba.gob.ar/comunicacion\\_publica/gacetillas/se\\_present%C3%B3\\_el\\_programa\\_mesa\\_bonaerense\\_para\\_la\\_seguridad](https://www.gba.gob.ar/comunicacion_publica/gacetillas/se_present%C3%B3_el_programa_mesa_bonaerense_para_la_seguridad) [consulta: 20 de mayo de 2022].
  - GONZÁLEZ-PASTRANA, Y., et al. 2015. Características familiares relacionadas con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Cartagena. *Revista de salud pública* [en línea]. vol. 17, no 6, p. 836-847. [consulta: julio 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642015000600002](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642015000600002)
  - LEGUNDA, J. B. 2021. *Hábitos alimentarios y cumplimiento de las recomendaciones de las Guías para la Población Argentina (GAPA), en los estudiantes de primer y sexto grado de la Escuela Primaria N°1 Gral. Manuel Belgrano de la localidad de Guernica, que reciben alimentos del Servicio Alimentario Escolar (SAE)* [en línea]. Tesis de grado. Lugar de publicación: Universidad abierta interamericana [Junio 2022]. Disponible en: <https://dspaceapi.uai.edu.ar/server/api/core/bitstreams/5e38d9d8-dc3a-4dc2-91ff-83b6e09e3e84/content>
  - LEYVA TRINIDAD, D.A y PÉREZ VÁZQUEZ, A, 2015 Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. *Revista mexicana de ciencias agrícolas* [en línea]. vol. 6, no 4, p. 867-881 [junio 2022]. ISSN. Disponible en <https://www.scielo.org.mx/pdf/remexca/v6n4/v6n4a16.pdf>
  - LONGHI, F., et al. 2022. Vulnerabilidad e inseguridad alimentaria en Tucumán (Argentina). Un análisis a través de métodos combinados. *Economía Sociedad y Territorio* [en línea]. Argentina. vol. 22, no 69, p. 661-692. [consulta: Julio 2022]. DOI: 10.22136. Disponible en: <https://korpus21.cmq.edu.mx/index.php/est/article/view/1920>
  - MACEIRA, D., et al. 2022. *Nutrición y seguridad alimentaria en el diseño de políticas. El caso argentino* [en línea]. Tesis doctoral. Argentina. [Consulta: Julio 2022]. Disponible en: <https://www.danielmaceira.com.ar/wp-content/uploads/2022/03/Fundar-ProgramasAlimentarios.pdf>

- Manual para la aplicación de guías alimentarias argentinas [en línea] [citado el 16 de junio de 2022] Disponible en: [https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina\\_manual-de-aplicacion\\_0.pdf](https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-08/guias-alimentarias-para-la-poblacion-argentina_manual-de-aplicacion_0.pdf)
- MOLINA FERNANDEZ, M.G, 2017. Monitoreo del Servicio Alimentario escolar (SAE). *Revista Econo.* Facultad de Ciencias Económicas. no 15, p. 26-28 [julio 2022]. ISSN 1854-4465. Disponible en: [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/64343/Documento\\_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/64343/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- MONTOYA, L., et al. 2016. Preferencias alimentarias en los hogares de la ciudad de Medellín, Colombia. *Saúde e Sociedade* [en línea]. Colombia vol. 25, p. 750-759. [consulta: Junio 2022]. DOI:10.1590 Disponible en: <https://www.scielo.org/article/sausoc/2016.v25n3/750-759/es/>
- MOYANO, D. 2020. Recomendaciones para los equipos que gestionan los comedores escolares en la emergencia sanitaria de COVID-19 en Argentina. *Archivos latinoamericanos nutricionales* [en línea]. Argentina. vol 70, no 3, p. 215 - 234. DOI 10.37527. Disponible en: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2020/3/art-7/>
- MOYANO, D., et al. 2018. Contribución nutricional del programa Comedores Escolares a la población infantil de diez escuelas municipales de la ciudad de Córdoba, Argentina. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de Córdoba.* vol. 75, no 3, p. 194-202. [consulta: Julio 2022]. DOI: 10.31053. Disponible en: [http://vdugatto.+Journal+manager.+Moyano%20\(3\).pdf](http://vdugatto.+Journal+manager.+Moyano%20(3).pdf)
- RAMOS, G., ELORZA, M. E y PÉREZ, S. M, 2020. Políticas Alimentarias Locales En Argentina: Un Caso De Estudio. *Revista de alimentación contemporánea y desarrollo social* [en línea]. Argentina. vol 31, no 57, p. 2 - 28. ISSN: 2395-9169. [consulta: julio 2022]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/esracdr/v31n57/2395-9169-esracdr-31-57-e211091.pdf>
- REALPE SILVA, F. 2014. *Influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas en edad preescolar que asisten al centro de desarrollo infantil Arquita de Noé en el periodo julio-noviembre 2013.* [en línea]. Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. [consulta: Agosto 2022]. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/7520>
- SALAZAR-BURGOS, R.J., y OYHENART, E.E, 2021. Estado nutricional y condiciones de vida de escolares rurales de Tucumán, Argentina: un estudio observacional transversal. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética* [en línea]. Famaillia. vol. 25, no 1, p. 111-120 [consulta: agosto 2022]. DOI: 10.14306. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/renhyd/v25n1/2174-5145-renhyd-25-01-111.pdf>
- SALVIA, A., et al. 2012 La inseguridad alimentaria en la Argentina. Hogares urbanos. Año 2011. En *Buenos Aires: Observatorio de la Deuda Social Argentina/Universidad Católica Argentina* [en línea]. Disponible en: [https://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/Informe\\_Inseguridad\\_Alimentaria\\_doc\\_de\\_trabajo\\_.pdf](https://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/Informe_Inseguridad_Alimentaria_doc_de_trabajo_.pdf) [consulta: Agosto 2022].

- TISCORNIA, M. V, 2019. *Nivel de concordancia de los perfiles nutricionales de Latinoamérica con las Guías Alimentarias para la Población Argentina* [en línea]. Tesis doctoral. Universidad Nacional de La Plata. [consulta: agosto 2022]. Disponible en: [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/83140/Documento\\_completo.pdf-PDFA1b.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/83140/Documento_completo.pdf-PDFA1b.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- UCHUA MONTOYA, R, 2020. *Evaluación de la relación entre el consumo de alimentos que presentan las mujeres que asisten a gimnasia para adultos en el Centro de Educación Física N° 3 y las recomendaciones nutricionales que avalan las Guías Alimentarias para la población argentina en la Ciudad de Concepción del Uruguay* [en línea]. Tesina de licenciatura.. Universidad de Concepción del Uruguay. [consulta: agosto 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ucu.edu.ar/bitstream/handle/522/161/TESINA%20Roc%c3%ado%20Uchua%20Montoya.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

# “PREFERENCIAS ALIMENTARIAS, PRÁCTICAS CULINARIAS, SATISFACCIÓN DEL PROGRAMA MESA Y PERCEPCIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE SUS BENEFICIARIOS”

## INTRODUCCIÓN

La demanda en los comedores escolares, en el contexto post-pandemia por COVID - 19 se vio aumentada como consecuencia de cambios laborales y sociales, especialmente en grupos de recursos socioeconómicos con mayor vulnerabilidad. Uno de los objetivos principales de la alimentación escolar es suministrar raciones de alimentos, garantizando así un aporte mínimo de nutrientes al niño.

## OBJETIVO

Analizar las preferencias alimentarias, las prácticas culinarias, el grado de satisfacción de los alimentos que integran el bolsón entregado por el Programa MESA y la percepción sobre alimentación saludable de los beneficiarios del mismo que asisten a una escuela rural en la Ciudad de Mar del Plata, en el contexto post - pandemia de COVID- 19, en el año 2022.

## MATERIALES Y MÉTODO

Estudio de tipo cuali-cuantitativo, no experimental y transversal, de tipo descriptivo. El universo de estudio está formado por todos los beneficiarios del bolsón alimentario de una escuela rural de la ciudad de Mar del Plata. La muestra no probabilística por conveniencia es de 41 beneficiarios del bolsón alimentario que asisten a una escuela rural de la ciudad de Mar del Plata. Los datos fueron obtenidos a través de una encuesta online.

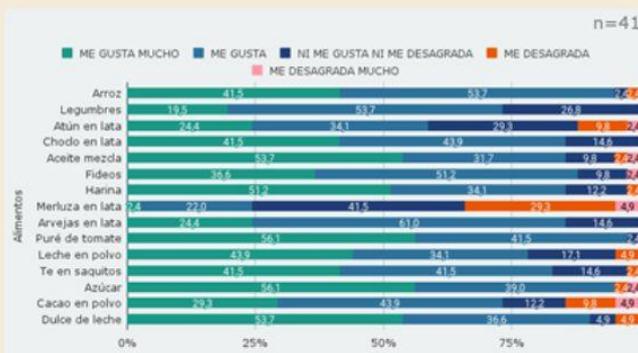
## RESULTADOS

El 92,7 % de los encuestados resultó estar representado por el sexo femenino y el rango etario más prevalente fue de adultos menores de 40 años. Respecto a las preferencias alimentarias, los alimentos más elegidos fueron aceite mezcla, harina, puré de tomates. Las preparaciones mencionadas como más realizadas fueron guiso, fideos con tuco, ensaladas, arroz y pan casero. En cuanto al grado de satisfacción referido a la calidad, cantidad y tiempo de entrega, se halló un grado de satisfacción alto por encima del 80 %. En variedad el 29,3 % refirió estar poco satisfecho y nada satisfecho. En relación a la percepción sobre alimentación saludable, un 97,6 % refirió que la alimentación influye en la salud, y sus respuestas fueron que mediante la alimentación se previenen enfermedades y se logra una mejor calidad de vida.

## CONCLUSIONES

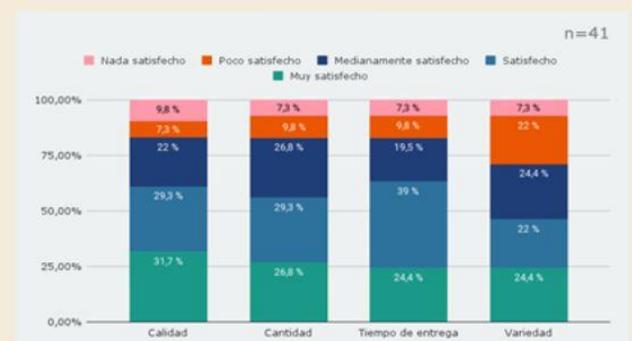
Es necesario el rol del Licenciado en Nutrición en la puesta en marcha de diferentes ayudas alimentarias y en la Educación Alimentaria Nutricional ya que, a través de la misma, se pueden brindar diversas herramientas para que los programas que estén destinados a mejorar y complementar la alimentación de diferentes grupos sociales tengan un correcto funcionamiento y cumplan con su objetivo principal.

Gráfico N°4: Preferencia de los alimentos que se encuentran en el bolsón



Fuente: elaboración propia

Gráfico N°16: Grado de satisfacción en cuanto a la calidad, cantidad, tiempo de entrega y variedad de los alimentos del bolsón



Fuente: elaboración propia

