



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**  
**Facultad de Ciencias Médicas**  
**Carrera de Medicina y cirugía**

**“Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de  
“El Vado y puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay,  
2018”**

**Proyecto de investigación previo  
a la obtención del título de médico**

**AUTORAS:**

Karen Michelle Espinoza Guarango CI:0106445240

Jennifer Andrea Freire Ochoa CI. 0706759487

**DIRECTOR:**

Dr. Fausto David Acurio Páez. CI: 1801739416

**ASESORIA:**

Dr. Jorge Luis García Alvear CI: 0101497758

**CUENCA - ECUADOR**

**8/5/2019**



## RESUMEN

**Antecedentes:** Los cambios del consumo de alimentos pueden estar asociados a alteraciones socioeconómicas y políticas. Una alimentación inadecuada está relacionada a múltiples determinantes como: escolaridad, edad del jefe de hogar, medio ambiente, condiciones de vida e ingresos del hogar.

**Objetivo:** Determinar las características del consumo de alimentos de acuerdo a estratificación social en los barrios de “El Vado” y “Puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018.

**Metodología:** Estudio cuantitativo, analítico y transversal, se encuestaron 471 jefes de hogar de dos barrios de Cuenca. La información se obtuvo aplicando dos encuestas (ANEXO 7 y 8), validadas mediante un plan piloto, los datos se evaluaron a través de frecuencias y porcentajes. Se determinó con Chi-cuadrado la asociación entre barrios, características estudiadas, con percepción sobre variedad en consumo de alimentos y causas.

**Resultados:** Los encuestados tienen 35-59 años de edad, predominando mujeres. La relación entre barrios y niveles de Estratificación Social, con respecto a variabilidad alimentaria es altamente significativa. Se consume en mayor cantidad carbohidratos. En Puertas de El Sol, se consumen alimentos principalmente en casa mientras en El Vado, en casa o restaurante

**Conclusión:** Según el grupo estudiado se observa segregación espacial en zonas específicas de Cuenca en base a estratos socioeconómicos, en Puertas de El Sol se encuentran hogares que pertenecen al estrato Alto y Medio-Alto, en El Vado se encuentran niveles Medio-típico y Medio-Bajo, presentando una relación estadísticamente significativa con la percepción de variedad del consumo de alimentos.

**Palabras clave:** Alimentación. Estratificación social. Consumo de alimentos.



## ABSTRACT

**Background:** Changes in food consumption may be associated with socioeconomic and political changes. Inadequate nutrition is related with multiple determinants such as: schooling and age of the head of household, health system, environment, living conditions and household income.

**Objective:** To determine the characteristics of food consumption according to social stratification in the neighborhoods of “El Vado” and “Puertas de El Sol” in the city of Cuenca, Azuay, 2018.

**Methodology:** Quantitative, analytic and cross-sectional study, were surveyed 471 heads of household from two neighborhoods of the city of Cuenca. The information was obtained through two surveys (Annex 7 and 8) that were validated in advance, the data were evaluated through frequencies and percentages. Chi square were used to determine the association between neighborhood, studied characteristics with the perception about the variety of food consumption, and causes.

**Results:** Interviewees between 35 and 59 years of age, and women predominated. Residents of “Puertas de El Sol” eat mostly at home, and from “El Vado”, generally outside of the house, the difference between the neighborhoods and the levels of Social Stratification, with respect to food variability, is highly significant.

**Conclusion:** according to the study group it shows that there’s segregation in specific zones of the city of Cuenca based upon socioeconomic stratum, its settled that in the neighborhood of Puertas de El Sol there’s households that belongs to the stratum High or Medium-high, and in El Vado there’s the stratum Medium typical and Medium low with respect to food variability, is highly significant.

**Keywords:** Food consumption. Social stratification. Food variety.



## INDICE DE CONTENIDOS

<b>RESUMEN</b> .....	2
<b>ABSTRACT</b> .....	3
<b>DEDICATORIA</b> .....	10
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	12
<b>CAPITULO I</b> .....	14
<b>1.1 INTRODUCCIÓN</b> .....	14
<b>1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	15
<b>1.3. JUSTIFICACIÓN</b> .....	16
<b>CAPITULO II</b> .....	18
<b>2. FUNDAMENTO TEÓRICO</b> .....	18
<b>2.1. ESTRATIFICACIÓN SOCIAL</b> .....	18
<b>2.2. ESTRATIFICACIÓN SOCIAL EN CUENCA</b> .....	20
<b>2.3. INSTRUMENTOS PARA MEDIR ESTRATIFICACIÓN SOCIAL</b> .....	21
<b>2.4. CONSUMO DE ALIMENTOS</b> .....	22
<b>2.5. IMPORTANCIA DEL COMPONENTE SOCIAL EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS</b> .....	23
<b>2.6. ALIMENTACIÓN</b> .....	23
<b>2.7. TIPOS DE ALIMENTOS</b> .....	24
<b>2.8. PIRÁMIDE NUTRICIONAL</b> .....	24
<b>2.9. HÁBITOS</b> .....	25
<b>2.10 PERCEPCIÓN DE COSUMO</b> .....	26
<b>2.11 RECORDATORIO DE 24 HORAS</b> .....	26
<b>CAPITULO III</b> .....	27
<b>3. OBJETIVOS</b> .....	27
<b>3.1 OBJETIVO GENERAL</b> .....	27
<b>3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> .....	27
<b>CAPITULO IV</b> .....	28
<b>4. DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	28
<b>4.1. TIPO DE ESTUDIO</b> .....	28
<b>4.2 ÁREA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	28
<b>4.3 UNIVERSO DE ESTUDIO</b> .....	28



4.4 UNIDAD DE ANÁLISIS Y OBSERVACIÓN .....	30
4.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN .....	30
4.6 VARIABLES .....	30
4.6.1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (ANEXO 5).....	31
4.7. MÉTODOS, TÉCNICAS INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	31
4.8 PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS .....	32
4.9 PROCEDIMIENTOS PARA GARANTIZAR ASPECTOS ÉTICOS.....	33
CAPÍTULO V .....	34
5. RESULTADOS.....	34
CAPITULO VI .....	43
DISCUSIÓN .....	43
CAPITULO VII .....	47
7. CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y BIBLIOGRAFÍA.....	47
7.1 CONCLUSIONES.....	47
7.2 RECOMENDACIONES .....	48
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	49
ANEXOS.....	54
ANEXO 1: MAPA DE BARRIO “EL VADO” .....	54
ANEXO 2: HOGARES DE ESTUDIO “EL VADO” .....	55
ANEXO 3: MAPA DE BARRIO “PUERTAS DE EL SOL” .....	56
ANEXO 4: HOGARES DE ESTUDIO “PUERTAS DE EL SOL”.....	57
ANEXO 5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	58
ANEXO 6. CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	61
ANEXO 7: CUESTIONARIO ESTRATIFICACIÓN SOCIAL- INEC .....	62
ANEXO 8: ENCUESTA ALIMENTARIA DE RECORDATORIO DE 24 HORAS .....	70



## CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Yo, Karen Michelle Espinoza Guarango, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación “Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de “El Vado y puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018” de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 8 de mayo de 2019

---

Karen Michelle Espinoza Guarango

C.I: 0106445240



## CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Karen Michelle Espinoza Guarango, en calidad de autora del proyecto de investigación "Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de "El Vado y puertas de El Sol" de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora

Cuenca, 8 de mayo de 2019

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Karen Michelle Espinoza Guarango", written over a horizontal line.

Karen Michelle Espinoza Guarango

C.I: 0106445240



## CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Yo, Jennifer Andrea Freire Ochoa, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación “Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de “El Vado y puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018” de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 8 de mayo de 2019

Jennifer Andrea Freire Ochoa

C.I: 0706759487





## CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Jennifer Andrea Freire Ochoa, en calidad de autora del proyecto de investigación "Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de "El Vado y puertas de El Sol" de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora

Cuenca, 8 de mayo de 2019

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jennifer Andrea Freire Ochoa', is written over a horizontal line.

Jennifer Andrea Freire Ochoa

C.I: 0706759487



## DEDICATORIA

A mis padres por apoyarme de toda manera posible durante todo mi periodo académico

*Karen Michelle Espinoza Guarango*



## DEDICATORIA

A Dios por estar a mi lado en cada instante de mi vida, por ser la fuerza que me inspira día a día para cumplir cada uno de mis sueños.

A mi madre, quien ha sido mi motor desde el primer día de mi vida, mi cómplice en cada proyecto y en cada sueño.

A toda mi familia, con quienes comparto cada logro de mi vida y siempre está a mi lado para apoyarme.

*Jennifer Andrea Freire Ochoa*



## AGRADECIMIENTO

A mis padres y hermana, quienes con su apoyo me han brindado las herramientas necesarias para poder desarrollarme académica y personalmente. Dr. David Acurio y Dr. Jorge García que me han acompañado durante este proceso brindando su ayuda y guía para que esta investigación pueda realizarse y culminarse.

*Karen Michelle Espinoza Guarango*



## AGRADECIMIENTO

Al Doctor David Acurio Páez por ser nuestra guía desde los primeros años de esta hermosa carrera hasta el final de la misma, por la paciencia, sus consejos y su ánimo para que esta investigación llegue a su culminación

Al Doctor Jorge Luis García, por todo su apoyo en el proceso estadístico de nuestra investigación y por motivarnos a buscar la excelencia.

A todos los docentes de la Facultad de Medicina Universidad de Cuenca por enseñarnos el valor de esta hermosa carrera, por permitirnos superar día a día, por darnos los mejores consejos para ser unos excelentes profesionales.

*Jennifer Andrea Freire Ochoa*



## CAPITULO I

### 1.1 INTRODUCCIÓN

Elaborar un estudio que abarque el “Consumo de alimentos y estratificación social en sectores de “El Vado y Puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay, 2018” surge

de los escasos trabajos previos en relación a esta temática, facilitando el reconocimiento de los estratos sociales, permitiendo relacionar estos, con las características de la alimentación en cada sector.

Al estudiar el consumo alimentario se puede reconocer que es la base principal a partir del cual se desarrollan todas las identidades individuales y colectivas en una determinada población, por tal motivo la alimentación en una sociedad constituye un conjunto de representaciones, saberes y prácticas que se ven reflejadas en el hogar.

Es importante identificar los distintos estratos sociales que puedan influenciar en la alimentación de cada una de las familias con el fin de estimular a la creación de estrategias que logren reducir las desigualdades por su gran impacto en la salud de la población que se ven reflejadas en enfermedades crónicas como diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial y con una prevalencia alta obesidad que limitan la capacidad productiva y afectiva de un hogar. (1)

El presente estudio es un trabajo investigativo que se desarrolló durante los meses de febrero, marzo y abril del 2018 aplicando el método de encuesta directa, siendo un estudio, analítico, transversal y cuantitativo.

La investigación se realizó en la ciudad de Cuenca, donde según (Orellana D, 2014), existe un proceso de segregación localizado en zonas específicas siendo las zonas con mayores diferencias según el “Índice de Condiciones de Vida (ICV), el Barrio de “El Vado” que es uno los sectores que pertenece a un ICV bajo la media



de la ciudad, por el contrario “Puertas de El Sol” forma parte de los sectores con ICV mayor a la media de Cuenca (2).

Las principales limitaciones presentadas fueron el tamaño del universo estudiado, dando una muestra considerablemente grande, siendo un desafío para las autoras al momento de aplicar las encuestas, a más de la poca disponibilidad de información sobre la segregación social en la ciudad de Cuenca.

El presente documento cuenta con siete capítulos, en el capítulo I presenta la introducción, el capítulo II contiene los fundamentos teóricos de la investigación, el capítulo III da a conocer el objetivo general y los objetivos específicos planteados, en el capítulo IV se describe el diseño metodológico empleado en el estudio, el capítulo V muestra los resultados obtenidos luego del análisis de la información recolectada, el capítulo VI se establece la discusión de los resultados obtenidos comparados con literatura internacional y nacional finalmente en el capítulo VII están las conclusiones y recomendaciones de nuestro estudio.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En Ecuador las principales causas de muerte fueron enfermedades crónicas no transmisibles “diabetes mellitus tipo II, enfermedad hipertensiva y enfermedad cerebrovascular” (3), entre los factores de riesgo de estas patologías está una alimentación inadecuada con “alta densidad energética, alto contenido de grasa” (3), teniendo en cuenta que los países de ingresos medios y bajos tiene una prevalencia de consumo de grasas, en su dieta y que una adecuada alimentación es un determinante de la salud, influyendo en desempeño intelectual y físico de una persona, al haber una deficiencia en ésta, se afecta su capacidad para generar ingresos lo que repercute en el desarrollo social de su comunidad y de su país. Es claro que el consumo alimentario tiene un componente social importante, sin embargo, no hay estudios que exploren estas relaciones, en especial con el enfoque de esta investigación por lo que surge la interrogante de conocer si la estratificación social afecta las características del consumo de alimentos. (3)



El consumo de alimentos influye sobre la salud, calidad de vida de una población y a su vez refleja asociaciones simbólicas, afectivas y familiares. Es decir, la alimentación no tiene como único fin el fisiológico (4). Los cambios en el consumo de alimentos pueden estar asociados a alteraciones económicas, políticas y sociales. Una alimentación inadecuada se relaciona con el estado de salud, generando un problema multifactorial asociado a determinantes como: “escolaridad y edad del jefe de hogar, sistema de salud, medio ambiente, condiciones de vida y los ingresos del hogar” (5). Con mayor impacto está el bajo ingreso familiar y la pobreza, desencadenando una ingesta insuficiente y una mala calidad de los alimentos, resultando en una deficiencia de nutrientes; por lo tanto, el conocimiento de las prácticas alimentarias de los distintos estratos sociales es de gran importancia (5).

Actualmente los países de ingresos medios y bajos tienen una alimentación principalmente de grasas, grasas saturadas, azúcares simples. Estas modificaciones alimentarias se han visto fortalecidas debido al proceso de urbanización, a esto se suma que en las zonas urbanas la alimentación está determinada por el tiempo (ritmo laboral) y el espacio (distancia del lugar de trabajo o estudio al hogar) (3).

A partir de esto podemos decir que los hogares con ingresos económicos bajos son afectados, teniendo un consumo alimentario poco saludable que trae como consecuencias enfermedades metabólicas y un mal desempeño intelectual y físico (3).

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

A comparación de otras provincias del Ecuador en las que las brechas sociales son altamente tangibles en aspectos como la distribución demográfica de la población, podemos decir que, en la ciudad de Cuenca, no existe una división social marcada del espacio, “sino más bien un proceso de segregación localizado en zonas específicas de la ciudad (2).





Al ser conscientes de esto, hemos sentido la necesidad de realizar un estudio que permita realizar una estratificación social de las zonas con mayores diferencias en el “Índice de Condiciones de Vida” y a su vez determinar si la pertenencia a distintos estratos sociales tiene repercusión en el consumo alimentario (2).

La presente investigación, brinda información sobre la realidad de esta ciudad brindando la oportunidad de socializar los hallazgos con la esperanza de que puedan servir para futuras investigaciones o desarrollo de estrategias que promuevan la importancia de prácticas alimentarias saludables y a su vez los factores sociales, políticos y económicos que habría que abordar para lograr esto, de esta manera beneficiando a la población de los barrios estudiados.

Nuestra investigación se articula al proyecto titulado “Cuenca, alimentación, inequidad y poder” que está siendo desarrollado por el director de la presente tesis, sirviendo como marco de referencia de nuestro estudio.



## CAPITULO II

### 2. FUNDAMENTO TEÓRICO

#### 2.1. ESTRATIFICACIÓN SOCIAL

Es una teoría sociológica, referente a la estructura de la sociedad, en la que puede haber niveles jerárquicos diferenciados por poder, prestigio y riqueza material de un individuo (6).

La teoría sociológica burguesa hace referencia a la estructura de la sociedad, dividida en capas sociales o estratos. Conformado por distintos caracteres: económicos, políticos, biológicos, raciales, religiosos y otros. La estratificación social incluye también la división de la sociedad en clases, como género de ocupaciones, tipo de vivienda, distrito en que se vive y volumen de los ingresos (7).

El contenido objetivo de la teoría de la “estratificación social” consiste en el afán de hacer que quede inadvertido, de enmascarar el criterio decisivo de la división en clases, fuente principal de explotación. Tan sólo el marxismo-leninismo, que ha establecido el auténtico criterio de la división de clases –la relación de las personas con los medios de producción–, proporciona la única teoría acertada, científica, de la estructura de clases de la sociedad” (7).

#### ENFOQUES CLÁSICOS

Enfoques clásicos respecto a la estratificación y estructura de clases están las teorías marxianas, weberiana y funcionalista (8).

Teoría marxista: los grupos sociales se delimitan debido a la organización del proceso de trabajo en un determinado momento histórico, siendo el acceso a los medios de producción (posibilidad de controlar y dirigir el proceso de trabajo) lo que determina la jerarquización de los grupos sociales (8).



Es decir, la estructura productiva determina y define los grupos sociales, representados como la burguesía y el proletariado. Se plantea que estos grupos sociales, mantienen una relación de explotación, en base a sus diferentes intereses e identidades. El concepto de clase social dentro del análisis marxiano indica que los grupos sociales, resultado de la estratificación social adoptan una jerarquización de categorías sociales (8).

La Teoría Weberiana indica que las estratificaciones de grupos sociales se deben a varios mecanismos que diferencian y ordenan a estos grupos. Principalmente por una distribución desigual del poder en las relaciones sociales, en las que hay relaciones de dominación (8).

Weber reconoce la existencia de clases, a la cual denomina situación de clase, que corresponde a la posición ocupada en el mercado, son la jerarquía del orden económico, los individuos tienen distintas oportunidades de vida de acuerdo a la situación de clase a la que pertenecen, es crucial su poder de disposición sobre bienes y servicios, su capacidad adquisitiva o ingresos (8).

Weber considera otro mecanismo de diferenciación social basado en el prestigio en una comunidad, dando origen a los grupos estamentales los cuales se construyen a partir de la sensación de pertenencia a un determinado estilo o modo de vida. La estratificación se da en tres dimensiones, la distribución del poder político siendo los partidos, clases correspondiendo al orden económico y estamentos al orden social (8) (9).

Finalmente, en la teoría funcionalista la estratificación social se considera como “ordenación diferencial de los individuos humanos que componen un sistema social dado y el orden de superioridad o inferioridad que guardan sobre ciertos aspectos socialmente importantes” (8).

El criterio principal que rige la estratificación es la evaluación moral, valoración que se realiza a la posición y el actuar de los individuos en relación a factores considerados socialmente significativos (8).



Los objetos de valoración social son: las posiciones es decir roles ocupacionales, sistema de intercambio y sistema de propiedad, otros factores que son tomados en cuenta son el parentesco, cualidades personales, logros, posesiones, autoridad y poder. Como resultado la posición de una persona en el sistema de estratificación social es denominado status, y la categoría de clase social se relaciona con unidades de parentesco (8).

Al establecer un análisis contemporáneo de acuerdo a Crompton, se clasifica en tres categorías. Los índices de sentido común: ordena las clases de acuerdo a un orden jerárquico; un análisis de prestigio o estatus ocupacional: ordena las clases a partir del valor que representan sus ocupaciones y los esquemas teóricos- relacionales: también llamado teorías neomarxistas o neoweberianas, estos tratan de articular los análisis clásicos marxianos y weberiano, señalando que las relaciones de clase son dinámicas (8).

De acuerdo al análisis de Anthony Giddens se considera que las clases sociales no deben necesariamente suponerse como un actor social, ni siquiera como un grupo o formación cabalmente definida a partir de su inserción objetiva en una estructura o aglomerado de posiciones preexistentes, sino que, más bien, corresponden a agregados en gran escala de individuos, que se componen de relaciones definidas impersonalmente y que son nominalmente abiertos (8).

Teniendo un papel importante los comportamientos y relaciones para identificar las clases. Menciona la estructuración de las relaciones de clase a diferencia de los enfoques clásicos que usaban la estructura de clases (8).

## **2.2. ESTRATIFICACIÓN SOCIAL EN CUENCA**

En la actualidad existen una limitada información específica en cuanto a la estratificación social de cuenca, sin embargo, con respecto a información obtenida a nivel nacional sobre estratificación del nivel socioeconómico realizada por el INEC en hogares urbanos de Quito, Guayaquil, Cuenca, Machala y Ambato; en la que se



tomó en cuenta las dimensiones de: vivienda, educación, económica, bienes, tecnología y hábitos de consumo. Siendo las variables más importantes: el nivel de educación del jefe del hogar, tipo de vivienda, afiliación al seguro privado, disponibilidad servicio de internet, tenencia de computadora portátil, tipo de servicio higiénico, número de televisores a color, tenencia de refrigeradora, registro a una red social, uso de internet en los últimos 6 meses, tenencia de lavadora, número de vehículos de uso exclusivo del hogar, compra de vestimenta en centros comerciales. Se observó que los hogares de Ecuador se dividen en cinco estratos (10).

- Nivel A (alto): 1,9% de los hogares
- Nivel B (medio alto): el 11,2%
- Nivel C+ (medio típico): 22 ,8%
- Nivel C- (medio bajo):49,3%
- Nivel D (bajo): 14,9%

Específicamente en Cuenca, basándose en la investigación “Segregación socio-espacial urbana en Cuenca, Ecuador” realizada en el año 2014, en la que se midió y cuantifico la segregación espacial en la zona urbana de Cuenca, caracterizaron a la población según su Índice de Condiciones de Vida (ICV) y se estudió la proximidad y ubicación espacial de las familias que pertenecen a un determinado grupo social (2).

Revelando que los sectores de la periferia del área urbana, en especial las áreas norte y oeste muestran un ICV bajo la media, también en el centro histórico y en sectores dispersos. Los sectores con un ICV mayor a la media se encuentran en los sectores de El Ejido, Puertas de El Sol, Monay y Challuabamba. De acuerdo a la distribución espacial se evidencia que no existe una división social del espacio marcada (2).

### **2.3. INSTRUMENTOS PARA MEDIR ESTRATIFICACIÓN SOCIAL**



Se puede realizar mediante dos métodos, como primer punto se encuentran los métodos objetivos donde se realiza mediante variables de medición, que corresponden a una categoría. Las variables utilizadas son la categoría ocupacional, ingresos, nivel de educación, identidades, consumo, género, capital social, poder patrimonial (tamaño y tipo de residencia donde vive, posesión de bienes de diferente naturaleza). Con este método se obtienen resultados cuantitativos (11). Se los clasifica en:

- 1.- Índices simples: basados en un único determinante o variable.
- 2.- Índices múltiples: utilizan más de una variable de diferenciación social, ponderando los determinantes.

Como segundo punto tenemos el método subjetivo, este método utiliza la pregunta como instrumento básico. Se pide a los participantes que se auto posicionen en una clasificación social, generalmente se pregunta ¿a qué clase social pertenece usted?, o se le pide que indique si pertenece a la clase alta, media o baja (11).

## **2.4. CONSUMO DE ALIMENTOS**

El consumo de alimentos en la mayoría de los países en vías de desarrollo que se encuentran atravesando una transición nutricional, está delimitado por los hábitos alimentarios, los cuales son la base fundamental de la cultura de una población, que es susceptible a sufrir cambios, aunque estos no se den de forma repentina (5).

A ello se puede sumar que el consumir alimentos abarca elementos tanto fisiológicos como hambre, sed y factores psicosociales: creencias, mitos, conocimientos, status social y económico de la familia, que le permite tener una variedad de alimentos o preparaciones en el diario vivir (12).

En la actualidad se puede evidenciar que existe un alto consumo de dietas ricas en grasas, grasas saturadas y azúcares simples, estos cambios en la nutrición familiar



se han generado por la urbanización y disminución de la actividad física, que ha provocado un aumento del sobrepeso y la obesidad. (5) (12)

En Ecuador, según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ESANUT) 2011-2013, la diabetes mellitus tipo II, la enfermedad hipertensiva y la enfermedad cerebrovascular fueron las principales causas de muerte (3).

## **2.5. IMPORTANCIA DEL COMPONENTE SOCIAL EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS**

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), dio a conocer que el acceso físico y económico a las diferentes gamas de alimentos les permite a las familias mantener seguridad y satisfacer sus necesidades nutricionales con el objetivo de generar una vida activa y sana (13).

Los cambios socioculturales, económicos y políticos que está sufriendo la sociedad, ha generado variantes en la forma de consumo de alimentos, impulsando una cultura alimentaria globalizada en los hogares ecuatorianos, a su vez, se generan nuevos estilos de vida que provocan desayunos y almuerzos a contra reloj que traen como resultado una baja calidad nutricional (13).

De acuerdo a la FAO los patrones alimentarios de los países de América Latina están evolucionando hacia un modelo occidental, en particular en el área urbana,

50% en la población adulta, con predominio en las mujeres (14).

## **2.6. ALIMENTACIÓN**

La alimentación es una actividad esencial para toda la población, teniendo un papel muy importante en la socialización con el medio que le rodea, pero como punto principal, tiene un gran impacto en la obtención de una fuente de energía que brinda una diversidad de beneficios al cuerpo humano.



La alimentación de cada uno de los hogares es seleccionada por la disponibilidad y hábitos establecidos, con ello se genera una dieta diaria y fraccionada, que a su vez puede estar influenciada por factores socioeconómicos, psicológicos y geográficos. El consumo de alimentos es la base fundamental para el desarrollo de un hogar y una sociedad y sus estratos sociales definen el tipo de alimentación (15)

## 2.7. TIPOS DE ALIMENTOS

Se han establecido tres tipos de alimentos según la función que desempeñan y las sustancias nutritivas que contienen:

**Alimentos energéticos:** Contienen cereales, leguminosas, almidón, azúcares y grasas, proporcionando calor y energía al organismo para cumplir con las actividades físicas habituales. El escaso consumo de estos alimentos puede provocar desnutrición y un exceso de los mismos puede generar sobrepeso y obesidad (16).

**Alimentos constructores:** Son ricos en proteínas como lácteos, huevos y carne. Ayudan al crecimiento de niños y adolescentes, desarrollo de órganos y a la formación de masa muscular (16).

**Alimentos protectores:** Contienen vitaminas y minerales, además de fibra 3 a 6 g/día y agua 2 L/día. Permiten al organismo utilizar adecuadamente las sustancias nutritivas de los alimentos energéticos y constructores (16).

## 2.8. PIRÁMIDE NUTRICIONAL

De acuerdo a las nuevas actualizaciones elaboradas por la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria en el 2015, la pirámide nutricional representa de forma gráfica los principales alimentos que debemos ingerir para mantener una alimentación equilibrada y saludable (17).





La pirámide nutricional está compuesta por una base en la que se incluye actividad física durante 60 minutos diarios, promoción del equilibrio emocional fomentando la participación de la familia en todas las comidas, balance energético adaptando la ingesta de alimentación al grado de actividad física, técnicas culinarias saludables y la ingesta de agua y otros líquidos o alimentos para completar 2,5 litros al día (17).

El segundo nivel tiene como propósito mantener una variedad, equilibrio y moderación de los alimentos, incluyendo en la dieta cereales de grano entero, productos integrales, alimentos ricos en hidratos de carbono, frutas, verduras, hortalizas, aceite de oliva; carnes magras, carnes blancas que son fuentes de proteínas; pescados y mariscos ricos en minerales, vitaminas y ácidos grasos poliinsaturados; legumbres, frutos secos, las semillas, huevos y lácteos priorizando comidas bajas en grasa y sin azúcares (17).

En la parte superior de la pirámide se encuentra el tercer nivel donde se ubican los alimentos que son de consumo opcional, ocasional y moderado, entre ellos están las carnes rojas y procesadas en todas sus formas, grasas, azúcar y productos azucarados que no deben sobrepasar el 10% de la ingesta energética, sal, helados, confitería, bebidas alcohólicas y suplementos nutricionales como una opción individualizada (17).

La pirámide nutricional, es primordial para establecer hábitos y costumbres alimentarias en una sociedad, permitiendo el desarrollo de la misma.

## **2.9. HÁBITOS**

Los hábitos son un conjunto de costumbres que una persona tiene para alimentarse, de esta manera se dice que son las tendencias que rigen al momento de elegir y consumir lo que va a comer (18).

Estos hábitos se forman a lo largo de la vida, considerados como el producto de la educación alimentaria y nutricional que se recibe desde el nacimiento, la mayoría adquiridos en la infancia consolidándose en la adolescencia (18).



Diversos factores influyen en la adquisición de hábitos alimentarios tales como: disponibilidad de dinero para adquirir ciertos alimentos, mayor oportunidad de ciertos tipos de alimentos de acuerdo a la ubicación geográfica, tiempo, horarios de trabajo o de estudio, tradiciones ancestrales, publicidad de compañías alimentarias, sin embargo los factores más importantes y con mayor impacto son el medio familiar y escolar (18).

## **2.10 PERCEPCIÓN DE COSUMO**

La percepción se define como un proceso cognitivo en el que la persona reconoce, interpreta y le da un significado a las sensaciones que tiene del ambiente en el que se encuentra, interviniendo varios factores como la memoria y simbolización. En relación al consumo de alimentos la percepción está determinada por las ideas sobre autenticidad y calidad de estos. En la actualidad se observa que el aspecto cualitativo es el principal, dando énfasis a qué comer y en qué proporciones. (19) (20) (21)

## **2.11 RECORDATORIO DE 24 HORAS**

Método retrospectivo, subjetivo con el cual se valora la dieta (ingesta de energía y nutrientes). Consiste en recordar, describir y cuantificar los alimentos y bebidas ingeridos durante las 24 horas anteriores. De gran uso debido al bajo costo que representa, a más de esto tiene gran precisión y confiabilidad. Sin embargo tiene como desventaja que depende de la memoria reciente de la persona siendo encuestada, según Salvador G. 2015, se recomienda que no se realice en ancianos o en menores de 12 años, también es importante la habilidad del encuestador para realizar la encuesta. (22)



## CAPITULO III

### 3. OBJETIVOS

#### 3.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar las características del consumo de alimentos de acuerdo a la estratificación social en los barrios de El Vado y Puertas de El Sol de la ciudad de Cuenca.

#### 3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar las características socioeconómicas de familias pertenecientes a los barrios de El Vado y Puertas de El Sol de la ciudad de Cuenca.
2. Establecer las características de consumo de alimentos, hora del almuerzo, y lugar de almuerzo.
3. Determinar relación entre el barrio, estratificación social, con la percepción de variedad de consumo de alimentos.
4. Determinar relación entre barrio, estratificación social, con las causas que atribuyen a la variedad del consumo de alimentos.



## CAPITULO IV

### 4. DISEÑO METODOLÓGICO

#### 4.1. TIPO DE ESTUDIO

El presente trabajo de investigación corresponde a un diseño analítico, cuantitativo y transversal.

#### 4.2 ÁREA DE INVESTIGACIÓN

De acuerdo a la investigación de Orellana, 2010, que se realizó en la ciudad de Cuenca, indican la existencia de un proceso de segregación localizado en zonas específicas, siendo las zonas con mayores diferencias según el “Índice de Condiciones de Vida (ICV), el Barrio de “El Vado” que es uno los sectores que pertenece a un ICV bajo la media de la ciudad, por el contrario “Puertas de El Sol” forma parte de los sectores con ICV mayor a la media de Cuenca. Es por esto que éstos barrios se han establecido como las áreas de investigación (2).

**El Vado:** Barrio limitado por las calles Coronel Guillermo Talbot, Mariscal Sucre, General Torres, Calle Larga, La Condamine. En donde de acuerdo a datos del 2010 del INEC hay 532 hogares (10).

**Puertas de El Sol:** Barrio limitado por las calles Ricardo Darquea Granda, Víctor Manuel Albornoz, Miguel Cordero Crespo, Ramona Cordero y León, General Escandón y Av. De las Americas de acuerdo a datos del 2010 del INEC hay 864 hogares (10).

#### 4.3 UNIVERSO DE ESTUDIO

La población del estudio está constituida por 1396 hogares pertenecientes a los barrios “El Vado” y “Puerta de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay.



### 4.3.1 TAMAÑO DE LA MUESTRA

**El Vado:** Con un universo de 532 mediante el uso del programa de análisis epidemiológico de datos EPIDAT 4.2+, aplicando el método de muestreo estratificado, con un nivel de confianza del 95% y con proporción esperada del 62,8% basada en prevalencia de sobrepeso y obesidad según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ESANUT) 2011-2013, se obtuvo una muestra de 217.

**Puertas de El Sol:** Con un universo de 864 mediante el uso del programa de análisis epidemiológico de datos EPIDAT 4.2+, aplicando el método de muestreo estratificado, con un nivel de confianza del 95% y con proporción esperada del 62,8%, se obtuvo una muestra de 254.

**Selección de hogares:** El proceso de selección de hogares se ejecutó mediante la obtención de la muestra por método estratificado. A cada casa y edificio pertenecientes a los barrios de El vado y Puertas de El Sol, se asignó un número, teniendo como punto inicial en el barrio del “El Vado” la intersección en la Calle Sucre y Calle Coronel Talbot y en “Puertas de El Sol” la Calle Ricardo Darquea Granda y la Avenida de las Américas. A partir del punto inicial se procedió a enumerar las cuadras en dirección de las manecillas del reloj, dentro de cada cuadra se enumeraron las casas con el mismo procedimiento, una vez enumeradas estas, se realizó un sorteo mediante Epidat4.2+ para determinar a qué casas se realizarán las encuestas. ANEXO 1 y 3

- En el caso de los edificios donde habitan varias familias se realizó las encuestas a el/la jefe de hogar que se encuentre en la primera planta.
- En el caso de que la primera planta no esté habitada se realizó las encuestas a el/la jefe de hogar de la segunda planta.
- En el caso de ser seleccionada una casa que no esté habitada esta será reemplazada por la casa que esté al lado derecho.



#### **4.4 UNIDAD DE ANÁLISIS Y OBSERVACIÓN**

Se estableció como unidad muestra de análisis y observación a todos los hogares seleccionados pertenecientes a los barrios “El Vado” y “Puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca, y que a su vez cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión.

#### **4.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN**

##### **CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

- El/la jefe de familia que habite en los barrios de “El Vado” y “Puerta de El Sol” de la ciudad de Cuenca, Azuay, por más de 31 días,
- El/la Jefe de familia que acepte participar en la investigación y firme el consentimiento informado

##### **CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- El/la jefe de familia que lleve viviendo menos de 30 días en los barrios correspondientes.
- Menores de edad según la ley, ya que se necesitaría de un representante legal para aprobar su participación.

#### **4.6 VARIABLES**

- Edad
- Sexo
- Estrato social
- Residencia
- Desayuno
- Colación de media mañana
- Almuerzo
- Colación de media tarde
- Cena



- Colación nocturna
- Perención de la variedad de alimentos
- Causas de variedad de alimentos
- Recordatorio de consumo de alimentos en las últimas 24 horas

#### **4.6.1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (ANEXO 5)**

### **4.7. MÉTODOS, TÉCNICAS INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN**

**4.7.1. Método:** analítico, transversal y observacional

**4.7.2. Técnica:** encuesta (ANEXO 7 Y 8)

**4.7.3. Instrumento:**

Se utilizó la encuesta estructurada, que permitió la recolección de datos, la primera encuesta aplicada fue sobre Estratificación del Nivel Socioeconómico y la segunda encuesta fue sobre el Recordatorio de 24 horas y percepción del consumo de alimentos. Los formularios fueron previamente validados mediante una prueba piloto realizada en una población ajena a la investigación para evitar influenciar en los resultados de la investigación y realizar las correcciones necesarias para su posterior aplicación. (ANEXO 7 y ANEXO 8)

Los instrumentos utilizados fueron:

- Consentimiento informado: Como un aspecto ético es necesario que las personas, objeto de estudio autoricen su participación, firmando un consentimiento informado, mediante el cual se especificó de forma clara sobre los riesgos, beneficios y el tiempo que le va a tomar su participación, manteniendo la confidencialidad y anonimato de estas. Así mismo se dio a conocer que la información será utilizará solo para el presente estudio.



- ENCUESTA DE ESTRATIFICACIÓN DEL NIVEL SOCIOECONÓMICO: Para medir la estratificación social se aplicó dicho formulario elaborado por el Instituto Nacional de Estadística y Censos INEC a él/la jefe de familia, la cual indagara sobre las características de la vivienda, acceso a tecnología, posesión de bienes, hábitos de consumo, nivel de educación y actividad económica del hogar. La encuesta refleja cinco estratos constando del nivel A(alto), nivel B(medio alto), nivel C+(medio típico), C-(medio bajo) y el nivel D(bajo). (ANEXO 8)
- ENCUESTA DE RECORDATORIO DE 24 HORAS: Se realizó para determinar los alimentos consumidos el día anterior el/la jefe de familia, la misma que fue utilizada en ENSANUT-ECU, con ello se determinó el patrón alimentario de consumo en los hogares de los dos barrios estudiados. Al aplicar la encuesta se preguntó el/la jefe de familia un listado de los alimentos ingeridos el día anterior en el desayuno, colación de media mañana, almuerzo, colación de media tarde, cena y colación nocturna. Se debe recalcar que los alimentos establecidos para el recordatorio de 24 horas fueron los más prevalentes en ENSANUT-ECU formando así una lista de 24 productos, luego de ello para facilitar la interpretación de los resultados se agruparon los alimentos en grasas, proteínas, carbohidratos, minerales, como se establece en ENSANUT-ECU (3). (ANEXO 9)
- Para determinar la precepción del consumo de alimentos en los hogares estudiados se utilizó la sección que hace referencia a este tema de la Encuesta Nacional de Consumo Alimentario (ENCA).

Los formularios utilizados fueron modificados de acuerdo a las necesidades de la investigación y a las a las características demográficas de la población.

#### **4.8 PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS**

La información se obtuvo con la aplicación de dos formularios de recolección de datos, previamente validados, se procesó a través del programa estadístico SPSS





(Statistical Package for the Social Sciences) versión 24.0 y Epidat versión 4.2+, la presentación de la información se realizó utilizando cuadros de doble entrada de acuerdo a las frecuencias y porcentajes de las variables estudiadas.

Las medidas estadísticas a utilizadas fueron frecuencias y porcentajes. Se empleó Chi cuadrado, diferencia de proporciones para evaluar la relación entre los barrios de de “El Vado” y “Puertas de El Sol” con respecto a las características estudiadas, estratificación socioeconómica, con la percepción sobre la variedad en el consumo de alimentos y las causas de esta variedad, con un índice de confianza del 95%. Se consideró estadísticamente significativo para  $p < 0.05$

#### **4.9 PROCEDIMIENTOS PARA GARANTIZAR ASPECTOS ÉTICOS**

- Se requirió la aprobación del Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca.
- Se solicitó el permiso de los presidentes del barrio de “El Vado” y “Puertas de El Sol”
- Se realizó un plan piloto con una población de 15 hogares del barrio “Totoracocha”, cantón Cuenca, Azuay, que nos permitió observar si la encuesta recoge los datos de manera adecuada para la investigación, además de conocer el tiempo estimado para la realización de todo el proceso.
- Se entregó el documento de consentimiento informado a él/la jefe de familia de los barrios de “El Vado” y “Puertas de El Sol”, el cual fue leído y aprobado de acuerdo a su criterio. Para un mejor respaldo del encuestado, se dio el contacto de una de las autoras mediante el número telefónico.
- Él/la jefe de familia fue informado de forma clara sobre los objetivos de la investigación antes de realizar la encuesta, se indicó también que se mantendrá la confidencialidad y anonimato de estas. Se dio a conocer que la información será utilizará solo para el presente estudio.

## CAPÍTULO V

### 5. RESULTADOS

El estudio estuvo comprendido entre los sectores de El Vado y puertas de El Sol en la ciudad de Cuenca, Azuay, en el cual se encontraron como jefes de hogares de sexo masculino en 48% en Puertas de El Sol 45.28% y en El Vado 51.61% y de sexo Femenino 51.8%, en Puertas de El Sol 54.72% y en El Vado 48.39%

**Tabla 1. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol según edad, sexo, nivel de estratificación social, hora de almuerzo, lugar de almuerzo según barrio de residencia. Cuenca. Ecuador. 2018**

Características estudiadas		BARRIO DE RESIDENCIA				TOTAL		P
		PUERTAS DE EL SOL (n = 254)		EL VADO (n = 217)		(n = 471)		
Edad	18 a 34	80	31,5	77	35,48	157	33,33	n/a
	35 a 59	174	68,5	140	64,52	314	66,67	
Sexo	Mujer	139	54,72	105	48,39	244	51,8	n/a
	Hombre	115	45,28	112	51,61	227	48,2	
NIVEL DE ESTRATIFICACIÓN SOCIAL	Bajo	0	0	4	1,84	4	0,85	0.000
	Medio Bajo	11	4,33	86	39,63	97	20,59	
	Medio Típico	48	18,9	98	45,16	146	31	
	Medio Alto	150	59,06	28	12,9	178	37,79	
	Alto	45	17,72	1	0,46	46	9,77	
HORA DE ALMUERZO	12:00 - 12:59	48	18,9	37	17,05	85	18,05	0.987

	13:00 - 13:59	150	59,06	129	59,45	279	59,24	
	14:00 - 14:59	51	20,08	45	20,74	96	20,38	
	15:00 - 15:59	3	1,18	4	1,84	7	1,49	
	16:00 - 16:59	1	0,39	1	0,46	2	0,42	
	No almuerza	1	0,39	1	0,46	2	0,42	
LUGAR DE CONSUMO DE ALMUERZO	Casa	154	60,63	93	42,86	247	52,44	0.000
	Fuera de casa	99	38,98	123	56,68	48	47,13	
	No almuerza	1	0,39	1	0,46	2	0,42	

Fuente: Base de datos

Autoras: Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa

De acuerdo al estudio llevado a cabo en El Vado y Puertas del Sol en el que se incluyeron 471 jefes de hogar de dichos barrios se observa que las personas entre 35-59 años de edad corresponden a la mayoría (66.67%),

De acuerdo al barrio de residencia y a la pertenencia a los estratos sociales, los hogares de Puertas de El Sol corresponden de manera predominante al estrato Alto 76.78% (alto 17.72% y medio alto 59.06%), y en la población de El Vado prevalece el nivel medio 84.79% (Medio Típico 45.16%, Medio Bajo 39.63%). p 0.000.

Con respecto a la hora del consumo del almuerzo en los dos barrios el comportamiento es muy parecido, con porcentajes muy similares. En cuanto a los horarios de almuerzo las horas en las que más almuerzan los/las jefes de familia es durante 13:00 a las 13:59 horas 59.24%, p 0.987.

Según el lugar de consumo del almuerzo se observa que en Puertas de El Sol ingieren sus alimentos en Casa en un 60.63% y en El Vado hay prevalencia de consumo Fuera de casa con un 56.68%. p de 0.000.

**Tabla 2. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol, según tipo de alimentos en Desayuno, colación de media mañana, almuerzo, colación de media tarde, cena y colación nocturna y barrio de residencia. Cuenca.**

RESIDENCIA	PUERTAS DE EL SOL (n=254)								EL VADO (n=217)							
	ALIMENTOS								ALIMENTOS							
ALIMENTOS EN 25 HORAS	GRASAS		PROTEINAS		CARBOHIDRATOS		MINERALES		GRASAS		PROTEINAS		CARBOHIDRATOS		MINERALES	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
DESAYUNO	30	13,5	427	34,5	387	29,8	107	21,7	26	19,7	290	32,4	339	28,3	339	54,5
COLACION DE MEDIA MAÑANA	0	0	26	2,1	35	2,7	30	6,1	0	0	8	0,89	54	4,5	20	3,22
ALMUERZO	155	69,8	421	34	531	40,9	264	53,7	86	65,2	330	36,8	456	38	181	29,1
COLACION DE MEDIA TARDE	0	0	41	3,31	66	5,09	7	1,42	0	0	24	2,68	71	5,92	12	1,93
CENA	37	16,7	323	26,1	275	21,2	81	16,5	20	15,2	241	26,9	278	23,2	69	11,1
COLACION NOCTURNA	0	0	1	0,08	3	0,23	3	0,61	0	0	3	0,33	2	0,17	1	0,16
TOTAL	222	100	1239	100	1297	100	492	100	132	100	896	100	1200	100	622	100

**Ecuador. 2018**

Fuente: Base de datos

Autoras: Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa

La información obtenida en la presente tabla da a conocer que en Puertas de El Sol, los alimentos que más se consumen son las grasas con un 69.8 % durante el almuerzo, seguido de los minerales con un 53% y carbohidratos 40,9%, en horas del desayuno los hogares ingieren más cantidad de proteínas 34.5%, por el contrario en horas de la cena se adquieren alimentos a base de proteínas 26.1% y durante la colación de nocturna se puede observar que son muy pocos los hogares que consumen alimentos tan solo el 0,61% consume minerales. Al analizar los datos del barrio El Vado, en el transcurso de las 24 horas las grasas se consumen en mayor porcentaje 65.2%, seguido de las proteínas con 36.8% y minerales con un 29,1% durante las horas del almuerzo, durante el desayuno se consume en mayor cantidad los minerales 54,5%, proteínas 32,4% y carbohidratos 28,3%, en la cena los

alimentos más consumidos son las proteínas con un 26.9% y muy pocas familias consumen alimentos en la colación nocturna. p de 0

**Tabla 3. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol, según Tipo de alimentos que consumen y barrio de residencia. Cuenca. Ecuador. 2018**

TIPO DE ALIMENTOS	RESIDENCIA				TOTAL	%
	PUERTAS DEL SOL	%	EL VADO	%		
Grasas	155	11,31	86	8,17	241	9,94
Proteínas	421	30,71	330	31,34	751	30,98
Carbohidratos	531	38,73	456	43,30	987	40,72
Minerales	264	19,26	181	17,19	445	18,36
<b>TOTAL</b>	<b>1371</b>	<b>100,00</b>	<b>1053</b>	<b>100,00</b>	<b>2424</b>	<b>100,00</b>

Fuente: Base de datos

Autoras: *Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa*

En la presente tabla se puede observar que los principales alimentos que se consumen son los Carbohidratos 40.72% tanto en Puertas de El Sol 38.73% como en El Vado 43.30%, seguido de Proteínas 30.98%, siendo el Barrio de El Vado donde más se adquiere este producto con un 31.34%. Luego se encuentran los minerales que en toda la población estudiada representa un 18.36%, por el contrario, quienes más adquieren este tipo de alimentos es en el Barrio de Puertas del Sol con un 19,26% y el Barrio de El Vado solo un 17.19%. Finalmente, lo que menos se consume son las grasas 9.94%, a su vez se refleja que los hogares de Puertas del Sol son los que más utilizan las grasas en sus comidas, 11.31%, y el 8.15% de El Vado emplea las grasas. p 0.15

**Tabla 4. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol según barrio de residencia y percepción de variedad del consumo de alimento. Cuenca. Ecuador. 2018**

PERCEPCIÓN VARIEDAD DE CONSUMO DE ALIMENTOS								(%)
RESIDENCIA	MUY POCO		POCO		VARIADA		TOTAL	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)		
<b>Puertas de El Sol</b>	9	3,54	111	43,70	134	52,76	254	100,00
<b>El Vado</b>	26	11,98	123	56,68	68	31,34	217	100,00
<b>TOTAL</b>	35		234		202		471	

Fuente: Base de datos

Autoras: Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa

Se observa que hay una diferencia significativa en relación a la percepción de la variedad de los alimentos de acuerdo a cada barrio, ya que predomina la percepción Variada 52.76% en Puertas de El Sol y en El Vado por el contrario un 56.68% tiene un consumo Poco variado.  $p$  de 0.0

Variedad Poco con un 52.56% y Muy poco Variada con el 74.29% en los hogares estudiados del barrio El vado, pudiéndose atribuir a la limitada obtención de insumos alimentarios debido a su condición socioeconómica medio bajo a diferencia de los/las jefes de familia de Puertas de El Sol que consideran que su dieta es variada con un marcado porcentaje del 66.34% que a su vez se puede establecer porque en estos hogares corresponden de manera predominante al estrato Alto, que permite adquirir una gran cantidad de alimentos.

**Tabla 5. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol según estratificación social con la percepción de variedad del consumo de alimentos. Cuenca. Ecuador. 2018**

RESIDENCIA	PUERTAS DE EL SOL (n=254)						EL VADO (n=217)							
	PERCEPCION DE VARIEDAD						PERCEPCION DE VARIEDAD							
CONDICION SOCIOECONOMICA	MUY POCO VARIADA		POCO VARIADA		VARIADA		MUY POCO VARIADA		POCO VARIADA		VARIADA		TOTAL	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)		
Bajo	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	3,85	2	1,63	1	1,47	12	2,48
Medio Bajo	2	22,22	4	3,60	5	3,73	18	69,23	43	34,96	25	36,76	261	55,48
Medio Típico	2	22,22	20	18,02	26	19,40	6	23,08	62	50,41	30	44,12	232	49,34
Medio Alto	4	44,44	69	62,16	77	57,46	1	3,85	16	13,01	11	16,18	292	62,06
Alto	1	11,11	18	16,22	26	19,40	0	0,00	0	0,00	1	1,47	73	15,57
<b>TOTAL</b>	<b>9</b>	<b>100,00</b>	<b>111</b>	<b>100,00</b>	<b>134</b>	<b>100,00</b>	<b>26</b>	<b>100,00</b>	<b>123</b>	<b>100,00</b>	<b>68</b>	<b>100,00</b>	<b>471</b>	<b>100,00</b>

Fuente: Base de datos

Autoras: Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa

De acuerdo a los estratos sociales en relación con la percepción de variedad que los/las jefes de familia, en Puertas de El Sol se observa que en el Medio alto prevalece la percepción de consumo Poco variada con un 62.16 % seguida de Variada con un 57.4%. Por el contrario en El Vado hay mayor prevalencia de una percepción Muy poco variada 69.23 en el estrato Medio bajo y Poco variada 50.41% en el estrato Medio típico.  $p < 0.000$ .

**Tabla 6. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol según estratificación social y la percepción de las causas de la variedad del consumo de alimentos. Cuenca. Ecuador. 2018**

RESIDENCIA	PUERTAS DEL SOL (n=254)						EL VADO (n=217)						TOTAL	
CONDICIÓN SOCIO ECONÓMICA	CAUSAS DE LA VARIEDAD DEL CONSUMO DE ALIMENTOS						CAUSAS DE LA VARIEDAD DEL CONSUMO DE ALIMENTOS							
	Económicas		Tiempo		Gustos		Económicas		Tiempo		Gustos			
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)		
Bajo	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	2,56	1	1,18	1	1,85	4	0,85
Medio Bajo	3	21,43	0	0,00	8	5,76	42	53,85	23	27,06	21	38,89	97	20,59
Medio Típico	1	7,14	19	18,81	28	20,14	26	33,33	49	57,65	23	42,59	146	31,00
Medio Alto	6	42,86	64	63,37	80	57,55	8	10,26	12	14,12	8	14,81	178	37,79
Alto	4	28,57	18	17,82	23	16,55	0	0,00	0	0,00	1	1,85	46	9,77
<b>TOTAL</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>101</b>	<b>100,0</b>	<b>139</b>	<b>100,0</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>	<b>85</b>	<b>100,0</b>	<b>54</b>	<b>100,00</b>	<b>471</b>	<b>100,00</b>

Fuente: Base de datos

Autoras: Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa

En Puertas de El Sol donde hay prevalencia del estrato Medio Alto se observa que prefieren que la principal causa de su percepción de un consumo variado de alimentos es el Tiempo con un 63.37% seguido de los Gustos personales con 57.55%, y finalmente, se encuentran las causas Económicas con un 42,86% a diferencia del barrio de El Vado donde los estratos Medio bajo y Medio típico son los que prevalecen, atribuyen que su consumo de alimentos es muy poco variado debido a causas económicas 53.85% ( Medio bajo) seguido de Tiempo (Medio típico) con un 57,65%. p de 0.000



**TABLA 7. Jefes de hogar de los barrios de El Vado y Puertas de El Sol según ocupación y barrio de residencia. Cuenca. Ecuador. 2018**

OCUPACIÓN	RESIDENCIA				Total	
	PUERTAS DEL SOL		EL VADO			
	N	(%)	N	(%)		
PERSONAL DIRECTIVO DE LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA Y DE EMPRESAS	22	8,66	0	0,00	22	4,67
DESOCUPADOS	3	1,18	0	0,00	3	0,64
PROFESIONALES CIENTÍFICOS E INTELLECTUALES	64	25,20	6	2,76	70	14,86
TÉCNICOS Y PROFESIONALES DE NIVEL MEDIO	62	24,41	31	14,29	93	19,75
EMPLEADOS DE OFICINA	33	12,99	28	12,90	61	12,95
TRABAJADOR DE LOS SERVICIOS Y COMERCIANTES	68	26,77	105	48,39	173	36,73
TRABAJADOR CALIFICADOS AGROPECUARIOS Y PESQUEROS	0	0,00	2	0,92	2	0,42
OFICIALES OPERARIOS Y ARTESANOS	2	0,79	42	19,35	44	9,34
OPERADORES DE INSTALACIONES Y MÁQUINAS	0	0,00	3	1,38	3	0,64
<b>TOTAL</b>	<b>254</b>	<b>100,0</b>	<b>217</b>	<b>100,00</b>	<b>471</b>	<b>100,0</b>



Fuente: Base de datos

Autoras: *Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa*

Se puede observar en esta tabla que el grupo de estudio que reside en Puertas de El Sol presenta una prevalencia similar según la ocupación; debido a que en este barrio existen profesionales científicos e intelectuales que se refleja con 25.20%, técnicos y profesionales de nivel medio con 24.41%, trabajadores de los servicios y comerciante con 26.77%, a diferencia del barrio El Vado donde las ocupaciones que más ejecutan son con los trabajadores de los servicios y comerciante corresponde a 48.39% seguido de Oficiales operarios y artesanos 19.35%.

Es importante mencionar los profesionales científicos e intelectuales representan el 25.20% en Puertas de El Sol y en El vado 2.76%, por el contrario, los oficiales operarios y artesanos representan solo el 0.79% en el Puertas de El Sol., y el 19.35% en El Vado.

A su vez los resultados nos reportan que el personal directivo de la administración pública y de empresas en esta presente en Puertas de El Sol 8.66%, a diferencia de El vado que corresponde al 0%.  $p < 0.000$ .



## CAPITULO VI

### DISCUSIÓN

La investigación da a conocer que el consumo alimentario refleja los estratos sociales expresando la diversidad de esta en los sectores altos, medios y bajos.

Con los resultados obtenidos en la investigación se establece que en el grupo de estudio se observa que en Puertas de El Sol se consume los alimentos dentro de Casa en un 60.63% a diferencia de El Vado que hay prevalencia de consumo Fuera de casa de 56.68%, presentando relación con el estudio realizado por Cedeño, 2015 que indica que “En Ecuador la mayoría de personas que consumen alimentos fuera de su hogar son empleados públicos, en horario laboral, y no son los de nivel alto o medio alto más bien medio típico o bajo” (23).

Puertas de El Sol pertenece en su mayoría a los niveles de estratificación Alto y Medio alto en los que de acuerdo al INEC, 2010, más del 80% de los Hogares que corresponden al nivel de estratificación Alto “poseen hasta dos vehículos de uso exclusivo del hogar” y los que pertenecen a estrato Medio Alto “en promedio tienen un vehículo”, lo que indica que tiene mayor facilidad de movilidad por lo que resulta más fácil acudir a sus casas para alimentarse, y por tanto no consumir sus alimentos Fuera de casa (24). Como refiere Lima P, 2017 en las zonas urbanas la alimentación está determinada por el tiempo, ritmo laboral y la distancia del lugar de trabajo o estudio al hogar (5).

Con respecto a los tipos de alimentos, en los dos barrios donde se realizó el estudio se observa que se consumen principalmente carbohidratos (40.72%) tanto en Puertas de El Sol (38.73%) como en El Vado (43.30%), en ENSANUT, 2013, indica que el 29.2% de la población nacional tienen un consumo excesivo de carbohidratos, la prevalencia de este exceso es mayor en el quintil más pobre 44.9% a comparación del quintil de mayores ingresos económicos 15.1%. seguido de Proteínas 30.98%. Además ENSANUT, 2013 indica que la población nacional tiene un consumo inadecuado de proteína, presentándose un 9.5% de consumo inadecuado en la sierra urbana, en el presente estudio no se analizó si el consumo



de los alimentos es adecuado o excesivo, sin embargo al comparar con los resultados del ENSANUT, 2013 concuerda, ya que, este refiere que “se mantiene el consumo inadecuado sin importar si pertenecen al quintil más pobre y los quintiles de mayores ingresos económicos”, siendo que en El vado el consumo de proteínas corresponde a 31.34% y en Puertas de El Sol 30.71% (3).

El factor económico como el factor cultural son condicionantes que desencadenan alteraciones en la alimentación de las personas, en la investigación de Morocho y Tomalá. 2013, se refiere que “el nivel socioeconómico influye notablemente en la elección, compra y consumo de los alimentos” (25) Lo cual se observa en la presente investigación con la percepción de variedad del consumo de alimentos de los/las jefes de hogar de Puertas de El Sol en donde el estrato Medio alto quienes referían una percepción de consumo poco variado (62.16%) y Variado (57.4%) de alimentos a diferencia de El Vado que presentan prevalencia de Poca variedad (69.23%) en el estrato Medio bajo.

De acuerdo a las causas que se atribuye la variedad en el consumo de alimentos se observa que en Puertas de El Sol donde hay prevalencia del estrato Alto se indica que la principal causa de su percepción es el tiempo 63.37% seguido de gustos personales 57.55%, a diferencia de El Vado donde se atribuye su consumo de alimentos Muy poco variado debido a causas económicas 53.85% (Medio bajo), seguidas de Tiempo 57.65% (Medio típico). Se puede observar resultados similares según, Pineda K, 2016, donde plantea que los factores que influyen en la nutrición son los niveles socio-económicos, la falta de recursos económicos de los padres, en muchos casos por el desempleo, limita la posibilidad de comprar alimentos, así mismo los/ las jefes de hogar de escasos recursos económicos, no varían su alimentación y no se permiten preparar, consumir platos que demandan invertir mucho dinero en sus ingredientes. Por lo que su alimentación se limita a su presupuesto. Por el contrario, las personas de clase media pueden variar un poco más su alimentación (26) (27).

Resultado similar obtuvieron Belalcázar y Tobar en su estudio, en Bogotá en 2013, donde “los factores identificados como determinantes de la alimentación en los



estratos 4, 5 y 6 fueron: el nivel socioeconómico que corresponde al estrato bajo, influyendo en la disponibilidad y acceso a los alimentos” (26).

Sin embargo, Ekmeiro en su estudio en la Universidad de Córdoba, en 2016, no encontró diferencias cualitativas significativas en el consumo de alimentos entre los diferentes estratos socioeconómicos, mostrando un patrón alimentario tendiente a la homogeneidad. Estadísticamente demostraron que las variables económicas y culturales consideradas en su investigación no fueron los factores de mayor incidencia sobre la selección de los alimentos por parte de la población (28) (29).

Al analizarse la estratificación social de acuerdo a la ocupación del grupo de estudio según el barrio en el que residen hay una diferencia estadísticamente significativa, al observarse que en Puertas de El Sol las ocupaciones más prevalentes son profesionales científicos e intelectuales 25.20%, técnicos y profesionales de nivel medio 24.41%, trabajadores de los servicios y comerciante 26.77%. Teniendo en cuenta que en la población estudiada de Puertas de El Sol pertenece al estrato Medio Alto 59.06, coincide con los resultados del INEC,2010 en el que se indica que en este estrato los/las jefes de hogar tienen un nivel de instrucción superior lo cual permite que “se desempeñen como profesionales, científicos, intelectuales, técnicos y profesionales del nivel medio” (25).

Por el contrario, en el barrio de El Vado el grupo de estudio predomina el estrato Medio típico y Medio bajo, que se relacionan con los resultados del INEC,2010, el estudio de el/la jefe de hogar tiene un nivel e instrucción de secundaria completa y en el Medio típico primaria completa permitiendo que se desempeñen “como trabajadores de los servicios, comerciantes operadores de instalación de máquinas y montadores y algunos se encuentran inactivos” (25).

Estas grandes brechas se reflejan al haber solo un 2.76% de profesionales científicos e intelectuales barrio de El Vado, así como 0.79% de oficiales operarios y artesanos en Puertas de El Sol. Así mismo, el personal directivo de la administración pública y de empresas, aunque bajo, está presente en Puertas de El Sol 8.66%, a diferencia de El vado que corresponde al 0%.



Según Martori M, 1994, indica que, al tener acceso a los estudios de tipo técnico, hay más posibilidades profesionales de remuneraciones más elevadas en el futuro. De igual manera indica que la posesión de un título universitario supone una ventaja al momento de encontrar un empleo y a su vez mantenerse en un estrato Medio Alto (30).

En esta investigación se observó la existencia de un proceso de segregación localizado en zonas específicas, según el "Índice de Condiciones de Vida (ICV), el Barrio de "El Vado" es uno los sectores que pertenece a un ICV bajo la media de la ciudad, por el contrario "Puertas de El Sol" forma parte de los sectores con ICV mayor a la media de Cuenca, lo que es determinante la variabilidad del consumo de alimentos (2).



## CAPITULO VII

### 7. CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y BIBLIOGRAFÍA

#### 7.1 CONCLUSIONES

- Con los resultados obtenidos se puede concluir que no hay diferencia significativa en cuanto a los tipos de alimentos que se consumen en los dos barrios, pero podemos establecer que hay mayor consumo de carbohidratos seguidos de proteínas tanto en “Puertas de El Sol” como en “El Vado”.
- En la investigación se observó la existencia de un proceso de segregación localizado en zonas específicas, de acuerdo a los resultados en Puertas de El Sol prevalecen los estratos Alto y Medio alto por el contrario El Vado existen estratos Medio típico y Medio Bajo.
- Los/las jefes de familia de los dos barrios almuerzan en casa y en el barrio de El Vado aparte del hogar también en restaurantes. En comparación con Puertas de El Sol más cantidad de personas de El Vado consumen su almuerzo en el trabajo.
- El estrato social determina la percepción de la variedad del consumo de alimentos, mientras más bajo el estrato menor variedad se percibe, en el estrato Medio bajo hay Muy poca variedad, en cambio en el Medio alto es Poco variada y Variada.
- En los estratos altos se atribuye su consumo variado al Tiempo seguido de gustos personales. En los estratos bajos el consumo Muy poco variado se debe a causas económicas.



## 7.2 RECOMENDACIONES

- Fomentar por parte de las autoridades de salud y educación la importancia del consumo de alimentos adecuados, dando a conocer cada una de las propiedades y los beneficios que estos brindan a todos los integrantes de la familia, para así incentivar a la sociedad sobre la valoración de la salud como un bien humano.
- Implementar políticas que generen una adecuada redistribución de riquezas y así se acorten las diferencias entre estratos sociales, que en la actualidad han fomentado un proceso segregación localizado.
- Diseñar estrategias de educación nutricional, destinadas a promover formas de vida saludables, que consideren la cultura alimentaria, así como aspectos del desarrollo social y económico; además la difusión constante a través de medios de comunicación para lograr un mejor impacto en la comunidad.
- Que las autoridades permitan un mayor acceso a la educación de segundo y tercer nivel sobre todo en los grupos sociales más bajos, con ello mejorar el nivel de profesionales en el país.



## CAPÍTULO VIII

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez M. La patrimonialización alimentaria entre la reivindicación y la reexotización de la diversidad cultural. Primera edición. Porto Alegre: Communication, VII RAM (VII Reunión de Antropología del MERCOSUR), 2007.
2. Orellana D, Osorio P. Segregación socio-espacial urbana en Cuenca, Ecuador. *Analítika: Revista de análisis estadístico* [Internet]. 2014 [citado 30 abril 2017];8(2):27-38. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5004>.
3. Freire W, Ramírez M, Belmont P, Romero N. Resumen ejecutivo de tomo I: encuesta nacional de salud y nutrición. [Internet]. Quito; Departamento encuesta nacional de salud y nutrición; 2013. [citado 28 de abril de 2017]. *Disponible en: <http://www.worldcat.org/title/resumen-ejecutivo-tomo-i-encuesta-nacional-de-salud-y-nutricion-del-ecuador/oclc/1007078540>*.
4. Mintz S, Bois C. The anthropology of food and eating. *Annual review of Anthropology*. [Internet]. 2002 [citado 20 de abril 2018]; 31(1):99-119. Disponible en: [https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011#\\_i](https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011#_i)
5. Lima P, Sales S, Melo A. The impact of the «bolsa familia» program on household diet quality. Pernambuco State, Brazil. Gale Cengage Learning [Internet]. 2017 [Citado 28 de abril de 2017]; 22(2). *Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141381232017000200393&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232017000200393&lng=en&nrm=iso)*. ISSN14138123. <http://dx.doi.org/10.1590/141381232017222.13622015>.
6. Duek C, Inda G. La teoría de la estratificación social de Parsons: una arquitectura del consenso y de la estabilización del conflicto. *Rev. Theomai*. [Internet]. 2014



[Citado 30 de abril de 2017]; (29):155-175. *Disponible en:* <https://www.redalyc.org/pdf/124/12431432009.pdf>.

7. Rosental M PI. Estratificación social. Diccionario Filosófico. España; [Internet]. Fundación Gustavo Bueno. 2010; [Citado 30 de abril de 2018]. *Disponible en:* <http://www.filosofia.org/enc/ros/estra>.

8. Sémbler R. Estratificación social y clases sociales: una revisión analítica de los sectores medios [internet]. Santiago de Chile: Naciones Unidas, CEPAL Div. de Desarrollo Social; 2006 [Citado 4 de mayo del 2018]. *Disponible en:* [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6130/S0600897\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6130/S0600897_es.pdf).

9. Duek C, Inda G. La teoría de la estratificación social de Weber: un análisis crítico. Rev Austral Cienc Soc. [Internet]. 2006 [Citado 4 de mayo del 2018]; 11(1):5-24. *Disponible en:* [https://www.researchgate.net/publication/28212625\\_La\\_Teoria\\_de\\_la\\_Estratificacion\\_Social\\_de\\_Weber\\_un\\_analisis\\_critico](https://www.researchgate.net/publication/28212625_La_Teoria_de_la_Estratificacion_Social_de_Weber_un_analisis_critico).

10. INEC. Encuesta de Estratificación del Nivel Socioeconómico.[Internet]. Quito: Instituto Nacional de Estadística y Censos, Nacional de Estadística y Censos; 2017. [Citado 4 de mayo del 2018]. *Disponible en:* <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/encuesta-de-estratificacion-del-nivel-socioe>.

11. Jalakan J. Consumidor: estratos sociales.[Internet]. España:2017 [Citado 8 de mayo del 2018]. *Disponible en:* <https://es.scribd.com/document/119350660/Ejercicio-de-Word-1-Titulo-Indice-y-Bibliografia>.

12. Escobar R, Ibarra M, López C. Disponibilidad y consumo de aumentos como factores de riesgo en dos cafeterías universitarias.[Internet] México: Universidad Autónoma de Nuevo León, Salud Pública; 2012. [Citado 8 de mayo del 2018]. *Disponible en:* <http://eprints.uanl.mx/6323/1/1080095001.PDF>.

13. Jiménez J, Rubio M. Determinación de los hábitos de Alimentación en las Escuelas y Colegios fiscales de Zamora y Loja. [Internet]. Loja: Universidad Técnica Particular De Loja, informática y computación; 2010.[citado 8 mayo de 2017]. *Disponible en:* <http://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/78>.



14. Arancet J, Arija V, Maíz E. Sociedad Española Nutricion Comunitaria. [Internet]. España; 2016; [citado 10 mayo de 2017]. Disponible en: <http://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia/guias-alimentarias-senc-2016>.
15. Lopez R. La influencia de la desnutrición en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas de la escuela Isidro Ayora de 2do. y 3ero. de básica [Internet]. Universidad Politecnica Salesiana Ecuador. 2005 [citado 20 de mayo de 2018]. Disponible en: <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/3006/1/UPS-QT01482.pdf.pdf>.
16. Universidad de Lima. Unidad de Servicios de Bienestar. PIRÁMIDE NUTRICIONAL -Clasificación de los alimentos. [Internet]. Lima.; 2005 [;citado 22 de mayo de 2018]. Disponible en: [http://www.ulima.edu.pe/sites/default/files/page/file/nutricion\\_1.pdf](http://www.ulima.edu.pe/sites/default/files/page/file/nutricion_1.pdf).
17. Aranceta B, Arija V. Guías alimentarias para la población española, la nueva pirámide de la alimentación saludable. SENC [Internet]. 2016 [citado 22 de mayo de 2018]; 33(8):1-48. Disponible en: <http://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia/guias-alimentarias-senc-2016>.
18. Quezada J. Los hábitos alimenticios y su influencia en el rendimiento escolar de los niños y niñas de séptimo año de educación básica De La Escuela Julio María Matovelle de la ciudad de Loja y la intervención Del Trabajador/A Social. [Internet]. Loja: Universidad Nacional De Loja , Departamento de Trabajo Social; 2015. [citado 22 de mayo de 2018]. Disponible en : <https://docplayer.es/27205527-Universidad-nacional-de-loja.html>.
19. Villagomez P. Entre lo que se debe y lo que se puede: percepción y satisfacción de necesidades alimentarias en la Ciudad de México. Acta Sociológica [Internet]. 2016 [citado 5 de febrero de 2019]; 70: 99-128. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/art>.
20. Cardenas J. La modernidad alimentaria Entre la sobreabundancia y la inseguridad. Revista Internacional de Sociología [Internet]. 2005 [citado 5 de febrero



de 2019]; 63 (90): 109-132. *Disponible en:*  
*<http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociol>*.

21. Vargas L. Sobre el concepto de percepción. Redalyc [internet]. 2014[citado 5 de febrero de 2019]; 4(8):47-53. *Disponible en:*  
*<https://www.redalyc.org/pdf/747/74711353004.pdf>*.

22. Pimienta T. Uso del recordatorio de 24 horas para el estudio de distribuciones de consumo habitual y el diseño de políticas alimentarias en América Latina. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición [internet] 2015[citado 5 de febrero de 2019]; 10;65. Disponible en:*  
*<https://search-proquest-com.ucuenca.idm.oclc.org/docview/2085034855/61CBB96FFDE84AE6PQ/6?accountid=36749#>*.

23. Pineda EL, Alvarado EB. Metodología de la investigación [Internet]. 3°. Washington D.C.: Organización Panamericana de la Salud: Organización Mundial de la Salud. 2008 [Citado 2018 Noviembre 25]. *Disponible en:*  
*<https://ebevidencia.com/archivos/2128>*.

24. Cedeño ES, Collantes JL. Preferencias de servicios de comidas en los niveles socioeconómico alto y medio alto de la ciudad de Guayaquil. Tesis de Licenciatura en Gastronomía [Internet]. Guayaquil: Universidad de Guayaquil, Facultad de Ingeniería Química;. 2015. [Citado 2018 Noviembre 26]. *Disponible en:*  
*<http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/6731/1/T-UCSG-POS-MGM-36.pdf>*.

25. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Encuesta de Estratificación del Nivel Socioeconómico NSE. Ecuador [Internet]; 2011 [Citado 2018 Diciembre 12]. *Disponible en:*  
*[http://www.ecuadorencifras.gob.ec//documentos/web-inec/Estadisticas\\_Sociales/Encuesta\\_Estratificacion\\_Nivel\\_Socioeconomico/111220\\_NSE\\_Presentacion.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec//documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/Encuesta_Estratificacion_Nivel_Socioeconomico/111220_NSE_Presentacion.pdf)*.

26. Pineda K. Prácticas nutricionales en adolescentes de 10-19 años en el barrio 24 de mayo de Esmeraldas. Tesis de Licenciatura en Enfermería. [Internet]; Esmeraldas: Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Escuela de Enfermería; 2016. [Citado 2018 Diciembre 12]. *Disponible en:*



<https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/876/1/PINEDA%20MONTES%20KARINA.pdf>.

27. Morocho RA, Tomalá EJ. Factores que influyen en la nutrición de los adolescentes del colegio fiscal mixto Técnico Muey. Salinas. Santa Elena 2012-2013". [Internet]. La Libertad: Universidad estatal Península de Santa Elena, Facultad de Ciencias Sociales y. *de la Salud*. 2013. [Citado 2018 Diciembre 12]. Disponible en: <http://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/1012>.

28. Ekmeiro JE. Teoría sociocultural del aprendizaje como fundamento pedagógico de la educación nutricional: influencia sobre el patrón de consumo de alimentos en poblaciones del Oriente venezolano. *Tesis Doctoral*. [Internet]; Córdoba: Universidad de Córdoba; 2016. [Citado 2018 Diciembre 12]. Disponible en: <https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/13380/2016000001402.pdf?sequence=1>.

29. Belalcázar DM, Tobar LF. Determinantes sociales de la alimentación en familias de estratos 4, 5 y 6 de la localidad de Chapinero de Bogotá D.C. *Rev Fac Nac Salud Pública* [Internet]; Bogotá, 2013 [Citado 2018 Diciembre 12]; 31(1): 40-47. Disponible en: <file:///C:/Users/Windows/Downloads/Dialnet-DeterminantesSocialesDeLaAlimentacionEnFamiliasDeE-5079478.pdf>.

30. Martori M. Conquistar la igualdad: la coeducación hoy. *Revista Iberoamericana de Educación* [Internet]. 1994 [Citado 2018 Diciembre 12]; 6. Disponible en: [http://recursos.cepindalo.es/pluginfile.php/16912/mod\\_resource/content/1/2011\\_CURSO\\_NUEVO/BLOQUE\\_1.IGUALDAD\\_GENERO\\_Y\\_COEDUCACION/CONTENIDOS\\_PARA\\_BLOQUE1/Lecturas\\_para\\_la\\_elaboracion\\_del\\_glosario.\\_Tarea\\_2/LECTURA.\\_La\\_Coeducacion\\_hoy\\_Marina\\_Subirats.pdf](http://recursos.cepindalo.es/pluginfile.php/16912/mod_resource/content/1/2011_CURSO_NUEVO/BLOQUE_1.IGUALDAD_GENERO_Y_COEDUCACION/CONTENIDOS_PARA_BLOQUE1/Lecturas_para_la_elaboracion_del_glosario._Tarea_2/LECTURA._La_Coeducacion_hoy_Marina_Subirats.pdf).



## **ANEXOS**

### **ANEXO 1: MAPA DE BARRIO “EL VADO”**

**AUTORAS KAREN MICHELLE ESPINOZA GUARANGO Y JENNIFER ANDREA  
FREIRE OCHOA**



## ANEXO 2: HOGARES DE ESTUDIO "EL VADO"

Los hogares de estudio se aleatorizado utilizando el programa EPIDAT 4.2+, obteniéndose los siguientes resultados:

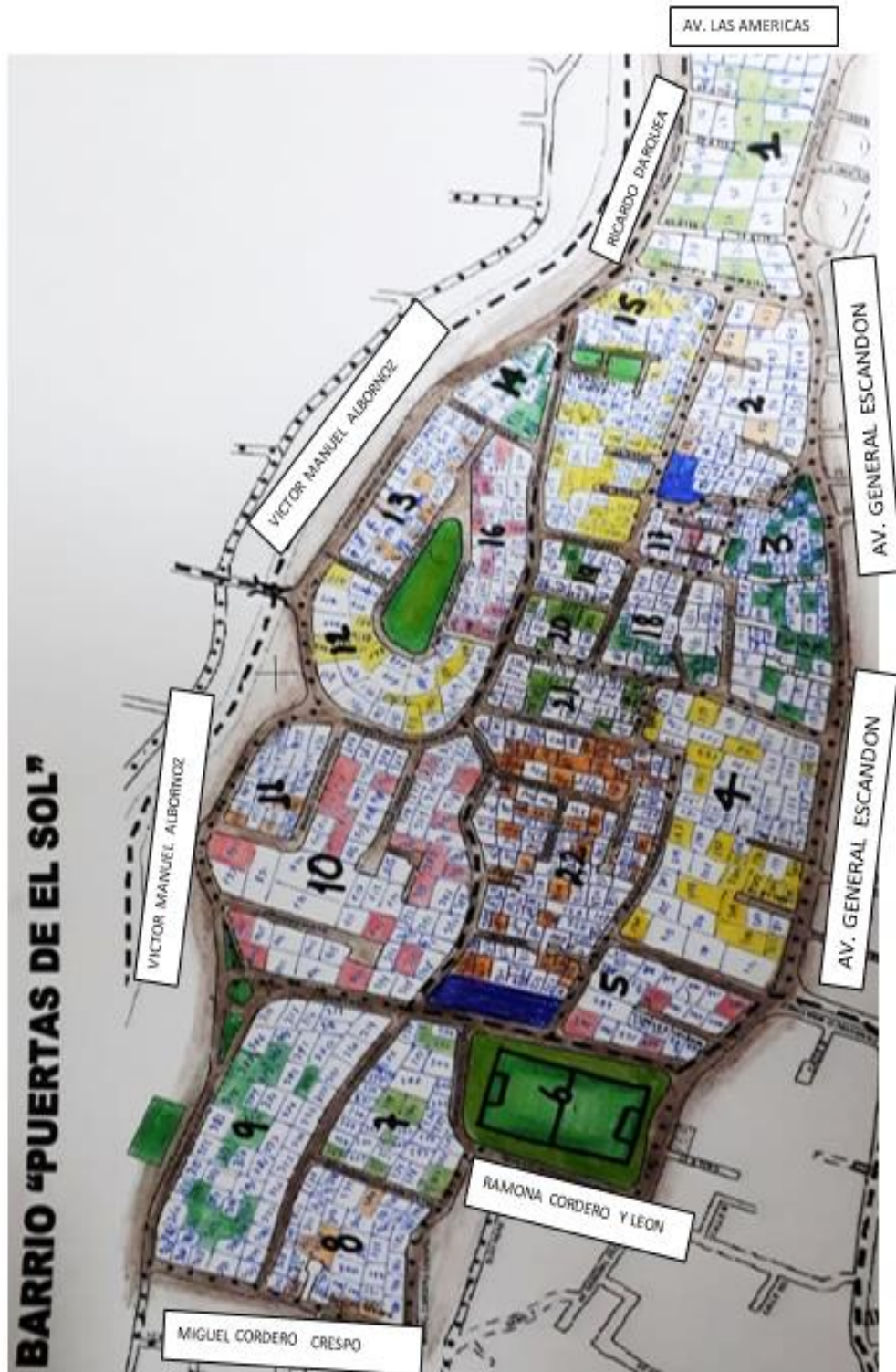


<b>BARRIO:</b>	<b>EL VADO</b>
<b>UNIVERSO:</b>	532
<b>MUESTRA:</b>	217
<b>HOGARES SELECCIONADOS :</b>	1,3,4,6,11,12,14,18,22,23,27,29,32,33,35,37,38,40,41,43,45,46,52,54,56,58, 61,62,67,68,74,75,78,80,83,87,92,94,95,96,97,103,105,106,109,119,120,125, 127,128,129,133,139,142,144,146,152,153,154,156,157,163,168,173,175,177 180,181,182,183,184,188,189,193,194,195,196,197,198,209,210,211,212,213 217,220,222,223,224,225,227,228,231,234,236,240,241,242,243,252,254,256 259,263,264,267,268,269,271,272,273,277,280,282,283,286,290,291,293,294 300,302,303,317,320,321,323,324,328,331,332,335,336,337,339,340,343,344 345,346,350,351,352,354,359,360,361,362,365,370,372,377,379,380,381,382 383,385,390,392,393,397,398,409,411,412,413,414,416,419,421,422,423,425 429,437,442,443,445,446,448,450,451,458,463,465,466,467,471,472,478,479 480,482,485,487,488,490,491,493,496,497,498,506,508,510,511,514,516,518 520,523,527,529,531, 532.

### **ANEXO 3: MAPA DE BARRIO “PUERTAS DE EL SOL”**

AUTORAS KAREN MICHELLE ESPINOZA GUARANGO Y JENNIFER ANDREA FREIRE OCHOA





#### ANEXO 4: HOGARES DE ESTUDIO "PUERTAS DE EL SOL"



Los hogares de estudio se aleatorizado utilizando el programa EPIDAT 4.2+, obteniéndose los siguientes resultados:

<b>BARRIO: PUERTAS DE EL SOL</b>	
<b>UNIVERSO:</b>	864
<b>MUESTRA</b>	254
<b>HOGARES SELECCIONADOS:</b>	10,11,13,18,19,24,26,29,31,32,35,41,42,47,51,57,62,69,78,79,80,81,83,85,87,93,94,96,104,110,112,116,117,118,122,126,128,132,138,139,140,147,155,157,158,164,168,173,176,186,192,193,195,197,200,201,202,203,204,208,209,212,213,222,225,234,237,239,241,248,249,254,255,260,262,267,280,290,295,304,306,310,333,334,339,343,344,347,348,350,353,359,361,362,368,370,374,380,382,383,385,386,387,396,400,403,405,409,420,421,422,425,426,432,434,446,450,454,455,461,462,463,464,465,472,474,480,481,483,487,490,497,501,508,511,514,515,517,520,528,529,530,532,533,538,539,542,543,544,545,549,557,561,562,567,569,571,572,582,584,589,590,594,595,598,601,603,605,606,608,612,613,614,615,616,619,621,626,627,628,632,635,639,641,644,645,650,653,656,658,661,663,665,666,676,678,679,687,689,691,692,693,697,698,701,707,710,711,714,715,717,719,724,727,731,735,736,746,749,750,751,752,755,759,761,762,763,764,767,770,771,772,778,781,782,787,790,791,793,798,804,810,815,820,821,822,826,829,839,847,853,854,855,862,863.

## ANEXO 5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
Edad de el/la jefe de hogar	Tiempo transcurrido desde el nacimiento hasta la fecha del estudio.	Sociodemográfica	Cedula de identidad Acuesta	NOMINAL - 18- 34 años - 35-59 años
Sexo de el/la jefe de hogar	Característica fenotípicas de los seres humanos, las cuales son xx o xy	Sociodemográfica	Características fenotípicas observadas	NOMINAL -Hombre -Mujer
Estrato social	Desigualdades estructuradas entre diferentes agrupamientos de individuos.	Socio económica	Encuesta de Estratificación del Nivel socioeconómico- INEC	NOMINAL -Alto -Medio Alto -Medio Típico. -Medio Bajo. -Bajo.
Residencia	Lugar donde se ha establecido como domicilio	Sociodemográfica	Encuesta	NOMINAL -El Vado -Puertas de El Sol
Recordatorio de consumo de alimentos en las últimas 24 horas	Memoria de los comestibles ingeridos en las últimas 24 horas por jefe de hogar, para su análisis se establecieron comidas específicas durante el día. <b>-DESAYUNO:</b> Comida que se consume en las primeras horas el día. <b>-COLACIÓN DE MEDIA MAÑANA:</b> Comida que se ingiere entre el desayuno y el almuerzo <b>-ALMUERZO:</b> Comida de medio	Sociodemográfica	Entrevista	NOMINAL <b>CARBOHIDRATOS</b> Arroz Azúcar Embutido Fideo Pan Huevo Papa Leche entera Queso  <b>PROTEINAS</b> Carne de cerdo Carne de res Pescado y mariscos Pollo  <b>GRASAS</b> Aceite girasol Aceite palma Pastel



	<p>día o primeras horas de la tarde</p> <p><b>-COLACIÓN DE MEDIA TARDE:</b> Comida que se ingiere entre el almuerzo y la cena</p> <p><b>-CENA:</b> Comida que se consume durante las últimas horas de la tarde y primeras horas de la noche</p> <p><b>-COLACIÓN NOCTURNA:</b> Ultima comida del día.</p>				<p><b>MINERALES</b></p> <p>Quinoa Cebolla Leguminosas Maíz Naranja Plátano Tomate riñón Gaseosa</p>
Hora de consumo de almuerzo	Momento determinado del día para consumir comestibles en el almuerzo	Sociodemográfica	Encuesta	NOMINAL 12h00 -13h00 13h00-14h00 14h00-15h00 15h00-16h00	
Lugar de consumo de almuerzo	Espacio en el que se sitúa una persona al momento de ingerir el almuerzo	Sociodemográfica	Encuesta	NOMINAL -Domicilio -Trabajo -Restaurante -No almuerza -Casa de un familiar	
Percepción de variedad de consumo de alimentos	Idea de las personas sobre el consumo de diferentes tipos de alimentos.	Socio económica	Entrevista	NOMINAL -Muy poco variada -Poco variada -Variada	
Causas que atribuyen a la variedad de consumo de alimentos	Motivo por el cual una persona considera que se debe la variedad de su alimentación	Socio económica	Entrevista	NOMINAL -Económicas -Tiempo -Gustos personales	



## ANEXO 6. CONSENTIMIENTO INFORMADO

### **CARACTERIZACIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS Y ESTRATIFICACIÓN SOCIAL EN SECTORES DE “EL VADO Y PUERTA DE EL SOL” DE LA CIUDAD DE CUENCA, AZUAY, 2017.**

La investigación a realizarse tiene como director al Dr. Fausto David Acurio Páez y será alborada por las tesistas Karen Michelle Espinoza Guarango, Jennifer Andrea Freire Ochoa estudiantes de la Escuela de Medicina, Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. La presente investigación tiene como objetivo principal: determinar las características del consumo de alimentos de acuerdo a estratificación social en los sectores de “El Vado” y “Puertas de El Sol” de la ciudad de Cuenca. Este estudio requiere de la participación de el/la jefe de familia, razón por la cual requerimos su valiosa colaboración.

La presente investigación no tiene costo alguno para usted ni su familia, no recibirá compensación económica y su participación es voluntaria. Toda la información que se obtenga será confidencial y no se usara para otro propósito que no fuera los de esta investigación. Si usted decide participar, se le entregara tres formularios de recolección de datos que le tomara 15 minutos en desarrollarlos.

Habiendo recibido y entendido las explicaciones anteriormente expuestas, yo, ....., identificado con número de cédula....., acepto voluntariamente participar en esta investigación y estoy dispuesto(a) a responder todas las preguntas de los tres formularios de recolección de datos encuesta.

Para contactarse con las autoras del trabajo, llamar a Karen Michelle Espinoza Guarango al número 0984139076

Desde ya le agradecemos su participación

---

Firma



## ANEXO 7: CUESTIONARIO ESTRATIFICACIÓN SOCIAL- INEC

UNIVERSIDAD DE CUENCA  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
ESCUELA DE MEDICINA

### ENCUESTA DE ESTRATIFICACIÓN DEL NIVEL SOCIOECONÓMICO

UNIVERSIDAD DE CUENCA  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
ESCUELA DE MEDICINA

### ENCUESTA DE ESTRATIFICACIÓN DEL NIVEL SOCIOECONÓMICO

Nombre del encuestado:

Formulario N°:

Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**Presentación de la Encuesta:** Como parte de éste estudio analizaremos el nivel socioeconómico de su hogar, para ello se requiere que usted seleccione una respuesta a cada pregunta.

**Residencia:**

Puertas del sol ( )

El Vado ( )

Otro ( )

**Reside por más de un mes**

Si ( )

No ( )



### CARACTERÍSTICAS DE LA VIVIENDA

#### 1 ¿Cuál es el tipo de vivienda?

Suite de lujo	<input type="text"/>	59
Cuarto(s) en casa de inquilinato	<input type="text"/>	59
Departamento en casa o edificio	<input type="text"/>	59
Casa/Villa	<input type="text"/>	59
Mediagua	<input type="text"/>	40
Rancho	<input type="text"/>	4
Choza/ Covacha/Otro	<input type="text"/>	0

#### 2 El material predominante de las paredes exteriores de la vivienda es de:

Hormigón	<input type="text"/>	59
Ladrillo o bloque	<input type="text"/>	55
Adobe/ Tapia	<input type="text"/>	47
Caña revestida o bahareque/ Madera	<input type="text"/>	17
Caña no revestida/ Otros materiales	<input type="text"/>	0

#### 3 El material predominante del piso de la vivienda es de:

Duela, parquet, tablón o piso flotante	<input type="text"/>	48
Cerámica, baldosa, vinil o marmetón	<input type="text"/>	46
Ladrillo o cemento	<input type="text"/>	34
Tabla sin tratar	<input type="text"/>	32
Tierra/ Caña/ Otros materiales	<input type="text"/>	0



**4 ¿Cuántos cuartos de baño con ducha de uso exclusivo tiene este hogar?**

No tiene cuarto de baño exclusivo con ducha en el hogar

0

Tiene 1 cuarto de baño exclusivo con ducha

12

Tiene 2 cuartos de baño exclusivos con ducha

24

Tiene 3 o más cuartos de baño exclusivos con ducha

32

**5 El tipo de servicio higiénico con que cuenta este hogar es:**

No tiene

0

Letrina

15

Con descarga directa al mar, río, lago o quebrada

18

Conectado a pozo ciego

18

Conectado a pozo séptico

22

Conectado a red pública de alcantarillado

38

**ACCESO A TECNOLOGÍA**

**1 ¿Tiene este hogar servicio de internet?**

No

0

Si

45

**2 ¿Tiene computadora de escritorio?**





No

0

Si

35

**3 ¿Tiene computadora portátil?**

No

0

Si

39

**4 ¿Cuántos celulares activados tienen en este hogar?**

No tiene celular nadie en el hogar

0

Tiene 1 celular

8

Tiene 2 celulares

22

Tiene 3 celulares

32

Tiene 4 ó más celulares

42

No tiene celular nadie en el hogar

0

**POSESIÓN DE BIENES**

**1 ¿Tiene este hogar servicio de teléfono convencional?**

No

0

Sí

19

**2 ¿Tiene cocina con horno?**

---



No

0

Sí

29

**3 ¿Tiene refrigeradora?**

No

0

Sí

30

**4 ¿Tiene lavadora?**

No

0

Sí

18

**5 ¿Tiene equipo de sonido?**

No

0

Sí

18

**6 ¿Cuántos TV a color tienen en este hogar?**

No tiene TV a color en el hogar

0

Tiene 1 TV a color

9

Tiene 2 TV a color

23

Tiene 3 ó más TV a color

34

**7 ¿Cuántos vehículos de uso exclusivo tiene este hogar?**

No tiene vehículo exclusivo para el hogar

0

Tiene 1 vehículo exclusivo

6



Tiene 2 vehículo exclusivo

	11
	15

Tiene 3 ó más vehículos exclusivos

### HÁBITOS DE CONSUMO

1 ¿Alguien en el hogar compra vestimenta en centros comerciales?

No

	0
	6

Sí

2 ¿En el hogar alguien ha usado internet en los últimos 6 meses?

No

	0
	26

Sí

3 ¿En el hogar alguien utiliza correo electrónico que no es del trabajo?

No

	0
	27

Sí

4 ¿En el hogar alguien está registrado en una red social?

No

	0
	28

Sí

5 Exceptuando los libros de texto o manuales de estudio y lecturas de trabajo ¿Alguien del hogar ha leído algún libro completo en los últimos 3 meses?

No

	0
	12

Sí



### NIVEL DE EDUCACIÓN

puntajes

finales

#### 1 ¿Cuál es el nivel de instrucción del Jefe del hogar?

Sin estudios	<input type="text"/>	0
Primaria incompleta	<input type="text"/>	21
Primaria completa	<input type="text"/>	39
Secundaria incompleta	<input type="text"/>	41
Secundaria completa	<input type="text"/>	65
Hasta 3 años de educación superior	<input type="text"/>	91
4 ó más años de educación superior (sin post grado)	<input type="text"/>	127
Post grado	<input type="text"/>	171

### ACTIVIDAD ECONÓMICA DEL HOGAR

#### 1 ¿Alguien en el hogar está afiliado o cubierto por el seguro del IESS (general, voluntario o campesino) y/o seguro del ISSFA o ISSPOL?

No	<input type="text"/>	0
Sí	<input type="text"/>	39

#### 2 ¿Alguien en el hogar tiene seguro de salud privada con hospitalización, seguro de salud privada sin hospitalización, seguro internacional, seguros municipales y de Consejos Provinciales y/o seguro de vida?

No	<input type="text"/>	0
Sí	<input type="text"/>	55

#### 3 ¿Cuál es la ocupación del Jefe del hogar?

Personal directivo de la Administración Pública y de empresas	<input type="text"/>	76
---	----------------------	----



Profesionales científicos e intelectuales		69
Técnicos y profesionales de nivel medio		46
Empleados de oficina		31
Trabajador de los servicios y comerciantes		18
Trabajador calificados agropecuarios y pesqueros		17
Oficiales operarios y artesanos		17
Operadores de instalaciones y máquinas		17
Trabajadores no calificados		0
Fuerzas Armadas		54
Desocupados		14
Inactivos		17



## ANEXO 8: ENCUESTA ALIMENTARIA DE RECORDATORIO DE 24 HORAS

UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA DE MEDICINA

### ENCUESTA ALIMENTARIA DE RECORDATORIO DE 24 HORAS

Nombre del encuestado:

Formulario N°:

Fecha: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Día de la semana:

Lunes ( )    Martes( )    Miércoles( )    Jueves( )    Viernes( )    Sábado( )  
Domingo( )

Ayer fue día:

Laboral ( )    Festivo ( )

Edad

Sexo

( ) 18- 34 años

( ) Femenino

( ) 35-59 años

( ) Masculino

### ALIMENTACIÓN

2.- En su opinión personal, ¿cree usted que su ALIMENTACIÓN HABITUAL es, en cuanto a la VARIEDAD?

1. Muy poco variada
2. Poco variada
3. Variada

3.- ¿A qué tipo de causas atribuye usted esta situación principalmente? Señale la más importante

1. Económicas
2. Tiempo



3. Gustos personales

**Presentación de la Encuesta:** Como parte de éste estudio alimentario, analizaremos la alimentación que tuvo usted el día de ayer, para esto requiero que usted me cuente todo lo consumido, tanto líquidos como sólidos, desde que se despertó hasta que se acostó. En esta encuesta no hay respuestas buenas ni malas.

TIEMPO DE COMIDA	DESA YUNO	COLA CIÓN A MEDIA MAÑANA	ALMU ERZO	COLACI ÓN A MEDIA TARDE	CENA	COLA CIÓN NOCT URNA
HORA						
LUGAR DOMICILIO, TRABAJO, RESTAURANTE, CALLE						
NOMBRE DE ALIMENTOS, PREPARACIONES O INGREDIENTES	Aceite de girasol					
	Aceite de palma					
	Arroz					
	Quinoa					
	Azúcar					
	Carne de cerdo					
	Carne de res					
	Cebolla					
	Embutido					
	Fideo					
	Gaseosa					
	Huevo					
	Leche entera					
	Leguminosas					
	Maíz					
Naranja						



Pan						
Papa						
Pastel						
Pescado						
Plátano						
Pollo						
Queso						
Tomate riñón						