



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS  
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES DE CUAUTLA

**FACTORES QUE CONTRIBUYEN AL CONSUMO DE ULTRAPROCESADOS EN LOS  
HOGARES VULNERABLES CON JEFATURA FEMENINA DE CUAUTLA, MORELOS**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRA EN CIENCIAS SOCIALES

**PRESENTA:**

BIOL. MÓNICA VÁZQUEZ ARELLANO

**DIRECTORA DE TESIS:**

DRA. LUZ MARÍA GONZÁLEZ ROBLEDO

**COMITÉ REVISOR:**

DR. JOSÉ CUTBERTO HERNÁNDEZ RAMÍREZ

MTRA. DANIELA ANTÚNEZ ALBARRÁN

DRA. DUBRAVKA MINDEK JAGIC

DRA. LUZ MARINA IBARRA URIBE



**CONAHCYT**

CONSEJO NACIONAL DE HUMANIDADES  
CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS

Cuautla, Morelos, Noviembre del 2023

A David y Carlos

## Agradecimientos

*La imparcialidad (aun siendo deseable) es algo que no está al alcance de los seres humanos con inevitables antecedentes, necesidades, creencias y deseos. Es peligroso para un investigador imaginar tan siquiera que podría alcanzar la objetividad neutral, pues entonces se deja de ser vigilante sobre las preferencias personales y sus influencias; y entonces de verdad se es víctima de los dictados del prejuicio.*

*Stephen Jay Gould*

*La falsa medida del hombre*

Este trabajo es resultado de una serie de apoyos tanto de personas como de instituciones sin los cuales no hubiera sido posible.

Quiero agradecer al CONAHCYT que a nombre del pueblo de México me otorgó una beca de manutención (CVU: 1106961) con la cual pude realizar la presente investigación.

A la Universidad Autónoma del Estado de Morelos, en particular a la Facultad de Estudios Superiores Cuautla, posgrado en el que recibí la oportunidad de desarrollar mi investigación, a cada uno de mis profesores por su acompañamiento académico y al personal administrativo del que siempre tuve gran apoyo.

Mi más profundo agradecimiento a mi directora de tesis la doctora Luz María González Robledo por confiar en este proyecto y por su acompañamiento a lo largo del todo el proceso. Especialmente por enseñarme a navegar en el ámbito de la sociología. Fueron muy importantes sus lecturas minuciosas, orientaciones teóricas y metodológicas, así como su vasto conocimiento en la mejora de este trabajo.

Al doctor José Cutberto Hernández Ramírez quien siempre tuvo comentarios que me permitieron reflexionar sobre mi tema de investigación, me compartió una gran cantidad de materiales bibliográficos que me permitieron ahondar en el vasto mundo de la alimentación desde diversos enfoques, sus asesorías y su ayuda en la construcción del penúltimo capítulo de esta tesis, para lo cual muy generosamente me brindó un taller titulado “Análisis cualitativo de narrativas”.

A la maestra Daniela Antúnez Albarrán por la lectura paciente y comentarios precisos.

A la doctora Luz Marina Ibarra Uribe por su atenta y paciente lectura, y sus comentarios precisos.

A la doctora Karen Ramírez González quien me apoyo con lecturas, sugerencias y comentarios precisos sobre mi trabajo.

A la doctora Dubravka Mindek Jagic quien en los seminarios de tesis aportó comentarios valiosos, asimismo reconozco el tiempo dedicado a la lectura de la presente investigación.

A la doctora Dagmara Wrzecionkowska quien con su enorme experiencia metodológica me guió pacientemente en el perfeccionamiento del diseño de la investigación.

A la doctora Sara Bak-Geller Corona quien me recibió en el Programa de Posgrado en Antropología de la Universidad Nacional Autónoma de México, en la cual cursé la materia “Temas selectos de antropología física - el acto de comer: problemas, enfoques y debates”. Las lecturas que me compartió y las discusiones en torno a esos textos me permitieron adquirir un panorama más amplio de los enfoques, debates y problemáticas en torno a temas de alimentación. A pesar de ser la única alumna dadas las condiciones del confinamiento siempre me recibía con entusiasmo y calidez.

A la doctora Laura Corona De la Peña y al maestro Leonardo Vega Flores, coordinadores del Seminario Permanente: “La investigación histórico-antropológica de la comida. Metodología y heurísticas”.

A los compañeros y compañeras del seminario con quienes de manera regular he podido compartir mis avances de investigación y en el que he recibido retroalimentación.

A mi amigo Daniel Sandoval Vázquez que generosamente elaboró unos mapas del municipio de Cuautla.

Un agradecimiento muy especial a todas las mujeres que confiaron en mí, me abrieron las puertas de sus casas, la intimidad de sus cocinas y sus sentires. Espero regresar en algo tanta generosidad.

A Eduardo Castillo por confiar en este proyecto y ayudarme a contactar a mujeres que quisieran compartir sus experiencias en esta investigación.

A mis padres y hermanos de quien siempre recibo pródigos cuidados.

A mis entrañables amigos de toda la vida que siempre me han acompañado y aconsejando.

A David Moreno por su generoso apoyo material, palabras de aliento y cuidados.

A Carlos por su enorme paciencia, comprensión y su cariño que hizo que el cansancio y estrés que implicó la elaboración de esta tesis fuera más llevadero.

A los Vientos de Sur que me regalaron una hermana. Caterin, gracias por acompañarme en este proceso.

<b>Índice de tablas .....</b>	<b>8</b>
<b>Índice de figuras .....</b>	<b>9</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>10</b>
<b>Introducción .....</b>	<b>11</b>
<b>1 Modificación de los patrones alimentarios en México (planteamiento del problema) ....</b>	<b>16</b>
1.1 LA ALIMENTACIÓN COMO BASE DE LA SOCIEDAD.....	16
1.2 CRECIMIENTO DE LA INDUSTRIA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS .....	17
1.3 ACCESO A LOS ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS .....	19
1.4 CRECIMIENTO DEL CONSUMO EN PAÍSES EMERGENTES Y PERFIL NUTRICIONAL .....	20
1.5 CONSECUENCIAS EN LA SALUD POR EL CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS .....	24
1.6 ACTUALIDAD DEL PROBLEMA.....	26
1.7 OBJETIVOS .....	28
1.7.1 Objetivo general.....	28
1.7.2 Objetivos específicos.....	28
1.8 HIPÓTESIS.....	29
1.9 CRISIS DE SALUD EN MÉXICO POR CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS (JUSTIFICACIÓN).....	29
<b>2 Qué se ha dicho de los cambios en la estructura y organización alimentaria de las comunidades (Estado del arte).....</b>	<b>32</b>
2.1 CAMBIOS EN EL CONSUMO ALIMENTARIO DE DIVERSOS GRUPOS SOCIALES .....	33
2.2 CAMBIOS EN EL CONSUMO ALIMENTARIO VISTO DESDE EL PAPEL DE LAS MUJERES .....	35
2.3 ¿QUÉ SE HA INVESTIGADO EN MÉXICO?.....	38
2.4 IMPACTO DE LA CONTINGENCIA SANITARIA POR COVID-19 EN LOS HÁBITOS DE CONSUMO ALIMENTARIO.....	44
<b>3 Construcción y consolidación de la dieta industrializada en un escenario de desigualdad social (Marco teórico-conceptual) .....</b>	<b>50</b>
3.1 FENÓMENOS MACROSOCIALES QUE CONTEXTUALIZAN LA INVESTIGACIÓN (MARCO CONTEXTUAL) .....	51
3.1.1 La desigualdad que impera en el mundo actual.....	51
3.1.2 Cambios en los patrones de consumo alimentario en México .....	53
3.1.3 El papel de las empresas trasnacionales alimentarias en la construcción de los nuevos patrones de consumo .....	55
3.1.3.1 Ámbitos de intervención de la industria alimentaria .....	56
3.1.3.2 Acciones de la industria alimentaria ante el Covid-19.....	59
3.2 LOS CONCEPTOS QUE LE DAN SENTIDO A LA INVESTIGACIÓN.....	60
3.2.1 El sujeto de estudio.....	60
3.2.2 Las jefas de familia .....	61
3.2.3 Seguridad alimentaria .....	63
3.2.4 Clasificación NOVA .....	69
3.2.5 Lo específico y novedoso de los alimentos y bebidas ultraprocesadas .....	72
3.2.6 El caso de México .....	76
<b>4 Mi camino a las cocinas (ruta metodológica) .....</b>	<b>78</b>

4.1	MOTIVOS DE ELECCIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN.....	78
4.2	CONSTRUYENDO EL CAMINO (TIPO DE ESTUDIO) .....	81
4.3	EL LUGAR, LAS PERSONAS Y SUS PARTICULARIDADES (POBLACIÓN Y PERFIL DE LA MUESTRA).....	84
4.3.1	Ni campo ni ciudad.....	84
4.3.2	Criterios de selección: la interlocución .....	87
4.3.3	Precisando los sujetos en acción... las jefas de familia (Unidad de análisis).....	88
4.3.4	Acerca de cómo obtener la información ... Entrevistas semiestructuradas.....	89
4.4	CÓMO ORGANIZAR LA INFORMACIÓN: INSTRUMENTO Y CATEGORÍAS.....	91
4.5	CONDICIONES NECESARIAS PARA UNA BUENA COLECTA DE INFORMACIÓN.....	94
4.6	PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.....	96
4.7	CONSIDERACIONES ÉTICAS .....	97
<b>5</b>	<b>Situándonos en la historia, en el territorio y su gente .....</b>	<b>98</b>
5.1	BREVE MIRADA HISTÓRICA DEL MUNICIPIO DE CUAUTLA MORELOS .....	98
5.2	BREVE HISTORIA DEL DESARROLLO AGROINDUSTRIAL E INDUSTRIAL EN EL SIGLO .....	99
5.3	EL CRECIMIENTO DEL MUNICIPIO EN EL SIGLO XX .....	100
5.4	RIQUEZA BIOLÓGICA Y SOCIOCULTURAL DEL MUNICIPIO .....	101
5.5	EL TERRITORIO, SU CONFIGURACIÓN Y SU GENTE .....	103
5.5.1	Localización del municipio .....	103
5.6	EL MUNICIPIO Y CONEXIONES TERRITORIALES .....	105
5.7	PROBLEMÁTICAS ACTUALES DEL MUNICIPIO.....	107
5.7.1	Urbanización no planificada.....	107
5.7.2	Pobreza y rezago social .....	107
5.7.3	Violencia en el municipio .....	110
5.7.4	Deterioro de las áreas naturales .....	113
5.7.5	Caracterización de la población .....	113
5.8	SALUD DE LA POBLACIÓN CUAUTLENSE.....	116
<b>6</b>	<b>Más allá de las estadísticas. Poniéndole rostro a las jefas de familia .....</b>	<b>117</b>
6.1	ESPECIFICACIONES DEL TERRITORIO QUE HABITAN LAS JEFAS DE FAMILIA .....	117
6.1.1	Caracterización de la colonia que habitan las interlocutoras .....	120
6.1.2	Características de las viviendas visitadas .....	122
6.1.3	Características de las cocinas de las interlocutoras .....	124
6.2	PERFIL DE LAS JEFAS DE FAMILIA.....	127
<b>7</b>	<b>“...Hora sí que si me alcanza lo compro si no, no”: comer en condiciones de vulnerabilidad</b>	<b>137</b>
7.1	ASEQUIBILIDAD Y GASTO DE LAS FAMILIAS EN ALIMENTOS .....	137
7.1.1	Asequibilidad de los alimentos.....	137
7.2	GASTO DE LAS FAMILIAS EN ALIMENTOS.....	140
7.3	ACCESIBILIDAD A LOS ALIMENTOS.....	143
7.4	CRITERIOS DE COMPRA DE ALIMENTOS .....	151
7.4.1	Estrategias de compra de alimentos perecederos.....	151
7.4.2	Estrategias de compra de alimentos no perecederos .....	152
7.4.3	Elección de marcas y alimentos publicitados.....	152
<b>8</b>	<b>Compartir con los otros: “no somos mucho de refresco, pero sí cuando llegan visitas”. 157</b>	
8.1	FORMAS SOCIALES DE ORGANIZACIÓN ALIMENTARIA .....	157

8.1.1	Comer bien.....	158
8.2	CARACTERIZACIÓN DE LAS COMIDAS COTIDIANAS .....	159
8.2.1	Desayuno.....	160
8.2.2	Comida .....	162
8.3	CENA .....	168
8.4	ALIMENTAR A LOS OTROS .....	169
8.5	COMER CON LOS OTROS .....	176
8.5.1	Comer en la cotidianidad .....	177
8.5.2	El consumo en las festividades.....	177
8.5.3	Compartir el alimento... ultraprocesado.....	179
8.5.4	El imprescindible alimento ultraprocesado .....	181
8.5.5	Satisfacer el antojo.....	183
8.5.6	Consumo oculto de AYBUPs.....	184
<b>9</b>	<b>Vínculo de los factores demográficos, económicos y socio-culturales que inciden en la incorporación de AYBUPs (discusión y conclusiones) .....</b>	<b>189</b>
9.1	CONCLUSIÓN .....	195
9.2	LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	196
9.3	RECOMENDACIONES PARA TRABAJAR EN EL FUTURO .....	196
	<b>Referencias.....</b>	<b>198</b>
	<b>Anexos .....</b>	<b>223</b>
	ANEXO A. GUÍA DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA .....	223
	ANEXO B. GUÍA DE OBSERVACIÓN.....	227
	ANEXO C. ORGANIZACIÓN DE CARPETA CON IMÁGENES DE AYBUPs E IMÁGENES DE ULTRAPROCESADOS SELECCIONADOS .....	229
	ANEXO D. FOTOGRAFÍAS DE LAS VIVIENDAS Y COCINAS DE LAS JEFAS DE FAMILIA .....	243
	ANEXO E. CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	254

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> .....	19
<b>Tabla 2</b> .....	21
<b>Tabla 3</b> .....	22
<b>Tabla 4</b> .....	24
<b>Tabla 5</b> .....	65
<b>Tabla 6</b> .....	66
<b>Tabla 7</b> .....	89
<b>Tabla 8</b> .....	92
<b>Tabla 9</b> .....	93
<b>Tabla 10</b> .....	109
<b>Tabla 11</b> .....	110
<b>Tabla 12</b> .....	118
<b>Tabla 13</b> .....	135

## Índice de figuras

Figura 1.....	23
Figura 2.....	82
Figura 3.....	83
Figura 4.....	104
Figura 5.....	106
Figura 6.....	108
Figura 7.....	114
Figura 8.....	115
Figura 9.....	119
Figura 10.....	130
Figura 11.....	131
Figura 12.....	144
Figura 13.....	147
Figura 14.....	148
Figura 15.....	149

## Resumen

El objetivo de la presente investigación es analizar cuáles son los principales factores que contribuyen a promover el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas (AYBUPs) en hogares vulnerables con jefatura femenina. Para tal fin, se utilizó un enfoque cualitativo basado en el estudio de caso. Las técnicas utilizadas fueron la entrevista semiestructurada y la observación. La investigación se realizó en el municipio de Cuautla. Se examinaron tres factores que inciden en las elecciones alimentarias de las jefas de familia, a saber: sociodemográficos, económicos y socioculturales. Los resultados indican que la población entrevistada vive en zona de pobreza y marginación social, los problemas principales son la escasez de agua y vivienda adecuada. La mayoría tienen empleos en el sector informal y no cuentan prestaciones sociales. El ingreso familiar está conformado por varias personas, sin embargo, la sobrecarga de trabajo recae principalmente sobre la jefa de familia. Todas las familias presentan miembros con enfermedades crónicas. Su principal criterio de compra es que los alimentos sean baratos. Los ultraprocesados han penetrado en el ámbito de la cultura alimentaria pues su consumo acontece tanto en lo cotidiano como el festivo. La alimentación de estas familias no se centra en los alimentos ultraprocesados aunque algunos se consumen cotidianamente. Además, se observa una tendencia a su incremento pues las mujeres han ido sustituyendo ingredientes o alimentos caseros por el uso de ultraprocesados, este fenómeno se exacerbó en el periodo del confinamiento. Se concluye que los hogares liderados por mujeres son más vulnerables a la compra de alimentos ultraprocesados pues habitan ambientes alimentarios en los que predominan estos alimentos que son de fácil preparación, baratos y que tienen al alcance, este fenómeno puede ser interpretado como un indicador de que en esos hogares se padecen inseguridad alimentaria.

**Palabras clave:** alimentos ultraprocesados, seguridad alimentaria, mujeres trabajadoras, alimentación en el contexto urbano, determinantes sociales de la salud.

## Introducción

La antesala al desarrollo de esta investigación fue el fenómeno a escala mundial vivido en el periodo del 2020 al 2023 debido a las medidas de confinamiento social a razón del surgimiento del coronavirus (SARS-Cov-2). Esta situación desencadenó la mayor crisis económica internacional de los últimos cien años —la cual sigue vigente—. De modo que son las personas que viven en pobreza las más afectadas pues vieron exacerbadas las desigualdades que de por sí padecen (BM, 2022).

Dicha crisis “detonó uno de los mayores aumentos del hambre en el mundo en décadas, afectando a casi todos los países de renta baja y media” (ONU, 12/07/21). Se señala que sufren de subalimentación aproximadamente 811 millones de personas lo que equivale a la décima parte de la población mundial (ONU, 12/07/21). Para los países señalados, esta crisis es precedida por un escenario en el que impera la doble carga de la malnutrición (Cepal-WFP, 2017). Es decir, las personas que presentan desnutrición simultáneamente pueden presentar sobrepeso u obesidad. La masificación de esos problemas de la salud ocurre desde 1975 pues desde ese año a la fecha la obesidad casi se ha triplicado en todo el mundo (OMS, 9/06/21).

En México, señala Alejandro Calvillo que en un periodo de 6 años —del 2000 al 2006— el 40 % de los niños entre 5 a 11 años había aumentado de peso como no se habían visto en ningún lugar del mundo (Gálvez, 2022). En el país el panorama no es alentador pues sumado a los problemas de salud asociados al aumento de peso se ha incrementado la población que padece diversas enfermedades crónicas asociadas a la mala alimentación. Y no es raro que sobrelleven más de uno de estos padecimientos.

Así, mientras transcurre la crisis sanitaria por coronavirus (SARS-Cov-2) el Subsecretario de Salud Hugo López-Gatell señala que México se enfrenta a esta crisis con una “población con salud crónicamente deteriorada” donde la mitad de las muertes anuales se asocian a enfermedades vinculadas a la mala alimentación: diabetes, enfermedad cardiovascular, enfermedad renal, hipertensión arterial, cáncer entre otras (Milenio, 4/04/20). De tal manera que las personas más susceptibles de ser afectados de manera grave por COVID-19 fueron las que presentaron alguna comorbilidad relacionada con las enfermedades antes mencionadas (Plasencia-Urizarri, et al. 2020).

En este periodo empresas como Coca Cola, PepsiCo, Mc Donald's y Nestlé aprovecharon el encierro para realizar entregas de sus productos a domicilio al mismo tiempo que realizaban mercadeo agresivo disfrazado de “acciones solidarias”. Un ejemplo paradigmático que muestra con claridad cómo estas empresas actúan guiándose solamente por el interés económico por encima de la salud de las personas. En el caso de Sudáfrica, la empresa Coca Cola donó refrescos a los centros de salud locales, uno de estos especializado en atención de la obesidad, al mismo tiempo que presionaba contra las políticas que promovían la alimentación saludable (Global Health Advocacy Incubator, 2020).

Así, mientras lo corporativos agroindustriales crecen en medio de la crisis económica y de salud que se padece no sólo en México sino en el mundo debido al consumo de alimentos nocivos elaborados con ingredientes y técnicas poco saludables. En un contexto en el que en 2010 la Unesco paradójicamente reconoce el valor de la cultura culinaria de nuestro país pues declaró a la gastronomía mexicana como “Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad” (INAH). Con la finalidad de “crear consciencia para preservar los valores culturales que se expresan a través del arte culinario, a fin de impulsar así también la riqueza natural del país y fomentar la elaboración de alimentos tradicionales”.

Esta declaratoria ha sido aprovechada para promover el turismo gastronómico a nivel internacional. Desafortunadamente en muchos casos la promoción de las cocinas tradicionales no ha derivado en la mejoría de las condiciones de vida de los pobladores, por el contrario, sus alimentos de índole tradicional se les vuelven inaccesibles, como es el caso del chile tabiche de Oaxaca (Sclavo, 28/06/23). Así, mientras la cocina mexicana es reconocida mundialmente como de alto nivel, algunos chefs y sus restaurantes han sido señalados dentro de los mejores del mundo — los restaurantes señalados fueron Rosseta, Kol, Quintonil Pujol o Cosme, entre otros— (Fabra, 23/06/23).

Como señala la investigadora Gálvez, (2022) estas son versiones elitistas de lo que tradicionalmente era la cocina de milpa. Algunos de estos chefs señalan tener la exclusividad de algunos productos autóctonos y ofrecen sus platillos mexicanos a precios inaccesible para la mayoría de la población. Mientras tanto el gobierno, los activistas y la academia de nuestro país entablan una lucha contra de la importación de maíz modificado genéticamente para consumo humano. México se encuentra en una situación muy compleja derivada de la firma del TLCAN pues debido a este acuerdo las autoridades de Estados Unidos han señalado que esperan que se “obligue

en última instancia” a nuestro país a dar marcha atrás y esto no sucediera se ha advertido que llevarán “el tema a un panel internacional en el marco del Tratado entre México, Estados Unidos y Canadá (T-MEC)” (Mares, 4/06/2023;19/06/23 Ávila).

Ante este escenario mundial y nacional se observa la necesidad de entender qué está sucediendo con la dinámica alimentaria de las familias, cómo son impactadas por estos escenarios y en ese sentido con base en qué criterios eligen sus alimentos. Con la intención de analizar y comprender ese escenario se ha desarrollado esta investigación. Para lo cual se diseñó un proyecto que se dividió en nueve capítulos los cuales están agrupados en dos secciones. En la primera, se sistematiza la información que corresponden al planteamiento del problema, estado del arte, marco conceptual y metodológico, incluye los capítulos del primero al cuarto. En la segunda sección, se presentan los resultados de la investigación, corresponde a los capítulos del quinto al noveno.

El primer capítulo lleva por título “Modificación de los patrones alimentarios en México”. En este se plantea que en las últimas décadas ha crecido el consumo de alimentos industrializados que contienen grandes cantidades de grasas, sal y azúcar. Su consumo regular ha sido señalado como un detonante de enfermedades crónicas y se plantea que es un problema de salud pública, que debe ser atendido. La pregunta que guía la presente investigación es ¿cuáles son los principales factores que contribuyen a promover el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas (AYBUPs) en los hogares vulnerables con jefatura femenina del municipio de Cuautla?

En el capítulo dos, se presenta una revisión de la literatura reciente en la que indaga los cambios en los patrones de consumo y de los hábitos alimentarios en diversos lugares y grupos poblacionales. El capítulo se intitula “Qué se ha dicho de los cambios en la estructura y organización alimentaria de las comunidades”, este se centra en profundizar en tres temáticas 1) en torno a los cambios en la organización alimentaria y sus consecuencias en distintos grupos sociales; 2) enfocadas en la mujer como principales gestoras de la alimentación del grupo familiar; 3) se presentan investigaciones que dan un panorama general de los cambios en los patrones de consumo que han ido corriendo en México en las últimas décadas. 4) se presentan investigaciones en torno al impacto de la contingencia sanitaria por el surgimiento del Covid-19 en los hábitos alimentarios.

El capítulo tres lleva por título “Construcción y consolidación de la dieta industrializada en un escenario de desigualdad social”. En este se presenta un panorama contextual que ubica al lector sobre el fenómeno que se investiga. En la segunda parte se asienta la base conceptual sobre la que se analizan los resultados obtenidos en campo. A saber, se discute el concepto de jefa de familia,

se plantea la utilidad del concepto de seguridad alimentaria; por último, se define la categoría de alimento nocivo que abarcará la presente investigación, en ese sentido se define el concepto de alimento ultraprocesado.

Después se presenta la ruta metodológica. Se decidió realizar un acercamiento de tipo cualitativo basado en el estudio de caso para profundizar en las motivaciones que llevan a las personas a elegir los AYBUPs. El estudio de caso se enfocó en entrevistar a jefas de familia pobres. La delimitación espacial se acota al municipio de Cuautla, Morelos y la delimitación temporal al año 2022. Las técnicas utilizadas fueron entrevistas semiestructuradas y observación. Este capítulo ha sido denominado “Mi camino a las cocinas”.

En la segunda sección se muestran los resultados de la investigación. El capítulo cinco relata la importancia histórica del municipio, sus principales características socioeconómicas y demográficas. Se muestra su vínculo y dependencia con el estado y centro de país; y como su desarrollo económico está supeditado a las necesidades de esta zona económica. Posteriormente se exponen algunas problemáticas que presenta esta ciudad, como son el crecimiento no planificado, la pobreza, la falta de empleos bien remunerados, el bajo nivel escolar de la población y la violencia, entre otros. A lo anterior, se añade la indagación sobre el estado de la salud de los habitantes del municipio. Este capítulo se designa “Situándonos en la historia, su territorio y su gente”.

El capítulo seis surge de las entrevistas realizadas a las interlocutoras se titula “Más allá de las estadísticas. Poniéndole rostro a las jefas de familia”. El objetivo de este capítulo es indagar quiénes son, cuáles son las herramientas personales y sociales con las que cuentan para enfrentar los problemas que se les van presentando y en qué condiciones viven. Esto en relación con la alimentación de sus familias. Se divide en dos apartados, en el primero se describe la zona en que habitan las interlocutoras, su hogar y su cocina; lo anterior sirvió para identificar las condiciones en las que viven. En el segundo apartado se describen las variables demográficas que definen el perfil de las interlocutoras.

En el capítulo siete, se ahonda en las condiciones económicas de las jefas de familia. Se indaga sobre el gasto que realizan en la compra de alimentos, en identificar cuáles les resultan asequibles, accesibles, así como sus criterios de compra. Asimismo, se contextualiza la compra de alimentos en el contexto del confinamiento y las repercusiones económicas que tuvo a la hora de planear la elaboración de la comida, en caso de que las hubiera. Se indaga que influencia tiene en

las jefas de familia algunas estrategias de mercadotecnia asociadas a los precios bajos de los alimentos ultraprocesados. Se explora cuáles son los tipos de comercios que visitan para realizar sus compras. Este capítulo se intitula: “...Hora sí que si me alcanza lo compro, si no, no”: comer en condiciones de vulnerabilidad”

En el penúltimo capítulo, el cual lleva por nombre “La vida cotidiana en torno a la comida: “no somos de mucho refresco, pero sí cuando llegan visitas”. En este se indagan aspectos de índole subjetivo. Para dicho cometido, se exploraron las formas sociales de organización alimentaria de cada familia, identificando que se come, cómo y con quién. Un punto central fue observar que atributos le asignaron las jefas de familia —tanto positivos como negativos— al hecho de hacerse cargo de la alimentación familiar, también se identificó el tipo de consumos que ocurren en lo cotidiano, los consumos lúdicos y en lo festivo.

Después de analizar por separado —en los tres capítulos precedentes— se construyó el capítulo de cierre, titulado “vínculo de los factores demográficos, económicos y socio-culturales que inciden en la incorporación de AYBUPs”. Se concluyó que las familias pobres, especialmente las guiadas por una mujer quedan vulnerables ante el crecimiento desmedido de los alimentos ultraprocesados al no tener garantizado un salario que les permita diversificar su dieta y adquirir alimentos frescos. Por el contrario, se ven en la necesidad de consumirlos por las circunstancias ampliamente desglosadas en los capítulos anteriores. Si bien, su consumo no está centrado en este tipo de productos, se observa una tendencia a consumir este tipo de alimentos ultraprocesados. Por lo anterior se plantea que estas mujeres y sus familias padecen inseguridad alimentaria pues no tener garantizado el acceso a alimentos de calidad que les permitan conservar la salud y calidad de vida y su cultura alimentaria. Este problema exacerbó a causa del confinamiento.

## 1 Modificación de los patrones alimentarios en México (planteamiento del problema)

### 1.1 *La alimentación como base de la sociedad*

La importancia de la alimentación para todos los grupos humanos, desde la antigüedad, radica en que es la base biológica de su existencia. Podemos encontrar investigaciones sobre el tema de la alimentación desde distintos campos de conocimiento y desde distintos niveles de complejidad, pues se reconoce la alimentación como un proceso biocultural, en tanto que es un proceso biológico indispensable para la vida pero que ha sido modificado tanto por la cultura como por la sociedad (Suarez, 2016).

El hecho de comer implica dimensiones socio-culturales acerca de cómo los grupos humanos acceden a los alimentos —y esto puede estar determinado por condiciones climáticas y biológicas—, a qué alimentos tiene acceso —según su estatus en un grupo o su nivel de ingreso— cómo organizan los tipos de comestibles —que alimentos son considerados primordiales, de cuales se puede prescindir y cuales evitan aunque no sean dañinos—, cómo se estructura la comida —por ejemplo, horarios para alimentarse, qué ingredientes incluye, cuáles son las normas de comportamiento en la mesa—, o la importancia que se le asigna con respecto a otras actividades, su función en festividades o rituales —por ejemplo, preparaciones especiales o por el contrario, suspensión del consumo de alguno, o los significados que le atribuyen a la comida — (Suarez, 2016). Todas estas prácticas alimentarias están enmarcadas en un contexto histórico, ambiental, económico y cultural concreto, por lo que la peculiaridad de hábitos y costumbres se van conformando de manera específica de un grupo social a otro (Adame, 2012).

Nunca ha sido simple la decisión sobre qué alimentos consumir y cuáles no, pero en la actualidad las decisiones alimentarias están supeditadas a la capacidad de compra del consumidor en un ambiente con sobreoferta de alimentos industrializados aparentemente baratos<sup>1</sup>. En este cada vez es más difícil acceder a una alimentación adecuada, pues tanto las comunidades, las familias e individuos han ido perdiendo su capacidad de decisión en la elección de sus alimentos. Lo anterior debido a que sus decisiones están acotadas por contextos económicos —por ejemplo, crisis

---

<sup>1</sup> Es aparente pues no se consideran los gastos derivados de las enfermedades que ocasionan su consumo ni los costos ambientales que implican su producción (Corro, 2023).

económicas, firma de acuerdos comerciales entre países, salarios bajos— o políticas —priorización de los interés comerciales por encima de los necesidades sociales, omisión en las regulación los alimentos industrializados por parte de los gobiernos, entre otros— incluso los gustos y deseos alimenticios de las personas están siendo configuradas por las agresivas campañas publicitarias y el diseño de alimentos hiperpalatables (Chavéz-Ugalde, 2021). Este es el escenario que la persona integra a su vida dándole una significación personal y que permea la decisión de cómo alimentarse.

## ***1.2 Crecimiento de la industria de alimentos ultraprocesados***

La clasificación de los alimentos que presentan algún tipo de proceso de producción industrial ha variado a lo largo del tiempo, se ha hablado de comida rápida, comida chatarra, comida industrializada, entre otras. En la actualidad no existe un criterio homogéneo para definir la gama de alimentos en los que interviene algún grado de manipulación industrial. En muchos documentos de manera genérica se les nombra alimentos industrializados, sin diferenciar qué fin cumple el procesamiento de estos alimentos.

Para la identificación y clasificación de los alimentos industrializados consumidos por las jefas de familia entrevistadas, en esta investigación se utiliza la clasificación NOVA y se restringe a la indagación del consumo de alimentos ultraprocesados. Ahora bien, en el capítulo<sup>2</sup> en el que se desarrollan los conceptos que le dan sustento a este trabajo se explicará en extenso la definición de alimentos y bebidas ultraprocesadas (AYBUPs). Por el momento bastará con mencionar que las principales peculiaridades de estos alimentos es que son muy atractivos al gusto por sus características de hiperpalatabilidad, es decir, son alimentos de sabores y consistencias irresistibles que producen adicción (Babio, 2020). Además, han sido diseñados para distorsionar las señales cerebrales que controlan el mecanismo que regula la saciedad y el apetito (OPS, 2015). Contienen exceso de nutrientes críticos y aditivos cosméticos. Aunado a lo anterior, los ingredientes que usan en su formulación son pobres en fibra dietética y micronutrientes. Por todo lo anterior se puede afirmar que no es saludable consumirlos (Monteiro, 2019).

Ahora bien, en la actualidad la producción de alimentos y su posterior venta es un negocio rentable, dado que lo que se vende es un bien básico e indispensable para la reproducción social.

---

<sup>2</sup> Para mayor información consultar el capítulo de esta tesis titulado: “Construcción y consolidación de la dieta industrializada en un escenario de desigualdad social”

La industria alimentaria ha crecido a tal grado que ahora está conformada por empresas transnacionales concentradas en oligopolios que controlan todas las fases de la cadena de valor — desde la siembra de semillas hasta que llega el producto a la mesa del consumidor— lo anterior, ha llevado a plantear a investigadores como David Stuckler y Marion Nestle que “los sistemas alimentarios no están dirigidos a ofrecer dietas humanas óptimas, sino a maximizar las ganancias” (Stuckler, 2012). La misma Organización Panamericana de la Salud reconoce que los “alimentos [procesados] están diseñados para ser sumamente lucrativos (OPS, 2015).

El negocio de la comida tiene tal magnitud que incluso el ingreso de algunas de las grandes corporaciones excede el Producto Interno Bruto (PIB) de países de economías emergentes. De tal manera que estas empresas tienen la ventaja de que pueden invertir miles de millones de dólares en el desarrollo de nuevos productos, de tecnologías innovadoras tanto para el desarrollo de nuevos alimentos, así como del aprovechamiento del desarrollo de la tecnología digital (Villa, 24/11/22) y la apertura de nuevos mercados, afianzando con ello la construcción del sistema alimentario mundial basado en sus productos ultraprocesados (Monteiro, 2017). Gracias a este poder económico han invertido en el pago de investigaciones hechas a modo, en el diseño de las políticas de salud en diversos países, así como en el diseño de agresivas campañas publicitarias (Barquera, 2020).

En la tabla 1, se puede comparar el incremento per cápita en la compra de AYBUPs en las distintas regiones a nivel mundial en los años 2000 y 2013. De las seis regiones, las dos primeras presentan cifras altas en la compra per cápita de alimentos, en América del Norte se ve una disminución en año 2013 con respecto a las compras del 2000. Contrariamente, en la región de Europa oriental, y la región de Asia y Pacífico asiático presentan ventas per cápita bajas en comparación con América del Norte. En cambio, si comparamos lo que sucede en estas regiones a lo largo del tiempo se observa que contrastando el año 2000 con el 2013 las ventas en este periodo fueron casi duplicadas para las zonas de Europa oriental; y la región de Asia y Pacífico asiático.

**Tabla 1**

*Venta per cápita anual al menudeo de productos alimentos y bebidas ultraprocesados en regiones del mundo, 2000 y 2013*

<b>Venta per cápita de alimentos ultraprocesados por región</b>		
Regiones en el mundo	2000	2013
<b>1</b> América del Norte	328.9 kg	299.6 %
<b>2</b> Australasia (Australia y Nueva Zelanda)	192 kg	200.5 kg
<b>3</b> Oriente media y África	23 kg	28.6 kg
<b>4</b> Europa Oriental	52 kg	93.3 kg
<b>5</b> Asia y Pacífico asiático	18.4 kg	33.6 kg
<b>6</b> América Latina	102.3 kg	129.6 kg

Fuente: elaboración propia con los datos de OPS, 2015

### ***1.3 Acceso a los alimentos ultraprocesados***

La OPS señala que a nivel mundial los alimentos ultraprocesados son ampliamente distribuidos, se puede clasificar en dos tipos los establecimientos donde los encontramos. Cada tipo abarca una amplia gama de expendios: 1) los minoristas clásicos; representados por las tiendas de barrio, puestos informales en casas o en la calle, y 2) los minoristas modernos; representados por tiendas de conveniencia, establecimientos de descuento, tiendas de gasolinera, hipermercados y supermercados (OPS, 2015).

Fueron señaladas diferencias de venta de acuerdo con tipo de establecimiento. Las ventas de minoristas clásicos se concentraron en las bebidas gaseosas con un 44.3%, los snacks 59.8%, los dulces y caramelos 58.8% y los helados con 67.3%. En las tiendas modernas, sobre todo en supermercados e hipermercados se vendió principalmente comidas para llevar, productos para untar, salsas, cereales para el desayuno y galletas (OPS, 2015).

Las tendencias de compra señalan que se prevé que crezca el consumo de alimentos ultraprocesados a nivel mundial. En primer lugar, se señala el incremento en la compra de comida para bebé (ProMéxico, 2015). Esto es grave, pues lo anterior significa que las poblaciones infantiles están expuestas desde edades muy tempranas a la influencia de estos alimentos. México es un caso especial, pues muchas fórmulas lácteas para bebés presentan exceso de tres nutrientes críticos (OPS,

2019), a pesar de esto los empaquetes no presentan sellos de advertencia, debido a que la regulación de estos alimentos no corresponde con la Norma Oficial Mexicana NOM-051 (Contreras, et al. 20/02/21). De tal manera que aparentemente no habría problema en usarlas. En segundo lugar, se prevé el crecimiento de las compras de botanas dulces y saladas (ProMéxico, 2015), los cuales presentan exceso de tres nutrientes críticos (OPS, 2019) y, en tercer lugar, el arroz y las pastas (ProMéxico, 2015), en el caso de estos dos alimentos no se catalogan dentro de los alimentos ultraprocesados.

#### ***1.4 Crecimiento del consumo en países emergentes y perfil nutricional***

Una de las razones más importantes de la entrada de productos ultraprocesados a los países de economías emergentes e ingresos bajos ha sido los cambios en las políticas económicas (Gálvez, 2022), se reconoce que “desde los años ochenta se ha promovido el flujo internacional de capitales y comercio, la entrada en los mercados nacionales y la desregulación de los mercados” (OPS, 2015).

Simultáneamente, ha ocurrido el abaratamiento de los alimentos ultraprocesados y el incremento de precio de los alimentos frescos (Valencia-Valero et. al., 2006). También se ha incrementado la accesibilidad a estos productos, pues son muy fáciles de conseguir. Por otro lado, las extensas jornadas de trabajo, la distancia del hogar al lugar de trabajo, entre otras situaciones, ha reducido el tiempo que las personas disponen para preparar los alimentos frescos por lo que para ellas se vuelve apremiante tener acceso a alimentos de fácil preparación (Rodríguez et al., 2018).

A continuación, se presentan datos que visibilizan como en la actualidad no sólo los habitantes de países de economías desarrolladas tienen un alto consumo de estos productos, sino que cada vez más personas que habitan países de economías emergentes y de ingresos bajos están consumiendo este tipo de alimentos y en mayor cantidad (OPS, 2015).

En la tabla número 2, se muestra el crecimiento del consumo de productos ultraprocesados en los países con economías emergentes comparado con los países de mayor consumo. Se puede observar que Estados Unidos es el país que tiene el mayor consumo de estos alimentos, presenta un consumo per cápita anual de 307 kg. Este dato nos sirve de referencia para comparar con lo sucedido en América Latina y en particular en México. De este observamos que presenta un consumo de alimentos ultraprocesados per cápita muy alto, pues a nivel mundial ocupa el cuarto lugar. Se observa que para el año 2013, en América Latina las compras per cápita anuales más altas ocurrieron en México con 212.2 kg, en Chile con 201.9 kg y en Argentina con 185 kg. Contrasta

más el consumo de los mexicanos si se compara con el de los países de menor adquisición. Ejemplo de ello es el consumo per cápita anual de la India de 6.7 kg, el de Kenia con 11.9 kg y el de Camerún con un consumo de 12.1 kg (OPS, 2015).

**Tabla 2.**

*Tabla comparativa de los países de mayor consumo contra los países de menor consumo per cápita*

<b>Consumo mundial per cápita de alimentos ultraprocesados</b>	
<b>País</b>	<b>Consumo per cápita anual</b>
<b>Mayor consumo mundial</b>	
<b>Estados Unidos</b>	307 kg
<b>Canadá</b>	229 kg
<b>Alemania</b>	218 kg
<b>México</b>	212.2 kg
<b>Chile</b>	201.9 kg
<b>Argentina</b>	185 kg
<b>Menor consumo mundial</b>	
<b>India</b>	6.7 kg
<b>Kenya</b>	11.9 kg
<b>Camerún</b>	12.1 kg

Fuente: elaboración propia con los datos de OPS, 2015

Otro dato que da idea del incremento en el consumo de este tipo de alimentos en el continente americano puede observarse en la tabla 3. Se muestran cifras sobre las compras de comida rápida per cápita en América Latina. Los datos indican que las compras crecieron de manera continua en el periodo de 2000-2013 (en promedio aumentaron 38.9%). Los países que tuvieron mayor incremento en el consumo fueron Bolivia, Perú Costa rica y Chile. En México y Guatemala el crecimiento de las ventas de comida rápida fue del 40%, en Uruguay y Venezuela fueron del 75% y en Brasil del 25% (OPS, 2015).

**Tabla 3**

*Comparativa del crecimiento en la compra de comida rápida en AL en el periodo 2000-2013*

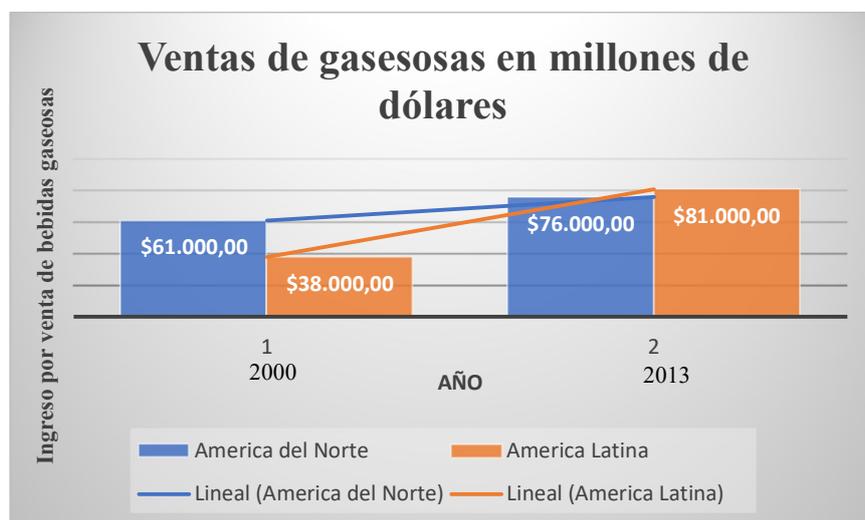
<i>Incremento en la compra de comida rápida en América Latina</i>			Fuente:
<b>Tipo de alimento</b>	<b>País</b>	<b>% de incremento</b>	
<b>Comida rápida</b>	América Latina	38.9%	
	Bolivia, Colombia, Costa Rica, Chile	100%	
	Perú	265 %	
	Bolivia	275%	
	Brasil	25%	
	México y Guatemala	40%	
	Uruguay y Venezuela	75%	

elaboración propia con los datos de OPS, 2015.

En la figura 1 se puede observar que, en cuanto a la venta de bebidas gaseosas en el año 2000 las ventas totales en América del Norte fueron de 61 000 millones de dólares y de 38 millones de dólares en América Latina, para el 2013 la situación había cambiado drásticamente. En el caso de las ventas en América del Norte fueron de 76 000 millones de dólares, con un aumento del 25%. En cambio, para América Latina las ventas fueron duplicadas en tan sólo 13 años, pues pasaron de 38 millones de dólares a 81 000 millones de dólares, incluso superado las ventas de América del Norte (OPS, 2015).

**Figura 1**

*Comparativo de la venta de bebidas gaseosas en América del Norte y América Latina en los años 2000 y 2013*



Fuente: Elaboración propia con datos de la OPS, 2015

En un informe realizado por la OPS<sup>3</sup> en siete países de América Latina incluido México, se evaluó el perfil nutricional de 250 alimentos ultraprocesados agrupados en 21 categorías. La información recadaba forma parte de la base de datos de Passport sobre nutrición de Euromonitor. Para esta investigación fueron considerados los datos de las ventas de tiendas minoristas, realizadas en el periodo de 2009 a 2014. De los alimentos evaluados se identificaron los nutrientes críticos contenidos en cada producto y se agruparon en una tabla según el exceso que presentaban.

En la tabla 4, se señalan los alimentos ultraprocesados vendidos en América Latina que según este reporte son los que contienen más micronutrientes críticos en exceso, estos son las barras energéticas, los pasteles envasados industrializados y las galletas industrializadas dulces (OPS, 2019).

<sup>3</sup> El informe completo se puede descargar de la página de la OPS bajo el título de “Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones normativas”.

**Tabla 4**

*Perfil nutricional de alimentos ultraprocesados que se venden en América latina y que contienen exceso de 4 nutrientes críticos*

<b>Productos ultraprocesados vendidos en América Latina en 2014</b>					
<b>Alimentos</b>	Exceso de nutrientes críticos	Exceso de azúcares libres	Exceso de grasa total	Exceso de grasas saturadas	Exceso de sodio
<b>Barras para el desayuno</b>	x	x	x	x	x
<b>Pasteles envasados industrializados</b>	x	x	x	x	x
<b>Galletas dulces</b>	x	x	x	x	x

Los datos que se obtuvieron de la ingesta de alimentos procesados<sup>4</sup> que se consumieron en México fue de 143 875 mil millones de dólares y se preveía su crecimiento en 3.8% para el periodo de 2014-2020. En cuanto a los alimentos más vendidos en nuestro país, en primer lugar, aparecen los productos de panadería con 27 177 mil millones de dólares y en seguida los lácteos 13 221 mil millones de dólares que juntos representan el 29% del consumo de alimentos procesados (ProMéxico, 2015).

### ***1.5 Consecuencias en la salud por el consumo de alimentos ultraprocesados***

Cada vez hay más información sobre el efecto nocivo del consumo de ultraprocesados en la salud. Diversos investigadores han focalizado sus investigaciones en entender la influencia que está teniendo la industria de alimentos en la conformación de un escenario epidemiológico en el que crece las enfermedades no transmisibles asociadas a la alimentación (Chávez-Ugalde, 2021).

Han nombrado a este tipo de investigaciones como determinantes comerciales de la salud. Puntualizan que al acotar el problema desde esta perspectiva permite entender cómo estos determinantes influyen en las decisiones que toman las personas a la hora de elegir sus alimentos (Chávez-Ugalde, 2021; Wood, 2021). Se los identifica en la literatura bajo denominaciones como determinantes comerciales de la salud, determinantes comerciales de la salud/enfermedad o

---

<sup>4</sup> Es importante señalar que a nivel global la clasificación de alimentos no está unificada. Por lo que para este trabajo obtuvimos datos de la OPS que están basados en la clasificación NOVA, en cambio, los datos aportados por ProMéxico no muestran diferencia entre alimentos procesados o industrializados y ultraprocesados.

determinantes comerciales de enfermedades no transmisibles, manejo comercial de las enfermedades no transmisibles. Incluso la Federación Mundial de la Obesidad los ha llamado determinantes comerciales de la obesidad (Mialon, 2020).

Otro enfoque, se ha centrado en indagar la relación entre consumo y enfermedades. A continuación, se mencionan algunas investigaciones que documentan dicha relación. Monteiro señala que se ha documentado una asociación directa entre el consumo de alimentos ultraprocesados y la obesidad, hipertensión, síndrome metabólico y dislipidemias (Monteiro, 2017). Asimismo, la doctora Nancy Babio junto con otras investigadoras presentan una revisión de estudios en los que se muestran la relación que existe entre el consumo de alimentos ultraprocesados y 1) diversas enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), 2) la mortalidad; además analizan estudios que comparan el efecto beneficioso para la salud de las dietas tradicionales de diversos países en comparación con los efectos nocivos de la dieta basada en alimentos ultraprocesados (Babio, 2020).

De la misma manera, las investigadoras españolas Amelia Marti, Carmen Calvo y Ana Martínez, realizaron una revisión sistemática de la literatura científica para identificar los trabajos que relacionan el consumo de alimentos procesados y la obesidad en el periodo de 2000-2020. Los resultados de esta investigación arrojaron que sí se encuentra una relación positiva entre el consumo de alimentos ultraprocesados y la obesidad. Sin embargo, señalan que estos estudios presentan distintas metodologías, y que las investigaciones utilizaron distintos sistemas de clasificación de alimentos, por lo que sugiere “realizar más estudios que permita establecer con mayor evidencia la relación entre el consumo de ultraprocesados y la prevalencia e incidencia de la obesidad” (Marti, 2020).

En México, ante la pandemia de ECNT que se padecen se han comenzado a realizar investigaciones que indagan la relación entre consumo de alimentos calóricos, industrializados y sus efectos en la salud. Una de las primeras investigaciones que considera el concepto de ultraprocesados es la investigación de Ponce y colaboradores los cuales evalúan si existe una asociación entre el aporte energético de los alimentos ultraprocesados y las ECNT (Ponce et al., 2019).

También se han realizado investigaciones para vincular la presencia de factores socioeconómicos como mayor ingreso, residencia urbana, menor grado de estudios y consumo de comida chatarra asociados al incremento en la obesidad abdominal (Antonio-Anderson et al.,

2020). Asimismo, diversos investigadores coinciden en señalar que la dieta actual de los mexicanos centrada en alimentos calóricos con una gran cantidad de alimentos ultraprocesados y que adolece de un bajo consumo de frutas, verduras, leguminosas y agua simple los está enfermando (Batis, 2018; Barquera et al., 2020).

### **1.6 Actualidad del problema**

Las empresas están imponiendo un sistema alimentario a nivel mundial basado en el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados, esto está socavando los patrones de alimentación tradicionales. Lo anterior es el origen de diversos problemas de salud por lo que se afirma que estamos ante una transición nutricional y epidemiológica que ha ocasionado un incremento de ECNT. Cabe precisar que los problemas de alimentación no surgen a partir de la producción de alimentos industrializados, pero sí es a partir de esta época que se exacerbaban.

En respuesta, se han diseñado estrategias por parte de organizaciones internacionales, por algunos gobiernos y por la academia, las cuales están orientadas a reducir la ingesta excesiva de alimentos altamente calóricos, procesados y ultraprocesados. En particular, nuestro país ha firmado acuerdos internacionales<sup>5</sup> y ha diseñado programas<sup>6</sup> e incluso han implementado recientemente algunas políticas y modificación de leyes en las que se compromete a combatir con acciones preventivas este escenario epidemiológico. Algunas de estas acciones son el nuevo etiquetado frontal de alimentos (Alianza Por la Salud Alimentaria, 8/10/19); la prohibición de venta de comida chatarra en escuelas (DOF: 16/05/2014); el Impuesto Especial sobre Producción y Servicios (IEPS) a bebidas azucaradas (Colchero et al., 2017); así como el fomento de la lactancia exclusiva los primeros seis meses de vida (INSP-UNICEF, s/f); o la estrategia de los 1000 primeros días (SSA, s/f), entre otras. Estas políticas están dirigidas a la reducción en la ingesta de alimentos industrializados en todas las etapas de la vida.

Algunas de estas acciones emprendidas corresponden al sexenio vigente por lo que aún no es posible revertir las tendencias de crecimiento de estas enfermedades. A esto se suma la negligencia de sexenios anteriores en los cuales, si bien, hubo algunos intentos por responder al

---

<sup>5</sup> Como el plan de acción quinquenal para contener el aumento de la obesidad en niños y adolescentes en la Región de las Américas. (OPS 2019)

<sup>6</sup> Por ejemplo, algunos programas que han intentado hacer frente al problema de la obesidad han sido la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes la Estrategia Estatal para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes.

llamado internacional de enfrentar la pandemia de obesidad, estos gobiernos se caracterizaron por la falta de implementación de leyes que protegieran a la población. Algunas de las denuncias señalaban que el antiguo etiquetado nutrimental (GDA) carecía de evidencia científica que respaldara su utilidad y que era incomprensible para la población, entre otros (Sánchez, 2018); asimismo el Acuerdo Nacional por la Salud Alimentaria<sup>7</sup> (ANSA) convenio que implicaba a varias dependencias gubernamentales y a la industria no tenía carácter de obligatoriedad, de tal manera que el resultado de su ejecución fue el incumplimiento de los acuerdos tanto por las instancias oficiales como por la industria (el Poder del consumidor, s/f, a). En el caso de la “Cruzada Nacional Contra el Hambre” programa diseñado para combatir la pobreza extrema, este fue cuestionado pues se señaló que la participación de la industria alimentaria implicaba conflicto de interés en su implementación, así como muchos otros señalamientos que por falta de espacio no se mencionaran (Poder del Consumidor, s/f, b).

No ha sido fácil legislar pues las empresas han ejercido mucha presión. Una posible explicación ante este hecho es que en nuestro país las empresas han consolidado su poder económico, político e incluso social, de tal manera que regularlas se ha vuelto una tarea muy complicada. Caso ejemplar es la presión que están ejerciendo los grandes consorcios agroindustriales que venden maíz transgénico a nuestro país, como Bayer. Por lo que México se encuentra en una situación muy compleja derivada de la firma del TLCAN pues debido a este acuerdo las autoridades de Estados Unidos han señalado que espera que se “obligue en última instancia” a nuestro país a dar marcha atrás y si esto no sucediera, se ha advertido que llevarán “el tema a un panel internacional en el marco del Tratado entre México, Estados Unidos y Canadá (T-MEC)” (Reuters, 9/04/23; Mares, 4/06/2023; 19/06/23 Ávila). Además de las tácticas de cabildeo antes mencionadas, otro modo en el que se desvía la atención del origen del problema es cuando se moraliza a los consumidores señalándolos como únicos responsables de su consumo excesivo. Ya sea que el señalamiento sea hecho por la industria alimentaria o por el sistema médico. De tal manera que se han diseñado campañas de salud con la finalidad de que las personas tomen mejores decisiones alimentarias. Sin embargo, desde esta perspectiva se deja de lado las condiciones objetivas y subjetivas en las que viven las personas y por las cuales estas toman sus decisiones.

---

<sup>7</sup> Implementado en 2010.

El panorama antes presentado muestra la necesidad de identificar cómo está organizado el entorno en el que viven las personas, las condiciones en las que viven las poblaciones y los recursos con los que cuentan, lo anterior para comprender el origen de sus decisiones en el ámbito alimentario desde un punto de vista objetivo, a la vez que es necesario investigar las subjetividades que rodean sus decisiones, es decir que motivaciones de índole cultural y emocional que rodean sus elecciones.

Para indagar estos aspectos señalados, se ha planteado la siguiente **pregunta investigación**:  
¿Cuáles son los principales factores que contribuyen a promover el consumo de AYBUPs en los hogares vulnerables con jefatura femenina del municipio de Cuautla?

De esta pregunta inicial se derivan otras secundarias como son:

¿Cómo influye el perfil sociodemográfico de las interlocutoras en la toma de decisiones alimentarias en referencia al consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas?

¿Cómo los factores económicos influyen en la toma de decisiones alimentarias realizadas por las jefas de familia en relación con el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas?

¿Cuáles son los elementos socio-culturales que contextualizan las elecciones de alimentos y bebidas ultraprocesados que realizan estas mujeres?

A partir de estas preguntas se derivaron los objetivos y la hipótesis que guía la presente investigación.

## **1.7 Objetivos**

### **1.7.1 Objetivo general**

Comprender cuáles son los principales factores que contribuyen a promover el consumo de AYBUPs en los hogares vulnerables con jefatura del municipio de Cuautla.

### **1.7.2 Objetivos específicos**

- Analizar la influencia que tiene el perfil sociodemográfico de las interlocutoras en la toma de decisiones alimentarias en referencia al consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas
- Identificar cómo los factores económicos influyen en la toma de decisiones alimentarias realizadas por las jefas de familia en relación con el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas

- Establecer cuáles son los elementos socio-culturales que contextualizan las elecciones de AYBUPs que realizan estas mujeres

### ***1.8 Hipótesis***

La accesibilidad, disponibilidad, y abaratamiento de los alimentos ultraprocesados, así como la incorporación de las mujeres al ámbito laboral y consecuentemente el incremento de la carga de trabajo doméstico en condiciones de pobreza, han propiciado la generalización y permanencia del consumo de estos alimentos, especialmente en los hogares encabezados por mujeres pobres. Se infiere que lo anterior se debe a que estos alimentos disminuyen la carga de trabajo de las mujeres encargadas de alimentar a sus familias por lo que la presencia de estos productos en los hogares pobres representa una constante.

### ***1.9 Crisis de salud en México por consumo de alimentos industrializados (Justificación)***

Desde mediados del siglo XX se registra en diversos países del planeta el crecimiento de una epidemia de enfermedades crónicas como el cáncer, la diabetes, la obesidad, las cardiovasculares, las respiratorias, entre otras, inicialmente estas ocurrían en los países más desarrollados por lo que recibían el calificativo de “enfermedades de la opulencia” (Campillo, 2011; Valenzuela, 2011) o “de la civilización” (Jaramillo, 2012). Sin embargo, en la actualidad los datos estadísticos muestran que estas enfermedades están presentes también en los países pobres y por su magnitud han quedado obsoletos estos calificativos pues ya es evidente que se trata de una epidemia mundial.

Uno de los problemas de salud más apremiantes es el problema del sobrepeso y obesidad y las enfermedades asociadas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al sobrepeso y obesidad como acumulación excesiva de grasa que puede perjudicar la salud. Para identificar si una persona presenta dicha condición se utiliza el Índice de Masa Corporal (IMC), este índice expresa una relación entre el peso de una persona en kilogramos y la talla. Una persona con un IMC igual o superior a 25 es considerada con sobrepeso y con un IMC de 30 es considerada obesa. (OMS, 2021).

Tanto el sobrepeso como la obesidad son consideradas como enfermedades crónicas y el “principal factor de riesgo modificable para el desarrollo de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, dislipidemias, enfermedades osteoarticulares y algunos tipos de cáncer” (Campos, 2018). Evidencia reciente muestra que las personas con obesidad son más vulnerables al Covid-19,

lo anterior debido a la disminución de la respuesta inmune y a la función de reservorio de virus que desempeña el tejido adiposo (Tan, et al., 2020).

La prevalencia de obesidad se ha incrementado desde las últimas décadas, la OMS presenta datos recopilados desde 1975 que indican que la obesidad casi se ha triplicado en todo el mundo, en el año 2016 aproximadamente 1900 millones de adultos mayores de 18 años tenían sobrepeso y obesidad (OMS, 2018).

En este mismo sentido, el informe Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe, publicado en 2017 por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) señala que cerca de 58% de los habitantes de América Latina (360 millones de personas) vive con sobrepeso. Además, menciona que en los países de ingresos bajos y medios que es donde vive la mayor parte de la población mundial, alrededor de 80% de las defunciones son ocasionadas por las ECNT (OCDE, 2017).

Para el caso de México, se realizó un análisis de las encuestas nacionales de los años 1988, 1999, 2000, 2006 y 2012 para medir la prevalencia del sobrepeso y obesidad. Los resultados indican que el sobrepeso y la obesidad afecta a todos los grupos de edad incluyendo los niños. Las estadísticas muestran que su incremento ha ocurrido a partir de las últimas tres décadas, sin embargo, los grupos más afectados han sido las mujeres en edad reproductiva y los residentes de zonas rurales. El grupo etario de 40-79 años fue el que presentó mayor proporción con respecto a los otros. (Campos, 2020).

En 2018, los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) señalan que el porcentaje de adultos de 20 años y más con sobrepeso y obesidad es de 75.2% (39.1% sobrepeso y 36.1% obesidad). Comparando este último dato con el del año 2012 que es de 71.3% se observa que prevalece el incremento de las personas que padecen sobrepeso y obesidad. Para en 2018, el análisis por género muestra que en el caso de los varones el sobrepeso y obesidad representaron el 73.0% de la población mientras que el grupo de las mujeres presentó el 76.8%.

El Global Health Observatory menciona que en nuestro país se tiene la prevalencia de sobrepeso infantil más alta de Latinoamérica representado con 43%. En niños menores de 5 años la prevalencia es del 9%. Por lo que para este grupo etario México se encuentra entre los 5 países con mayor prevalencia de la región (Campos, 2020).

Un problema de salud asociado a la presencia de obesidad es la diabetes. En México, a partir del año 2000 la diabetes mellitus es la primera causa de muerte entre las mujeres y la segunda

entre los hombres. (Rojas, et al., 2015 tomado de INSP, 22/05/21). La ENSANUT reporta que en el año 2006, 73 millones de personas presentaban diabetes, para el 2021 la cifra aumentó a 13.4 millones de casos (Rojas, et al., 2015 tomado de INSP, 22/05/21).

Actualmente en Morelos al igual que en el resto del país está ocurriendo una transición epidemiológica que muestra una elevada prevalencia de ECNT (Secretaría de Salud, 25/09/2015). Datos obtenidos de la ENSANUT Morelos 2012, mostró que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los menores de cinco años fue de 8.9%, en los niños de 5-11 años las prevalencias de sobrepeso y obesidad fueron 19.9% y 14.7% respectivamente, lo que suma un 34.6%. El grupo de los adolescentes presentó el 34.9% de sobrepeso y obesidad. En los adultos la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue de 66.3% en hombres y 72.9% en mujeres. Comparando estas cifras con las observadas a nivel nacional se observa que son similares (Secretaría de Salud, 25/09/2015).

En cuanto a la principal casusa de muerte en el municipio de Cuautla para el periodo de 2010-2014 fue reportada que la Diabetes Mellitus, seguida de enfermedades isquémicas del corazón y enfermedades cerebro-vasculares. Además, se incrementó la presencia de padecimientos como la hipertensión arterial, la insuficiencia renal y enfermedad por VIH (Olivar, et al., 2015).

Debido al impacto que estas enfermedades tienen sobre el desarrollo económico y social, la atención de estas enfermedades representa un costo extra para los sistemas de salud o para las personas que las padecen y no cuentan con acceso al sistema de salud.

En síntesis, el panorama epidemiológico del país muestra la necesidad de desarrollar investigaciones que indaguen y profundicen en el porqué de la elección de los alimentos ultraprocesados. Pues a pesar de que cada vez existe más información acerca del daño que estos alimentos producen a la salud, paradójicamente las estadísticas muestran que seguirá creciendo el consumo de estos alimentos. Este hecho vuelve apremiante el desarrollo este tipo de investigaciones. Asimismo, se evidencia la importancia del trabajo interdisciplinario para comprender el fenómeno de la alimentación, pues analizarlo desde las disciplinas individuales conlleva el sesgo del enfoque parcial que ofrece dicha disciplina. Es urgente comprender la alimentación desde un enfoque más amplio para encontrar una salida a los problemas de salud que padecen millones de seres humanos, lo que les resta calidad de vida y les provoca mucho sufrimiento.

## **2 Qué se ha dicho de los cambios en la estructura y organización alimentaria de las comunidades (Estado del arte)**

Es muy vasta la literatura en torno al tema de la alimentación, por lo que la revisión bibliográfica fue acotada a la búsqueda de investigaciones que refieren cambios en los patrones de consumo y de los hábitos alimentarios especialmente de la incorporación de alimentos industrializados a las dietas.

Se han investigado los cambios en la estructura y organización alimentaria observando el impacto en diversos grupos sociales: personas de la tercera edad, niños, jóvenes, indígenas, migrantes, comunidades indígenas o comunidades urbanas, personas asalariadas o mujeres.

Se considera que la abundante literatura sobre el papel de la mujer en la constitución de los hábitos alimentarios se debe a su papel histórico como transmisoras de la cultura, en particular de la herencia culinaria no sólo a las mujeres de su familia sino a todo el grupo familiar a través de alimentar a éste. Así mismo se han vinculado los efectos del consumo de alimentos industrializados con problemas de salud, especialmente problemas de sobrepeso y obesidad y autopercepción de la corporalidad

Este capítulo se organiza de la siguiente manera, en primer lugar, se presenta un panorama de las investigaciones que narran los cambios alimentarios ocurridos en diversos grupos sociales de distintos países a nivel poblacional inducidos por factores macroestructurales como son la publicidad y cambios a nivel de determinantes socioculturales.

En segundo lugar, se reseñan las indagaciones enfocadas en el papel de desempeña la mujer como actor principal en diversos países. Se ubican los factores socioculturales y económicos en los que transcurre las modificaciones de las dietas.

En tercer lugar, se presentan las investigaciones realizadas en México que evidencian como el incremento en el consumo de alimentos industrializados han derivado en cambios en los hábitos alimentarios y estos se han asociado al a la presencia de enfermedades crónicas en la población mexicana.

En cuarto lugar, se contextualiza la contingencia sanitaria que se vivió en el mundo. Para lo cual se presentan investigaciones que exploran los cambios en la alimentación de diversas poblaciones como consecuencia del confinamiento que padecieron por el surgimiento del Covid 19.

## ***2.1 Cambios en el consumo alimentario de diversos grupos sociales***

Un tema reiterado fue el de la persuasión ejercida por los medios de comunicación en la conformación de gustos y preferencias de distintos sectores de consumidores los cuales reciben un bombardeo de publicidad centrada en el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados.

De tal manera que Cairns (2019), señala que la comercialización de alimentos industrializados contribuye a los cambios a nivel poblacional (macro) y transforma el ambiente alimentario sociocultural, debido a que induce tendencias de compra, incrementa la frecuencia y el volumen del consumo de alimentos altamente promocionados, de disponibilidad ininterrumpida y fácil almacenamiento, como son las bebidas azucaradas con gas, comida rápida y bocadillos salados.

En torno a la modificación del ambiente sociocultural existe una estrategia implementada por la industria alimentaria conocida como efecto dominó. Esta maniobra consiste en que las ventas de sus productos sean a través de la recomendación de consumidor a consumidor en las redes sociales. Lo anterior debido a que la industria ha notado que la gente confía más en la recomendación de otra persona que en la de las mismas empresas (Cairns, 2019).

La autora añade que abundan las investigaciones de corte cualitativo que analizan los comportamientos individuales, pero poco se encuentra sobre los efectos a nivel poblacional. Por lo que es muy importante identificar los efectos del mercadeo a nivel macro, pues de esta manera se pueden formular políticas de salud que regulen a las corporaciones (Cairns, 2019).

Otro ejemplo de cómo la comercialización de alimentos industrializados contribuye a los cambios a nivel poblacional, es lo que ocurre en Colombia según lo señala Bejarano. Este investigador asevera que a partir de la firma del Tratado de Libre Comercio los consumidores colombianos han quedado vulnerables al impacto de las estrategias de la industria alimentaria. Debido a que la población local no cuenta con información suficiente que les permita seleccionar los alimentos más adecuados. Lo anterior es consecuencia de la inexistencia de políticas gubernamentales que garanticen la calidad de los alimentos que ingresan a Colombia y regulen de la comercialización de los productos (Bejarano et al., 2015).

Paralelamente el incremento del consumo de alimentos procesados y ultraprocesados crece en otros países fuera del continente americano como es el caso de Tailandia. En este país, la promoción de bocadillos en los últimos cinco años produjo un incremento en el consumo de estos productos en 35% (Hawkes, 2006 citado en Cairns, 2019). Estas prácticas de la industria

alimentaria han influido en el establecimiento de nuevas normas de comportamiento social pues lo que se observa en la actualidad, es que se considera normal que los niños consuman los mismos alimentos que los adultos o que las personas consuman sin hambre o cantidades superiores a las que necesitan. Lo anterior se ve reforzado por el intenso mercadeo que socava las normas cautelares, que de otro modo desalentarían el consumo de estos productos (Cairns, 2019).

El estudio de Peñaloza muestra como las empresas de mercadeo diseñan campañas con orientación etnográfica para apelar a las aspiraciones de aculturización de los inmigrantes que viven en Estados Unidos, los cuales adoptaron un consumo regular de carne roja promovida por dichas empresas. Estas prácticas se sustentan a través de procesos de aprendizaje como la imitación social o la construcción de consenso en torno a un producto, promovido por el mercadeo que tiende a normalizar el consumo de alimentos industrializados (Peñaloza, 2001 citado en Cairns, 2019).

En las investigaciones anteriores se ha observado el impacto de las estrategias y campañas publicitarias de la industria en el aumento del consumo de productos industrializados en diversas poblaciones. En otro orden de ideas, se reseñan estudios que implican determinantes de orden sociocultural. Por ejemplo, un estudio cualitativo realizado en Teherán, acerca de los determinantes psico-socio-culturales, es decir, las percepciones y experiencia de vida de adultos de 30 a 64 años revela que de manera cotidiana las familias iraníes están incurriendo en una ingesta de alimentos de baja calidad nutricional y alta densidad energética como son los alimentos que contienen grandes cantidades de grasa, proteínas y sal (Haghighian et al., 2017).

Se observó que las reuniones sociales son momentos donde las personas consumen alimentos en compañía de sus familias, estos son momentos en los que eligen aquellos alimentos que les permiten salir de la rutina. Asimismo, indican que muchas de las personas entrevistadas confían en la publicidad de los programas de TV y radio, y simultáneamente consideran el consumo de comida rápida como símbolo de modernidad, por lo que los autores señalan que esto ha ocasionado que ocurra una transición nutricional en Irán (Haghighian et al., 2017).

Siguiendo la lógica de observar los determinantes socioculturales, Ochoa propone analizar la influencia que tiene el entorno familiar como factor clave en el problema del aumento de peso en los niños de origen latino que habitan en los Estados Unidos y que consumen alimentos industrializados. Señalan la influencia de los padres como un factor desencadenante en el problema de la obesidad. Esto es así porque según estos investigadores los padres: 1) alentaron a sus hijos a ver televisión con la intención de que mejoren su inglés, 2) les permitieron tener televisión en su

habitación lo cual justificaron argumentando que ésta los ayudaba a dormir, y 3) que de esta manera disponían de un espacio para ver otros programas de TV (Ochoa et al., 2017).

Paralelamente los investigadores señalan que los padres no fueron conscientes del riesgo que implica para la salud el permitir que los niños miren publicidad de manera ilimitada en la TV. Otros factores que añadieron al problema del sobrepeso fue el comportamiento sedentario y la actividad física. Los investigadores observaron que los niños que no realizaban estas actividades fueron porque 1) sus padres tampoco las realizaban, 2) no tienen tiempo o dinero para llevarlos a ejercitarse o 3) el vecindario no es seguro. A lo que se suma que los niños latinos duermen menos de 9 horas pese a que la recomendación es de 9 a 11 horas al día. Sobre el tema del estatus socioeconómico y la seguridad alimentaria, los autores señalan que el mayor sobrepeso se presentó en los niños latinos de ingresos bajos porque consumen alimentos de baja calidad nutricional industrializados y de fácil acceso (Ochoa et al., 2017).

Por la capacidad que tiene la industria alimentaria de distribuir sus productos, se observa cambios incluso en comunidades indígenas que aún conservan conocimientos de prácticas de alimentarias de autosubsistencia. Caso ejemplar es el señalado por Donders et al. (2020) en su estudio en la Amazonía con dos grupos indígenas cazadores-recolectores, los Tsimane de Bolivia y los Huaorani de Ecuador, que se caracterizan por sus prácticas de autosubsistencia y sus dietas tradicionales.

Al evaluar el efecto de la globalización en comunidades tradicionales, los autores encuentran que la forma en que estas comunidades se están insertando en el mercado es a través de: 1) si tienen facilidad para acceder a los mercados, 2) el incremento del trabajo asalariado en estas comunidades que les facilita el tener dinero a la mano, 3) la posibilidad de adquirir carne en estos mercados. También señalan que la participación de estas comunidades en el mercado ha ocasionado que presenten un patrón de transición nutricional con consecuencias en su salud debido al aumento de la obesidad y la presencia de enfermedades crónicas. A los problemas de salud se suma la erosión de su capital social y la pérdida de su identidad (Donders et al., 2020).

## ***2.2 Cambios en el consumo alimentario visto desde el papel de las mujeres***

A continuación, se presentan las investigaciones de diversos países en las que la aproximación al problema es a través de la mujer y las circunstancias en las que viven.

La investigación realizada en Argentina por Castronuovo et al. (2018), tiene como objetivo identificar cómo es percibida la publicidad por las madres —de diferentes niveles educativos. Señala que las madres son los principales agentes socializantes y guardianas de la salud de la familia. Estas mujeres se perciben como las tomadoras de decisiones, en tanto que son las que seleccionan, elaboran y deciden que comprar y que no. Sin embargo, esta noción tiene el problema de que las mujeres al asumirse de esa manera dejan de ver la influencia que tiene la industria de alimentos cuando ellas realizan la compra de los alimentos, la cual supuestamente es una decisión individual.

Asimismo, ocurre a la hora de mediar las peticiones alimentarias de los niños orientadas por la publicidad. Es decir, que sus decisiones de compra se ven influidas por las peticiones de sus hijos los cuales pueden demandar estos productos de manera descontrolada en especial ante la negación de compra de las madres y cuando entran en contacto con estos alimentos en los supermercados o tiendas de dulces. Castronuovo et al. (2018)

Barruti (2019) añade que este comportamiento es fomentado por la industria y que vuelve a los niños los comensales con el paladar más quisquilloso de la mesa, pues buscan alimentos con características crocantes, untuosos, dulces y coloridos que sólo se pueden encontrar en productos industrializados.

Castronuovo et al. (2018) señalan que los anuncios publicitarios también son dirigidos a las madres y que estos buscan hacerles sentir que no son buenas sino les compran a sus hijos los productos que los niños piden. A este escenario se suma que la falta de tiempo para preparar alimentos saludables, por lo que compran hamburguesas o embutidos, ellas son conscientes de que no son buenos y los identifican como comida chatarra, pero explican que los consumen porque se cocinan rápido. Finalmente, la autora señala que la obesidad es percibida como un problema individual y no como resultado de las prácticas de la industria alimentaria.

En cambio, Conklin et al. (2018), propone analizar los determinantes socioeconómicos que dificultan el acceso a un alimentación variada y saludable. Indaga la relación entre los cambios de precios y la prevalencia de obesidad en mujeres adultas de 24 a 49 años en 31 países de ingresos bajos y medios en el periodo de 2000-2014. En su investigación consideran 5 indicadores: educación, residencia rural/urbana, tipo de sueldo, tipo de empleo y antigüedad en el empleo. Los resultados obtenidos indican que la inflación de los precios de alimentos se asocia con el

incremento de obesidad en mujeres adultas, aunque cuenten con mayor nivel educativo, empleo todo el año y salario garantizado (Conklin et al., 2018).

Monteban (2020) analiza el tema de la alimentación desde contextos de escasez. Para lo cual presenta una revisión de la literatura en la que muestra la relación entre la insuficiencia alimentaria y la obesidad como preámbulo a una investigación de tipo cuantitativo con madres de familia del noroeste de Argentina en una región marginal que tradicionalmente presentaba problemas de peso bajo. La conclusión a la que llega Monteban fue que las familias con insuficiencia alimentaria viven en ambientes obesogénicos y consumen alimentos de elevado contenido calórico (como carbohidratos y grasas) y baja calidad nutricional debido a que son más baratos. En consecuencia, las mujeres que padecen insuficiencia alimentaria severa tienen el doble de probabilidad de presentar obesidad en comparación con mujeres que presentan suficiencia alimentaria. Por último, señala que esta investigación ratifica otros estudios realizados en Latinoamérica en los que se obtuvieron resultados similares (Monteban, 2020).

Siguiendo el camino de explorar a mujeres en contextos de escasez, Coura et al. (2018), realiza un estudio etnográfico con mujeres de Río de Janeiro de clases populares urbanas que presentan exceso de peso. La investigación parte de observar como la incorporación de las mujeres al ámbito laboral les reduce el tiempo para la preparación de los alimentos. De tal manera, que para estas mujeres los alimentos ultraprocesados, antes considerados superfluos, ahora son centrales porque les facilitan la gestión de alimentar a sus familias. Así, estos alimentos han adquirido un nuevo valor cultural por demás contradictorio, ya que ellas al mismo tiempo reciben un discurso sobre el consumo de alimentos saludables y sobre las “buenas prácticas” a la vez que consumen los productos industrializados. De esta manera, ante el hecho de consumir estos alimentos excedidos de azúcar, sal, proteína y grasa, las mujeres experimentan emociones que oscilan entre la culpa y el placer. Los autores señalan que este proceso de transformación y resignificación se le conoce como *habitus*.

En la misma tónica de explorar comportamientos alimentarios en contextos de escasez y pobreza, los investigadores Espeitx et al. (2011) indagaron los factores sociales y culturales, especialmente los vinculados a cuestiones de índole emocional que explican su proceder y las dificultades que conlleva desempeñar el papel de cabezas de familia. Concluyen que la precariedad económica sí impacta negativamente en la alimentación de estas mujeres. Ponen especial énfasis indagar estados emocionales de estas mujeres para no caer en explicaciones reduccionistas que

simplifican las decisiones alimentarias al señalar que son hechas en función directa de la precariedad económica o de falta de conocimiento culinario.

Por el contrario, se debe considerar los estados psicológicos de ansiedad, y/o preocupación o estrés, la sobrecarga de trabajo y de la gestión de la escasez al indagar los aspectos estructurales en lo que viven y con ello las dificultades económicas que puedan padecer. Y cómo, en el estado emocional que se encuentran eligen, en un escenario de sobre abundancia de alimentos industrializados y asequibles. Cabe resaltar que todas ellas señalaron tener un consumo alto de estos productos (Espeitx et al., 2011).

Si bien, como ya se mencionó la investigación de Haghghian et al. (2017) parte de analizar el contexto familiar, los autores especifican la situación de las mujeres iraníes trabajadoras. Señalan que ellas dedican poco tiempo a cocinar o ninguno, puesto que tienen otras prioridades. Asimismo, indicaron tener tiempo limitado para realizar las compras, por lo que los alimentos de fácil acceso como la comida rápida o de fácil preparación fueron muy socorridos. Aunado a lo anterior, muchas mujeres señalaron que se alimentan en su lugar de trabajo, en horarios irregulares, por lo que la comida rápida les facilita alimentarse. Por otro lado, se observaron procesos de pérdida de la cultura culinaria regional pues otro grupo de mujeres señalaron que no tienen habilidad para elaborar los platillos tradicionales, que carecen de los ingredientes necesarios, o que a los niños ya no les gustan estos platillos tradicionales (Haghghian et al., 2017).

En este mismo sentido, Souza busca indagar si para las familias tiene algún impacto en los hábitos alimentarios la inserción femenina en el mercado laboral. El autor verifica este fenómeno en una ciudad urbana de Brasil. Afirma que los cambios detectados fueron un consumo alto de embutidos 60% y el 33.9% consumió enlatados. De las familias entrevistadas se detectó que prefieren comer fuera del hogar (Souza, 2019).

### ***2.3 ¿Qué se ha investigado en México?***

Si bien el fenómeno que se describe en esta investigación es mundial, interesa indagar cómo este se hace patente en un ámbito más local, es por este motivo que a continuación se reseñan las investigaciones que giran en torno al fenómeno de incremento de consumo de los alimentos y bebidas ultraprocesados, los factores que inciden en su incremento y sus repercusiones en la salud en distintos lugares de México.

Antonio-Anderson et al. (2020) realizó una investigación de corte cuantitativo con datos del ENSANUT 2006 y 2012 en la cual identificó que la presencia de factores socioeconómicos como mayor ingreso, residencia urbana, menor grado de estudios y consumo de comida chatarra son asociados a un incremento en la obesidad abdominal (Antonio-Anderson et al., 2020). Añade que la atención de la obesidad y sus comorbilidades afectan la economía del país e indica como ejemplo, que en 2008 el costo económico de la atención médica de la obesidad representó el 13% del gasto total en salud pública, y en 2012 el gasto por sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas asociadas fue del 27% (Soto et al., 2015 citado en Antonio-Anderson et al., 2020).

Por otro lado, Ponce et al. (2019) realizaron el primer estudio en el que se evaluó “la asociación entre el aporte energético de los alimentos ultraprocesados y la ingesta de nutrientes relacionados con las ECNT en México”. Los resultados del estudio muestran que en el caso de las personas que presentan estas enfermedades obtienen el mayor aporte energético del consumo de alimentos ultraprocesados, cabe señalar que la ingesta de este tipo de alimentos contiene pocos nutrientes por lo que son considerados de baja calidad dietética.

Aunado a lo anterior, los investigadores indican que existe una relación entre las características sociodemográficas y el consumo de alimentos ultraprocesados. Es decir, se observó que los sectores más pobres son los que tienen el mayor consumo de estos productos. Los grupos identificados fueron personas que viven en áreas rurales, en la región sur, en familias de bajo nivel socioeconómico, y en hogares donde el jefe de familia no tenía educación formal. Apuntan que se requiere de investigaciones que identifiquen las barreras que existen en estas poblaciones para que puedan alimentarse de una variedad de alimentos sin procesar y mínimamente procesados además de estrategias y políticas de salud pública efectivas para superar estas barreras (Marrón-Ponce et al., 2019).

Desde una perspectiva histórica Oseguera (2018), realiza una investigación documental en la cual periodiza el patrón alimentario regional en la ciudad y estado de Colima. El autor identifica las formas en la que los individuos y la sociedad participan en la configuración de la alimentación de su región desde la Colonia hasta finales del siglo XX. Concluye que, en este lugar, desde las últimas décadas del siglo pasado comenzó a revalorizarse las verduras y ocurre una apertura a otro tipo de cocinas nacionales e internacionales, pero que simultáneamente se introdujo el consumo de comida rápida y comida chatarra y de hábitos de vida moderna como el sedentarismo, lo cual

disparó los problemas de obesidad y enfermedades relacionadas como la diabetes. Agrega que urge reequilibrar el patrón de consumo para enfrentar los problemas de salud actuales (Oseguera, 2018).

Rodríguez et al. (2018) busca explicar el problema de los cambios en los patrones de consumo de los mexicanos a partir un factor específico, a saber, que la compra de alimentos no es una elección libre, voluntaria o consciente pues esta está supeditada por el ingreso, de tal manera que el consumo de alimentos de los sectores de la población empobrecidos está sometida a una inequidad e inseguridad alimentaria y en consecuencia señala que se pueden pensar el problema de la obesidad en la población como “el reflejo de la pobreza, marginación, inequidad y desigualdad en que vive nuestro país”.

Para fortalecer su argumento añade que los mexicanos son los que reciben el ingreso más bajo de América Latina y de la OCDE y que el resultado es que su salario no cubre la canasta obrera indispensable (CIO) ni mucho menos la canasta alimenticia recomendable (CAR). Aunado a lo anterior se suman las jornadas laborales extensas, excesivo tiempo de transporte del trabajo al hogar y viceversa, falta de comedores y de lugares adecuados para realizar actividad física, así como el cansancio acumulado al término de la jornada (Rodríguez et al., 2018).

En esta misma línea de pensamiento, Cruz et al. (2013), investiga la obesidad desde las subjetividades. Plantea que la obesidad refleja las desigualdades de la sociedad, especialmente de mujeres pobres, por lo que sugiere que se realicen estudios sobre obesidad con perspectiva de clase y de género, y sugiere que las estrategias para enfrentarla deberían ser abordadas desde el reconocimiento del contexto de vida de las personas, pues éste condiciona las elecciones personales, en este sentido es fundamental indagar por qué la gente adopta, cambia o mantiene sus estilos de vida.

En el caso de investigaciones de corte más cualitativo, se pueden ubicar las realizadas en el sur de país en comunidades indígenas tojolabales, como en el caso que documenta los cambios estructurales relacionados con la modernidad y cómo estos han impactado en los cambios de las prácticas alimentarias de dos comunidades de indígenas chiapanecas desde los años setenta. Los autores señalan como factores modificadores del entorno sociocultural “la industrialización de la actividad económica, incremento del sector servicios, la definición de nuevas estrategias comerciales y la ampliación de redes de distribución y transporte, así como a la intervención de programas gubernamentales en políticas agrícolas alimentarias, salud y educación” (Nájera et al., 2010).

En otra investigación que indaga la introducción de alimentos industrializados y los cambios alimentarios en las comunidades indígenas yucatecas se comparan dos tipos de comunidades indígenas las transformadas y las tradicionales en las que su sistema de subsistencia gira en torno a la milpa, otras características de estas comunidades es que están menos comunicadas, hay pocas tiendas y carecen de trabajo asalariado. Los autores llegan a la conclusión de que la incorporación de los alimentos industrializados en este tipo de poblaciones se debe al abandono del sistema de milpa más que a la disponibilidad de los alimentos industrializados en las comunidades (Otero et al., 2017).

Otro estudio realizado con comunidades mayas en Yucatán de Pérez-Izquierdo et al. (2020) enfocado en jóvenes, los autores analizan la percepción que estos tienen sobre el consumo frecuente de alimentos industrializados y el sobrepeso. Los resultados arrojaron que existe un fuerte proceso de transculturación de su dieta, pues sus hábitos de alimentación incluyen cada vez más alimentos procesados reconocidos como modernos: por ejemplo, huevo con salchicha, hot cakes, cereal de caja, yogurt, galletas entre otras.

Estos jóvenes señalan que en el receso escolar tienen por costumbre consumir frituras, hamburguesas y “perros calientes”. Identifican a estos alimentos como comida chatarra, malos para la salud y engordantes; pero señalaron que los consumen por su sabor, porque son baratos y fáciles de comprar, además de que en la escuela no encuentran alimentos saludables. La cena que acostumbran es semejante al almuerzo y sólo la hora de la comida conserva elementos de la cocina rural yucateca como son los salbutes, puchero o chochinita (Pérez-Izquierdo et al., 2020).

Asimismo, mencionaron que el almuerzo o la comida la acompañan con refresco. Otra situación en donde se acostumbra consumir comida chatarra es en las actividades de convivencia, aunque mencionan que no siempre tienen acceso a todos los alimentos que les gustaría consumir como las hamburguesas debido a su costo (Pérez-Izquierdo et al., 2020).

En esta región, se ubicó otra investigación realizada por Hernández (2020), en la cual el autor parte de la noción de que este lugar está inmerso en el fenómeno de la mundialización que ha traído aparejado grandes cambios en la dieta debido a la incorporación de alimentos industrializados, por lo que para investigar el fenómeno decide trabajar con población urbana y mestiza de dos microempresas turísticas de Mérida, Yucatán.

El investigador busca identificar el significado que le asignan a la acumulación de grasa o corpulencia adiposa. Señala que para los entrevistados hay un significado diferente entre obesidad

y gordura, mientras que el primer término lo identifican como definición del sector salud y con la cual no se ven identificados, al segundo término le asignan el significado de estar saludable y de comer bien vida (Hernández, 2020).

Afirma que, para las personas entrevistadas la gordura y su significado de atributo de salud es una representación mistificada, es decir, que estas personas al realizar un consumo excesivo de alimentos por ostentación intenta imitar el consumo de las clases dominantes, negando así la situación de pobreza y hambruna de las que fueron parte en otros momentos de su vida (Hernández, 2020).

Concluye que, esa sobrealimentación se expresa como “un exceso cuantitativo de alimentos cualitativamente obesogénicos producidos y comercializados para valorizar el capital y no para nutrir el organismo” (Hernández, 2020). Agrega que el mito expresado por los entrevistados de “gordura es salud” ya no se corresponde con la actual crisis alimentaria que no es de escasez sino de sobreoferta y disponibilidad de alimentos nocivos (Veraza, 2007 citado en Hernández, 2020).

Otro trabajo realizado en población urbana es el de Villagómez (2019), esta investigadora analiza a familias que habitan colonias populares que viven en precariedad socioeconómica de la alcaldía de Iztapalapa en la CDMX. En esta investigación se plantea construir junto con los interlocutores una narrativa de las experiencias de vida a través de la alimentación. Busca comprender las acciones de los sujetos y los significados que le asignan a su proceder.

Examina la organización alimentaria cotidiana de las familias, la organización de la economía, el rol del género en la preparación de los alimentos, el uso de estrategias para enfrentar la escasez, la desigualdad en el acceso a bienes y servicios, las habilidades o carencias culinarias y explora por último la relación de la alimentación con los diversos problemas de salud asociados al consumo de alimentos considerados chatarra (Villagómez, 2019).

Otra perspectiva de este problema es indagar los cambios en la alimentación de los migrantes. En este sentido Arellano et al. (2019) presenta un estudio en el que indaga los cambios en el *habitus* y los cambios alimentarios en poblaciones que migran del sur al norte del país en busca de trabajo como jornaleros agrícolas. Compara dos tipos de poblaciones de migrantes: los establecidos y los pendulares<sup>8</sup>. Concluye que ambos grupos han aumentado el consumo de

---

<sup>8</sup> Según Arellano, (2019), el término migrantes asentados se define como personas que han habitado un lugar por más de cuatro años. Por otro lado, define a los migrantes pendulares como aquellas personas que han habitado menos de cuatro años un lugar,

alimentos industrializados, y que los efectos del consumo de estos sobre la salud son diferenciados, por un lado, los migrantes pendulares padecen más de malnutrición mientras que los migrantes establecidos presentan aumento de peso, principalmente las mujeres y enfermedades crónicas como diabetes.

Los autores señalan que existe relación entre estas enfermedades y las prácticas alimentarias que asumen estas personas al dejar sus lugares nativos y enfrentarse a condiciones de desigualdad e inseguridad alimentaria. De tal manera que el *habitus* alimentario de dichas personas lo ajustan a los alimentos que tienen a la mano, tanto física, como económicamente, así como del tiempo disponible después de su jornada laboral. Lo anterior coloca a los trabajadores agrícolas en una posición de subordinación frente al modelo alimentario y económico globalizado (Arellano et al., 2019).

Todos estos cambios han llevado a plantear que en las diversas comunidades de nuestro país está ocurriendo una pérdida en la cultura alimentaria debido al efecto de la globalización que ha impactado la autosuficiencia alimentaria por lo que la población mexicana vive en un escenario de vulnerabilidad e inseguridad alimentaria. Lo cual ha derivado en la proliferación y consumo de las comidas industrializadas que no son adecuadas en términos de nutrición e identidad y en detrimento del consumo de alimentos tradicionales y con ello de la pérdida de las raíces culinarias (Leyva et al., 2015).

Lo anterior es reforzado a razón de que se genera el espejismo de que consumirlos alimentos industrializados los ubica en un grupo social de más prestigio. Todo lo anterior implica la aculturización y la adopción de una identidad alimentaria ajena y estereotipada (Leyva et al., 2015).

Para Morelos se encontraron dos investigaciones, la primera de corte cuantitativo indaga el nivel de inseguridad alimentaria de personas adultas mayores que viven en hogares rurales de dos municipios, Tlayacapan y Mazatepec. Los resultados arrojaron que el 78% de estos hogares padecen inseguridad alimentaria pues tuvieron un acceso limitado a alimentos de calidad y sus dietas fueron deficientes en proteínas (el 60% de las personas), vitaminas D y E y calcio (el 75 % de las personas). Como parte de los resultados los investigadores observaron que en estos hogares había una constante preocupación por adquirir alimentos de calidad (Arriaga, 2014).

---

debido a que estos se movilizan por diversos estados donde encuentren trabajo en la agroindustria para después retornar a sus comunidades.

En otro estudio de corte cualitativo se indagó sobre los cambios en las prácticas de consumo de alimentos y bebidas de cinco generaciones —período de 79 años— de diversos municipios del estado de Morelos. Para identificar como ha impactado la modernización en las prácticas alimentarias el investigador se propuso identificar como a través de la incorporación de utensilios, inventos e ingredientes de otros lugares han ocurrido los cambios (Calderón, 2018).

Las conclusiones fueron que las primeras generaciones conocían el lugar del que provenían sus alimentos y el agua, tenían un consumo de alimentos frescos de temporada y festividades relacionadas con la cosecha. En cambio, las nuevas generaciones han incorporado utensilios de cocina que cambiaron la forma de preparar los alimentos y los sabores de la misma; también se registraron cambios en los horarios de comida y el lugar específico para tomar los alimentos ya no fue la cocina sino el comedor. Las actividades infantiles se volvieron más sedentarias. En cuanto a la comida se observó la incorporación de alimentos procesados tanto en el hogar como en el ámbito escolar de las nuevas generaciones lo que conllevó al aumento de peso (Calderón, 2018).

#### ***2.4 Impacto de la contingencia sanitaria por Covid-19 en los hábitos de consumo alimentario***

El 11 de marzo del 2020 la OMS dictó la declaratoria de pandemia tras en aumento de casos por contagio del coronavirus descubierto en 2019. Esta declaratoria fue insólita por su impacto a nivel mundial como por su duración pues fue hasta el 5 de mayo del 2023 que se señaló el fin de la emergencia de salud pública (OPS, 6/05/23).

A este virus se le nombró SARS-CoV-2 y la enfermedad que produce fue nombrada Covid-19. Este padecimiento se puede presentar bajo la forma de un resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves. Las personas más vulnerables a desarrollar una forma grave de la enfermedad son las personas de la tercera edad, las que presentan enfermedades crónicas como hipertensión arterial, diabetes, cáncer, obesidad, enfermedades cardíacas o respiratorias crónicas, (Gobierno de México, 03/11/23; OMS, 03/11/23).

Esta declaratoria significó el confinamiento de millones de personas durante un periodo aproximado de tres años —cabe aclarar que las medidas restrictivas variaron de un país a otro—. Una de las consecuencias de la aplicación de esta medida fue la reducción de actividades productivas y económicas, lo que derivó en la disminución del consumo de diversos bienes y servicios, especialmente de aquellos clasificados como no esenciales (Banco de México, 2022a).

Se ha señalado que el confinamiento fue uno de los factores que desencadenó la mayor crisis económica internacional de los últimos cien años —la cual sigue vigente—(BM, 2022).

Da tal manera que, en todo el planeta la población vivió en zozobra no sólo por el miedo a la muerte debido al contagio de la enfermedad, si no por el escenario económico que se vislumbraba. En este los grupos más empobrecidos tuvieron más dificultades para enfrentar el confinamiento. Pues se vieron afectados por la reducción de sus salarios o la pérdida de sus empleos, el gasto en medicamentos, la compra de servicios de internet e incluso de equipo de cómputo o telefonía, así como el incremento de los precios de los alimentos de primera necesidad.

A continuación, se presentan algunas investigaciones que indagan las repercusiones del confinamiento en los comportamientos alimentarios en poblaciones con diversas características.

La FAO señala que durante la pandemia la tendencia en el consumo fue dietas menos nutritivas, baratas y con menos alimentos frescos, representadas por alimentos enlatados, empaquetados no perecederos. Señalan que la población accedió a este tipo de alimentos por la disminución del ingreso familiar, las restricciones de movilidad impuestas y por la amplia disponibilidad de estos alimentos. Señalan que esto generó un círculo vicioso entre mala nutrición y pandemia, lo cual supone mayores riesgos de contraer enfermedades. (FAO, 16/07/2020).

En seis territorios de América Latina tanto urbanos como rurales —México, Guatemala, Colombia, Ecuador, y Chile—, investigados en el periodo de diciembre de 2020-enero de 2021; se encontró que en estas poblaciones las personas se vieron obligadas a reducir la cantidad y la variedad de comida: disminuyeron el consumo de carne, pescado, fruta y verdura fresca e incrementaron el consumo de productos en enlatados (RIMISP, 2021).

A lo que añaden que los hogares más vulnerables a la inseguridad alimentaria (IA) fueron los que presentaron jefatura femenina, especialmente de los hogares urbanos —excepto en Ecuador donde la mayor IA se presentó en zonas rurales. Se atribuye su vulnerabilidad debido a que estas mujeres laboraban en los sectores más expuestos a la crisis sanitaria por lo que disminuyeron sus ingresos y tuvieron que recurrir a los créditos para comprar alimentos (RIMISP, 2021).

Atención especial merece lo ocurrió en las favelas brasileñas por las condiciones de extrema pobreza en las que viven. En abril del 2020 fueron investigadas las condiciones en las que vivían habitantes de 267 favelas. Los investigadores señalaron que en el 47% de estas no había agua y en el 15% no había jabón. En estos hogares, en el 82% de los padres de familia tenían mucho miedo

de no tener dinero para alimentar a sus hijos. A lo anterior se suma que la mitad de estas familias no tenía garantizada la comida para una semana (García y Potyara, 2020).

El desarrollo de la crisis sanitaria en Brasil se dio en el marco de una política de debilitamiento de los servicios de asistencia social y de desmantelamiento de programas y proyectos de agricultura familiar por parte del gobierno de Jair Bolsonaro, así que el magro Apoyo de Emergencia brindado en el contexto del confinamiento fue insuficiente y no garantizó la seguridad alimentaria de las familias que lo recibieron (García y Potyara, 2020).

En Uruguay, Severy y Medina (2020) investigaron los cambios alimentarios y de actividad física de trabajadores de ambos sexos de una empresa. Este es un país donde las enfermedades crónicas son un problema de salud pública se asume que los factores de riesgo asociados a estas son mala alimentación y exceso de peso.

En ese contexto, los autores señalan que en el marco del encierro el 30.6% de los trabajadores reportaron aumento de peso. El 47% señaló que tuvo cambios en sus comportamientos alimentarios, manifestando que comieron porciones más grandes o con mayor frecuencia especialmente alimentos ricos en carbohidratos y ultraprocesados. En cuanto a la actividad física, los trabajadores señalaron que del 75.9 % de trabajadores que hacían ejercicio previo al confinamiento durante el periodo de la contingencia sólo el 33.5% realizaron actividad física (Severy y Medina, 2020).

Landaeta et al. (2021) reporta en una investigación realizada en Chile que el consumo de alimentos palatables es una estrategia para mitigar emociones negativas como la ansiedad producida por factores estresantes. Los resultados obtenidos indican que en los primeros meses de la pandemia el 37.4% de la población participante incrementaron las porciones de sus alimentos, y añaden que el 44.5%. de las personas el aumento de peso. Además, se mencionó que el 46.2% de las personas reportaron ansiedad de moderada a severa (22.7% niveles de ansiedad severa).

Se encontró relación entre el nivel de ansiedad y el consumo de repostería, bebidas azucaradas y comida rápida (hamburguesas, hog dog y pizza). Así el aumento del tamaño en la porción y el aumento de peso se vincularon al consumo por ansiedad o hambre hedónica — necesidad de comer sin hambre fisiológica— que se caracteriza por la búsqueda de recompensa obtenida por el consumo de alimentos muy palatables. En cuanto al nivel socioeconómico, se observó que las personas con menor nivel económico que consumían más frecuentemente frituras y repostería, padecían de mayor ansiedad (Landaeta et al., 2021).

Alves et al. (2022) realizan una revisión de la literatura en julio del 2022 que indaga en los efectos del confinamiento en los cambios en los hábitos alimentarios. El resultado de la revisión arrojó que se consumieron más ultraprocesados y enlatados. Dicho fenómeno lo liga con problemas emocionales e IA derivados del confinamiento. Pues señala que el encierro ocasionó el surgimiento de problemas de ansiedad y que una forma en que las personas trataron de desviar los sentimientos negativos que vivían, fue consumiendo alimentos palatables que les producían placer en este caso alimentos ultraprocesados.

. Alves y Raposo (2022) en otra revisión de la literatura en la que indagan el impacto de la pandemia en el consumo de los infantes, reportaron incremento un significativo de la obesidad infantil en este periodo. Lo anterior debido a los cambios negativos en los hábitos de consumo, los cuales se orientaron a la ingesta de alimentos calóricos y baratos sobre todo de alimentos ultraprocesados. Esto ocurrió especialmente en familias con niños y adolescentes debido a que este sector de la población estuvo más expuesta a la publicidad de la televisión y de las redes sociales. Señala que en cinco países incluido Brasil aumentó el consumo de alimentos fritos y dulces de 14 a 20.7%.

Para México se reportan dos investigaciones realizadas con base en la Encovid-19 — encuesta que recaba información sobre los cambios en el bienestar en los hogares mexicanos desde mayo de 2020 a raíz de las medidas de confinamiento —. Las dos investigaciones fueron publicadas en el mismo año.

Rodríguez-Ramírez et al. (2021) analizan la asociación entre inseguridad alimentaria y los cambios en la alimentación. Esta investigación abarcó el periodo del 23 de marzo al 30 de mayo y se preguntó sobre la percepción de los cambios en el consumo de diversos alimentos comparando lo que se consumía antes de la contingencia sanitaria.

Sus resultados indican que el 47% de los hogares mexicanos investigados redujo su gasto en alimentos durante el periodo de confinamiento señalado. El 60% de la población redujo la compra de carne y pescado, asimismo el 50% disminuyó el consumo de frutas y verduras (Rodríguez-Ramírez et al., 2021).

Estos autores señalan que el 59.2% de la población encuestada presentó algún grado de IA. En cuanto a cambios negativos en los hábitos alimentarios se reportó que el 39.5% de los hogares los presentó. De tal manera que los hogares que presentaron IA severa tuvieron más probabilidad de tener cambios negativos en su alimentación. Lo anterior debido a que consumió alimentos no

recomendados o a la disminución de alimentos recomendados. En los hogares que hubo cambios positivos se incrementó en 44% el consumo de verduras y fruta y disminuyó el 40% el consumo de refresco (Rodríguez-Ramírez et al., 2021).

En la segunda investigación reportada para México, se realizó en el periodo de agosto a noviembre de 2020 y se aplicó a personas que presentaban anticuerpos a SarcoV-2. El objetivo era indagar la asociación entre la presencia de anticuerpos y la IA (Ávila-Arcos et al., 2021).

Los resultados indican que el 20.8% de los hogares mexicanos con presencia de anticuerpos a SarcoV-2 en algún miembro de la familia presentaron IA de modera a severa, lo que implicó cambios en la cantidad y calidad de alimentos. En cambio, los hogares con seguridad alimentaria (SA) tuvieron menor cantidad de personas que presentaron seropositividad (Ávila-Arcos et al., 2021).

Los hogares más afectados por la IA fueron los dirigidos por mujeres con hijos menores de 18 años, dentro de estos lo más vulnerables fueron aquellos en los que habitaban varios menores de edad. De la misma manera, los hogares con menor escolaridad, mayor pobreza y desempleo tuvieron mayor prevalencia de IA severa. En hogares con personas seropositivas y reducción de sueldo aumentaba la prevalencia de IA. No se observaron diferencias significativas entre hogares rurales y urbanos (Ávila-Arcos et al., 2021).

En los hogares con IA leve con personas seropositivas se redujo el consumo de dulces, botanas y pastelillos pero se incrementó el consumo de refresco. El consumo de estos mismos alimentos en hogares con IA severa donde todos los miembros resultaron seronegativos se observó una mayor disminución del consumo. (Ávila-Arcos et al., 2021).

Curiel y Smith (2022) analizan las modificaciones en el comportamiento alimentario de productores y consumidores que forman parte de redes agroalimentarias alternativas (RAA) de la ciudad de Oaxaca a raíz del confinamiento. Las autoras concluyen que estas redes son una alternativa ante el desabasto que puede ocurrir si las empresas agroindustriales fallan en el suministro de víveres. Así mismo se crearon nuevas redes de comercialización en la que productores que vieron cerrados sus espacios de venta encontraron una oportunidad de conectar sus alimentos con los consumidores. Se atribuye el incremento y consolidación del consumo así como de la formación de RAA forma parte de la reflexión de los actores sociales en torno a sus hábitos de consumo en un escenario de salud catastrófico.

En síntesis, la revisión de la literatura ha mostrado una aproximación de los cambios en la alimentación acontecidos en diversas poblaciones en el mundo a propósito del incremento de alimentos industrializados disponibles.

Se han presentado investigaciones con enfoque macrosocial, estas han permitido entender el contexto —los acuerdos comerciales, la globalización, el establecimiento de políticas económicas y alimentarias—. En el caso de las investigaciones con perspectiva microsociales estas se han centrado en los sujetos y han dado cuenta de los significados de la alimentación, así como del impacto en la vida cotidiana de la implementación de las políticas económicas y alimentarias.

Aunado a lo anterior ha quedado claro el impacto en la salud de diversas poblaciones en el mundo por el incremento en el consumo de alimentos ultraprocesados. Ha resaltado la vulnerabilidad de las personas que viven en pobreza pues son ellas las que están más expuestas a la compra de este tipo de alimentos, especialmente las mujeres. Se dedicó un espacio a indagar el impacto de la contaminación sanitaria en el acceso a los alimentos.

Como se observa el objeto de estudio tiene diversos niveles de complejidad por lo que se plantea la necesidad de seguir profundizando en investigaciones donde se analice el impacto de las decisiones alimentarias tomadas en las altas esferas pero indagando qué ocurre en territorios concretos, cómo estas disposiciones impactan la vida cotidiana, qué hacen los sujetos sociales con ellas, cómo las incorporan o se defienden de ellas. El análisis de este problema merece toda la atención pues como se señaló el confinamiento incidió negativamente de manera predominante en los comportamientos alimentarios. Especialmente de las poblaciones más vulnerables como son las mujeres pobres especialmente las que cuidan a hijos menores de edad. Transitar el fenómeno de lo macro a lo micro puede ser útil para diseñar estrategias de salud pública más precisas que consideren las posibilidades reales de los sujetos.

### **3 Construcción y consolidación de la dieta industrializada en un escenario de desigualdad social (Marco teórico-conceptual)**

Para indagar el fenómeno del consumo de AYBUPs. En concreto, en analizar cuáles son los principales factores que influyen en las jefas de familia a la hora de seleccionar alimentos ultraprocesados. Se plantea abordarlo desde dos niveles de análisis. En el primer nivel, se contextualiza fenómenos de orden macrosocial como son la desigualdad económica y social en la que viven millones de seres humanos, se indaga el entorno político y económico en el que ocurren los cambios en los patrones de consumo en México, y por último, se muestran las estrategias que la industria alimentaria ha desarrollado para consolidar un escenario mundial alimentario centrado en la venta de sus productos en especial de los ultraprocesados.

En el segundo nivel, se discuten los conceptos que permitirán dar respuesta a la pregunta que guía esta investigación. Para comenzar se precisa el sujeto de estudio bajo la denominación de jefa de familia, la cual es un sujeto que vive determinaciones económicas y sociales concretas — nivel educativo, tipo de trabajo, salario, vivienda, acceso a servicios públicos, entre otros—.

En tanto que esta investigación se centra en temas alimentarios están determinaciones serán precisadas bajo la noción de seguridad, inseguridad y vulnerabilidad alimentaria, —es decir, cuánto dinero se dedica a la compra de alimentos, asequibilidad y accesibilidad a estos, pero también de cuánto tiempo dispone para preparar la comida y si recibe o no ayuda del grupo familiar—.

Como último punto, dentro de la diversidad de alimentos nocivos la investigación se centra en un tipo, de tal manera que se expone que es la clasificación NOVA, se define el concepto de ultraprocesados y justifica la utilización de este criterio de clasificación.

Tanto el contexto macrosocial como las categorías conceptuales antes mencionada permiten indagar a nivel microsociales cómo los AYBUPs se han introducido a los hogares de las jefas de familia y han desplazado alimentos regionales adecuados en términos de salud y que formaban parte de la cultura. También permite indagar qué estructuras de organización alimentaria han sido penetradas por este tipo de víveres, los significados que les asignan a estos alimentos y los problemas que les resuelven en lo inmediato.

Para finalizar, es importante señalar que este capítulo está organizado en dos secciones. En la primera aparecen el marco contextual que lleva por título “fenómenos macrosociales que contextualizan la investigación”. En la segunda sección, intitulada: “los conceptos que le dan

sentido a la investigación”, se desarrollan los conceptos utilizados: jefas de familia, seguridad alimentaria, clasificación NOVA y alimentos ultraprocesados.

### ***3.1 Fenómenos macrosociales que contextualizan la investigación (Marco Contextual)***

#### **3.1.1 La desigualdad que impera en el mundo actual**

La sociedad contemporánea presencia una paradoja, a saber, en la época actual la capacidad de producir riqueza ha alcanzado dimensiones inusitadas, pero esta riqueza no está disponible para toda la humanidad, es decir, no se distribuye de manera equitativa (Boletín UNAM-DGCS-710, 16/10/16).

En el caso concreto de los alimentos se señala que la producción de estos alcanzaría para alimentar a toda la humanidad pero esto no ocurre, por el contrario muchas poblaciones tienen graves problemas de acceso a los alimentos saludables y acordes con su cultura, lo que deriva en el desarrollo de enfermedades asociadas al hambre como son la desnutrición; a la par crece el número personas que presentan ECNT asociadas con el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados (Ceballos et al., 2018).

Se trata de una transformación del panorama epidemiológico que se caracteriza por sustituir el predominio de las enfermedades transmisibles o de tipo infeccioso por la preponderancia de las ECNT. Este cambio de los patrones de enfermedad, y en consecuencia de las causas de muerte es reconocido como transición epidemiológica (Hernández, 2020). Esta complejización del panorama epidemiológico se ha descrito como sindemia (neologismo en el que se combinan los términos de sinergia y epidemia para definir la convergencia en un mismo paciente de diversos problemas de salud asociados a circunstancias sociales, políticas o económicas,— (Swinburn et al., 2019).

Lo anterior, es consecuencia del modo de producción vigente que produce desigualdad, así el derecho a una vida digna queda relegado a segundo plano al priorizarse la obtención de ganancias. De tal manera que no todos los sectores de la población tienen acceso a lo necesario para una vida adecuada y plena.

Por lo regular a la desigualdad se le ha definido desde una perspectiva económica como disparidad en el acceso a bienes y servicios (Mazari, 20/11/19). Sin embargo, las consecuencias de las desigualdades no se reducen al poder adquisitivo, pues estas repercuten de manera directa en la esperanza de vida y el acceso a servicios básicos, como la atención sanitaria, la educación, el agua

y el saneamiento, y pueden coartar los derechos humanos, por ejemplo, debido a la discriminación, el abuso y la falta de acceso a la justicia (ONU, s/f).

En el mundo, la desigualdad social se profundizó a partir de los años ochenta con el auge del régimen neoliberal y las consecuencias más graves las han sufrido los países del continente africano y de América Latina (Rubio, 2019).

Sin embargo, la desigualdad creció en el periodo del 2020 al 2023 pues se vivió un fenómeno de escala mundial debido al confinamiento implementado por el surgimiento del coronavirus (SARS-Cov-2). Este confinamiento significó la reducción de actividades productivas y uno de los principales factores que desencadenaron la crisis económica internacional actual (BM, 2022).

Así pues las personas más vulnerables ante la recesión económica son las que viven en pobreza, primordialmente porque su capacidad para reponer de manera rápida las pérdidas de sus ingresos y medios de vida es limitada. Por lo que se vieron exacerbadas las desigualdades que de por sí padecen. A nivel mundial, en el año 2020, el desempleo de los trabajadores que sólo contaban con educación primaria se elevó al 70%. Dentro de estos grupos, las más afectadas fueron las mujeres posiblemente por estar empleadas en los sectores más afectados por el confinamiento y por las medidas de distanciamiento social (BM, 2022).

Dicha crisis económica “detonó uno de los mayores aumentos del hambre en el mundo en décadas, afectando a casi todos los países de renta baja y media” (ONU, 12/07/21). En América Latina de 2019 al 2020 hubo un aumento de 14 millones de personas que padecen hambre. Esta cifra significa que en el continente 9 de cada 100 personas están enfrentando el hambre (ONU, 12/07/21).

Fundamentalmente en los países de ingresos medios y bajos se presenta un escenario donde coexiste problemas de desnutrición y sobrepeso u obesidad. A este fenómeno se le conoce como la doble carga de la malnutrición (Cepal-WFP, 2017). La malnutrición se asocia al consumo desequilibrado, generalmente por exceso de macronutrientes —proteína, grasas e hidratos de carbono— y deficiencia de micronutrientes (FAO, 2014).

Al interior de estos países, las comunidades pobres son las más vulnerables al impacto de los cambios económicos, de los estilos de vida, particularmente a los cambios en los patrones de consumo. Estos cambios han sido asociados a la globalización, a la apertura de mercados y al papel

preponderante que ha tenido la industria alimentaria en la conformación de un nuevo escenario alimentario mundial.

### **3.1.2 Cambios en los patrones de consumo alimentario en México**

La alimentación como proceso histórico está en constante cambio debido a la continua interacción de los seres humanos, los cuales comparten técnicas, ingredientes y conocimientos culinarios de una región a otra. Los seres humanos dedicados a la elaboración de la comida a través de cambios procesuales modifican la alimentación primero a nivel local y luego regional transformando a lo largo del tiempo los sistemas alimentarios, pero lo hacen de tal manera que mantienen una unidad cultural, autonomía de manera sostenible (OPS, 2015).

Sin embargo, los intercambios de saberes alimentarios no siempre han sido procesos fáciles pues muchas veces son impuestos por una cultura que pretende dominar a otra, como en el caso de la invasión realizada por España —por mencionar un ejemplo— a este continente o debido a la importación de modelos nutricionales traídos de otros continentes e impuestos por los gobiernos en turno (Gálvez, 2022).

Sin embargo, desde mediados del siglo pasado han estado ocurriendo cambios que no sólo tienen que ver con la incorporación de alimentos de otras regiones, si no con el consumo de alimentos nocivos —por los ingredientes que contienen, por la cantidad de estos y por la forma en que son elaborados—. Estos cambios que están ocurriendo a nivel mundial y verificamos en México a partir de las políticas neoliberales implementadas en nuestro país con la firma del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN) que impactó directamente sobre el sistema alimentario y por ello la dieta de los mexicanos se han ido transformando (Gálvez, 2018; Rodríguez et al., 2018; Torres y Rojas, 2017).

Este tratado ocasionó que en la década de los 90's en México se comenzaron distribuir masivamente alimentos procesados y ultraprocesados. Estos que para entonces se identificaban como productores de diversas enfermedades crónicas en los países de economías consolidadas. En aquel tiempo se les reconocía con el mote de “enfermedades de la opulencia” (Campillo, 2011; Valenzuela, 2011) o “de la civilización” (Jaramillo, 2012), pues sólo los países ricos tenían acceso a este tipo de alimentos industrializados. Pese al conocimiento en aquellos países de los estragos provocados en la salud por el consumo de estos alimentos, en el nuestro comienzan a estar disponibles masivamente.

Lo anterior pudo ocurrir debido a la serie de reformas en política agroalimentaria que fueron derivadas de la firma de dicho tratado, pues se decidió apostar por el modelo de las ventajas comparativas y dejar de producir granos básicos. A la par, ocurrió la disminución en la injerencia del Estado para dar paso a la liberalización de los mercados orientados en la competitividad y rentabilidad. Para que esto sucediera se implementaron una serie de reformas internas, a saber, la industria alimentaria del Estado fue privatizada; cesaron los servicios de investigación y asistencia técnica a los productos agropecuarios; ocurrió la eliminación del subsidio a granos como el maíz, el frijol y el trigo; se eliminaron las políticas de control de precios. Además, desaparecieron almacenes y tiendas subsidiadas por el gobierno. Simultáneamente se dejó de apoyar a los campesinos que producían los alimentos básicos para la población mexicana incluidos diversos productos de la milpa (Guzmán, 2020; Gálvez, 2020; Mirador Universitario- UNAM, 28/03/23).

Aunado a ello, ocurrió la entrada masiva de restaurantes de comida rápida, así como de corporaciones trasnacionales de venta de alimentos y bebidas ultraprocesados al menudeo —Oxxo, Waldos, Walmart, entre otros— (Gálvez, 2018). Incluso cada vez es más fácil encontrar estos productos en tiendas de barrio, en kioskos o con vendedores de puerta en puerta, entre otros; es así como se construye un ambiente alimentario centrado en alimentos procesados y ultraprocesados (OPS, 2015). Paradójicamente el maíz se volvió un producto *gourmet* que se puede encontrar en los restaurantes más lujosos, mientras que para la mayoría de la población mexicana cada vez es más inaccesible el consumo de productos procedentes de la dieta de la milpa. (Gálvez, 2018).

Lo anterior trajo consigo la americanización de las costumbres y de la dieta. Así comenzó el consumo de alimentos con características únicas hasta entonces reconocidas, los cuales contienen nutrientes críticos en cantidades inusitadas; son densos en términos energéticos y pobres en vitaminas y minerales (Batis, 2018; Barquera et al., 2020) a lo que se suma la amplia diversidad de aditivos químicos que contienen, no sólo enfocados en la duración del producto sino en mejorar su apariencia, sabor y textura (Monteiro, 2019).

En resumen, en términos nutricionales son de mala calidad y según ha reportado la OPS (2015) hay evidencia científica que señala que estos alimentos son diseñados para generar hábito pues son “exageradamente sabrosos” y cuasi adictivos. Lo anterior debido a que distorsionan los mecanismos del aparato digestivo y del cerebro para producir dependencia (OPS, 2015).

Es a raíz de la liberalización del comercio de productos agropecuarios que el mercado globalizado es el que regula qué alimentos son los más rentables y los precios de estos. Así, en

México desde los años 80's, la estructura alimentaria se ha configurado a partir de la instauración de un nuevo patrón hegemónico de oferta y demanda de alimentos centrado en los alimentos arriba señalados (Torres y Rojas, 2017). De esta manera es como vulneran los patrones de alimentación locales ya sea por introducción de alimentos procesados y ultraprocesados y por el deterioro de los ingredientes usados para producir alimentos tradicionales como son los tamales, los tacos y las frituras (Torres et al., 2017).

Sin embargo, la implementación del modelo neoliberal y de la disminución de injerencia del Estado no significa que su papel haya desaparecido, por el contrario, sigue siendo un actor central pues es éste el que facilita el predominio de las empresas transnacionales agroalimentarias a través de la implementación de regulaciones en la producción, la distribución y venta de alimentos —incluidas las grandes cadenas de supermercados—(Otero, 2013).

Pues como la OPS reconoce: “desde los años ochenta se ha promovido el flujo internacional de capitales y comercio, la entrada en los mercados nacionales y la desregulación de los mercados” (OPS, 2015). Es de esta manera que la industria alimentaria se ha expandido por todo el planeta y ha colocado sus productos en la mesa de millones de familias, a continuación, se detallará como ocurre.

### **3.1.3 El papel de las empresas transnacionales alimentarias en la construcción de los nuevos patrones de consumo**

La industria alimentaria ha crecido a tal grado que ahora está conformada por empresas transnacionales concentradas en oligopolios que controlan todas las fases de la cadena de valor — desde la siembra de semillas hasta que llega el producto a la mesa del consumidor— (Ribeiro, 3/07/21). Lo anterior, ha llevado a plantear a investigadores como David Stuckler y Marion Nestle que “los sistemas alimentarios no están dirigidos a ofrecer dietas humanas óptimas, sino a maximizar las ganancias” (Stuckler, 2012). La misma organización Panamericana de la Salud reconoce que los “alimentos [procesados] están diseñados para ser sumamente lucrativos” (OPS, 2015).

Estos investigadores han designado a estas compañías con el mote de “Big Food” porque actúan de manera similar a como lo hizo la industria tabacalera (Stuckler, 2012). Afirman que el sistema alimentario mundial es controlado por un oligopolio el cual es el responsable directo de la transición nutricional mundial. Y señalan que por este motivo la gente se alimenta de los productos de unas cuantas compañías multinacionales que proveen sobre todo alimentos ultraprocesados

(Chávez-Ugalde, 2021; Wood et al., 2021; Global Health Advocacy Incubator, 2020; Justicia Alimentaria, 2020).

Incluso el ingreso de varias corporaciones excede el Producto Interno Bruto (PIB) de países de economías emergentes, por lo que estas empresas tienen la ventaja de que pueden invertir miles de millones de dólares en nuevas tecnologías y mercados (Monteiro, 2017).

Estas empresas transnacionales de alimentos han desarrollado variadas y potentes estrategias para consolidar su poder económico y político, por lo que la investigación de estas estrategias es un campo muy extenso. Los especialistas han denominado este conjunto de maniobras de la industria como determinantes comerciales (Chávez-Ugalde et al., 2021).

### *3.1.3.1 Ámbitos de intervención de la industria alimentaria*

Chávez-Ugalde *et al.* (2021) presenta una síntesis de las investigaciones sobre los determinantes comerciales que la industria alimentaria impulsa para influir en el comportamiento alimentario de las personas y que se asocian al sobrepeso, los conceptualiza en tres grandes esferas de acción: 1) área de procesamiento, producción y diseño de nuevos productos, 2) acción política y legal y 3) mercadeo y conformación de preferencias. A esta clasificación se añade el 4) ámbito competitivo de las empresas (Wood et al., 2021). Estas esferas actúan sobre un sistema integrado a su vez en tres niveles, en el nivel macro se ubican los sistemas políticos y económicos, en el nivel meso se ubican las comunidades de investigación y las normas socioculturales y por último en el nivel micro se encuentran los consumidores.

Chávez-Ugalde et al. (2021) señalan que la conceptualización de las tres esferas de acción permite observar la estructura que han construido la industria para consolidar su poder económico, el resultado ha sido que socavan “involuntariamente” la nutrición de las personas a nivel mundial.

A estos tres ámbitos de acción de la industria alimentaria se agrega un cuarto, que al igual que los otros, la meta es la consolidación de estas empresas y la maximización de sus ganancias Wood et al. (2021). Estos autores han sintetizado las estrategias implementadas en el espacio competitivo por las diversas empresas.

**Primera Esfera de Acción (área de procesamiento, producción y diseño de nuevos productos).** Este tema será tratado pormenorizadamente más adelante, se caracterizará con detalle las peculiaridades de estos alimentos y la clasificación en la que actualmente están catalogados estos alimentos, a saber, se explicará qué es la clasificación NOVA y en específico qué son los alimentos ultraprocesados.

**Segunda Esfera de Acción (acción política y legal).** La industria alimentaria se evade de su responsabilidad respecto de la crisis de salud que ha provocado al promover intensivamente y por todos los medios el consumo de sus productos, especialmente de su responsabilidad en el incremento del sobrepeso y obesidad. La industria ha señalado a este como un problema de elección individual y social, por lo que la responsabilidad de la salud recae sobre las personas. Los investigadores señalan que este enfoque de la industria desvía la responsabilidad que tienen los legisladores y políticos de regular la promoción y venta de alimentos ultraprocesados. La narrativa de las empresas ha sido abogar por los “derechos de los consumidores” y afirman que las regulaciones restringen el derecho a la libre elección de lo que se desea consumir (Chávez-Ugalde et al., 2021).

Con estos argumentos, las empresas han influido en el diseño de políticas de salud y de regulación de los productos industrializados, también han financiado investigaciones que elaboran evidencia a su favor sobre las causas y posibles soluciones de la obesidad. Es decir, pagan por la producción de literatura, narrativas e investigación que “genere controversia” y que esté en sintonía con línea política y económica de estas empresas, (Chávez-Ugalde et al., 2021; García y Bermúdez, 2020).

Además de lo anterior, han construido grupos de interés con los medios de comunicación destacados, con la opinión pública y los accionistas que apoyan sus posiciones, sus actividades en este ámbito incluyen actividades filantrópicas, promoción de colaboraciones públicas y privadas, han recurrido a prácticas de reclutamiento de opositores e incluso de intimidación de los opositores a sus políticas, ya sean científicos o gobiernos (Chávez-Ugalde et al., 2021).

Un ejemplo de lo anterior es lo que ocurre en Fiji país de ingresos medios. Mailon et al. (2016) señala que ha encontrado que en este país las corporaciones han diseñado estrategias centradas en el diseño de políticas y programas de combate a la obesidad.

**Tercera esfera de Acción (mercadeo y conformación de preferencias).** Las corporaciones utilizan estrategias de mercadeo en la que aprovechan los macrodatos almacenados y ofertados por la industria dedicada al manejo de estos. Los consumidores de las redes son segmentando en grupos consumidores según su comportamiento, de tal manera que se les ofrecen productos específicos, de acuerdo con su zona geográfica, gustos y hábitos. Esta segmentación se

hace en función de la demografía, de la situación económica o de la psicografía<sup>9</sup>, de características de comportamiento específicamente de compra, a este proceso se le conoce como glocalización<sup>10</sup> (Wood et al., 2021). Los grupos a los que principalmente están dirigidas las campañas son grupos vulnerables en particular a niños y jóvenes, pues ha ocurrido un bombardeo simultáneo mediante diversos canales de mercadeo como anuncios de televisión, películas, programas y plataformas electrónicas (Global Health Advocacy Incubator, 2020, Chávez-Ugalde, et al., 2021; Tan, 2021; Cairns 2019, Wood et al., 2021).

Dentro de las estrategias publicitarias focalizadas, se ha señalado que se identifican los valores culturales y comportamientos alimentarios de la población blanco. La función de los valores culturales es regular e incluso restringir, la toma de decisiones de los sujetos. Sin embargo, estos no son fijos por lo que al ser modificados facilitan la adopción y posterior propagación de nuevos comportamientos alimentarios (Peñaloza, 2001 citado en Cairns, 2019).

Para ejemplificar lo anterior, Peñaloza muestra como las empresas de mercadeo diseñan campañas con orientación etnográfica para apelar a las aspiraciones de aculturización de los inmigrantes que viven en Estados Unidos, los cuales adoptaron un consumo regular de carne roja promovida por dichas empresas. Estas prácticas se sustentan a través de procesos de aprendizaje como la imitación social o la construcción de consenso en torno a un producto, promovido por el mercadeo que tiende a normalizar el consumo de alimentos industrializados (Peñaloza, 2001 citado en Cairns, 2019).

Otra estrategia implementada es la modificación del entorno sociocultural a través del efecto dominó. Esta es una estrategia que impulsa las ventas de comida industrializada a través de las redes sociales por la recomendación de consumidor a consumidor. La industria alimentaria está desarrollando esta nueva forma de vender, pues ha notado que la gente confía más en la recomendación de otra persona que en la de las mismas empresas (Cairns, 2019).

En este sentido, Cairns (2019), señala que la comercialización de alimentos industrializados contribuye a los cambios a nivel poblacional (macro) y transforma el ambiente alimentario sociocultural, debido a que induce tendencias de compra, incrementa la frecuencia y el volumen

---

<sup>9</sup> Estudio y clasificación de las personas según sus actitudes, aspiraciones y otros criterios psicológicos. Como son creencias, valores, motivaciones y prioridades del consumidor.

<sup>10</sup> El concepto implica que una empresa se adapte a las peculiaridades de cada entorno y que diferencie sus producciones en función de las demandas locales.

del consumo de alimentos altamente promocionados, de disponibilidad ininterrumpida y fácil almacenamiento, como son las bebidas azucaradas con gas, comida rápida y bocadillos salados. Esta autora afirma que es muy importante identificar los efectos del mercadeo a nivel macro, pues de esta manera se pueden formular políticas de salud que regulen a las corporaciones (Cairns, 2019).

**Cuarta Esfera de Acción (en el ámbito competitivo).** A continuación, se enlistan las estrategias señaladas por Wood et al. (2021): 1) reducir la competencia de rivales de la misma envergadura; 2) aumentar las barreras para dificultar la entrada de nuevos competidores; 3) contrarrestar el surgimiento de productos novedosos de otras compañías y el desplazamiento de las dietas locales en favor de sus productos; 4) el incremento del poder sobre sus proveedores imponiéndoles a estos condiciones de venta difíciles de cumplir; 5) el aumento de su poder sobre las compañías distribuidoras minoristas (por ejemplo, Walmart, Oxxo, entre otras), y 6) el acceso a bases de datos con perfiles de compradores y manipulación de la información de los empaques de sus productos, así como en el diseño de estrategias de mercadeo dirigidas a grupos focales. Un ejemplo de lo anterior es la inversión en incubadoras de empresas de tecnología alimentaria, de esta manera pueden seleccionar e incorporar estas empresas a la suyas (Wood et al., 2021).

### 3.1.3.2 *Acciones de la industria alimentaria ante el Covid-19*

La organización denominada *Global Health Advocacy Incubator*, considera que incluso el confinamiento implementado a nivel mundial derivado del surgimiento de la COVID-19 ha sido aprovechada por la industria alimentaria —especialmente Coca Cola, PepsiCo, Mc Donald's y Nestlé— pues la han utilizado como plataforma para promoverse y mejorar su imagen en países de ingresos bajos y medios, a través de diversas estrategias de mercadeo en las que apelan a sentimientos de nostalgia, comodidad y unión familiar (Global Health Advocacy Incubator, 2020; White, 2020).

Según la organización antes señalada, las actividades de la industria se desarrollan a través de la conexión de “acciones solidarias” con mercadeo agresivo. Por ejemplo, a través del regalo y promoción de sustitutos de leche materna, a pesar de que está prohibido por el Código Internacional de Sucedáneos de la Leche Materna; o llevando a cabo acciones filantrópicas, como en el caso de Sudáfrica, donde Coca Cola colaboró con organizaciones sin fines de lucro para donar refrescos a los centros de salud locales, entre ellos un centro de atención para la obesidad, mientras ejercían

presión selectiva contra las políticas alimentarias saludables (Global Health Advocacy Incubator, 2020).

Ligado a lo anterior, las campañas publicitarias promovieron bebidas y alimentos ultraprocesados como “esenciales” cuando estos productos no son nutritivos ni saludables; financiaron plataformas educativas en línea, en las cuales promocionaban sus productos. Otra actividad que realizaron fue la donación de alimentos y bebidas ultraprocesados a personas vulnerables incluidos los niños y otras poblaciones de bajos ingresos, lo cual contribuye al empeoramiento de la salud pues el consumo de estos alimentos promueve condiciones como la obesidad, diabetes o enfermedades cardiovasculares a la vez que exacerba la desnutrición dado que sus productos contienen pocos nutrientes de calidad (Tan, 2021; White et al., Global Health Advocacy Incubator, 2020).

A lo que se suma la adquisición de empresas que venden sustitutos de alimentos (leches vegetales o refresqueras que adquieren embotelladoras de agua, entre otros) y la adquisición de nuevas marcas, sobre todo con emblemas como “naturales”, “saludables” “sostenibles” u “orgánicas”, entre otros Wood et al. (2021).

### ***3.2 Los conceptos que le dan sentido a la investigación***

#### **3.2.1 El sujeto de estudio**

Ahora bien, indagar sobre el consumo de AYBUPs implica observar una paradoja presente: las personas sí saben que estos hacen daño y, sin embargo, los consumen. En la paradoja planteada subyacen dos aspectos contradictorios para el ser humano: la posibilidad de elegir y la de su subordinación a la estructura social a la que pertenece. En este escenario contradictorio se juegan las decisiones que toman los sujetos, por lo que responder a por qué las personas realizan este tipo de consumos si saben que son nocivos, es complejo pues implica tener presente dicha paradoja. En esta investigación se realiza una aproximación al problema y se intenta dar algunas luces al problema planteado.

Dicho lo anterior, cabe señalar que la aproximación a este hecho social — consumo de AYBUPs— se realiza desde la óptica de estudio de caso, desde el cual las mujeres jefas de familia surgen como actores sociales, es decir, como mujeres tomadoras de decisiones, en particular nos enfocaremos a las decisiones alimentarias. Focalizar este estudio de caso en jefas de familia radica en el interés de comprender cómo un grupo que presenta características de mayor vulnerabilidad

en términos económicos y sociales y que está aumentando como fenómeno social, está tomando decisiones e incorporando a su vida cotidiana alimentos ultraprocesados. Se han elegido porque son las jefas de familia las garantes de la alimentación del grupo familiar, pues son ellas las que toman las decisiones en sus hogares de lo que se compra, cuánto se gasta, qué se cocina.

### **3.2.2 Las jefas de familia**

El término “jefe de familia” es una categoría de orden demográfico utilizada para la clasificación de los hogares que permite identificar al proveedor económico y tomador de las decisiones. En la actualidad los hogares reportados como encabezados por una figura masculina corresponden aproximadamente al 69.2% (INEGI, 2019). Estos hogares se caracterizan por ser hogares de tipo nuclear. En cambio, en los hogares con jefatura femenina la composición es mucho más compleja, se destaca que son hogares ampliados y representan un 32.4% de la población, aunque también se ha dado un incremento en los hogares unipersonales con un 19% (INEGI, 2019).

En época reciente surge la categoría de jefa de familia o jefatura femenina debido al incremento de hogares liderados por mujeres que nacen a raíz de los cambios en la composición de las familias y de las modificaciones en los tradicionales roles de género (Aguilar, 2016). De manera intensificada a partir de los años setenta cada vez más las mujeres se encargan de la jefatura económica y de la toma de decisiones en el hogar. (Farías, 2014).

Algunas investigaciones señalan que la jefatura femenina puede ser vista como un indicador de la feminización de la pobreza, pues se observa que las familias de este tipo viven con mayor vulnerabilidad económica que las familias encabezadas por varones. De tal manera que estas familias tienen menor acceso a servicios y menor calidad de vida (Acosta 2001; CEPAL, 2004).

Esta nueva categoría surge con la intención de visibilizar las vulnerabilidades sociales y económicas de estas unidades domésticas y con el propósito de crear políticas públicas más acorde con las necesidades de este sector de la población (Ochoa, 2007; Aguilar, 2016).

En contra parte, hay investigaciones en las que se refieren que no es necesariamente negativa la existencia de jefatura femenina debido a la capacidad de agencia que estas mujeres tienen que desarrollar para enfrentar situaciones complejas de vida (Farías, 2014; CEPAL, 2004). En relación con lo antes señalado, se agrega que son hogares con mayor democracia en la gestión de los recursos y en la distribución de tareas del hogar, menos violencia y mayor participación de otros miembros del grupo familiar (Lázaro et al., 2005 tomado de Farías, 2014; CEPAL, 2004).

En torno a este concepto están ocurriendo amplios debates en referencia a la utilidad de esta categoría como reflejo de la realidad social, una de las principales críticas a este concepto es que de manera tradicional el concepto ha sido utilizado para designar a los varones que viven en hogares nucleares (INE, 2016).

Por otro lado, se ha señalado que los encuestadores al aplicar las encuestas a la población toman como jefe de familia a la persona que contesta la encuesta sin preguntar si efectivamente es o no jefe o jefa de familia. Añadido a lo anterior se señala que no se considera lo que las o los entrevistados entienden por jefe de familia (Aguilar, 2016). Sin embargo, como señala la Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], (2004) “hay que tener presente que esta categoría permite establecer relaciones de parentesco en la unidad de análisis, es decir en el hogar, y construir tipología de hogares”.

La definición de jefa de familia es variopinta. La literatura científica señala los criterios para definir quién es jefa de familia, estos se pueden resumir en tres puntos: 1) que sea la persona que toma las decisiones en el hogar, algunos autores señalan que la jefatura puede estar a cargo de la persona de mayor edad si asume este rol o que represente alguna autoridad en el grupo familiar 2) que aporte económicamente y que 3) se asuma como tal (Acosta, 2001; INE, 2016).

Por otro lado, el Instituto Jalisciense de las Mujeres define la jefatura femenina del hogar a partir de una lista de características como: 1) son el sostén económico del hogar; 2) son mujeres solteras, separadas o viudas; 3) son las principales responsables de los hábitos alimentarios de la familia y por lo tanto de la salud de sus miembros, principalmente de los niños; 4) laboran en condiciones precarias de bajos salarios y menos prestaciones en comparación con los hombres (Instituto Jalisciense de las Mujeres, 2010).

Enríquez (2009) en un intento más de conceptualizar la jefatura femenina señala que se debe de considerar para dicho propósito la compleja composición de la familia y de la participación de los miembros en las tareas del hogar, asimismo se requiere identificar que noción de autoridad y de género coexiste en ese hogar (Enríquez, 2009 tomado de Godínez, 2016).

Esta autora señala tres tipos de jefaturas:

- 1) Jefatura femenina es aquella en la cual la figura principal es la mujer por ausencia del varón pueden ser mujeres viudas, separadas o madres solteras
- 2) Jefatura económicas en donde el varón se encuentra presente pero la mujer es la principal o única que aporta al ingreso familiar

3) Jefatura declarada que puede ser femenina, masculina o compartida.

Para fines de esta investigación y debido a la complejidad conformación de las unidades familiares se opta por definir a las jefas de familia como aquellos grupos familiares donde la mujer realiza el único o el principal aporte económico a través de un trabajo remunerado además de realizar tareas no remuneradas en el hogar. La composición del hogar puede ser de tipo biparental, monoparental, ampliado o compuesto. La jefa de familia se caracteriza por ser la persona que se hace cargo principalmente del grupo familiar especialmente de su alimentación.

Ahora bien, antes de pasar al siguiente apartado es importante puntualizar los tipos de hogares categorizados en México, según el INEGI: “hogar familiar es el que al menos uno de los integrantes tiene parentesco con el jefe(a) del hogar, se clasifican en: 1) hogar nuclear, el que está conformado por el jefe(a) y cónyuge; jefe(a) e hijos, o jefe(a), cónyuge e hijos; 2) hogar ampliado, el que está conformado por un hogar nuclear y al menos otro pariente, o por un jefe(a) y al menos otro pariente; y 3) hogar compuesto, el que está conformado por un hogar nuclear o ampliado y al menos un integrante sin parentesco. Hogar no familiar es en el que ninguno de los integrantes tiene parentesco con el jefe(a), se clasifican en: 1) hogar unipersonal, formado por un solo integrante; y 2) hogar corresidente, el que está conformado por dos o más integrantes sin parentesco con el jefe(a) del hogar” (INEGI, 2019).

Se ha definido la categoría de jefa de familia y los tipos de composición que puede tener su hogar. También se ha señalado que los hogares de estas mujeres son en términos sociales y alimentarios vulnerables. Por lo que hay que explicar qué significa que padezcan vulnerabilidad alimentaria. Para lo cual, se dará paso a la explicación de los conceptos de seguridad e inseguridad alimentaria y cómo se vincula con la vulnerabilidad alimentaria.

### **3.2.3 Seguridad alimentaria**

La declaración universal de los derechos humanos de 1948 plantea que la alimentación es un derecho “Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación...” (UN, 28/03/23). De la misma manera, es importante señalar que la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como la Ley General de Desarrollo Social y la Ley General de Salud reconocen a la alimentación como un derecho (CONEVAL, 2010).

Por tal motivo, existe un interés por parte de diversos organismos internacionales de que los Estados reconozcan y garanticen el derecho de todos los seres humanos a no padecer hambre

(ONU, 12/07/21). Sin embargo, se reconoce que no se ha logrado este objetivo, por lo que las personas o poblaciones padecen distintos grados de inseguridad alimentaria. La reflexión sobre la inseguridad alimentaria que pueden padecer personas y comunidades ha permitido formular un concepto y parámetros que permitan medirla para afrontarla y erradicarla (Fierro-Moreno, 2023).

En nuestro país la seguridad alimentaria es un problema vigente pues ocupa el segundo lugar América Latina en padecerla, a pesar de que en las últimas cuatro décadas se han implementado diversos programas de apoyo. Tanto el hambre como la pobreza (contraparte de la seguridad alimentaria) son problemas actuales aún no resueltos a pesar de la implementación de múltiples políticas y planes para su combate (López *et al.*, 2018).

Lo anterior, se aparejó con un escenario en el que se incrementó la dependencia a las importaciones de alimentos básicos y la pérdida de soberanía alimentaria al mismo tiempo que ocurría el estancamiento del salario mínimo y el incremento en los precios de los alimentos básicos (López *et al.*, 2018). Incluso ha sido señalado que con salario que reciben los trabajadores no logran cubrir siquiera la Canasta Obrera Indispensable (CIO) o la canasta alimenticia recomendable (CAR). De tal manera que la compra de alimentos está determinada por el ingreso (Rodríguez *et al.*, 2018).

En el actual sexenio (2018-2024) la política del gobierno del presidente Andrés Manuel López Obrador ha sido aumentar el salario mínimo y una serie de programas asistenciales, pero estos no han desterrado el problema del hambre y la pobreza generados por la crisis financiera del 2008 y por los impactos en la economía mundial y nacional derivados del confinamiento de la población por la reciente crisis de la Covid-19 (BM, 01/04/23).

Las agencias internacionales señalan diversas formas de definir alimento y alimentación. La OPS indica que un alimento es: “cualquier sustancia, procesada, semiprocada o cruda que se utiliza para el consumo humano, e incluye bebidas y gomas de mascar y cualquier sustancia que se ha utilizado en la producción, preparación o tratamiento de "alimentos". No incluye cosméticos o tabaco o sustancias que sólo son utilizados como drogas” (OPS, 28/03/23). Asimismo, alimentación es definida como “el proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer” (FAO, 28/03/23). Sin embargo, debido a que el problema del hambre y la malnutrición seguían siendo problemas relevantes a nivel mundial en el siglo XX, surge la noción de seguridad alimentaria para tratar de afrontar estos problemas (Marcial *et al.*, 2020).

El concepto de seguridad alimentaria fue formulado por primera vez en 1974 en la Cumbre Mundial Alimentaria. Desde esta perspectiva se consideraba que se debía de garantizar la disponibilidad y estabilidad nacional e internacional de los alimentos básicos. Para 1983, la Organización para la Agricultura y la Alimentación —por sus siglas en inglés FAO—, planteó que la definición debía de reorientarse al tema del acceso, es decir, que la noción de seguridad alimentaria debía garantizar que todas las personas en todo momento tuvieran acceso tanto físico como económico a los alimentos. En esta nueva definición se pone énfasis en el acceso de personas y no en las naciones o regiones como la definición anterior (González, 2017; Miranda, 2019).

La definición más reciente señala que existe seguridad alimentaria cuando “todas las personas tienen acceso físico, social y económico permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente para satisfacer sus requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias, y así poder llevar una vida activa y saludable.” (Cumbre Mundial de Alimentación- FAO, 1996; FAO, 2011) En esta última formulación de la definición se incorpora varios temas: la noción de inocuidad, el reconocimiento de las preferencias culturales en la selección de los alimentos y que la producción de alimentos garantizar la sostenibilidad de los ecosistemas (Miranda, 2019).

En la tabla 5 se presenta de manera esquemática los cambios a través del tiempo del concepto de seguridad alimentaria. Se observa que con el paso del tiempo se intenta precisar con mayor cuidado cada una de las dimensiones que debe considerar el concepto.

**Tabla 5**

*Cambios a través de tiempo del concepto de seguridad alimentaria.*

<b>Enfoque</b>	<b>Definición</b>	<b>Fuente</b>
	Disponibilidad, en todo momento, de suministros adecuados de alimentos básicos para tener un consumo de alimentos constante y compensar las fluctuaciones en la producción y los precios	United Nations (1975)
	Una canasta de alimentos, nutricionalmente adecuada, culturalmente aceptable, obtenida de acuerdo con dignidad humana y perdurable en el tiempo	Oshaug (1985)
	El acceso de todas las personas, en todo momento, a alimentos suficientes para una vida activa y saludable	World Bank (1986)
<b>Nacional</b>	Un país y la gente tienen seguridad alimentaria cuando su sistema alimentario funciona de manera eficiente para eliminar el temor de que no habrá suficiente para comer	Maxwell (1988)

<b>Global/nacional/ regional/hogar/ individual</b>	La seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para una vida activa y saludable	FAO (1996).
<b>Aspecto social</b>	La seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para tener una vida activa y saludable	FAO (2001)

Fuente: tomado de Marcial et. al., 2020 con base en Maxwell y Slater (2003), Swaminathan y Bhavani (2013), Fawole et al. (2016)

En la tabla 6 se puede observar cuatro dimensiones a través de las cuales se identifica si existe o no seguridad alimentaria. Estas dimensiones son la disponibilidad física de alimentos, su asequibilidad tanto económica como su cercanía para adquirirlos, condiciones óptimas en la preparación de los alimentos y por último que estas tres dimensiones sean constantes en el tiempo. Si alguna de estas dimensiones no se cumple, entonces la persona o grupo estará en situación de inseguridad alimentaria.

**Tabla 6**

*Dimensiones de la seguridad alimentaria*

<b>Dimensión</b>	<b>Explicación</b>	<b>Nivel</b>
<b>Disponibilidad física de los alimentos</b>	Se refiere a la capacidad de un país de tener suficiente producción de alimentos o en su defecto a la compra de estos.	Global y nacional
<b>Asequibilidad económica y física a los alimentos</b>	Capacidad para conseguir alimentos suficientes, variados y nutritivos cerca de la vivienda	Hogar
<b>Utilización de los alimentos</b>	Se refiere a que las condiciones en las que se preparan los alimentos deben de ser higiénicas a la vez que la persona debe de estar sana para aprovechar mejor las cualidades nutritivas de los alimentos. Implica la existencia de	Individual

---

	condiciones adecuadas del entorno; por ejemplo, el agua y saneamiento (tomado de Marcial, et. al., 2020 con base Fawole et al., 2016).	
<b>Estabilidad en el tiempo de las tres dimensiones anteriores</b>	Es la síntesis de las tres dimensiones anteriores pues implica una constante disponibilidad, acceso y utilización correcta de los alimentos. Es decir, acceso periódico a los alimentos.	En los tres niveles

---

Fuente: elaboración propia con base en FAO, 2011

Cuando no hay disponibilidad de alimentos adecuados o no se pueden adquirir o hay riesgo de no tener acceso a ellos, es decir, que algunas de las dimensiones no se cumplen, los individuos padecen inseguridad alimentaria. Esta se clasifica en dos categorías, una de ellas es la inseguridad alimentaria crónica la cual se reconoce porque se presenta de forma persistente y las personas no pueden satisfacer sus necesidades alimentarias mínimas por mucho tiempo. En cambio, la inseguridad alimentaria transitoria es de carácter temporal y se identifica porque las personas ven reducida momentáneamente su capacidad de producir alimentos o de comprarlos debido al aumento de precios o a la reducción en los ingresos del hogar. (FAO, 2011; Coneval, 2010).

El hecho de no satisfacerse alguna de las cuatro dimensiones de la seguridad alimentaria denota que las personas son vulnerables en términos alimentarios. Esta susceptibilidad fue definida por el Comité de Seguridad alimentaria de la FAO como toda “la gama de factores que hacen que las personas queden expuestas a la inseguridad alimentaria. El análisis de esta última se ha utilizado como una medición que permite identificar la incapacidad de obtener alimentos y los factores que limitan el acceso a estos (De Haro, 2019).

El concepto de vulnerabilidad además de considerar factores naturales requiere que se considere los aspectos socioeconómicos y políticos que limitan la habilidad de las personas para afrontar las vulnerabilidades de ambos tipos (De Haro, 2019). Además, incluye la habilidad de las personas de desarrollar estrategias que le permitan enfrentar riesgos que se les presenten. En ese sentido se señala que la vulnerabilidad está supeditada a: 1) los recursos con los que cuenta el hogar como pueden ser riqueza, reservas o tierra; 2) de la resiliencia, es decir, de la capacidad para responder ante una amenaza, 3) e impacto de los riesgos y cambios del entorno (Marín, 2021). De esta manera el concepto es útil pues “permite comprender, caracterizar y describir procesos que

pueden reducir los recursos tanto materiales como humanos, así como las estrategias que aseguran el bienestar de las personas” (De Haro, 2019).

Así la asequibilidad y accesibilidad son las dimensiones con las que se trabajarán en esta investigación. Para que se cumplan los requerimientos alimentarios en torno al tema de la asequibilidad se debe de considerar no sólo el precio de un alimento o el sustituto de este alimento, sino el gasto que las familias realizan para cubrir otras necesidades como son vivienda, transporte servicios, entre otras; además el costo en tiempo y transporte que implica la compra de víveres, así como el costo y el tiempo que se utilizan en la preparación de alimento, en servirlo y, en las tareas de limpieza después de cocinar (Coneval, 2010).

En cuanto al acceso físico a los alimentos implica que exista una infraestructura que permita el almacenamiento y ventas de los alimentos. Es decir, de la existencia de un entorno alimentario que fomente el consumo de determinados alimentos (OPS, 2021).

En la actualidad son los supermercados los principales responsables de la distribución de alimentos en América Latina, por lo que se ha facilitado el acceso a alimentos y bebidas procesadas y ultraprocesadas (OPS, 2021). En el caso de México los mercados tradicionales han disminuido su presencia y con ello una variedad de actores minoristas que participaban en esta cadena de suministro de alimentos. En cambio, los mercados mayoristas que distribuyen al por menor — hablamos de Walmart, Chedraui, Soriana, entre otras— distribuyen el 70% de la producción agropecuario en México (OPS, 2021).

Así que un grupo de empresas concentran y monopolizan la distribución de alimentos, a lo que se suma que en este tipo de tiendas se prioriza la venta de alimentos procesados y ultraprocesados. Es por este motivo que Bridle-Fitzpatrick (2015) muestra como comunidades de bajo nivel socioeconómico se encuentran en una situación de pantano alimentario. Con esto quiere resaltar que el problema no es si hay o no disponibilidad de alimentos saludables, si no que los precios de estos alimentos son altos, aunado a la vasta presencia de alimentos procesados (OPS, 2021). A este entorno alimentario se suma la alta exposición que sufren las personas a campañas publicitarias dirigidas a grupos específicos a través de los medios de comunicación tradicionales o digitales (INSP, 2018; TeChek, 2023).

Ahora si bien, la definición de seguridad alimentaria menciona la necesidad de que los alimentos sean seguros, nutritivos y en cantidad suficiente. Cabe aquí señalar que este objetivo no se cumple pues en nuestro país se ha disminuido el consumo de alimento frescos y se ha

incrementado el consumo de alimentos procesados y sobre todo de ultraprocesados (Batis, 2018; Marrón-Ponce, 2019; Barquera et al., 2020) lo cual ha llevado a que el panorama epidemiológico se complejice pues a los problemas de salud asociados al hambre como son la desnutrición e infecciones se suman los de malnutrición como son el sobrepeso, la obesidad y enfermedades crónicas derivadas del consumo de alimentos dañinos. A este fenómeno se le conoce como doble carga de la malnutrición (OPS, 2021; Batis, 2018).

### 3.2.4 Clasificación NOVA

Pese a que los alimentos industrializados llevan mucho tiempo en las mesas de las familias, en pleno siglo XXI las guías alimentarias, — plato del buen comer— clasificaban los alimentos sin considerar a este tipo de alimentos. El investigador Carlos Monteiro reflexionó sobre este problema y señaló que era necesario crear un nuevo sistema de clasificación de alimentos según su grado de procesamiento. (Sánchez, 2020; Monteiro, 2017)

La preocupación por la falta de claridad en las guías alimentarias se orienta en la amplia evidencia científica que muestra la correlación entre el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados y la presencia de enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión, cáncer, diabetes o sobrepeso y obesidad, entre otras (Babio, 2020; Martí, 2020; Batis, 2018; Barquera, et al., 2010). Por lo tanto, era imprescindible identificar cuáles alimentos contribuyen a producir bienestar y salud a las personas, y cuáles no. Así fue como un grupo de investigadores de la Universidad de Sao Paulo formularon en 2009 el concepto de *ultraprocesados* a partir del cual se elabora un nuevo criterio para clasificar alimentos e identificar de manera fácil los alimentos que son procesados y los ultraprocesados (Monteiro, 2017).

Estos investigadores proponen el sistema de clasificación NOVA como criterio para la diferenciación de los grupos de alimentos de acuerdo con el grado de procesamiento que presentan. Mediante esta clasificación se intenta plantear el problema de la alimentación moderna ubicando como punto nodal el sentido, propósito y el alcance que tiene el procesamiento de alimentos, con la finalidad de identificar la relación entre salud, nutrición y enfermedad (Monteiro, 2017, 2019). El sistema NOVA de clasificación de alimentos es en la actualidad el más usado internacionalmente en investigación y en los informes oficiales de la OMS, la FAO y la OPS, entre otras instituciones (Monteiro, 2017).

Según Monteiro et. al. (2017 y 2019), la clasificación NOVA incluye cuatro grupos de alimentos: grupo 1. alimentos sin procesar o mínimamente procesados, grupo 2. ingredientes

culinarios procesados, grupo 3. alimentos procesados, grupo 4 alimentos ultraprocesados. A continuación, se detalla cada categoría, cabe señalar que para esta investigación sólo se utilizará la categoría de alimentos ultraprocesados.

Grupo 1. Alimentos sin procesar o mínimamente procesados. En este grupo se incluyen los alimentos no procesados o naturales como las partes comestibles de plantas, ya sean semillas, frutos, hojas, tallos, raíces o de animales, por ejemplo, los músculos, huevos, leche; también se incluyen hongos, algas y agua. Los alimentos mínimamente procesados han sufrido leves alteraciones como la eliminación de partes no comestibles o no deseadas, o procesos como el secado, triturado, molido, fraccionado, filtrado, tostado, hervido, fermentado, pasteurizado, refrigeración, congelación, enfriamiento, colocación en contenedores y envasado al vacío. Estos procesos están diseñados para conservar los alimentos naturales, hacerlos aptos para el almacenamiento y seguros como comestibles y más agradables. Muchos de estos alimentos se preparan o cocinan en casa o en cocinas de restaurantes en combinación con ingredientes culinarios procesados.

Grupo 2. Ingredientes culinarios procesados. Son sustancias obtenidas directamente del grupo 1 o de la naturaleza como aceites, mantequilla, grasas, azúcar y sal. Son obtenidas mediante procesos como el prensado, refinado, centrifugado, molido y secado. El propósito de estos procesos es elaborar productos duraderos que sean adecuados para condimentar y cocinar productos del grupo 1 por lo que se utilizan en cocinas de hogares y restaurantes.

Grupo 3. Alimentos procesados. Se trata de alimentos procesados como verduras y pescado enlatado, frutas en almíbar, quesos y panes recién hechos. Se elaboran fundamentalmente agregando sustancias del grupo 2 al grupo 1. El procesamiento de estos alimentos requiere de métodos de conservación como el envasado y embotellado o como la cocción y, en el caso de los panes y quesos, de fermentación no alcohólica. El propósito del procesamiento es aumentar la durabilidad y modificar o mejorar las cualidades sensoriales de los alimentos del grupo 1.

Grupo 4. Alimentos ultraprocesados. Son definidos como formulaciones que utilizan ingredientes de uso industrial exclusivo, elaboradas en su mayoría o en su totalidad a partir de sustancias derivadas de alimentos y aditivos. Además, entre sus principales ingredientes se incluyen grandes cantidades de azúcar, aceites, grasas y sal. De manera general, la

elaboración de estos alimentos implica el fraccionamiento de los alimentos integrales y el ensamblaje de sustancias alimenticias modificadas. Generalmente contienen poco o ningún alimento entero. Para la elaboración de estos productos se utilizan aditivos químicos como conservantes, antioxidantes y estabilizadores —que también se usan en el grupo 3—. Las sustancias de uso exclusivo en los alimentos ultraprocesados son de dos tipos:

Los aditivos cosméticos, que se utilizan exclusivamente en los alimentos ultraprocesados, entre éstos encontramos tintes y estabilizadores de color, aromas potenciadores de sabor, edulcorantes sin azúcar; coadyuvantes de procesamiento tales como agentes carbonatantes, reafirmantes, antiaglomerantes, glaseados, emulsionantes, secuestrantes y humectantes. Estas sustancias tienen la finalidad de mejorar las cualidades sensoriales de los alimentos ultraprocesados para que resulten atractivas para los sentidos o para disfrazar los aspectos desagradables. Algunos de estos aditivos convierten el producto final en hiperpalatable.

Sustancias alimenticias de uso culinario como variedades de azúcares (fructosa, jarabe de maíz con alto contenido de fructosa, “concentrados de jugos de frutas”, azúcar invertido, maltodextrina, dextrosa, lactosa) aceites modificados (aceites hidrogenados o interesterificados) y fuentes de proteínas separadas mecánicamente (proteínas hidrolizadas, aislado de proteínas de soja, gluten, caseína, proteína de suero y “carne). Estas sustancias son conocidas como nutrimentos críticos los que son medidos en el nuevo etiquetado de advertencia.

Para la elaboración de los alimentos ultraprocesados se utilizan técnicas especiales de procesamiento como hidrogenación, hidrólisis, extrusión, moldeo y preprocesamiento para freír; todas estas técnicas no tienen equivalente en el proceso domésticos de elaboración de alimentos.

Entre los productos ultraprocesados están los refrescos carbonatados, *snacks* salados y dulces, chocolate, confitería, helados, panes y bollos envasados producidos en masa, margarinas y otras pastas para untar en galletas, pasteles, tartas, y para pasteles y cereales de desayuno, así como pasteles y platos de pasta, pizzas, salchichas y otros productos cárnicos reconstituidos, hamburguesas, nuggests, palitos de carne, sopas, fideos y postres instantáneos en polvo y envasados, entre otros.

La finalidad de este tipo de procesamientos es crear productos alimenticios de marca, duraderos, listos para consumir en cualquier lugar y en cualquier momento, muy apetecibles y altamente rentables.

### **3.2.5 Lo específico y novedoso de los alimentos y bebidas ultraprocesadas**

El consumo de alimentos como objeto de estudio presenta por sí mismo singularidades que vale la pena señalarlas. En primer lugar, es un fenómeno que presenta una doble naturaleza dado su carácter biosocial y en segundo lugar como fenómeno en constante cambio. Es decir, podemos entender la alimentación como un proceso. En dicho proceso ocurre la satisfacción de una necesidad primaria, afín a todos los seres humanos los cuales son considerados seres sociales dotados de cultura, a su vez la cultura a la que pertenecen influye en el comportamiento relacionado con el consumo de alimentos (Gariné, 1997).

Sin embargo, con la producción de alimentos hasta entonces desconocidos para la humanidad y su introducción gradual en los hogares se fractura el flujo de saberes culinarios que de manera natural la humanidad había intercambiado a lo largo de su historia (Leyva y Pérez 2015; OPS, 2019). Pues ésta industria comienza a participar en el proceso de producción de alimentos que hasta entonces era una tarea doméstica en el que las poseedoras de esos conocimientos eran sobre todo las mujeres (Souza, 2019). De tal manera que, la introducción de los AYBUPs ha desplazado alimentos con valor cultural y biológico muy importante para la humanidad y han tomado el lugar de estos.

Esta investigación parte del hecho de que la alimentación es una necesidad básica que permite la reproducción del individuo y por lo tanto de la sociedad. Pero para que ocurra dicha reproducción es fundamental incluir la consideración del contenido de los alimentos en términos cualitativos. Es decir, que el alimento debe de incluir propiedades que permita la reproducción de la vida en su totalidad y de la humana en particular, lo cual se verá reflejado en la calidad de vida y la salud de las personas (Veraza, 2007).

Ante el escenario mundial y nacional de crisis de la salud se constata la utilidad de realizar investigación en torno al fenómeno del consumo cotidiano de alimentos que han sido categorizados como nocivos. Han sido catalogados bajo ese mote dado el efecto perjudicial que tienen sobre la salud y en la consecuente pérdida de la calidad de vida de los consumidores habituales de estos alimentos. Cuando se habla de alimentos dañinos para la salud se pueden considerar una amplia gama, por ejemplo, el consumo de alimentos cultivados con altas dosis de plaguicidas, los

alimentos transgénicos, el consumo de animales criados en granjas industriales e incluso el consumo regular de harinas, azúcar o sal refinados, entre otros. Este trabajo por cuestiones metodológicas se acota a investigar el consumo de AYBUPs.

En tanto que los AYBUPs surgen como productos diseñados por la industria alimentaria, presentan características peculiares e inéditas para la humanidad, son alimentos diseñados con criterios industriales y económicos. Para adecuarse al criterio de reducción de costos son elaborados con poca diversidad de insumos, baratos además de producidos de manera masiva (Chávez-Ugalde et al., 2021). Asimismo, las empresas alimentarias se caracterizan por maniobrar en todos los niveles de la cadena de valor de los alimentos, además realizan actividades de procesamiento de alimentos tanto primarias como secundarias (Wood et al., 2021).

Los alimentos ultraprocesados en comparación con los alimentos naturales presentan tres tipos de modificaciones en su composición y características de orden sociales que los vuelven importantes en la vida moderna.

1) están elaborados con alimentos fraccionados y refinados esto implica la pérdida de las cualidades que presentaba como alimento integral, en particular son pobres en vitaminas y minerales (Monteiro, 2019). El procesamiento de los alimentos afecta el potencial antioxidante, alcalinizante, y lipotrópico o saciante de los alimentos (Babio, et al., 2020). Fardet, (2018) señala que los alimentos al ser fraccionados pierden su matriz alimentaria. Define ésta como el espacio en el que ocurren las interacciones sinérgicas entre los distintos componentes de los alimentos integrales—macro y micronutrientes, fibra, componentes bioactivos— y añade que la matriz determina la forma, la densidad, el grosor, el color, la porosidad, entre otras cualidades de los alimentos y los componentes bioactivos.

2) Contienen exceso de nutrientes críticos —azúcares libres, grasas saturadas, grasa trans, y sodio— los cuales se caracterizan por estar presentes en cantidades inusitadas (OPS, 2019). Esta mezcla es elaborada de manera deliberada con los ingredientes arriba señalados para producir sinergia y volverlos sumamente apetecibles, este efecto no es producido con la misma intensidad si se consumen los nutrientes críticos por separado. “Resistir a su consumo resulta difícil ya que activan los circuitos neuronales desencadenando niveles de recompensa artificialmente altos” (Alimenta Magazine, 2020; Martí, 2020; Batis, 2018).

Por lo que estos alimentos son clasificados como hiperpalatables. Sin embargo, no existe una definición general de lo que se entiende por hiperpalatabilidad por lo que es común que se definan de manera descriptiva o con apreciaciones subjetivas (Alimenta Magazine, 2020). Así los alimentos con esta característica —grandes cantidades de nutrientes críticos— han sido señalados en diversas investigaciones como adictivos (OPS, 2019; Wells, 2013 tomado de Chavéz-Ugalde, 2021). Esta característica es una limitante en la investigación a la hora indagar en los posibles mecanismos que impulsan la sobrealimentación y la obesidad, pues la falta de definición homogénea del término “representa un obstáculo importante para el desarrollo de políticas regulatorias para esta categoría de alimentos” (Alimenta Magazine, 2020).

Otras características que se manifiestan a partir de su composición es que estos son alimentos que sacian menos, son hiperglucémicos y densos energéticamente (OPS, 2019). El cuidado meticuloso por parte de la industria de las cualidades que presentan los AYBUP, va enfocado en inducir un consumo excesivo (Moss, 2013 tomado de OPS, 2019).

3) Uso de aditivos cosméticos en el diseño de alimentos y bebidas. Lo anterior pretende resaltar cualidades organolépticas de los productos —sabor, olor, color y textura—. Para de mejorar cada una de las propiedades de los sentidos, existe una diversidad de aditivos cosméticos: saborizantes, aromatizantes, colorantes, edulcorantes, potenciadores del sabor, acidificantes, espesantes, clarificantes, entre otros.

Algunos aditivos se usan para conservar los alimentos y volverlos inocuos para el consumo humano. Sin embargo, hay evidencia de los efectos dañinos a la salud del uso de algunos de estos aditivos. Se han diseñado aditivos cosméticos que ocultan las propiedades indeseables generadas en la elaboración de estos productos (Monteiro, 2019). Otro aditivo señalado por sus efectos negativos es el glutamato monosódico —presente en sopas instantáneas, aderezos, sazoadores, botanas entre otros— que al ser consumido altera los umbrales de saciedad que son regulados por el hipotálamo, así se produce atracción especial sobre los alimentos que contiene este aditivo (Carbonero, 2013).

En un artículo reseñado por la organización no gubernamental El Poder del Consumidor, mencionan que una investigación realizada en el 2009 por Renee Default de la FDA y otros autores indagaron sobre los efectos de la exposición al mercurio y encontraron que este metal es especialmente tóxico para niños y jóvenes además señalan que éste puede acumularse en el cerebro si no logra ser eliminado del cuerpo; y añadieron que el zinc es un mineral que ayuda a eliminarlo

del cuerpo. Pero identificaron que el uso jarabe de maíz de alta fructosa, —presente en una infinidad de alimentos ultraprocesados— se asocia a deficiencias de zinc y de otros oligoelementos, además de otros problemas del desarrollo (Poder del consumidor, 2009).

Después de señalarnos que el jarabe de maíz de alta fructosa se asocia con deficiencia de zinc, esta organización añade que en otro artículo especializado del mismo año de la revista *Environmental Health*, otros científicos detectaron mercurio en muestras comerciales del jarabe de maíz de alta fructosa añadiendo que “los compuestos cloroalcalinos (en cuya estructura está presente el mercurio) han sido utilizados históricamente en la manufactura de diferentes aditivos alimenticios, entre ellos los colorantes como el Amarillo 5, el Amarillo 6 (FD&C yellow 5, FD&C yellow 6) y el jarabe de maíz de alta fructosa” (Poder del consumidor, 2009).

4) Procesos tecnológico-industriales. Así como el desarrollo de la industria química alimentaria ha permitido el diseño de alimentos novedosos, también se requirió del desarrollo de maquinaria y procesos tecnológicos de tipo industrial que permita la elaboración masiva de este tipo de alimentos. Así que para la manufactura de este tipo de alimentos se requieren de procesos altamente mecanizados y automatizados en las áreas de manipulación, almacenamiento, extracción, elaboración y envasado de estos alimentos. (Babio et. al., 2020).

Babio et. al. (2020) señala que se pueden distinguir tres procesos tecnológicos aplicados a la elaboración de alimentos: el tratamiento mecánico, el térmico y el fermentativo. Señala que en los alimentos listos para comer generalmente ocurre la combinación de varios de estos procesos. Por ejemplo, en para le elaboración de los “cereales” para el desayuno, ocurre en primer lugar la refinación de la harina (tratamiento mecánico) luego se requiere gelatinizar el almidón (tratamiento térmico) a través de la cocción por extrusión con alta temperatura y presión.

5) Utilidad social de los alimentos y bebidas procesadas. Este tipo de productos están ampliamente distribuidos, es posible encontrarlos en cualquier lugar desde una pequeña tienda de barrio hasta los supermercados, incluso lo podemos encontrar en lugares de venta de artículos no comestibles y en la calle, por lo que sin duda es más fácil tener acceso a cualquiera de ellos que a alimentos frescos de consumo local (OPS, 2015).

Su uso representa ventajas para el consumidor, una de ellas es que satisfacen los consumos de todas las etapas de vida. Los industriales han diseñado alimentos para todas las necesidades

desde los bebés hasta la gente de la tercera edad, sin olvidar los alimentos especiales para los deportistas; así como para las personas enfermas: por ejemplo los alimentos light para diabéticos o gente con sobrepeso o los alimentos con fibra o “probióticos” para gente con problemas digestivos; añadido a lo anterior y debido al aumento de las recomendaciones acerca de mantener una alimentación saludable, cada vez más marcas ofrecen “alimentos sanos”.

Pero también podemos observar que estos alimentos han sido diseñados para penetrar diversos consumos de índole social pues están presentes en las estructuras de organización de la alimentación. Ya sea en la comida cotidiana, en tentempiés, en almuerzos escolares, a la hora del consumo no festivo de postres, golosinas y antojos, así como en la comida de celebración o tradicional e incluso consumos relacionados con el clima.

En síntesis, estos alimentos y bebidas son convenientes con el ritmo de la vida moderna que le resta tiempo a la selección y elaboración de los alimentos que serán consumidos, este problema es más agudo en los hogares donde existen jefas de familia que realizan doble jornada laboral, la remunerada y la no remunerada. Así, la existencia de estos alimentos listos para consumirse, facilitan la alimentación de los miembros de la familia, pues estos se pueden consumir en cualquier momento, en cualquier lugar y en cualquier situación, no se requiere de un área especial para el consumo de estos productos.

### **3.2.6 El caso de México**

En el caso de México, existe evidencia de la intervención de la industria alimentaria en el diseño, planeación, implementación y monitoreo de las políticas de prevención de la obesidad, por ejemplo, se menciona el caso del Observatorio Mexicano de Enfermedades No Transmisibles (OMENT), o el etiquetado basado en las Guías Diarias de Alimentación (GDA) (Barquera et al., 2020).

Diversos investigadores mexicanos (Calvillo, 21/02/23; Barquera et al. (2018, 2020); García y Bermúdez, 2020) señalan que las estrategias de venta que la industria de alimentos ha utilizado en nuestro país para que sus productos se vendan sin regulación de por medio, han sido las siguientes: a) negar la evidencia científica y desviar la atención del problema, b) la promoción del mercadeo agresivo dirigido a los niños, a la venta de sus productos en escuelas, hospitales, entre otros, c) dividir a la opinión pública, a través del patrocinio de evidencia que favorezca sus interés y d) cabildear para retardar la implementación de políticas y de ser posible impedir que sean ejecutadas, sobre todo las que no responden a sus intereses económicos (Martínez, 13/04/23; Barquera et al., 2020). En el año 2020 el Consejo Mexicano de la Industria de Productos de

Consumo, A.C. (ConMéxico) argumentó a favor de que se retrasara la implantación del nuevo etiquetado de advertencia, con el pretexto de “aliviar la presión que atraviesa en estos días la industria alimentaria debido a la pandemia por el coronavirus COVID-19” (El Empaque+Conversión, mayo, 2020; Global, Health Advocacy Incubator, 2020,).

En síntesis, podemos señalar que estas corporaciones alimentarias han sacado provecho de los acuerdos comerciales de liberalización global al incrementar su poder debido al flujo ilimitado de capital que les ha permitido la fusión de empresas y la edificación de un oligopolio que ha limitado y en algunos casos eliminado los mecanismos de regulación tradicionales de los diversos gobiernos y que ha permitido un mayor control directo sobre todos los niveles del sistema alimentario, por lo que han ocasionado la conformación de un ambiente alimentario y nutricional nocivo en todo el planeta especialmente en las economías emergentes (Chávez-Ugalde, et al., 2021; Gálvez, 2022; Stuckler , 2012).

## **4 Mi camino a las cocinas (ruta metodológica)**

Este capítulo tiene la intención de narrar cómo fui construyendo el diseño de la investigación y las decisiones tomadas en cada fase según lo iba requiriendo el problema planteado. Es por este motivo que este capítulo a excepción del resto de la investigación es narrado en primera persona. He decidido hacerlo de esta manera pues he querido mostrar cómo fui construyendo la investigación al tiempo que se iban presentando los problemas y de cómo los fui resolviendo.

En cuanto a la estructura del capítulo, en primer lugar, relato las circunstancias que me llevaron a formularme el problema de investigación y como en función de este elegí el tipo de enfoque; como siguiente paso definí el lugar de estudio y justifiqué la importancia de estudiar dicha localidad, definí a mi sujeto de estudio y acoté su perfil. Como siguiente paso detalle las técnicas utilizadas. A saber, 1) entrevista semiestructurada, para lo cual trabajé en la construcción de las categorías implicadas en el diseño del cuestionario; 2) la observación, para lo cual me apoyé del diario de campo y del registro fotográfico como memoria visual de las cocinas y de los contenidos de alacenas y refrigeradores, concluyo este capítulo señalando cómo fue el procesamiento de los datos.

### ***4.1 Motivos de elección del tema de investigación***

Comienzo contextualizando los motivos que me llevaron a elegir el presente tema de investigación. Si bien me formé como bióloga y dentro de esta disciplina he tenido interés por diversos temas, en el que más me he enfocado ha sido en orientar mis conocimientos hacia los temas de salud vinculados con la alimentación y la calidad de vida.

A lo largo de estos años he compartido los conocimientos adquiridos en mi formación profesional, de lecturas y prácticas vivenciales a través de cursos, asesorías y pláticas a poblaciones vulnerables, pero también con diversos sectores de la población y en especial con mujeres. El hecho de trabajar sobre todo con mujeres no fue premeditado. Me explico, este suceso al observar que de hecho son ellas las garantes del cuidado de los hogares haciéndose cargo de una diversidad de tareas pagas e impagas, incluida la preparación de la comida, así como el cuidado de los enfermos, y en muchos casos, el descuido de ellas incluso si están enfermas.

En mi práctica profesional, reiteradamente me he enfrentado a un escenario complejo en el que existe un gran interés por el cuidado de la salud a raíz de una enfermedad o simplemente del

aumento de peso, pero también he visto las dificultades que implica el tratar de cuidar la salud a través de la alimentación. Las mujeres al señalarme sus vivencias cotidianas me permiten percatarme de mis limitaciones profesionales. Observo que no basta con sólo señalar los efectos negativos en el cuerpo y con ello en la salud de comer en exceso nutrientes críticos o de las carencias de micronutrientes o de aconsejar un mayor consumo de alimentos frescos como frutas y verduras, de un descanso adecuado y ejercicio regular. Pues en las conversaciones con estas personas, de manera reiterada, salía a relucir lo difícil que es tener tiempo y dinero para el autocuidado, especialmente el de las mujeres, pues es más común que hagan el esfuerzo por cuidar a los familiares, situación que se complica más para aquellas que además se hacen cargo de sostener económicamente el hogar, a lo que se suma la preocupación que padecen por los recursos económicos limitados y un sin fin de problemas personales.

Aunado a lo anterior, ellas me han señalado lo difícil que les resulta reducir el consumo de ciertos alimentos, especialmente el azúcar refinada y el pan, pues al intentarlo se tropiezan con ansiedad y diversas molestias físicas por dejar de consumirlos; incluso hubo quien señaló que en su jornada laboral es preciso que consuman refrescos pues estos le dan la energía para concluir su jornada laboral. Así pues, me fui percatando de que la decisión de alimentarse mejor, no se reduce a un acto de voluntad, en el que sólo es suficiente tomar consciencia de los efectos dañinos de los alimentos procesados. Observé que sumado a lo anterior, se trata de entender las circunstancias que rodean las decisiones del consumo de estos alimentos, de las limitaciones que viven estas mujeres (económicas, de acceso y de tiempo), así como de entender cómo se ha constituido en un hábito el consumo de alimentos procesados, lo cual pasa por entender la función que determinados alimentos juegan en la organización alimentaria familiar y de esa manera esclarecer cómo han penetrado estos alimentos en su cotidianidad.

Otro fenómeno que he observado es la disminución del consumo de alimentos regionales y la pérdida de conocimiento culinario especialmente de la preparación de vegetales, situación que resalta en Cuautla, siendo este un lugar en el que confluyen alimentos de clima cálido tanto de la zona como del estado de Guerrero o de Puebla —por sólo mencionar a algunas plantas comestibles o frutos: huajes, alaches, o frutos como el cuajinicuil o el guamúchil, ciruelas de diversos tipos, ciruela de hueso, naches, nísperos— así como de climas fríos de los Altos de Morelos o de Tlanepantla, —de donde provienen hongos silvestres, frijol, ciruela roja, pera, durazno, manzana—. Pero lo más preocupante que he observado es la tendencia a incorporar en el consumo cotidiano

cada vez más alimentos industrializados, pareciera que esto ocurre de manera “natural” y “espontánea” así como había estado ocurriendo con los intercambios culinarios a lo largo de distintos periodos históricos en los que se incorporaron nuevos platillos. Pero a diferencia de aquellos intercambios que enriquecían la cultura culinaria de los pueblos, con los alimentos industrializados se tiende a la uniformidad de los ingredientes, sabores y preparados de alimentos. Lo que redundo en pérdida de agrobiodiversidad asociada a los modos de vida específicos de los pueblos.

Cabe señalar que una razón de peso que dificulta que las personas tengan acceso a una alimentación adecuada es que durante muchos años existió una completa omisión por parte de nuestros gobiernos para legislar a favor de la población y garantizar una alimentación adecuada biológica y culturalmente y en armonía con la naturaleza. Esta negligencia por parte de los gobernantes ha resultado en una crisis de salud generalizada en nuestro país.

En mi práctica profesional he testificado lo que diversos investigadores han formulado como una transición epidemiológica asociada a una transición nutricional donde la diabetes, la hipertensión, los problemas cardiovasculares, el cáncer, así como problemas derivados del síndrome metabólico entre otros muchos problemas asociados a la alimentación, son el pan de cada día, y también he verificado el sufrimiento y desgaste que causan este tipo de enfermedades tanto para la persona que lo padece como para sus familiares. Aunado a lo anterior y como tantos millones de mexicanos, he padecido en carne propia tener un familiar enfermo de alguna de estas enfermedades; por lo que me resulta especialmente importante tratar de entender este problema social y en la medida de mis posibilidades, contribuir a esclarecerlo para que algún día las personas puedan tener una mejor calidad de vida.

Como decía, tan intrincado problema me llevó a percatarme que no bastaba con compartir información, ya que para comprender este fenómeno debía ir más allá de lo que hasta ese momento conformaba mi conocimiento del problema. Era necesario adentrarme desde una perspectiva interdisciplinaria y complementar mi formación en el ámbito de los estudios socioculturales para entender por qué las personas consumen alimentos que les hacen daño. Ese es el motivo del surgimiento de esta investigación, pues con ésta busco entender los factores que inciden en la toma de decisiones de los actores sociales en cuestión, viéndolo desde un ángulo que me permita enfocar sus condiciones de existencia para tratar de vincular sus deseos, sus necesidades y la influencia que ejerce el marco social que habitan los sujetos.

De atestiguar las dificultades antes señaladas, nace mi compromiso académico para entender cómo es que en los hogares vulnerables cada vez hay más alimentos que producen enfermedades, si bien la cultura gastronómica de nuestro país es vasta y agrodiversa, como producto de miles de años de contacto entre seres humanos y naturaleza que se han transformado mutuamente.

Así pues, en esta investigación parto de la noción y del sentido que le da Gould a la objetividad cuando afirma que

debemos identificar las preferencias con objeto de delimitar su influencia en nuestro trabajo, pero [que] no nos extraviemos cuando utilizamos esas preferencias para decidir a qué temas deseamos dedicarnos [...]. Tenemos muchas mejores posibilidades de alcanzar algo importante cuando seguimos nuestros impulsos afectivos y trabajamos en campos con mayor significado personal. Por supuesto, esta estrategia aumenta el peligro de los prejuicios, pero lo que gana en dedicación tal vez compense sobradamente esa inquietud, sobre todo si nos mantenemos igualmente comprometidos con el objetivo general de imparcialidad y ferozmente comprometidos con la vigilancia y el examen constante de nuestros prejuicios personales (Gould, 2007).

Dicho lo anterior, a continuación, presento a detalle el diseño de la presente investigación.

#### ***4.2 Construyendo el camino (Tipo de estudio)***

Si bien, el estudio de los fenómenos sociales a través del uso de metodologías cuantitativas ha permitido el análisis de grandes bases de datos y con ello la comprensión de fenómenos de diversa índole, también se reconoce que la reducción de los problemas a variables cuantificables pierde de vista la riqueza y profundidad que nos aporta la metodología cualitativa.

Desde la aproximación epistemológica del método cualitativo es posible indagar en la lógica del comportamiento humano. Es decir, podemos identificar la visión de los actores, el significado que le asignan a sus relaciones sociales, así como tomar en consideración el contexto en el que surge la problemática a investigar. Indagar en la subjetividad del actor nos brinda la posibilidad de reconstruir la realidad a través de adentrarnos en los procesos y profundizar en las interpretaciones. (Vela, 2013).

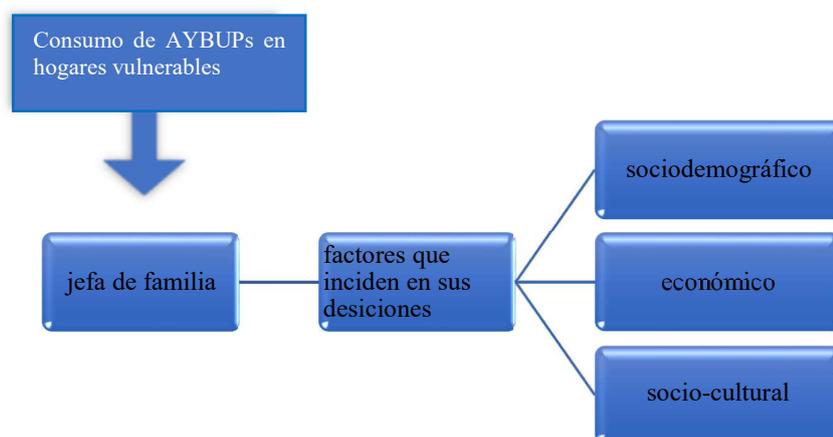
Dentro del ámbito de la metodología cualitativa existen diversos métodos a través de los cuales se puede realizar un acercamiento a los hechos sociales. El estudio de caso permite realizar un recorte empírico y conceptual de la realidad social para conformar un tema o problema de investigación. El estudio de caso es entendido como “un determinado fenómeno ubicado en un tiempo y espacio” (Vasilachis et al., 2006). Dicho fenómeno o entidad social puede ser una persona,

un grupo social, un evento, un proceso o una institución, se caracteriza por realizar un examen intensivo, profundo y sistemático (Monje, 2011).

Para esta investigación opté por el estudio de caso. En la figura 2, se observa la representación gráfica de la demarcación conceptual que se abordó en esta investigación. A saber, un sujeto social delimitado a la categoría de jefa de familia, debido al papel fundamental que desempeñan en la toma de decisiones alimentarias, se indagaran algunos factores que inciden en la toma de decisiones. Estos fueron agrupados en tres rubros: sociodemográficos, económicos y socio-culturales. Lo anterior para indagar el consumo de alimentos ultraprocesados en hogares de jefas de familia vulnerables.

### Figura 2

*Recorte conceptual del estudio de caso*



Fuente: elaboración propia.

En esta investigación, considero al hecho alimentario como el resultado de las condiciones materiales de una sociedad, y de cómo en ésta se controla y se establecen relaciones entre las decisiones de los sujetos y factores condicionantes (Harris, 2011) además se entenderán las prácticas alimentarias como nuevas formas de ordenamiento social-temporal e incluso como indicadores de desigualdades sociales (Franco, 2010).

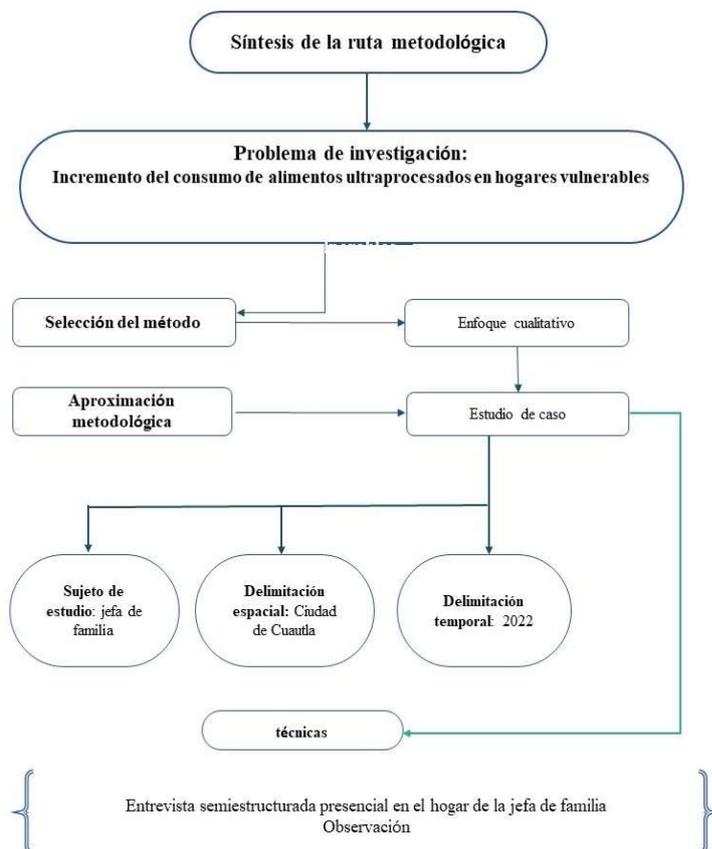
Se parte de que el hecho alimentario no se puede estudiar de manera aislada pues está vinculado con otros fenómenos sociales —por ejemplo, políticas económicas, alimentaria o de salud, entre otras— al abordar el proceso de la toma de decisiones alimentarias fue fundamental identificar las condiciones estructurales de la sociedad que se presentan en este trabajo como

contexto, a la vez que se identifican a nivel de individuo y familia cómo estas repercuten, esto se deduce de las condiciones sociodemográficas, económicas y culturales en las que viven las interlocutoras. Lo anterior sirvió para entender cómo se vinculan los distintos factores macro y microsociales que delimitan las decisiones alimentarias (Boragnio, 2020).

La figura 3, se presenta una síntesis del diseño metodológico que guio este trabajo de investigación. En esta indico cual es problema metodológico, el enfoque, la delimitación espacio-temporal y las técnicas a utilizar.

### Figura 3

*Diseño metodológico de la investigación que busca indagar en los factores que inciden en el consumo de AYBUPs*



Fuente: elaboración propia.

### **4.3 *El lugar, las personas y sus particularidades (Población y perfil de la muestra)***

#### **4.3.1 *Ni campo ni ciudad***

Cuando estaba construyendo el diseño de esta investigación me surgió la interrogante de cuál sería el lugar idóneo para realizar dicha exploración. En un primer momento, consideré que una gran urbe sería el lugar adecuado para indagar sobre el consumo de AYBUPs. A razón de que en estos lugares no se producen alimentos, lo que en teoría los deja en una situación de fragilidad ante la imposibilidad de producirlos. Por otro lado, las grandes ciudades tienen la ventaja de que cuentan con la infraestructura adecuada para almacenar y vender alimentos.

Pero al leer el libro de Comer en el TLC, entendí lo generalizado del consumo de los AYBUPs —la autora señala que tanto en las ciudades como en los pueblos más marginados la dinámica de comercialización de estos alimentos ya está incorporada. Cavilando sobre el conocimiento que tengo de Cuautla, así como el contacto con habitantes de este lugar por mi práctica profesional, decidí que el mejor lugar para desarrollar este estudio de caso sería ubicarlo en el municipio de Cuautla, Morelos.

Nací en la Ciudad de México y comencé a viajar a Cuautla aproximadamente hace 23 años. Mucho ha cambiado el paisaje desde aquel entonces. En mis primeras visitas me sorprendí al ver árboles de anchos troncos, viejos e inmensas copas. Si bien vivía en una zona conurbada, donde me tocó ver grandes áreas verdes y zona de cultivos, sólo estaba acostumbrada a ver eucaliptos de diversos tamaños y casuarinas tan comunes en la Ciudad de México.

En cambio, en esta ciudad conocí árboles de copa y fuste mayor como los mangos, laureles de la india, ahuehuetes y especies nativas. También descubrí los apancles (angostos canales de riego) en plena ciudad y los balnearios que pululaban por toda la localidad, esos sí de agua muy fría. Pero lo que más me sorprendió —y me sigue sorprendiendo— fue ver que existen casas en las que en su interior o a la orilla de estas pasaba un riachuelo.

Me gustaba venir a Cuautla porque era muy fácil acceder al río y en un día cualquiera podía ir a éste para refrescarme dándome un chapuzón; de hecho, fue en este lugar donde comencé a aprender a nadar, también me gustaba ir correr a las orillas del río. Caminar en el cauce del río era una aventura que no desaproveché, esto era fácil pues en la época de secas su cauce era tranquilo y en algunas zonas poco profundo. Todo era verde, luminoso y fresco, palpitaba la vida por todos lados. Yo crecí viendo como los ajolotes se transformaban hasta convertirse en ranas en los charcos de agua de mi colonia, pero lo que aquí vivía no tenía parangón.

En aquel entonces era muy común ver en las calles campesinos con sus huaraches y mochilas tejidas de fibra de ixtle y en algunas ocasiones con sus herramientas de trabajo. No era raro que los automovilistas anduvieran con mucha precaución en plena avenida Reforma, pues en cualquier momento podía salir al paso gente mayor. Generalmente eran campesinos que atravesaban con gran descuido la avenida por no estar habituados a cruzarla. Desde entonces Reforma era una gran avenida que daba conectividad a la ciudad.

Hace veinte años no había grandes cadenas comerciales como ahora. Cuando llegué a la ciudad sólo existía un pequeño supermercado —La Comercial Mexicana— instalado muy cerca del mercado Hermenegildo Galeana mejor conocido como el “Mercado Nuevo” y la Bodega Aurrera, ubicada en el centro.

Por aquella época no había restaurantes de cadena como Vips, Toks o el Portón que ahora vemos en la ciudad; ni restaurantes de comida rápida como MacDonlads o Kentucky Fried Chicken (KFC). Con el paso de los años han sido instalados cada vez más negocios de comida rápida.

Desde 2008 esta ciudad cuenta con una plaza comercial conocida como “Los Atrios” donde se ubica diversos negocios de cadena. Incluido un Walmart y Sam’s Club. Además de estos, la ciudad ya cuenta con una Mega Soriana en la entrada de “Los Arcos” además de Bodega Aurrera Express que son pequeñas supermercados que cuentan con lo básico.

Mientras escribí esta investigación fue sustituido en la zona céntrica de la ciudad el Hotel Vasco por un supermercado. “El Vasco” como muchos lo llamaban fue un lugar emblemático de la ciudad, contaba con amplios jardines de árboles de gran tamaño. Este lugar fue defendido por activistas debido a su importancia en la regulación del clima de la ciudad. Sin embargo, la lucha no rindió frutos pues los árboles fueron talados y los jardines desaparecieron para dar paso a un supermercado más, en esta ocasión fue instalado un Chedraui que abrió sus puertas el 27 de julio del año en curso.

Lo más sorprendente ha sido el crecimiento de los Oxxos<sup>11</sup>, Tiendas 3B y Neto. Las personas recurren cada vez más a este tipo de tiendas por sus precios, ofertas, por la cercanía a su hogar o por el extenso horario de atención. Como es sabido estas tiendas se especializan en vender

---

<sup>11</sup> Según datos obtenidos de la página oficial del Oxxo en el municipio podemos encontrar 28 tiendas <https://www.oxxo.com/tiendas?source=link-menu>

alimentos ultraprocesados y sucedáneos. Al caminar por las calles del municipio es palpable el crecimiento de las tiendas de cadena en estos últimos meses fue instalada otra tienda de la cadena comercial Tiendas 3B en contra esquina del “Mercado Nuevo”.

Quizá el rubro que más han crecido es el de las pizzerías pues en la ciudad abundan este tipo de negocios tanto locales como de franquicias. Podemos encontrar pizzerías tanto en las principales avenidas Reforma o Insurgentes, como en el centro o en las colonias, ejemplo de esto es la famosa pizzería conocida como “Pizza 3D”. En cuanto a los negocios de cadena reconocemos Dominos Pizza, Pizza Hot, Benedettis Little Caesars y recientemente de la pizzería Carl’s Jr, No hay que olvidar que este tipo de alimentos se acostumbra consumir con bebidas gaseosas.

Aunque la ciudad cuenta con una central de abastos, tianguis y cuatro mercados: el Mercado Municipal conocido como el “Mercado Viejo”, el mercado el Hermenegildo Galeana conocido como el “Mercado Nuevo”, el Pablo Torres Burgos y el Plan de Ayala. La tendencia que observamos es el incremento de los supermercados, tiendas de autoservicio y tiendas de conveniencia.

Este es el ambiente alimentario que prospera en Cuautla, un indicador de su repercusión es mirar el impacto en la salud de los cuautlenses. Las estadísticas indican que en el municipio la diabetes es la primera causa de muerte. Dicho lo anterior ya no resulta extraño el hecho de que en esta ciudad se cuente con dos clínicas especializados en diálisis. Irónicamente una de estas se encuentra emplazada en contra esquina de la embotelladora Las Margaritas, filial de Coca Coca.

Lo anterior me permite testificar como la ciudad se urbaniza y presenta problemas asociados al crecimiento de esta. Ejemplo de ello es que cada vez hay más problemas de acceso al agua, de la reducción de las áreas verdes y de cultivo, así como de la creciente urbanización de la ciudad con los concomitantes problemas que aquejan estos cambios.

Al caminar por la ciudad queda patente como los terrenos que antes se ocupaban para la siembra del maíz, arroz y sorgo, han ido desapareciendo para dar paso a unidades habitacionales y pequeños plazas comerciales. Al mismo tiempo que desaparecen los apancles y los que quedan están llenos de basura y en algunos casos contaminados con desechos de drenaje. El río Cuautla está muy contaminado ha reducido drásticamente su caudal y es muy poco seguro caminar por sus orillas.

En la actualidad, además del crecimiento de la ciudad y de los bares, he observado como también se ha incrementado la venta y consumo de drogas, especialmente de jóvenes. Justo en el momento que escribo estas líneas Cuautla vive una oleada de asesinados en su mayoría asociados a la venta de drogas, esta ciudad es catalogada dentro de las ciudades inseguras del país. Lo que acabo de señalar son observaciones que he realizado a lo largo de todos estos años, primero como observadora externa y luego como habitante de la ciudad que constata los cambios de esta.

Así pues, considero que la familiaridad que tengo con la ciudad me permite conocer de primera mano los problemas a lo que se enfrenta la población, lo cual abona a mi favor en la comprensión del problema en cuestión. Los cambios ocurridos en la ciudad de Cuautla denotan lo que los investigadores señalan como una transición de economía rural a una economía con características urbanas (Galís, 2015). Esta transición permite recopilar un caudal de información que no sería visible en una ciudad plenamente industrializada. De tal manera que desarrollar la investigación en esta ciudad permite observar fenómenos de transición epidemiológica y alimentaria, así como de cambios en las conductas alimentarias de los habitantes de dicha región.

El conocer la ciudad de Cuautla y su idiosincrasia me facilitó desenvolverme con más naturalidad y lograr el *rapport* que me permitió tener una comprensión de cómo penetran los AYBUPs en estos hogares e identificar matices de cómo ocurre. Es decir, pude reconocer qué factores influyen, qué necesidades resuelven y cómo son valorados estos alimentos. Lo anterior es importante pues si bien hablamos de un fenómeno masivo, la incorporación de los AYBUPs no es homogénea y está ligada a factores de índole cultural como el arraigo de tradiciones y tipos de alimentos, de estatus y significado de alimentos; a factores económicos que reflejarían la capacidad de compra, pero también el acceso a los alimentos, y los factores sociales que tendría que ver con omisión o por el contrario de estrategias de los gobiernos diseñan para proteger la alimentación y salud de los ciudadanos.

#### **4.3.2 Criterios de selección: la interlocución**

Después de que seleccioné el lugar, el siguiente paso fue decidir con que criterio elegiría a mis interlocutores. Dadas las condiciones sanitarias originadas por el surgimiento del Covid-19 y las recomendaciones de sana distancia que prevalecieron en el año 2022, época en la que planifiqué el trabajo de campo, elegí el muestreo de tipo intencional no probabilístico, en función de que realizaría un estudio cualitativo (Otzen, 2017).

### 4.3.3 Precisando los sujetos en acción... las jefas de familia (Unidad de análisis)

Ya se ha definido tema, el tipo de aproximación metodológica y el lugar en el que se realizó el proyecto, el siguiente paso en el diseño de la investigación fue decidir qué características debían cumplir mis interlocutores. Las características que serán descritas es posible verlas resumidas en la tabla 5.

Debo agregar que en mi práctica profesional con el sector que tuve mayor contacto fue con personas que vivían distintos grados de pobreza. Así que decidí que debía profundizar en mi conocimiento de este sector. Para lograr mi cometido he centrado mi interés por indagar la introducción de los AYBUPs en hogares vulnerables caracterizados por la desigualdad social y económica (México social, 17/09/20); de los cuales los investigadores sociales reconocen que existe un vínculo entre clase social y prácticas de alimentación, siendo más precisos, que los estratos sociales menos favorecidos son los que sufren mayores problemas de obesidad (Grupo de Investigación Social en Alimentación, 24/10/20).

Asimismo, dentro de los grupos menos favorecidos tenemos a las jefas de familia, por lo que decidí que estas serían las seleccionadas como mi unidad de análisis, ya que es reconocido que los hogares dirigidos por mujeres son más vulnerables que los guiados por un varón. Tomé dicha decisión porque, tanto en las investigaciones, como en mi práctica he observado que éste es un sector cada vez más representativo de las familias mexicanas —debido a la desintegración de la figura tradicional de familia— por lo que resulta primordial investigar a este grupo social, aunado a lo anterior se suma el hecho de que son las mujeres las que presentan mayores índices de aumento de peso (Campos, 2020). De tal manera las mujeres en desventaja económica son aún más susceptibles de padecer el sobrepeso u obesidad. Como señala Rodríguez et al. (2018) “la obesidad de la población no es más que el reflejo de la pobreza, marginación, inequidad y desigualdad en que vive nuestro país”.

En la búsqueda de una definición de jefa de familia me percaté del amplio debate sobre la noción de jefa de familia —lo cual desarrollo en el marco conceptual—. Después de la revisión de la literatura definí para fines de esta investigación el concepto de jefa de familia como: la mujer encargada de realizarg el principal o el único aporte económico a través de un trabajo remunerado siendo ella la persona que principalmente se hace cargo del grupo familiar, especialmente de su alimentación. Lo valioso de elegir las radicó en que al ser ellas las principales encargadas de las tareas compra y preparado de alimentos me compartían información de primera mano acerca de lo

que se consume en sus hogares, especialmente del consumo de AYBUPs que son en los que se centró nuestro análisis.

En términos prácticos observé que la composición del hogar de estas mujeres es muy variable por lo que el tipo de hogar no podía ser una restricción, por el contrario, el tipo de familia resultó ser enriquecedor al observar las distintas formas de organización del grupo familiar. Siguiendo con la delimitación, consideré un rango de edad entre 18 a 70 años, debían de habitar en la ciudad de Cuautla al menos 10 años antes de la entrevista. Por último, consideré que en los hogares visitados debían consumir algunos alimentos y/o bebidas ultraprocesados.

En la tabla 7, se pueden observar los criterios de inclusión que fueron seleccionados en la elección de las interlocutoras.

**Tabla 7**  
*Criterios de inclusión de las interlocutoras consideradas en esta investigación*

<b>Síntesis de los criterios de inclusión</b>
Jefas de familia
Habitantes de la ciudad de Cuautla que lleven viviendo al menos 10 años en la ciudad
Que sean las encargadas de la alimentación familiar
Rango de edad entre 18-70 años
Hogares en los que se consuman alimentos ultraprocesados
Hogares vulnerables

Fuente: elaboración propia

#### **4.3.4 Acerca de cómo obtener la información ... Entrevistas semiestructuradas**

El siguiente paso consistió en elegir las técnicas e instrumentos más adecuados para la recolección de la información de acuerdo con el problema de investigación. Un primer cuestionamiento en esta etapa fue cómo podría obtener los datos más próximos a la realidad. Precisando, lo que me preocupaba era perder información en el momento de aplicar la entrevista debido a que las personas olvidaran mencionar algunos consumos. Este problema, en el caso de esta investigación se magnifica debido a la multiplicidad de alimentos procesados que están ofertados en el mercado y a la diversidad de modos de nombrarlos de manera coloquial como: “alimentos chatarra”, “snacks”, “comida chatarra”, “comida basura”, “cusquerías”, “chatarrita”, “chuchulucos”, entre diversas formas de nombrarlos. Incluso la existencia de alimentos que ni siquiera son reconocidos dentro

de estas categorías pero que al analizar su contenido era visible que pertenecían a alguna de estas categorías, este panorama complicaba más la posibilidad de reducir el margen de error.

De la reflexión mencionada surgió un problema teórico; ante la diversidad de formas coloquiales y académicas de nombrar a los alimentos industrializados reconocidos como dañinos, cuál o cuáles serían las que consideraría para esta investigación. Después de una revisión pormenorizada, decidí que la clasificación NOVA daba la clave para afrontar el problema teórico formulado. Por tal motivo acoté el uso de la clasificación a la categoría de alimentos ultraprocesados pues esta incluye prácticamente todos los alimentos que entraban en el listado de las distintas formas de nombrar a los alimentos industrializados antes señalados —ya fue definido el concepto en el capítulo anterior—.

Llegado este punto observé que tenía otro problema que resolver, desde dónde pensar la introducción y consumo de AYBUPs en los hogares considerando que no me había planteado elaborar una investigación ni cuantitativa ni mixta, lo cual limitaba mis posibilidades de identificar en qué medida estaba ocurriendo este cambio. Decidí entonces, que valía la pena perder esta información a cambio de ganar la riqueza que encontraría al indagar el porqué y el cómo estaban incorporado estos alimentos. Sin embargo, a pesar de lo anterior, tenía que encontrar un modo de interpretar el consumo de AYBUPs.

Este problema metodológico encontró respuesta al descubrir el trabajo de Igor de Garine. Él elaboró una clasificación cultural de los alimentos en función de su empleo en la vida cotidiana: de esta manera el consumo de alimentos puede ser dividido en básicos, primarios, secundarios y periféricos, según la regularidad e importancia del consumo en términos cualitativos. El consumo de *alimento básico* se refiere al alimento que es el centro de la comida y ligado a la cultura y sus manifestaciones más íntimas; por ejemplo, el maíz. Los *alimentos primarios* se consumen en abundancia y con frecuencia asociados al alimento básico; por ejemplo, el chile jitomate, tomate, calabaza entre otros. Los *alimentos secundarios* son los que se consumen con menor frecuencia. Y, por último los *alimentos periféricos* son aquellos que se consumen ocasionalmente y que no forman parte de la alimentación diaria (Garine y Vargas, 2006).

Esta clasificación la retomé para ubicar la importancia del consumo de los alimentos y de bebidas consumidos por las jefas y sus familias para de esta manera entender desde una perspectiva cualitativa cómo los AYBUP han penetrado la estructura alimentaria cotidiana. Cabe aclarar que este autor utiliza estas categorías para hablar de la alimentación tradicional y no ultraprocesada

como yo pretendo para este estudio. Yo retomo estas categorías con la intención de realizar una primera aproximación a la comprensión de la integración de alimentos ultraprocesados en los hábitos de consumo de las familias.

Después de resolver los problemas antes señalados, todavía quedaba pendiente definir el tipo de entrevista. Decidí que el mejor camino para obtener los datos de campos donde las interlocutoras pudieran expresarse abiertamente, pero cuidando orientar las narrativas para que expresaran de la forma más precisa posible los factores que inciden la introducción de ultraprocesados. La entrevista semiestructurada fue la seleccionada como guía sólida que me permitiera tocar todos los puntos de mi interés.

Un siguiente asunto que tuve que resolver fue cuántas personas debería entrevistar para llegar a la saturación. Sin embargo, me percaté que en torno este punto no hay consenso, Eisenhardt recomienda trabajar un rango de cuatro a diez entrevistas (Eisenhardt, 1989 tomado de Martínez-Caraso, 2006). Tomando en consideración el tiempo del que disponía para realizarlas entrevistas y el contexto del encierro por la Covid-19, me planteé entrevistar a seis personas. Elaboré un listado de las mujeres que conocía, así como de mujeres que un líder comunitario me compartió sus datos y que cumplían con todos los criterios de inclusión, logré un listado de 12 jefas de familia. De las cuales logré entrevistar a un total de nueve, de estas siete fueron mujeres conocidas y las otras cinco mujeres desconocidas. De este último grupo me proporcionó los números telefónicos, previo consentimiento de las jefas de familia, sin embargo, tres no me contestaron por lo que sólo logré contactar a dos, las cuales aceptaron ser entrevistadas.

#### ***4.4 Cómo organizar la información: Instrumento y categorías***

Tomada la decisión de elaborar una entrevista semiestructurada, el siguiente paso fue precisar el contenido de la entrevista por lo que volví a los conceptos, objetivos y preguntas de investigación con la intención de vincularlos. El resultado fue que por cada pregunta de investigación elaboré una serie de interrogantes que me permitieron ahondar en los temas planteados en esta investigación. En un primer momento redacté más de 100 preguntas, eran demasiadas para ser manejables, hice pruebas piloto para comprobar lo anterior y para identificar si las preguntas eran claras o no. Logré aclarar los conceptos a utilizar y con ellos las preguntas. Al final, elaboré un cuestionario manejable y claro.

En la tabla 8, presento las preguntas de investigación, detallo qué es lo que indagué al realizar las entrevistas semiestructuradas a mis interlocutoras (Ver anexo A).

**Tabla 8**

*Temáticas con las que se construyó el instrumento aplicado a las jefas de familia*

<b>Temática para el diseño del instrumento</b>	
<b>Preguntas de investigación...</b>	<b>Interesa profundizar en...</b>
<b>Pregunta de investigación 1:</b> <b>Cómo influye el perfil sociodemográfico de las interlocutoras en la toma de decisiones alimentarias</b>	Se construyó una serie de preguntas que permitieron elucidar el perfil sociodemográfico de cada una de las jefas de familia. Con ello se pretendió identificar en qué condiciones viven, con quién viven, quién depende de ellas, con qué servicios cuentan, el tipo de empleo, escolaridad, acceso a servicios de salud, enfermedades, apoyos con los que cuentan. La intención fue identificar sus condiciones materiales de existencia y las vulnerabilidades que padecen.
<b>Pregunta de investigación 2:</b> <b>Cómo los factores económicos influyen en la toma de decisiones alimentarias realizadas por las jefas de familia</b>	Se elaboraron una serie de preguntas sobre la situación económica que vive cada familia orientada en identificar su gasto en alimentos, cuáles les son asequibles en general y en particular cuáles AYBUPs son comprados por este motivo. Lo anterior fue importante para identificar qué tanto influyen el ingreso económico en la decisión de consumir alimentos y bebidas ultraprocesados. Además, busqué identificar sus ambientes alimentarios, es decir la accesibilidad a los alimentos, e identifiqué cuáles les eran más fáciles de conseguir según su situación espaciotemporal o en conexión con los recursos económicos de los que dispone.
<b>Pregunta de investigación 3:</b> <b>Cuáles son los elementos socio-culturales que contextualizan las elecciones de</b>	Aquí las preguntas fueron dirigidas primero en general para conocer sus hábitos y preferencias alimentarias, el significado de la comida en su grupo familiar, los consumos cotidianos, así como las festividades que celebran en torno a la comida, entre otros. Esto sirvió para identificar procesos alimentarios en los que se han introducido los AYBUPs, posteriormente me di a la tarea de identificar las valoraciones y los significados que las jefas de familia le atribuyeron al consumo de AYBUPs, observé cómo los calificaron (por ejemplo, como “sabroso”, “llenador” “grasoso” o

<b>alimentos y bebidas ultraprocesados que realizan estas mujeres</b>	azucarado”) en que categoría los ubican (comida chatarra o comida rápida, etc.), o si su consumo resuelve alguna necesidad o si responde a una orientación de tipo hedonista o suntuario. Puse especial atención en observar si consumen alimentos ultraprocesados que no son tan fáciles de identificar y si los clasifican de algún modo.
---	---

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 9, se puede ver con mayor precisión las categorías conceptuales que dan sustento a esta investigación, así como la operacionalización de dichos conceptos en dimensiones e indicadores que permitieron realizar el análisis de la información recolectada a través de la entrevista, la observación (ver anexo B) y el diario de campo.

**Tabla 9**

*Categorías utilizadas para indagar el consumo de AYBUPs en los hogares*

<b>Indicadores considerados en la investigación</b>		
<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>
<b>Sociodemográfica</b>	Pobreza	Bajo salario Inseguridad laboral Horas de trabajo
	Jefa de familia	Trabajo remunerado y no remunerado Dependientes económicos Responsabilidad en la compra y preparado de alimentos
	Vulnerabilidad	Carencia de servicios públicos Carencia de servicios de salud Infraestructura de la vivienda deficiente Enfermedades
<b>Económica</b>	Insuficiencia alimentaria	Comida asequible
	Ambiente alimentario	Comida accesible Selección de marcas y publicidad
	Bajo salario	Gasto en alimentos Criterios de compra

<b>Cultural</b>	Alimentación	Introducción de alimentos y bebidas ultraprocesados
	Organización alimentaria	Comidas al día
		Comida cotidiana
		Comida festiva
	Significado de la alimentación	Alimentar a los otros Comensalidad

Fuente: elaboración propia

#### ***4.5 Condiciones necesarias para una buena colecta de información***

Después de precisar la categoría teórica y siguiendo el cuestionamiento inicial diseñé una carpeta con imágenes de AYBUPs, agrupé estas imágenes en 19 carpetas algunas de las cuales contenían subcarpetas con dichas imágenes. Esta carpeta se hizo con base a la clasificación de alimentos ultraprocesados proporcionada por Monteiro et al., (2019). Dado que era una gran cantidad de fotografías de AYBUPs decidí mostrarles las imágenes de manera digital, el medio que utilicé para dicho fin fue una tableta Galaxy Tab A marca Samsung.

Elegir las imágenes que serían seleccionadas para presentarlas a las jefas de familia fue otra tarea, me implicó revisar páginas web de comercios de venta de alimentos, revisé por categoría para indagar cuales eran las más populares.

Un siguiente paso fue mostrar a 10 personas que no participaron en la investigación las imágenes de AYBUPs seleccionadas para que señalaran alimentos faltantes. Sin embargo, dada la cantidad de productos y marcas era imposible en términos prácticos mostrar todos esos alimentos. Empero, sí garanticé que las principales AYBUPs aparecieran en este catálogo que mostré a las mujeres. Debo señalar que dado que la categoría de alimentos ultraprocesados es un concepto académico no fue utilizado con las jefas de familia (Ver anexo C).

Resolví que otra manera de reducir el sesgo por falta de información fue que a pesar de estar vigente la restricción sanitaria de mantener distancia, me era imprescindible realizar la entrevista cara a cara. Pues ellas al estar en el lugar en el que preparan sus alimentos les sería más fácil recordar. El acto de cocinar es muy íntimo, incluso hay estudios antropológicos que señalan el lugar donde son recibidas las visitas y el fogón es el lugar más íntimo al que sólo penetran los más cercanos. Sin embargo, decidí intentar realizar esta aproximación con la confianza de conocer un poco a algunas interlocutoras. Así pues, me planteé visitar a las que así me lo permitieran en sus cocinas, de preferencia a la hora de preparar alimentos para observar qué ingredientes usaban y qué

alimentos había en sus hogares, con qué recursos contaban para cocinar. Presté atención a los tamaños de los envases y empaques, los tamaños de las botellas, sobres o cajas me indicaron la intensidad del consumo, estuve atenta a observar si había más de un empaque del mismo producto. De las observaciones se elaboró un diario con notas de campo. Las observaciones complementaron el dialogo con la interlocutora.

Al visitarlas señalé que no quería retrasarlas en sus deberes por lo que podían avanzar preparando los alimento mientras yo les realizaba las preguntas, la mayoría de las mujeres cocinaron en mi visita y me compartieron gustosas sus alimentos. Sólo una jefa de familia decidió sólo platicar. Otra me recibió en su casa, en la mañana, a la hora en que apoyaba a su hermana en la elaboración de tortillas para la venta, por lo que en ese momento no estaba cocinando. Viví una situación complicada en la visita a uno de los hogares pues observé que estaba cocinando muy poco, internamente decidí que debía irme antes de la hora de la comida, pero si me invitaba a comer sería complicado rechazar el platillo, esta preocupación estuvo presente a lo largo de toda la entrevista, afortunadamente coincidió que esta jefa de familia era de pocas palabras por lo que no hubo mayor complicación.

En la elaboración de este proyecto, en concreto del trabajo de campo, no sólo me planteé la dificultad de entrar a las cocinas sino de que me permitieran tomar fotos de sus lugares. Considerando esta dificultad decidí que lo haría si se daban las condiciones adecuadas y que sí no lo lograba tendría que conformarme la información vertida en el diario de campo.

Así pues, la estrategia fue comenzar presentándome y explicándoles por qué las invité a participar y cuál era el objetivo de su participación en mi investigación, también les pedí autorización para grabar nuestra conversación y les expliqué que si bien esta investigación no implicaba ningún riesgo para ellas o sus familiares, sus datos serían resguardados y mantenidos en privado si así lo deseaban.

Para garantizar su anonimato, les asigné una clave para identificar a cada una y posteriormente les asigné un seudónimo. Aunado a lo anterior, les pedí autorización para ser grabadas. Utilicé una grabadora de marca voz digital modelo icd-px240 Sony. Además de la grabadora utilicé una aplicación de grabado de voz de mi teléfono móvil, lo anterior para garantizar el registro de las entrevistas.

Luego de platicar de manera informal, comencé con preguntas de acercamiento para luego aplicarles la entrevista semiestructurada, en el siguiente paso sería mostrarles las fotografías de

AYBUPs, y casi al final de la entrevista, les pediría a las interlocutoras que me mostraran sus alacenas y refrigeradores y les pedí autorización para tomarles fotografías, si lo consideraba apropiado.

Al final, resultó muy bien porque sin forzar la situación todas me dejaron ver sus alacenas y refrigeradores y pude tomar fotografías. Lo anterior resultó muy útil y práctico dada la diversidad de alimentos que existía en algunas alacenas y refrigeradores, y que de memoria me hubieran sido difíciles de recordar. Elaborar un listado de lo que había en sus cocinas tampoco hubiera sido una tarea fácil, en cambio, con el registro fotográfico fue más fácil identificar los consumos. Las fotos resultaron una especie de diario de campo visual pues podía ir a ellas cuantas veces fuera necesario para observar con detenimiento los alimentos que aparecían en las fotos. Las características de las cocinas también fueron observadas y almacenadas en el archivo visual, aunado a lo anterior llevé un pequeño diario de campo el cual me sirvió para describir la zona aledaña a la vivienda, la propia casa y circunstancias que observé en la visita (ver anexo D).

#### ***4.6 Procesamiento de la información***

Una vez concluidas las entrevistas, me dispuse a realizar la transcripción de cada una de ellas, la mayoría de las jefas de familia me señalaron que no era necesario ocultar sus datos, aunque hubo quien no quiso que apareciera su nombre. Por lo que decidí que para manejar un formato uniforme donde todas aparecerían con un seudónimo. Para citar las entrevistas de las jefas de familia fueron nombradas con la palabra interlocutora acompañada de un número. El número fue designado según el orden en el que se las entrevistó. Asimismo, los nombres de los familiares mencionados aparecen con seudónimo. La codificación quedó del siguiente modo: interlocutora 1, interlocutora 2, interlocutora 3 y así hasta llegar a la jefa de familia número 9.

Para ordenar la información recopilada abrí una carpeta donde almacené en subcarpetas nombradas para cada jefa de familia según el código que les asigné tanto las transcripciones como el registro fotográfico de cada una de ellas. Después de leer las transcripciones y ante el cúmulo de información, me pregunté, cuál sería el mejor camino que seguir para analizar el contenido e interpretar con el mayor rigor posible la información vertida en las transcripciones.

Decidí un camino doble, la primera parte del recorrido consistió en vaciar en una matriz cada una de las preguntas que les elaboré a mis interlocutoras y agregar una celda que contuviera sus testimonios. Para responder al objetivo 1 y 2 —que indagan las condiciones sociodemográficas

y económicas de las interlocutoras— después de vaciar la información se realizó análisis de contenido mediante un proceso de razonamiento deductivo pues recurrí a datos estadísticos de Morelos y del municipio cuando los había, para tener un punto de referencia con el cual comparar la información de que obtuve de mis interlocutoras. En cambio, en esta segunda parte del recorrido, debido a las características particulares del objetivo 3 en el que busqué indagar la influencia de las decisiones alimentarias tomadas desde el punto de vista cultural hice un camino contrario. Es decir, fue hecha mediante un razonamiento inductivo para lo cual traté las narraciones de las interlocutoras como relatos, según la propuesta de Barthes 1972; para la clasificación de estos relatos en temas y consignarlos a códigos recibí orientación de un antropólogo social especialista en antropología médica, añadido a lo anterior este investigador realizó un trabajo de verificación de los códigos.

#### **4.7 Consideraciones éticas**

Esta investigación tuvo presente las consideraciones éticas para el desarrollo de cualquier investigación. Por lo que a las jefas de familias les explicité la finalidad de la investigación y les solicité su consentimiento. Para simplificar la obtención del consentimiento informado les realicé la lectura del objetivo de la investigación y señalé que no existía ningún riesgo en su participación (ver anexo E).

Adicionalmente, les informé que para resguardar su privacidad mantendría sus datos en el anonimato. De tal manera que se les asignó un seudónimo tanto a ellas como a los familiares referidos en las citas que aparecen en esta investigación. La aceptación de la participación en la investigación fue audiograbada. De igual manera se solicitó autorización a las interlocutoras para tomar fotos de sus cocinas, alacenas y refrigeradores. (Bautista, 2011).

## 5 Situándonos en la historia, en el territorio y su gente

Este capítulo se organiza de la siguiente manera. En primer lugar, se hace un recorrido sucinto por los momentos clave en la historia del municipio en particular de los eventos que configuración la nación tal como hoy la conocemos. Enseguida se narra los cambios en la organización económica del estado y el consecuente crecimiento poblacional del municipio para finalmente describir la riqueza, biológica, sociocultural e histórica que pervive en la actualidad. En el segundo apartado, se ubica geográficamente el municipio y se muestran sus conexiones con el estado y el centro de país y como el desarrollo económico del estado está supeditado a las necesidades de esta zona económica, y derivado de ello se narran los principales problemas que se derivan de esta relación, a saber, urbanización no planificada, pobreza y rezago social.

Asimismo, se muestra como los problemas antes señalados propician que se mantenga la “violencia de siempre” es decir la violencia cotidiana que se ha normalizado y que es dirigida a cualquier persona, la cual puede ser violencia de origen sexual así como las que se dan en el ámbito laboral, entre otros; sumada a lo anterior, surge la “violencia de hoy” es decir la que está vinculada al crimen organizado y al narcotráfico (Azaola, 2012 tomado de Macleod, et al., 2016). También se presentan datos sociodemográficos de la entidad, algunos de los muchos problemas ambientales que aquejan al municipio y, en el último apartado, se muestran datos estadísticos acerca de las condiciones actuales en las que vive la gente del municipio, incluido datos sobre la salud de la población.

### 5.1 Breve mirada histórica del municipio de Cuautla Morelos

El nombre de la ciudad proviene de lengua náhuatl Cuauhtlah que significa “Nido de Águilas” (Rodríguez, 10/09/2014)<sup>12</sup>. La ciudad de Cuautla tiene un gran valor histórico no sólo para el estado sino para toda la nación pues en él se han desarrollado procesos históricos que han marcado la historia del país.

Una de los momentos claves para la conformación del país fue la Guerra de Independencia, muchas batallas importantes fueron dirigidas por el general José María Morelos y Pavón—el cual

---

<sup>12</sup> <http://revista.morelos.gob.mx/conociendo-morelos/cuautla-ciudad-historica-heroica-y-hermosa>

pretendían acabar con el sometimiento que padecían los indígenas, mestizos y criollos en manos de los invasores españoles—, un evento emblemático sucedido fue el Sitio de Cuautla, momento en el que las tropas de general Félix María Calleja asediaron a los insurgentes en la ciudad de Cuautla, este evento comenzó el 19 de febrero y terminó el 2 de mayo de 1812 con la huida victoriosa de Morelos y su ejército, lo anterior implicó el rompimiento del Sitio (Rodríguez, 10/09/2014). Otro evento fundamental fue el levantamiento campesino ocurrido en 1910 y dirigido por Emiliano Zapata durante el periodo reconocido como la Revolución Mexicana. Se reconoce que Cuautla fue la primera ciudad conquistada por las fuerzas zapatistas. Este movimiento revolucionario peleó con la intención de que el gobierno les devolviera las tierras que les pertenecían. El movimiento revolucionario fue descabezado con la muerte de Emiliano Zapata en manos del coronel Jesús María Guajardo en Chinameca, Morelos, el 10 de abril de 1919 (Rodríguez, 10/09/2014).

Sin embargo, Emiliano Zapata permaneció en el imaginario colectivo de morelense. Ya en los años setentas del siglo XX y en continuidad con el movimiento zapatista surge el movimiento liderado por Rubén Jaramillo. Este encabezó un movimiento campesino postrevolucionario, la lucha que emprendió fue en un primer momento por la vía legal y luego al ver cerradas las posibilidades optó por la vía guerrillera (Sarmiento, 97). Este movimiento sigue presente en la actualidad y ha tomado una nueva forma de defensa de la tierra ante la defensa de los proyectos incluidos en el Proyecto Integral de Morelos [PIM] los cuales pretenden instalar “dos centrales de generación eléctrica de ciclo combinado de 620 mw cada una, un ducto para transportar el gas hasta las centrales a 150 km en tres estados de la república por las faldas del volcán Popocatepetl, una línea eléctrica de 20 km a la subestación de Yautepec y un acueducto desde Cuautla con longitud de 10 km” (Vakhaniya, 2021).

## ***5.2 Breve historia del desarrollo agroindustrial e industrial en el siglo***

La vocación del estado y del municipio fueron las actividades agrícolas por las excelentes condiciones naturales, principalmente el cultivo de caña la cual derivó en el desarrollo agroindustrial con la fabricación del azúcar. Estas fueron las principales actividades económicas del estado y municipio desde la época colonial hasta aproximadamente finales de los años setenta del siglo pasado. Por otro lado, el cultivo del arroz y maíz también estaban presentes y eran importantes para la economía local (Ávila, 2001).

Sin embargo, desde los años cincuenta del siglo XX ocurre una transformación productiva volviéndose cada vez más importante los cultivos comerciales de hortalizas, ampliamente demandados por la Ciudad de México. Es a mediados de los sesenta que el gobierno decide modificar el modelo de desarrollo económico y virar hacia actividades de índole más moderna e industrial sin considerar al territorio y las necesidades e intereses de las personas que iban a ser afectadas (Sarmiento, 97).

En el municipio ocurre la instauración el Parque Industrial de Cuautla, ya entrada la década de los setenta, en la cual alberga empresas en el ramo de la producción de vidrio, electrónica, alimenticios, de insumos agrícolas, químico-farmacéutico (Ávila, 2001).

En los ochenta se incrementa la producción de forrajes especialmente del sorgo y de flores ya sea a cielo abierto o en viveros. Lo anterior en detrimento del cultivo de los alimentos locales (Ávila, 2001). Sin embargo, la conversión al modelo industrial no pudo ocurrir plenamente en el estado ni en el municipio por lo que los gobernantes buscaron nuevas fórmulas de integración de la economía morelense con la de otros estados (Sarmiento, 97). Por lo que sin dejar por completo las actividades industriales se enfocaron en desarrollar el sector terciario en el estado, sobre todo comercio, la venta de comida y bebida, así como el hospedaje.

### ***5.3 El crecimiento del municipio en el siglo XX***

Una característica de Cuautla es que desde los años treinta del siglo pasado se ha promovido la migración de otras ciudades a esta localidad pues se ofrecían terrenos a muy bajo precio o regalados con la condición de habitarlos inmediatamente. Posteriormente, el crecimiento poblacional más intenso ocurrió en la década de los sesentas y setentas del siglo XX y tuvo otro repunte en el periodo del 1990-1995.

Es en la década de los setentas que se amplían colonias viejas y se fundan algunas colonias nuevas en terrenos que hasta entonces eran ejidales ubicados en la periferia de la ciudad, las casas en ese entonces eran elaboradas de madera y zacate, bajareque o de adobe rodeadas de tecorrales. El ambiente era pueblerino había pocos aparatos eléctricos y teléfonos, lo más común eran los radios, se acostumbra ir a misa los domingos y pasearse por el zócalo de la ciudad (Tapia et al., 2016).

De la misma manera, en los años ochenta algunos partidos políticos comprometieron a las personas a levantar campamentos que fueran habitados inmediatamente y los incitaron a luchar por

esos terrenos, es de esta manera como surgieron las colonias, Tierra y Libertad, la Trinchera y Paraíso. Para entonces las casas que se levantaban eran cartón y la gente que poblaban estas nuevas colonias eran personas provenientes del mismo municipio, de Puebla y de Guerrero (Tapia et al., 2016).

Estos nuevos habitantes buscaron empleos, como peones, albañiles, trabajadoras domésticas y como campesinos medieros. Los nuevos pobladores de estas colonias se caracterizaron por su organización en la búsqueda de servicios públicos como luz, agua, drenaje e incluso en lugares muy bien organizados en incipientes escuelas. (Tapia et al., 2016). Asimismo, el perfil de los pobladores recién llegados era variopinto desde mujeres acompañadas de pareja o padres, mujeres que llegan a formar una nueva familia, hasta mujeres que se tienen que responsabilizar solas del hogar trabajando y cuidando hijos o hermanos menores (Tapia et al., 2016).

Ya iniciado el siglo XXI se observa que aún existen condiciones de desigualdad y rezago social, por mencionar algunas de éstas en las viviendas de la ampliación Tetelcingo y de la colonia Cerritos (Tapia et al., 2016).

#### **5.4 Riqueza biológica y sociocultural del municipio**

Esta zona es reconocida por la riqueza biológica. Se reconoce la gran variedad de flora y fauna en la región, así como por su buen clima, áreas naturales y manantiales. El hecho de que en la zona existan manantiales de los que brotan aguas provenientes de los volcanes Popocatepetl e Iztaccíhuatl vuelve al municipio muy atractivo en términos turísticos por contar con balnearios con agua corredizas cercanos al Valle de México. Por mencionar algunos está el balneario ejidal “Las tazas”, “El Almeal” o Agua Hedionda. De los 50 balnearios existentes en el estado 6 pertenecen al municipio (Luna, 2019).

La riqueza cultural se puede observar en dos sentidos, en la gente y en su historia. En el en el ámbito cultural, se reconoce la existencia de un pueblo originario hablante de lengua náhuatl que conserva su lengua, vestimenta y tradiciones en alguna medida (SilMéxico, 20/05/23). En el municipio se habla en menor medida otras lenguas originarias de personas que han migrado al municipio (DataMéxico, 03/03/21).

La conservación de la memoria histórica de los grandes hechos ocurridos en la zona sigue presente en forma de desfile cívico-militar a los que la población asiste gustosa, tanto el 2 de mayo

en la conmemoración del término del Sitio de Cuautla, como el 30 de septiembre en el que se celebra el nacimiento del general Morelos. En dichos eventos es cerrada una de las principales avenidas de Cuautla para que desfilen militares, policías, estudiantes de diversas escuelas a veces acompañados de bandas de guerra, así como invitados de otros municipios estados (Boletín 12818; 30/09/22).

En cuanto a las fiestas religiosas, existen diversas fiestas a lo largo del año. Entre las más importantes, tenemos la principal conmemoración católica que ocurre en la Iglesia de “El Señor del Pueblo” la cual se celebra el segundo viernes de cuaresma en honor al Señor de Xochitengo (Gaviña, 13/02/23). Otra ceremonia relevante es la “Fiesta de las Cosechas” en el poblado indígena de Tetelcingo. Esta es una fiesta ligada al ciclo de la cosecha pues se realiza para agradecer el buen temporal y las cosechas, y se vincula al culto religiosa ofrecido a Cristo Rey patrono de la comunidad. Ocurre el tercer domingo de octubre en dicho poblado (Gaviña, 6/10/22).

Su riqueza gastronómica es amplia pues las comunidades han sabido aprovechar los recursos de la zona transformándolo en platillos regionales como el huaxmole elaborado con huaje (ya sea rojo: *Leucaena esculenta* o blanco *Leucaena leucocephala*), una semilla proveniente de un árbol característico de la región; el clemole rojo o verde o las salsas de ciruela de cerro (*Spondias purpureae*) o la salsa de jumil insecto que es fácil de conseguir en los mercados; asimismo el consumo del fruto del guamúchil (*Pithecelobium dulce*), del nache (*Byrsonima crassifolia*), o alimentos derivados del maíz como elotes cocinados con flores de pericón y tequesquite, chileatole, además de tortillas, tamales, dobladas, gorditas y picaditas, por sólo mencionar algunos alimentos (García et al., 2021).

En cuanto a la riqueza histórica se reconoce que es vasta, nada más al caminar por sus calles es posible leer la historia de la ciudad. En el centro, cada calle lleva el nombre de algún evento significativo ocurrido durante el enfrentamiento del ejército insurgente contra el ejército del general Félix María Calleja. Por ejemplo, «tres calles dan testimonio del sanguinario avance de los realistas y su derrota ante los insurgentes: «Las víctimas de Calleja», “La retirada de Calleja» y «Las angustias del general Calleja» (Cinta, 22/09/20). De la misma manera hay rincones de la ciudad que narran la historia sucedida durante la revolución (Cinta, 22/09/20).

Esta riqueza histórica también está representada en edificaciones, incluso más antiguas que los hechos antes narrados y que datan de la época de la conquista. Algunos de los monumentos que son memoria de aquellos tiempos son: la Iglesia y ex Convento de Santo Domingo de Guzmán

ubicada en el zócalo de la ciudad, Iglesia y ex Convento de San Diego, sitio que sirvió de cuartel a Morelos, ubicada a un costado de la zona conocida como “Ferrocarril Interoceánico de Cuautla” antigua estación del ferrocarril donde se ubica la famosa máquina de vapor No. 279 en la cual ocurrió el encuentro entre Villa y Zapata;

La Capilla de Santa Bárbara, Santuario del Señor del Pueblo de Xochitepec; la Capilla de Gualupita; Plaza Revolución del Sur donde se ubica el mausoleo de Emiliano Zapata ubicado frente al santuario antes mencionado; Museo Histórico del Oriente de Morelos mejor conocida como “Casa de Morelos” sitio que fuera casa del general Morelos hace 200 años y cuartel de Emiliano Zapata hace 100 años, entre otros (Rodríguez, 10/09/2014; 30/05/23, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta) 30/05/23; 30/05/23 ).

Por toda la riqueza arquitectónica antes mencionada, “en 2012 fue aprobado por el congreso local el título de: *Heroica Ciudad de Cuautla, Capital Histórica de Morelos* (Garagui,20/02/21). En el mismo año, el gobierno de Felipe Calderón declaró el 28 de noviembre de 2012 a la ciudad de Cuautla como Zona de Monumentos Históricos de la Heroica e Histórica Ciudad de Cuautla (Gaviña,24/11/20).

## **5.5 El territorio, su configuración y su gente**

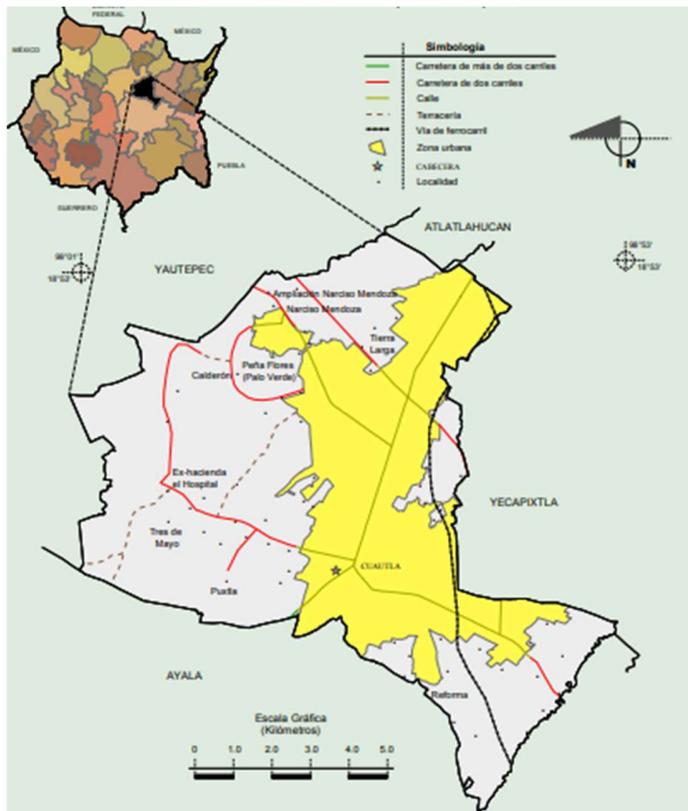
### **5.5.1 Localización del municipio**

El Municipio de Cuautla se localiza en la zona oriente del estado de Morelos. Colinda con los Municipios de Yautepec, Atlatlahucan, Yecapixtla y Ayala. Tiene una extensión territorial de 121.9 Km<sup>2</sup> (INEGI, 2020). En cuanto al uso de suelo se obtuvieron los siguientes datos: para labores de agricultura es del 57%, la zona urbana corresponde al 37.21%, la selva está representada en 4.17% y el pastizal en 1.62% (INEGI, 2010).

En la figura 4 se observa la ubicación del municipio de Cuautla con respecto al estado de Morelos. También es posible apreciar la zona urbana dentro del municipio. Esta zona está marcada en color amarillo.

**Figura 4**

*Mapa de la zona urbana del municipio de Cuautla*



Fuente: INEGI Marco Geodésico Municipal 2010, versión 4.3. INEGI Información topográfica digital escala 1:250 000 serie III. Tomado de Compendio de información geográfica municipal 2010, Cuautla, Morelos

La altitud promedio del municipio es de 1,300 metros sobre el nivel del mar. Los tipos de superficie predominante son: las zonas planas representadas con un 6% del territorio; la superficie de tipo ondulada 32% y sólo el 7% es de superficie accidentada. En el municipio se localizan dos elevaciones principales: la del cerro de Calderón en el poniente, y el cerro del Hospital que colinda con el municipio Yauatepec (Olivera, 2011). El clima del municipio es cálido subhúmedo con lluvias, tiene una temperatura promedio de 20-23 grados centígrados. La precipitación pluvial se ubica entre los 800-1,000.

## 5.6 *El municipio y conexiones territoriales*

El desarrollo y crecimiento de Morelos ha quedado históricamente subsumido a las necesidades de la capital del país y, por lo tanto, la economía y la política morelense están subordinadas (Luna, 2019; Sarmiento, 1997).

De la misma manera, hablar del municipio de Cuautla implica pensarlo desde la interacción que este tiene, en primer lugar, con el corredor urbano Cuernavaca-Cuautla, y de éste con la región centro del país. (González, 2015; Luna, 2019; Sarmiento, 1997). Este corredor urbano enlaza a la ciudad de Cuautla con Cuernavaca a través de las zonas metropolitanas de estos dos municipios<sup>13</sup>. Lo que genera una dinámica urbano funcional para toda la zona. Así esta región en su conjunto conforma una red urbana multinuclear aún conectada por zonas rurales que enlaza los territorios permitiendo se realicen intercambios, movilidad de población, bienes y servicios. (Ávila, 2023; Luna, 2019). Asimismo, Morelos junto con otros seis estados, forman parte de la región centro, a saber: CDMX, Puebla, Tlaxcala, Morelos, Hidalgo, Estado de México y Querétaro (Aguilar, 2023). Su importancia radica en que esta zona aporta en su conjunto el 40% del PIB nacional (la CDMX y Estado de México concentran el 30%) a lo que se añade que estos estados concentran un tercio de la población nacional (Aguilar, 2023; Ávila, 2023).

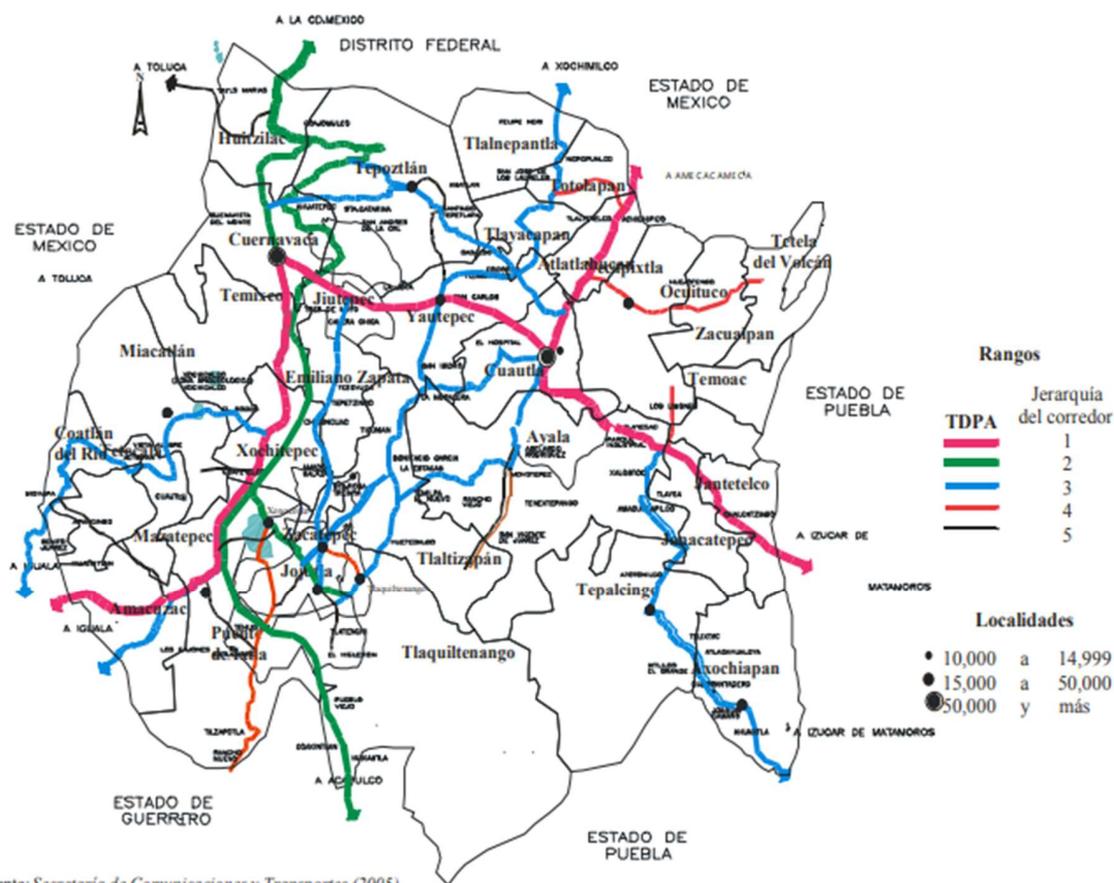
Lo antes señalado se observa en la figura 5, existen cinco rutas regulares de tránsito en el estado, al ubicar el corredor principal —línea rosa mexicano—se puede notar la importancia de Cuautla como ruta clave de la región centro del país, pues este corredor une el estado de Puebla con Cuernavaca, de Puebla con el Estado de México, Puebla con Guerrero y Guerrero con el Estado de México.

---

<sup>13</sup> La zona metropolitana de Cuernavaca está conformada por ocho municipios: Emiliano Zapata, Jiutepec, Temixco, Tepoztlán, Xochitepec, Huitzilac y Tlaltizapán. La zona metropolitana de Cuautla está conformada por cinco municipios: Atlatlahucan, Ayala, Yautepec, Yecapixtla y Tlayacapan. En Oliver, G. (2023) “El sistema de ciudades y la urbanización de Morelos en el siglo XXI”.

Figura 5

Morelos: Tránsito diario promedio anual 2005



Fuente: Secretaría de Comunicaciones y Transportes (2005)

Fuente: tomado de Olivera, G. (2011) "El Contexto regional y la situación local del desarrollo urbano reciente" en Tapia, M. "Diagnóstico local sobre la realidad social, económica y cultural de la violencia y la delincuencia en el municipio de Cuautla"

La falta de autonomía del municipio de Cuautla y del estado debido a su subordinación al desarrollo económico del centro del país ha derivado en una variedad de problemáticas. Se habla de crecimiento acelerado de la ciudad, del deterioro del ambiente y con ello de los recursos hídricos, debilitamiento del sector agropecuario, la terciarización de la economía, la industrialización tardía inacabada, entre otros (Luna, 2019; Ávila, 2001). Todo lo anterior trae aparejado pobreza y carencias sociales de la población, debido a que todos estos modelos de desarrollo económico están centrados en la obtención de cuantiosas ganancias para unos cuantos beneficiarios sin considerar las necesidades de la población.

## **5.7 Problemáticas actuales del municipio**

### **5.7.1 Urbanización no planificada**

Diversos problemas se derivan de la falta de planificación. Uno de ellos es el crecimiento irregular y desordenado en el que ha crecido la ciudad de Cuautla, pues ha ocurrido de manera poco planificada incluso en terrenos ejidales y comunales, lo que ha dado como resultado que este crecimiento sea de manera lineal siguiendo el cauce del río y las vialidades principales que conectan a la ciudad (Verdejo, 2011; Ramírez, 2023).

Lo anterior implica que la infraestructura del lugar se centraliza en este corredor, mientras que otras zonas carecen de estructuras físicas y organizativas adecuadas. Asimismo, la conformación de nuevas colonias y ampliaciones no planificadas ha derivado en que las poblaciones en estos lugares no cuenten con las condiciones adecuadas para vivir (Olivera y Serrano, 2023). Este tipo de crecimiento es un fenómeno que también ocurre a nivel estatal pues como se ha señalado, Morelos ocupa el segundo lugar a nivel nacional en el rubro de crecimiento irregular (Ramírez, 2023).

Otro problema es el cambio en el uso de suelo, pues se observa que cada vez más terrenos ejidales se venden para uso de vivienda y comercial, lo cual ha derivado en la especulación de la tierra con el consecuente aumento de precios de la tierra, el incremento de las viviendas urbanas desocupadas debido a su elevado costo de venta o renta (Luna, 2019).

### **5.7.2 Pobreza y rezago social**

Otra de las consecuencias del modelo de desarrollo económicos ha sido el de la desigualdad en el acceso a la riqueza. Sin embargo, las carencias de la población no es un tema sencillo y a lo largo del tiempo se han diseñado propuestas teórico-metodológicos en los que se plantean cómo medir dicho problema social (Coneval, 2012).

Por lo que en México la metodología oficial para medir la pobreza fue planteada desde una perspectiva multidimensional. Para definir a la población en situación de pobreza se señala que es “aquella que padece al menos una carencia social y tiene un ingreso inferior al valor de la Línea de Bienestar<sup>14</sup>, y dentro de la misma se determina en pobreza extrema cuando presenta al menos tres

---

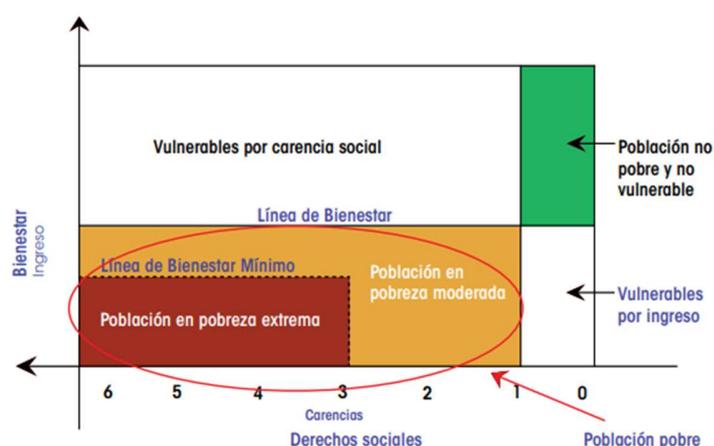
<sup>14</sup> “Las Líneas de Bienestar se determinaron a partir del valor monetario de canastas de consumo que se construyeron siguiendo dos principios: que su contenido fuera acorde al consumo habitual de los hogares mexicanos y que se cumplieran aspectos importantes del conocimiento científico nutricional y económico; para tal efecto se establecieron los siguientes criterios: 1) que las

de las seis carencias sociales definidas en la metodología y un ingreso inferior a la Línea de Bienestar Mínimo” (Coneval, 2012). “La línea de bienestar mínimo equivale al valor de la canasta alimentaria por persona al mes; y la línea de bienestar equivale al valor total de la canasta alimentaria y de la canasta no alimentaria por persona al mes” (Secretaría de Hacienda, 2019).

En la figura 6 se plasma de manera gráfica la identificación de los distintos grados de pobreza que puede padecer la población, así como los tipos de vulnerabilidades.

### Figura 6

*Identificación de la población en pobreza*



Fuente: tomada de Coneval, 2012

En el “Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022” del municipio de Cuautla elaborado con datos del 2020, señala que la población que vive en pobreza es de 99 572 personas lo que equivale al 51.3% del total de la población (es la sumatoria de pobreza extrema más pobreza moderada).

Los datos de la tabla 10 que a continuación se presenta muestran un aumento en el porcentaje de pobreza en el municipio que en 2010 era del 44.8% y pasó al 51.3%, de la misma

---

canastas representen el patrón de consumo de un grupo poblacional de referencia, y 2) que cumplan con recomendaciones nutricionales en la parte alimentaria y en la no alimentaria con criterios de la teoría económica para determinar si los bienes y servicios deben ser considerados necesarios. Siguiendo estos criterios se determinaron los valores de la Línea de Bienestar Mínimo como el valor monetario de una canasta alimentaria y de la Línea de Bienestar como la suma de los valores de las canastas alimentaria y una no alimentaria” (Coneval, 2012).

manera en el Estado transitó en el 2010 del 43.6% al 50.9% en el 2020 (Secretaría de Hacienda, 2019; DGPA-Secretaría del Bienestar, 2022).

**Tabla 10**

*Datos comparativos de los indicadores de pobreza multidimensional del periodo 2010-2020*

<b>Ámbito</b>	<b>Pobreza</b>	<b>Pobreza extrema</b>	<b>Pobreza moderada</b>	<b>Vulnerable por carencia social</b>	<b>Vulnerabilidad por ingreso</b>	<b>No pobres ni vulnerables</b>
<b>Nacional</b>	46.3%	11.4%	34.9%	28.8%	-	-
<b>Morelos 2010</b>	43.6%	7.0%	36.6 %	34.4 %	-	-
<b>Morelos 2020<sup>15</sup></b>	50.9	8.4%	42.5%	23.7%	9.1%	16.2%
<b>Cuautla 2010</b>	44.8%	6.5%	38.3%	32.7 %	-	-
<b>Cuautla 2020<sup>16</sup></b>	51.3%	8.4%	42.9%	24.9%	8.7%	15.2%

Fuente: tomado elaborado con base en la tabla elaborada por la Secretaría de Hacienda, 2019 e información del documento Secretaría del Bienestar, 2022 “Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022”.

En la tabla 11, se presentan datos comparativos de la tipificación de las carencias presentadas por el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL) de los años 2010 y 2020 a nivel estatal (Morelos) y municipal (Cuautla). Si bien los datos que se presentan muestran mejoría en varios rubros de vulnerabilidad por carencias sociales, es de resaltar que en el rubro de acceso a la alimentación tanto a nivel estatal como municipal en el año 2020 no mejoraron, por el contrario, aumentó la población que presenta este tipo de carencia. Esto puede estar impactando el rubro de pobreza pues como se observa en la tabla anterior aumenta tanto en el municipio como en el estado en el año 2020. Esto ocurre en el periodo de más agudo del confinamiento en el cual hubo cierre de negocios y pérdida de empleos.

<sup>15</sup> Los datos que se presentan en esta fila corresponden al año 2020, fueron tomados del documento titulado “Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022”. Elaborado por la Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA), Secretaría de Bienestar. Este documento fue elaborado con información de la Medición Multidimensional de la Pobreza 2020 de CONEVAL, con información de INEGI 2020, con el Cuestionario Ampliado del Censo de Población y Vivienda 2020, aplicando la Metodología para la Medición Multidimensional de la Pobreza 2020 de CONEVAL.

<sup>16</sup> Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022” elaborado por la Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA), Secretaría de Bienestar.

**Tabla 11**

*Evaluación de las carencias a nivel municipal y estatal en el periodo 2010-2020*

Tipo de carencia	Población 2010 (Cuautla)	Población 2020 <sup>17</sup> (Cuautla)	Población (Morelos) 2010	Población (Morelos) 2020
	<b>Rezago educativo</b>	19.2%	14.3%	19.4%
<b>Acceso a los servicios de salud</b>	37.5%	34.8%	31.7%	31.8%
<b>Acceso a la seguridad social</b>	66.1%	62.1%	64.9%	60.1%
<b>Calidad y espacio de la vivienda</b>	14.6%	8.3%	15.8%	9.1%
<b>Acceso a los servicios básicos en la vivienda</b>	19.5%	8.9%	21.3%	17.9%
<b>Acceso a la alimentación</b>	<b>18.5%</b>	<b>24.4%</b>	<b>22.0%</b>	<b>24.4%</b>

Fuente: tomado de Secretaría de Hacienda, 2019; Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA)- Secretaría de Bienestar, 2022

Lo anterior es consecuencia del impacto negativo de la crisis sanitaria sobre la economía de país, pues se ha señalado que en este periodo aumentó la inflación y con ello los precios de los alimentos, de la misma manera ocurrió la disminución del empleo formal e informal<sup>18</sup> lo cual pudo implicar que las familias dedicaran mayor cantidad de dinero en alimentarse en detrimento de otro tipo de compras (Banco de México, noviembre de 2020; Banco de México, diciembre de 2020).

### 5.7.3 Violencia en el municipio

La violencia se ha vuelto una constante en el municipio, se reconoce que la violencia intrafamiliar (Flores, et al., 2011), se acrecentó durante el encierro ocurrido entre 20020-2022 especialmente contra las mujeres (Boletín UAEM, 26/08/20). Sin embargo, el abuso contra menores también es grave, pues se señala que Morelos en el año 2021: fue “la 5a entidad con más personas de 0 a 17

<sup>17</sup> Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022” elaborado por la Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA), Secretaría de Bienestar.

<sup>18</sup> Datos del INEGI del periodo de marzo-abril del 2020 indican que en el país se perdieron 12.5 millones de puestos de trabajo. Pero señala que el mayor impacto ocurrió lo tuvieron los trabajadores informales pues este sector absorbió el mayor impacto ya que para ese periodo se perdieron 10.4 millones de empleos mientras que solo 2.1 millones de trabajos formales. Se reconoce que el impacto de la pandemia fue generalizado. Sin embargo, el sector más afectado fue el de los servicios. El 63% de los empleos informales perdidos fue de este sector en el primer trimestre del 2020 y el mismo periodo del 2021. Los datos de este sector, pero del mercado laboral formal, indican que este sector acumuló una caída de 0.33 millones de empleos a mayo del 2021 respecto a marzo del 2020 (Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro (CONSAR, 14/07/21)

años hospitalizadas por violencia sexual, [...] la 8a entidad con más personas de 0 a 17 años hospitalizadas por violencia familiar y física [...] [Salud, 2022] y la 12a entidad con más personas de 0 a 17 años víctimas de homicidio doloso y por arma de fuego [SESNSP, 2022] (Redim, 1/07/22).

El escenario en el que se desarrollan estas violencias es uno en donde lo que prevalece la falta de oportunidades, la impunidad y la corrupción donde existe rezago educativo y poco empleo. A lo anterior se sumado la alta tasa de migración de jóvenes de entre 15 y 34 años provenientes de Puebla, CDMX, Estado de México, y Guerrero. Sin embargo, lo que encuentran son empleos precarios en el sector servicios sobre todo de operadores de transporte, vigilantes o trabajo doméstico, lo que los caracteriza es que son mal pagados. Lo anterior resulta en que esta población padece pobreza patrimonial y quedan vulnerables ante la opción de elegir cometer actos de violencia (Tapia, 2011).

A esto se suma la venta indiscriminada de alcohol a jóvenes y el incremento desmedido de la apertura de bares y antros a lo largo de la ciudad. Asimismo, estos lugares se han vuelto centro de operación del crimen organizado pues son espacios donde se distribuyen y consumen drogas (Ibarra, 2016 tomado de Macleod et al., 2016). Además, en estos lugares recurrentemente se cometen actos delictivos, por solo señalar un ejemplo, el 25 de diciembre del 2022 fue asesinado en uno de sus bares el líder de la Asociación de Restaurantes, Bares y Comercio Establecido (Rebase) y representante de la Cámara Nacional de la Industria de Restaurantes y Alimentos Condimentados (Canirac) de Cuautla (Brito, 26/12/22 Proceso). Otro problema que aqueja en lugar es la prostitución que para 2011 se tenían contabilizados al menos 58 casas de citas en el centro de la ciudad. (Tapia, 2011).

Así la violencia desatada por el crimen organizado ocurre de manera cotidiana en la ciudad de Cuautla, tanto por el cobro de piso, las extorsiones y secuestros, como por la lucha que se presenta entre grupos delictivos por el control de las plazas. Se reconoce que en el oriente de Morelos operan cinco cárteles y grupos del crimen organizado: el CJNG (Cartel de Jalisco Nueva Generación, que incluye células de Guerreros Unidos), la Familia Michoacana, los Rojos, los Tlahuicas y los Mayas (Espino, 2020 tomado de Macleod, 2022). Actualmente los Guerreros Unidos se disputan las plazas de Guerrero y Morelos, sus filas son alimentadas sobre todo con jóvenes.

Incluso estos grupos delictivos han penetrados altos mandos de seguridad como es el caso de Irving Eduardo Solano Vera, que fue líder del CJNG en Morelos y que “Trabajó en la Procuraduría General de Justicia de Morelos como policía del Grupo de Investigación de Homicidios entre julio de 2000 y noviembre de 2003” (Macleod, 2022) o altos funcionarios del gobierno como ocurrió durante el mandato del gobernador panista Marco Antonio Adame Castillo (2006-2012), el cual ayudó a huir del ejército al capo Arturo Beltrán Leyva en un helicóptero enviado por el propio secretario de Seguridad Pública de Morelos (Redacción, 3/10/2010; Macleod, et al., 2016).

Esto último ocurrió durante el sexenio de Felipe Calderón y su declaración de “guerra contra el narcotráfico” (Macleod, et al., 2016). Sin embargo, la colusión de autoridades y crimen organizado sigue presente a la fecha. Pues se reconoce que en la actual gubernatura de Cuauhtémoc Blanco (El Diario, 2019 tomado de Macleod, 2022) “El Carrete” logró cooptar más del 40% de los municipios de Morelos, impulsando candidatos, pagando campañas electorales y con el cobro de favores (De Mauleón, 2020 tomado de Macleod, 2022).

Una razón de la lucha por el control de plazas en esta región se debe que —como ya se mencionó— es punto nodal en el transporte de mercancías de varios estados, entre ellos es la ruta de transporte de drogas entre Guerrero y la CDMX (Macleod, 2022). Lo anterior ha dado como resultado que Morelos ocupe el 5to lugar en cuanto a delitos cometidos por el crimen organizado, entre los que se menciona la extorción, el secuestro y el tráfico de drogas, según información del índice de Paz en México de 2011, en cambio el Centro de Investigación para el Desarrollo, A. C. (CIDAC) señala que Morelos se ubica en segundo lugar (CIDAC, 2015 de tomado de Macleod, et al, 2016).

Asimismo, el Semáforo Delictivo en Morelos indica que el estado se encuentra en rojo en el rubro de homicidios, narcomenudeo, robo a casas y lesiones y en amarillo al rubro de robo a negocios y violación. La investigadora señala que si bien en el rubro de feminicidios el estado aparece en color verde, esto se debe a que estos casos son invisibilizados pese a que hay evidencia de que ocurren (Macleod, 2022).

Todos los problemas señalados en este apartado y en los anteriores muestran como la exclusión social es una condición que desencadena la violencia. Este fenómeno fue comprobando con investigación empírica pues se observó que las zonas de mayor pobreza en Cuautla son los lugares donde se presenta mayor violencia (Olivera, 2011).

#### 5.7.4 Deterioro de las áreas naturales

Los problemas ambientales se han agudizado por ejemplo ante la ubicación del relleno sanitario “La Perseverancia” que carece de la infraestructura tanto para recibir como para contener la cantidad de desechos que llegan del Valle de México (Luna, 2019). Ejemplo de ello, es el incendio ocurrido el 5 de abril del 2023 en el que se quemó un depósito de neumáticos que almacenaba alrededor de 15 mil piezas, motivo que por el cual el subdirector de Salud Municipal, Leonardo Vargas Valle, recomendó no salir de las casas (Gaviña, 5/04/23; Espinoza, 6/04/23). Señaló que “el humo producido por la quema de llantas es altamente tóxico porque contiene cianuro, monóxido de carbono y óxido de azufre, que son sustancias dañinas para el cuerpo y la salud” (Gaviña, 5/04/23). Otro caso es el de la invasión de zonas protegidas como la de Santa Rosa lo que ha derivado en la construcción ilegal de viviendas en las áreas naturales debido a la falta de planificación (Luna, 2019).

Los daños sobre el ambiente afectan directamente el bienestar de la población debido al aumento de basura, de contaminantes, así como la pérdida de especies nativas y la disminución de los cuerpos de agua. La población ve mermada su calidad de vida y con ello su salud al disminuir las áreas verdes que son zonas de recarga de agua, de regulación de la temperatura y además que proporcionan aire limpio, así como áreas de recreación y vivienda de una infinidad de especies, entre otros múltiples beneficios para la población y el ecosistema en su conjunto (Ruíz, 01/03/23).

#### 5.7.5 Caracterización de la población

El censo poblacional del año 2020 para el municipio de Cuautla arrojó que en esta entidad habitaban 187 118 personas, de las cuales el 48% son hombres y 52% son mujeres. Esta ciudad es la tercera del estado en términos de concentración de población. El crecimiento poblacional con respecto del censo de 2010 fue de 6.8<sup>19</sup> (DataMéxico, 03/03/21).

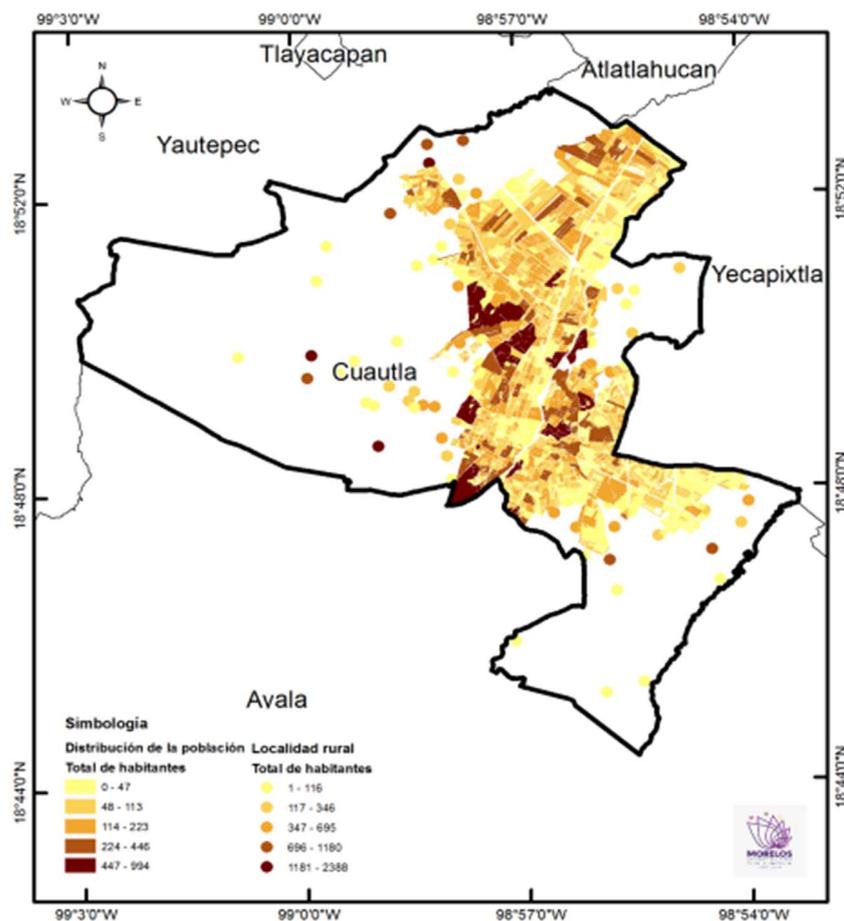
En la figura 7 se observa las zonas de mayor concentración urbana en rectángulos color marrón oscuro, las localidades rurales más densas aparecen representadas con círculos color marrón oscuro. En cambio, las zonas menos pobladas están representadas en color amarillo ya sean que estén representadas por rectángulos para las zonas urbanas o círculos para las zonas rurales.

---

<sup>19</sup> La población total en el municipio en 2010 fue de 175 207 según los datos del INEGI reportados en Secretaría de Hacienda, 2019.

Figura 7

Mapa que representa la densidad poblacional del municipio de Cuautla



Fuente: tomado de Secretaría de Hacienda. Dirección General de Planeación Participativa e Información Estratégica. Con datos de Censo de Población y Vivienda 2020 INEGI.

El rango de edad que concentró la mayor cantidad de población fue el de 5 a 19 años con una concentración del 25.9% de la población total (DataMéxico,03/03/21). De los datos censales también se obtuvo información sobre la jefatura familiar en las viviendas encuestadas, mostrando que el 34.7% son hogares con jefatura femenina y 65.3% corresponde a hogares donde la jefatura familiar está en cabeza de un hombre (DataMéxico, 03/03/21).

En cuanto al nivel educativo, pese a que la población del municipio es en su mayoría joven, se observa que para el año 2020 el 31.1%, declaró tener secundaria, el 22.3% preparatoria o bachillerato general, 18.2% licenciatura y otro 18.0% estudios de primaria. En el caso de las



En cuanto al tema de desigualdad en la distribución del ingreso para el año 2020 no hay datos para el municipio, en cambio para Morelos se informa que el 10% de los hogares de menores ingresos tuvieron un ingreso promedio trimestral de \$9 310 mx en cambio para el decil más alto para el mismo periodo tuvieron un ingreso promedio trimestral de \$128 000 mx. Es decir, la desigualdad es característica presente en el estado y municipio (DataMéxico, 03/03/21).

Así como otras regiones del país, el municipio de Cuautla no sólo es receptor de gente también ocurre el fenómeno contrario, la migración sobre todo a los Estados Unidos. Según el reporte del Centro de Estudios Monetarios Latinoamericanos (CEMLA) elaborado con datos del Banco de México. Reporta que para el año 2014 Morelos ocupó el lugar número 17 en el ingreso de las remesas provenientes de Estados Unidos, dentro del estado Cuautla ocupó el primer lugar pues recibió el 21.90% de ese tipo de ingresos, el segundo lugar lo ocupó Cuernavaca con 19.19 y el tercer lugar, Jojutla con 8.83% (Cervantes et al., 2015).

### ***5.8 Salud de la población Cuautlense***

En cuando a datos sobre la salud de los pobladores del municipio se obtuvo información para el año del 2010, se menciona que el 10.18% de los pobladores contaban con alguna limitación discapacidad motriz. En el periodo de 2010-2014 se observó que la principal causa de muerte fue la Diabetes Mellitus seguida de enfermedades isquémicas del corazón y enfermedades cerebrovasculares. Se identificó en todos los años que fueron los hombres los que presentaron una mayor mortalidad. Asimismo, se han incrementado la presencia de padecimientos como la hipertensión arterial, la insuficiencia renal y enfermedad por VIH. En el caso de las mujeres se observó que un incremento en la tasa de incidencia de tumores de mama correspondiente a un valor de 14.8 casos por 100 000 habitantes (Olivar, et al., 2015).

Finalmente se identificaron problemáticas prioritarias que deben ser atendidas: “la deficiente recolección de residuos sólidos, el gasto en salud insuficiente para el total de la atención en salud, las infecciones respiratorias agudas y la diabetes mellitus tipo 2” (Olivar, et al., 2015).

## 6 Más allá de las estadísticas. Poniéndole rostro a las jefas de familia

En primer lugar, se presenta un bosquejo de cómo es la infraestructura de la zona, y se relatan las condiciones de la vivienda y de la cocina de las jefas de familia. Se muestra a qué servicios públicos municipales tienen acceso y a cuáles no. En un segundo momento, se muestran las características sociodemográficas de las entrevistadas como edad, nivel de estudios, tipo de trabajo, estructura familiar, conformación del ingreso familiar, enfermedades que presentan ellas y los integrantes de su familia. A lo anterior se añade la identificación del rol social que cumplen estas mujeres dentro de su grupo familiar. Todo lo anterior tiene la intención de identificar las vulnerabilidades a las que están expuestas y delinear quiénes son las jefas de familia.

### 6.1 Especificaciones del territorio que habitan las jefas de familia

Como se observó en el capítulo “Situándonos en la historia, en el territorio y su gente” la mancha urbana del municipio de Cuautla ha crecido de manera desordenada generándose con ello una diversidad de problemas sociales. De tal manera que en el municipio han sido trazadas Zonas de Atención Prioritaria (ZAPs<sup>20</sup>), las cuales se caracterizan porque su población presenta índices de pobreza y marginación que vulneran su derecho al desarrollo social. Lo anterior ha sido señalado en el documento “Síntesis estadística municipal 2019. Cuautla”; el cual clasifica las colonias del municipio según su grado de marginación<sup>21</sup> y de riesgo social<sup>22</sup>.

Esta información fue utilizada para identificar las ocho colonias visitadas en la presente investigación. El resultado de esta contrastación se presenta en la tabla 12 en la que se enlistan las colonias visitadas y se señala el grado de marginación que presentan, este puede ser muy alto, alto, medio y bajo; y se indica si presentan índice de riesgo social, que puede ser alto, medio, bajo o muy bajo. Todas las colonias visitadas se ubicaron en alguno de los dos rubros.

---

<sup>20</sup> Son definidas como “regiones de carácter rural o urbano cuya población presenta índices de pobreza y marginación que indican la existencia de marcadas insuficiencias y rezagos en el ejercicio de los derechos para el desarrollo social establecido en la Ley General de Desarrollo Social” (Secretaría de Hacienda s/f)

<sup>21</sup> “El índice de marginación es un indicador multidimensional que mide la intensidad de las privaciones padecidas por la población a través de 9 formas de exclusión agrupadas en 4 dimensiones: educación, vivienda, distribución de la población e ingresos monetarios” (Conapo, 29/09/22).

<sup>22</sup> El índice de riesgo social forma parte de una metodología elaborada por el gobierno de Morelos para desarrollar un indicador de conducta antisocial por falta de oportunidades (Secretaría de Hacienda s/f).

Las colonias visitadas catalogadas con más problemas fueron Campo Santa Rosa y Girasoles (Campo Guaje) que presentaron un grado de marginación muy alto. Le sigue las colonias Tres de mayo, Ampliación Gabriel Tepepa, Malena Lara Ampliación Gabriel Tepepa y Peña Flores las cuales fueron ubicadas con grado de marginación e índice de riesgo social. De estas colonias, las dos primeras se ubicaron con niveles altos de marginación e índice de riesgo medio, las otras dos colonias presentaron grado de marginación e índice de riesgo social bajo en los dos casos. Las colonias restantes aparecen con distintos valores de grado de riesgo social.

**Tabla 12**

*Clasificación de las colonias visitadas según el grado de marginación y riesgo social, Cuautla 2022*

<b>Clasificación de colonias por grado de marginación</b>		
<b>Colonia visitada</b>	<b>Grado de marginación</b>	<b>Grado de riesgo social</b>
<b>Campo Santa Rosa</b>	muy alto	muy bajo
<b>Girasoles (Campo Guaje)</b>	muy alto	No aparece
<b>Tres de mayo</b>	alto	Medio
<b>Ampliación Gabriel Tepepa</b>	alto	Medio
<b>Malena Lara Ampliación Gabriel Tepepa</b>	Bajo	Bajo
<b>Peña Flores</b>	Bajo	Bajo
<b>Cuauhtémoc</b>	no aparece	Medio
<b>Unidad Habitacional Tezahuapan</b>	no aparece	Bajo
<b>Emiliano Zapata</b>	no aparece	Alta

Fuente: adaptado de Secretaría de Hacienda s/f.

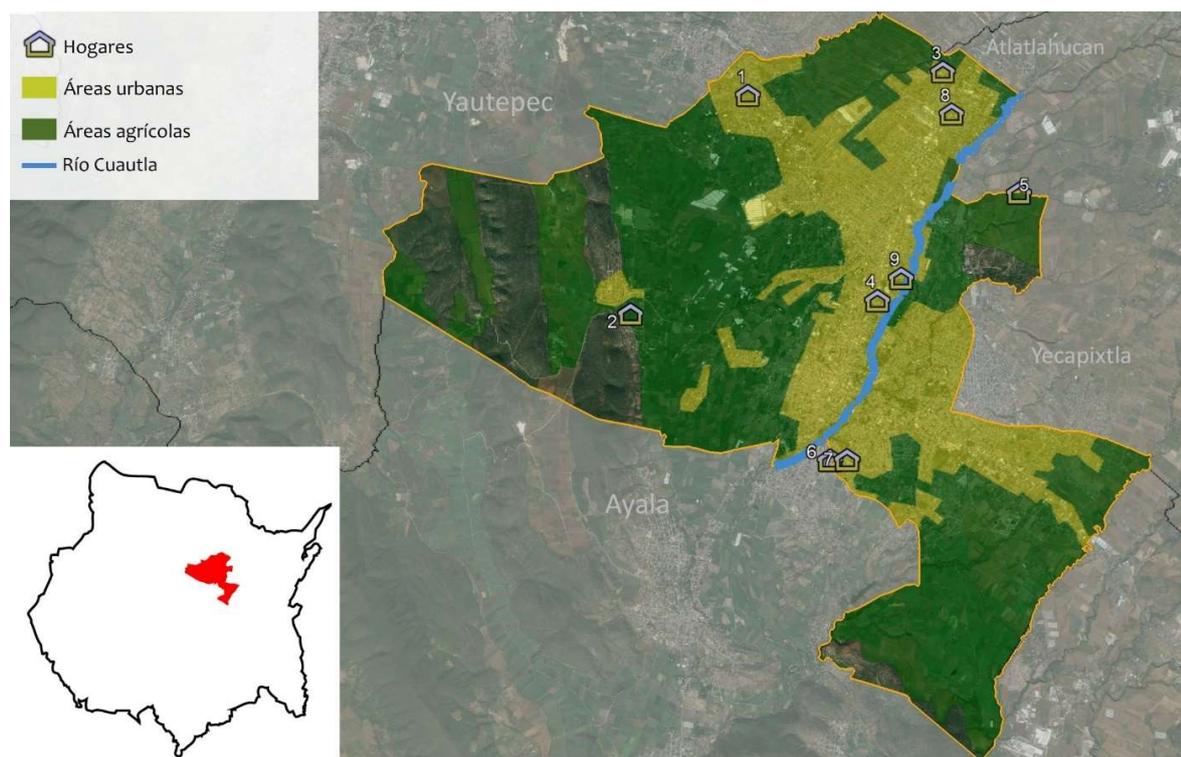
En la figura 9 se presenta un mapa en el que se señalan las viviendas visitadas. En el mapa se puede observar que la mayoría de las casas se ubican en la zona urbana. Además, se observa que dos interlocutoras viven en zonas señaladas como área agrícola. Uno de los hogares se ubica en una loma, aparece con el número 2. La otra vivienda aparece en el mapa con el número 5. Al visitar estas dos zonas, se observó que la mancha urbana crece a gran velocidad pues se observa casas en construcción y ventas de terrenos en zonas antes dedicadas a la siembra, sin embargo, estos espacios no cuentan con todos los servicios públicos. Además, se observa que dos viviendas se

localizan en zonas limítrofes con otros municipios. El hogar ubicado en Campo Guaje, aparece con el número 5 en el mapa, colinda con el municipio de Yecapixtla, el otro es el hogar ubicado en una zona de la colonia Ampliación Gabriel Tepepa, aparece con el número 6 en el mapa, colinda con el municipio de Ayala. Es importante llamar la atención en este punto porque estos hogares presentaron carencias en varios rubros de infraestructura y falta de servicios como se verá más adelante.

Como se explicó en el capítulo anterior y se verá en narraciones siguientes, el crecimiento de la ciudad no está planificado. Por lo que muchas colonias carecen de infraestructura y servicios básicos, de tal manera que no es fácil vivir en muchos de estos hogares.

### Figura 9

*Mapa de la ubicación de los hogares visitados en el municipio de Cuautla, 2022*



Fuente: elaborado por Daniel Sandoval Vázquez

### **6.1.1 Caracterización de la colonia que habitan las interlocutoras**

Es importante realizar dos aclaraciones, la primera es señalar que la narración que se presenta describe únicamente el entorno en el que vive cada interlocutora y no la colonia en sí, por lo tanto, la descripción sólo intenta presentar una mirada general de la zona. En segundo lugar, es importante señalar que, si bien se visitaron nueve hogares localizados en ocho colonias del municipio de Cuautla, el criterio de selección fue en función de las interlocutoras y no del lugar en el que viven, por lo que el hecho de que en este estudio se investigue en ocho colonias distintas, es un elemento contingente.

A continuación, se presenta una descripción general de las zonas visitadas considerando la clasificación referida en la tabla anterior. Se comenzará por describir las dos viviendas clasificadas en zonas de muy alto grado de marginación, una de ellas es la vivienda ubicada en la colonia Campo Santa Rosa, se localiza al noreste del centro de la ciudad a la ribera del río Cuautla. La colonia es un asentamiento irregular que cuenta con todos los servicios públicos al menos en la zona visitada, está bien ubicada pues se localiza cerca de una de las principales calles de la ciudad: la avenida Reforma. En el lugar habita la señora Yolanda.

En cambio, la Colonia Girasoles o Campo Guaje se localiza al oriente de la ciudad, presenta colindancia con el municipio de Yecapixtla, el límite está determinado al este por una barranca, es una zona de reciente urbanización no cuenta con agua potable, drenaje ni pavimentación. La zona de acceso a la colonia como los alrededores son amplias zonas de cultivo, el paisaje es de índole rural. Para internarse en la zona es indispensable transitar por el Libramiento de Cuautla, el cual es una vía rápida en la que abundan camiones de carga pesada y tráileres; un factor extra que dificulta el acceso a la zona es que los habitantes de la colonia cuentan únicamente con cuatro horarios para trasladarse en transporte público a lo largo del día. En esta colonia vive la señora Verónica.

Las colonias de alto grado de marginación fueron dos, la colonia Tres de mayo y la colonia Ampliación Gabriel Tepepa. La primera colonia se ubica al norponiente de la ciudad, cerca de la Ex-hacienda El Hospital. Esta colonia es un asentamiento de crecimiento irregular, si bien presenta alumbrado público no cuenta con pavimentación en su vía principal, ni agua potable en diversas zonas. La recolecta de basura ocurre aproximadamente a 300 metros de la vivienda. La interlocutora tiene que ascender por una pendiente para hacer entrega de los desechos de su hogar. Lo anterior, debido a que la vivienda se encuentra emplazada sobre una loma que tiene arboles de talla baja que en época de sequía pierden su follaje. En la zona también se observan zonas de

cultivo, el clima es cálido. El camino de acceso a la colonia es de terracería, pedregoso, el flujo del transporte público es constante. Aquí se encuentra emplazada la vivienda de la familia de la señora Monse.

Al sureste se localiza la colonia Ampliación Tepepa, es una zona urbanizada en la cual el crecimiento ocurre de manera irregular. La casa de la señora Laura se ubica en los límites del municipio de Cuautla y Ayala. Hay zonas pavimentadas y otras de terracería, la disposición de las viviendas es sencilla, muchas cuentan con tecorrales techos de lámina, sin acabados y otras tantas aún están en construcción. El arribo a la zona es relativamente fácil y el flujo de transporte público es constante.

Dos áreas se emplazan dentro del índice de marginación bajo. Por un lado, aparece la vivienda de la señora Justina ubicada en la colonia Malena Lara perteneciente a la Ampliación Gabriel Tepepa y la colonia Peña Flores. En la primera, al igual que todas las colonias periféricas del municipio no existe planificación en el crecimiento de la colonia, pero cuenta con todos los servicios públicos. Al pasar por esa zona se observan viviendas que presentan mejores acabados con bardas o zaguanes bien establecidos; el acceso a la zona es fácil. De la misma manera, la colonia Peña Flores (con un índice bajo de marginación), se ubica en la zona noroeste del municipio. Esta colonia, es un asentamiento irregular con pendientes, callejones y calles cortas; la tendencia la poca planificación de las calles, hay zonas pavimentadas y otras sin pavimentar, el acceso a través del transporte público es relativamente fácil y es una zona que cuenta con todos los servicios públicos. En esta colonia habita la Doña Luci.

En el caso de la vivienda de la señora Mirna situada en colonia Unidad Habitacional Tehazuapan presenta un crecimiento urbano irregular con calles mal trazadas, en algunas zonas sin banqueteta, aunque pavimentadas, pero cuenta con todos los servicios y está rodeada de unidades habitacionales de distintos niveles socioeconómicos. La calle de la interlocutora no está pavimentada, y las casas del frente no presentan barda ni tecorral limítrofe, al fondo de la calle hay presencia de más vegetación, pero no vi si había casas o no. En la calle se denota más pobreza que en la zona aledaña.

La colonia Cuauhtémoc, lugar donde vive la señora Martha, se observa que cuentan con todos los servicios públicos. Las calles son amplias y se ven bien trazadas, la vivienda de la interlocutora se encuentra bien localizada puesta pues colinda con la Central de Abastos y muy cerca de la carrera federal México-Cuautla.

Por último, el domicilio de la maestra Leti se ubica en la colonia Zapata, la cual es colindante también con la ribera del río Cuautla, pero más al norte que la colonia Santa Rosa. La zona visitada tiene amplias calles pavimentadas y banquetas, es habitada por algunas familias antiguas, algunas casas de la zona son amplias y presenta árboles de fuste grande, se ha vuelto una zona comercial tranquila que cuenta con escuelas y restaurantes. Cabe señalar que no es así toda la colonia, con sólo caminar una cuadra hacia el río la calle ya no está pavimentada y el tipo de casas son más sencillas. Se observa mayor pobreza. La zona se encuentra bien ubicada.

Cabe señalar que los dos hogares cercanos al pueblo de Tetelcingo (Unidad Habitacional Tezahuapan y la colonia Cuauhtémoc) así como la colonia Zapata —de ubicación más céntrica— no aparecen enlistadas en el documento de índices de marginalidad. En cambio, las tres aparecen en la clasificación de riesgo social. La vivienda de la señora Mirna emplazada en la Unidad Habitacional Tezahuapan presenta un índice de riesgo social bajo, en cambio la vivienda de la señora Martha emplazada en la colonia Cuauhtémoc presenta riesgo social medio y el hogar de la maestra Leti situada en la colonia Zapata se clasifica de alto riesgo alto.

### **6.1.2 Características de las viviendas visitadas**

De los hogares de las nueve jefas de familia visitadas, sólo la señora Martha paga renta. Tres jefas de familia son propietarias de sus viviendas (Doña Luci, la señora Justina y la señora Verónica). Otra mujer está en vías de obtener la propiedad del lugar en la que vive, este es el caso de la señora Monse. En cambio, otras tres jefas de familia viven en casas que no son de su propiedad: en dos casos son las madres de las jefas de familia las poseedoras de la vivienda (este es el caso de la maestra Leti y la señora Laura); en el caso de la señora Mirna su hija es la futura dueña pues aún está pagando un crédito del INFONAVIT. Por último, la señora Yolanda indicó que habita en un espacio prestado.

Para las jefas de hogar contar con un espacio propio les significa cierta tranquilidad pues no viven con el estrés de tener que guardar dinero mes con mes para pagar una renta. Al respecto señaló la señora Verónica:

pero hora sí que como no pagamos una renta donde vivamos pues sí nos alcanza, que si pagáramos renta aquí y renta allá no nos alcanzaría. Porque antes de llegar ahí, donde quiera andábamos, para arriba y para abajo y no nos alcanzaba para pagar una renta porque como no éramos estables no había mucha economía (Interlocutora 5, comunicación personal 27/07/22).

Sin embargo, no es lo mismo poseer un terreno que una casa, ya que lo primero no garantiza poder hacer uso del espacio. Situación experimentada por la señora Martha pues, aunque ella posee

un terreno heredado por su padre que fue campesino, no ha tenido la posibilidad económica de construir una casa. Por ese motivo entre otros cohabita en el día un espacio compartido con su hermana y por las noches reside en la vivienda que renta sólo para dormir:

Mmjj, bueno porque aquí, no, no tenemos más cuartos ... no cabemos, ajá, mhmji; pus ya somos ... ellos son tres, la niña, el niño y ella; y nosotros somos cuatro, o sea necesitamos más cuartos, tenemos el terreno de aquí pero todavía no lo hemos construido (Interlocutora 9, comunicación personal, 28/08/22).

En el espacio que cohabita con su hermana comparten todos los espacios de la vivienda, incluso aunque no duermen ahí pueden usar el cuarto de su hermana para descasar, de la misma manera la cocina es compartida.

En el caso de la señora Monse la cual está pagando su terreno y vive en este, mencionó que sólo ha podido construir un cuarto grande en el que todos los miembros de la familia realizan sus actividades. En esta casa habitan en total seis personas: tres preadolescentes, la jefa de familia, su hija mayor y su nieta pequeña, por lo que la vivienda es insuficiente para todos los habitantes. Cuando se le preguntó por el número de habitaciones mencionó que “[cuenta] ¡con una!, es mi recamara, mi sala, mi comedor [le da mucha risa cuando lo comenta]” (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Sólo tres casas presentan acabados en la construcción, es el caso de la vivienda de la maestra Leti, la señora Mirna la señora Justina. Las seis casas restantes se encuentran en obra gris. De estas últimas, tanto el hogar de la señora Martha como la de la señora Verónica cuentan con techumbre de lámina en toda la vivienda. Los cuatro domicilios restantes cuentan con al menos un área con techumbre de lámina, es el caso de la vivienda de la Doña Luci, la señora Laura, la señora Monse y la señora Martha. En cuanto a la delimitación de la casa se observó que el seis de los hogares cuentan con barda frontal y puerta o zaguán bien establecido, los hogares con un tecorral y puerta sencilla corresponden a la señora Verónica y la señora Laura. En el caso de la señora Mirna, cuando se realizó la visita su hogar le estaban construyendo una barda pequeña barda frontal de piedra.

Respecto de los servicios públicos y de abastecimiento la principal deficiencia fue la falta de pavimentación en los cuatro hogares de las señoras: Monse, Leti, Laura y Mirna; en segundo lugar, ocurrió la falta de drenaje en tres hogares, nuevamente aparece la vivienda de la señora Monse y de Leti; y la vivienda de doña Luci; por último, el problema más delicado fue el abasto de agua. Es muy grave porque el agua es un elemento clave para la vida y su carencia pone en riesgo a las personas que la padecen.

A continuación, se detalla la gravedad de la falta de líquido en cada hogar. Narra la señora Monse que sí existe el servicio de agua potable en su calle, pero ella no cuenta con este en su vivienda. Es por este motivo que para adquirir el líquido debe de acceder a una toma de agua que se encuentra en la calle ubicada a unos 350 metros aproximadamente de su domicilio. Para tener acceso al agua lleva una larga manguera desde la toma hasta el tambo donde almacena el agua en su domicilio, puede acceder al agua cada tercer día.

En el hogar de la señora Verónica no existe el servicio de agua potable por lo que la única posibilidad de adquirir el líquido es mediante la compra de agua de pipa. La familia tiene la ventaja de contar con una cisterna para almacenar el agua, aun así, el gasto les resulta oneroso, pero es un gasto del que no pueden prescindir. Cuando se le preguntó por el servicio de agua potable mencionó: “es agua de cisterna, pago pipa, ¡ahh! me dura como dos meses, [pago ] quinientos ... pero hay que hacerlo” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Por último, si bien en este hogar tiene servicio de agua potable, el abasto de agua llega una vez cada quince días. Sin embargo, esto no significa ningún beneficio para la jefa de familia pues no cuenta con espacio de almacenamiento del líquido. Situación que la lleva a trasladarse con cubetas para proveerse del líquido de un apancle cercano de manera cotidiana. No especificó la distancia a la que se encuentra éste. Pero fuera de la casa no se observó el apancle mencionado. Al preguntársele si cuenta con servicio de agua menciona lo siguiente: “Se podría decir que, ¡no! porque llega cada quince días [...] pus nada, horita ya se nos acabó hay que agarrar del apancle de allá, no de éste [frente su hogar existe un apancle] hay otro allá, más adelante”. Lo anterior denota que este es el caso de mayor vulnerabilidad por la dificultades en el acceso al agua. (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22)

### **6.1.3 Características de las cocinas de las interlocutoras**

El espacio de la cocina al igual que los modos de preparación de los alimentos cambian con el tiempo y con la incorporación de nuevos objetos y técnicas de preparado. En el caso de las cocinas visitadas, como ya se mencionó, se ubican en un municipio urbano que conserva algunas características rurales. En las cocinas de las interlocutoras se observó que en ninguna de estas se rescata la forma de la cocina tradicional centrada en el uso de tlecuil. En general, el diseño de estas cocinas tiene en mayor o menor medida elementos de las cocinas urbanas occidentales. Es decir, que el diseño de este espacio está pensado de manera lineal-horizontal, constituido por una zona de almacenaje, lavado, picado y cocinado; mientras que en otra área de la casa existe un espacio

independiente para tomar los alimentos. En los hogares visitados estos elementos fueron variables según la capacidad económica de cada jefa de familia.

Tres hogares cuentan con un espacio de cocina con las particularidades antes señaladas y cuentan con acabados, estas cocinas pertenecen a la señora Mirna, a la maestra Leti, y a la señora Justina. Fueron estos tres hogares los que tuvieron las cocinas más equipadas, las que también tuvieron mayores despensas. Las seis cocinas restantes tienen las siguientes características: en cuatro cocinas el área de preparado de alimentos es el mismo lugar donde estos se consumen. Estas son las cocinas de las señoras: Monse, Laura, Martha y Yolanda.

Las otras dos cocinas tienen sus particularidades. En el caso de Doña Luci, se observó que está instalada en un espacio amplio —en lo que equivaldría a dos habitaciones promedio de cualquier casa— esta recientemente fue remodelada. Este es un espacio multiusos pues además de ser cocina-comedor, es el área donde la familia ve la tv. Existe una barra de cemento con repisas bajas para almacenar alimentos y trastes sobre la que se ubica la tv justo frente a la mesa. En el extremo opuesto de la habitación se localizan un par de camas en las que descansan o duermen los nietos de la interlocutora.

En el otro hogar, en el de la señora Verónica, la cocina se localiza en un área muy pequeña en la que no hay espacio para ningún mueble extra. De hecho, ella comentó que antes de ser cocina era un pasillo pues tiene salidas a tres lugares distintos de la casa, no cuenta con acabados. En este hogar, la mesa en la que se preparan los alimentos para cocinar y donde se consumen es en la sala. Igual que el resto de la casa su cocina es de lámina, la sala es fresca pues el techo es alto, pero en el caso de la cocina es bajo y es un lugar sumamente caluroso para cocinar.

Las cuatro cocinas de las jefas de familia: Monse, Laura, Martha y Yolanda, tienen techumbre de lámina. Tanto la cocina de la señora Martha como de Yolanda cuentan con mejores condiciones de preparación de la comida pues el espacio está bien establecido y los techos son relativamente altos, aunque siguen siendo habitaciones calurosas.

Otro es el caso de las cocinas de las señoras Monse y Laura pues sí se ven afectadas por la insuficiencia de infraestructura en esta área. La cocina de la señora Monse, no cuenta con una habitación en cuanto tal, es una techumbre baja orientada hacia el poniente. En esa orientación no tiene pared y el techo es muy bajo, por lo que en las tardes cuando la jefa de familia prepara sus alimentos el sol ilumina y calienta toda esta área. Por lo que estar en ese lugar resulta sumamente pesado pues no existe la posibilidad de protegerse de los rayos directos de sol ni de lo caluroso del

lugar. Si a esto se le suma que sólo cuentan con una habitación habilitada con techumbre de lámina, resulta un espacio insuficiente, e incómodo para descasar o realizar cualquier otra actividad.

La cocina de la señora Laura es la que tiene menor infraestructura, pues se localiza al aire libre y sólo cuenta con una techumbre conformada de una pequeña lámina de metal y una lona grande que cubre toda el área de preparado de alimentos. La lámina se localiza debajo de la lona para darle cierta firmeza al techo, fue colocada a una altura de no más de 2 metros. La lona está afianzada de un lado a la casa de la interlocutora y del otro a un tecorril de aproximadamente metro de altura.

Incluso para la jefa de familia esta área no es considerada como una cocina pues señala: “Cocina no tenemos, solamente está el colgadito ese” (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22). Los problemas que presenta esta cocina es que es un área muy calurosa pues como ya se mencionó la lona no tiene mucha altura y en época de lluvias se inunda. He de señalar que las mujeres tengan que cocinar en condiciones de calor no es un problema menor pues Cuautla es una ciudad sumamente calurosa. Tampoco resulta una tarea fácil preparar alimentos en un espacio inundado.

Todas las cocinas presentan equipamiento mínimo para la preparación de alimentos como es estufa, refrigerador, licuadora, algún mueble para almacenar alimentos no perecederos, mesa, sillas y los enceres mínimos esenciales para elaborar los platillos como ollas, sartenes además de platos, vasos y cucharas.

En síntesis, las jefas de familia viven en colonias declaradas como zonas de atención prioritaria por presentar índices de marginación y pobreza que vulneran su derecho a desarrollo social. En concreto, cuatro viviendas están en zonas que carecen de pavimentación y tres de drenaje. El derecho de las jefas de familia más gravemente vulnerado es el acceso al agua potable por lo esencial que es el agua para la sobrevivencia de los seres humanos. Todas las jefas de familia cuentan con una vivienda, pero no todas las casas presentan las condiciones adecuadas para vivir de manera cómoda. En cuestión de tamaño de vivienda existen hogares con espacios insuficientes e incluso donde viven hacinados. Uno de los desafíos que tienen que afrontar estas familias son los factores climáticos de la zona, especialmente el calor y la lluvia. En cuatro hogares la casa completa cuenta con techo de lámina por lo que son viviendas muy calientes. En las cocinas, dos de las mujeres interlocutoras padecen situaciones difíciles en la preparación de los alimentos por la falta de acceso al agua y por no contar con un espacio adecuado para preparar los alimentos.

## 6.2 *Perfil de las jefas de familia*

Se puede señalar que la mayoría de las entrevistadas llevan más de 30 años viviendo en el municipio, sólo la señora Monse lleva 10 años. Cinco de ellas son oriundas del municipio de Cuautla, las señoras Verónica, Laura, Justina, Yolanda y Martha esta última jefa de familia es de origen indígena. De las otras cuatro, tres son migrantes de la CDMX y una es migrante de Veracruz. De la población entrevistada seis jefas de familia se ubicaron entre los rangos de edad de 50 a 70 años.

El nivel educativo de la mayoría de las mujeres entrevistas fue bajo, a saber, seis de las mujeres entrevistadas sólo estudiaron la primaria, dos la dejaron inconclusa; la señora Yolanda cuenta con estudios a nivel secundaria, la señora Justina concluyó el bachillerato e incluso comenzó una licenciatura en línea y sólo la señora Leti tiene estudios profesionales. Esta información contrasta con los datos del INEGI (2022) que señalan que el promedio de nivel educativo para el municipio de Cuautla es de 10 años (el promedio estatal es de 9.8 años y el promedio nacional de 9.7).

La escolaridad de las interlocutoras dificulta el acceso a un empleo bien remunerado. En el caso de la ocupación de las jefas de familia entrevistadas tenemos que tres de las nueve mujeres se autoemplean. Dos son costureras (Doña Luci y la señora Verónica), una trabaja en su casa y la otra renta un local; la tercera mujer es la profesionista. En el caso de las jefas de familia que se dedican a la costura señalaron que viven inestabilidad económica pues dependen de que llegue gente a solicitar sus servicios, la señora Verónica comentó:

“¡varea¡ ...¡varea¡, a veces está bien y a veces de plano ... hay días que van varios, hay días que no va ninguno, ajá pero como pus van dejando ay me voy ... por ejemplo, hoy fueron, que será? \$150, y así, o me dejan...no ... \$180 por la señora que llegó ... y así ...así voy...”. (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Respecto a la ocupación de las interlocutoras, el primer lugar de empleo fue el servicio doméstico, lo cual se asemeja a las estadísticas presentadas con anterioridad sobre el tipo de empleos más comunes en Cuautla.

La variación en el ingreso de las jefas de familia que se autoemplean antes de la declaración de pandemia y el cierre de muchos lugares, podía ser paleado guardando un poco de dinero los días de mayor ingreso para ocuparlos cuando tuviera menos trabajo; sin embargo, la situación económica que derivó del encierro por el Covid-19 exacerbó la falta de recursos económicos como se evidencia en el siguiente testimonio:

[...] Antes de ... de toda la pandemia y todo eso, ay más o menos iba, pero horita, como mucha gente ya no tiene mucha economía ... luego van y me piden cosas, pero ... pus les digo cuánto cobro y no les cobro ni caro, tonces ¡se van! [le dicen] “cóbreme menos” pus no les puedo cobrar menos porque les estoy cobrando barato ... tonces, este sí cobro barato ya no saco ni para la renta [de su local de costura], porque tengo que ir juntando, renta, luz, porque también pago agua, y ahí me cobran \$40 pesos del agua y nomás ocupo el baño y que lavo mis trastos para tomar café (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

La maestra Leti que se autoemplea dando clases en su casa, tampoco tiene garantizado un ingreso fijo pues depende de la cantidad de alumnos a los que les da clases:

Me dedico a dar clases, mj’, y... las doy aquí en casa, son aquí en casa y llegan los alumnos por recomendación o porque son alumnos que ya tengo muchos años preparándolos [...] peeroo digamos que... alumnos nuevos nada más tengo uno! Y ya los demás, los tengo desde hace mucho tiempo ¿no? Pero éste ... digamos si doy la clase me la pagan, sino no me la pagan ¿no?, bueno... si ellos la cancelan me la tienen que pagar, si yo la cancelo se las repongo o no me la pagan. Entonces, no hay una formalidad, no tengo prestaciones verdad, no tengo para la jubilación (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

Como se observa las tres mujeres que se autoemplean carecen de seguridad laboral, de seguridad social y dos de ellas de acceso a servicios de salud. La señora Verónica sí cuenta con servicios de salud debido a que su hija trabaja en una fábrica y la aseguró: “[...] si tengo seguro es porque ella me lo da [se refiere a su hija], mjí”. (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22)

El trabajo más representativo del grupo de jefas de familia entrevistadas fue el de empleadas domésticas, cuatro de nueve mujeres se desempeñan en este tipo de labores, las mujeres que se dedican a esta actividad son la señora Mirna, la señora Monse, la señora Laura y la señora Justina. Sólo en el caso de la señora Mirna cuenta con seguridad social y servicios de salud. En general los trabajos de empleadas domésticas se caracterizan porque las empleadas reciben bajos salarios: “pero es muy poco lo que me dan, \$100.” (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22) Además no tienen acceso a servicio de salud ni tienen prestaciones sociales de ningún tipo. Aunado a lo anterior tampoco tienen garantizada una fuente estable de trabajo. Para ejemplificar la vulnerabilidad de las interlocutoras se expone lo dicho por la señora Laura:

Pues... este ... hubo un tiempo que mi patrón dejó de trabajar [se refiere a un momento durante la pandemia], lo descansaron y tons también él me tuvo que descansar a mí [...] ¡como un mes o más! no me acuerdo, porque sí lo descansaron, este, sí como un mes más o menos se aventó sin trabajar [como le hiciste para solventar los gastos en ese periodo] pues hora sí que con la ayuda de mi hijo porque nadie más nos ayuda, más que él (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22).

Es importante señalar que a la fecha de la entrevista, el hijo de esta jefa de familia tenía 17 años, por lo que este joven comenzó a trabajar a una edad en la que se recomienda que los jóvenes estudien; sin embargo, este muchacho tuvo que ayudar a su familia con los gastos.

Aunado a la limitación de recursos económicos que dificulta la gestión de la vida cotidiana se suman situaciones inesperadas a las que se ven expuestas como enfermedades o muerte de familiares. Eventos que no pueden afrontar económicamente pues no tiene capacidad de ahorro. Lo anterior fue señalado por la señora Justina que perdió a su padre y tuvo que conseguir dinero para los gastos del entierro y velorio:

[...] para que vea el grado de ... puedo decir... a la mejor ... no ... bueno sí, de necesidad, pero también de decir si yo faltó este día no voy a alcanzar a cubrir todos mis gastos. Yo pasé a visitar a mi papá en la mañana, ... y en ese momento murió, me alcance a despedir de él, y llamé al doctor y me dijo sí ya murió [en su voz se oye todavía la pena por el fallecimiento] y este horita te voy a entregar un certificado pero tienes que ir por él a tal lado en dos horas, y dije 'qué puedo hacer en dos horas, aquí con mi papá, pos no, ya me siento muy mal', y dije 'y ¿si pierdo el día?, tengo que pagar' no recuerdo que se me presentaba de los pagos de ... dije si pierdo el día ... no, ¿en dos horas? dice sí [el médico], a bueno... le dije a mi mamá horita vengo yo no puedo hacer nada, mi papá aquí está, yo voy por el certificado, me fui con el doctor le dije por favor pásame a dejarme a mi trabajo, ¡cubrí el día de trabajo! y pedí prestado ahí con el señor, dije además pido prestado para empezar a moverme (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Por último, sólo dos de las mujeres tienen empleo en microempresas y cuentan con seguridad social y acceso a servicios de salud. Son la señora Yolanda que es encargada de una tienda naturista y la señora Martha que trabaja elaborando dulces artesanales. Ellas no se han visto expuestas a situaciones tan delicadas como las antes narradas, sin embargo, es necesario señalar que no viven con holgura. Pues tanto la una como la otra, como se vio en el apartado anterior no cuentan con una vivienda del tamaño adecuado para realizar todas sus actividades.

Lo antes mencionado evidencia las condiciones de precariedad laboral que padecen la mayoría de las interlocutoras. Si bien el tipo de trabajos que realizan se vinculan con el nivel educativo que la mayoría presentan, la precariedad laboral no es restrictiva a ellas pues como se observó incluso la jefa de familia con estudios universitarios tampoco tienen seguridad laboral, ni acceso a servicios de salud ni seguridad social.

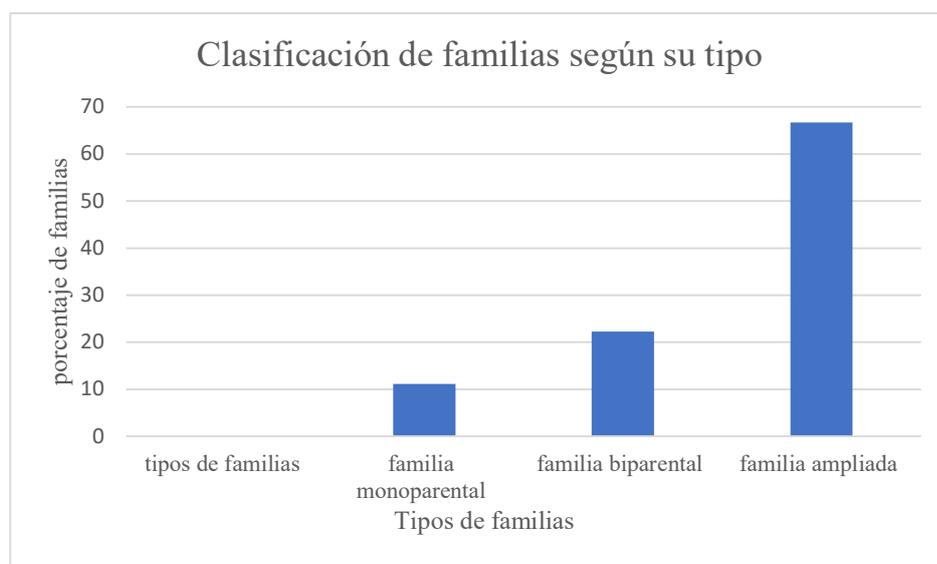
Hasta ahora sólo se ha hablado de las situaciones que viven las jefas de familia en cuanto a la actividad laboral, es oportuno señalar cómo están constituidos sus vínculos afectivos y económicos. En el caso de la población entrevistada cinco de las mujeres son jefas de familia sin pareja. Las cuatro restantes también son consideradas jefas de familia, pero viven con un varón. La diferencia radica en que el aporte económico de este no es el ingreso ni único ni principal.

Como se observa en la figura 10, la composición de las familias es compleja. En la descripción de las familias partimos de la relación de la jefa de familia con los integrantes de su

familia por su papel central en el hogar. Sólo hay un caso de hogar monoparental<sup>23</sup>, donde la mujer es la única persona que se hace cargo de todos los gastos. En cuanto a la composición nuclear biparental<sup>24</sup> con hijos, encontramos dos hogares. Lo predominante fueron las familias ampliadas<sup>25</sup> se identificaron seis de los hogares con esta condición.

### Figura 10

*Clasificación de familias entrevistadas según su tipo*



Fuente: Elaboración propia con información extraída de las entrevistas.

Los hogares nuclear-biparental fueron los de la señora Mirna y Yolanda. Dentro de los hogares ampliados existen varias figuras: una de ellas fue el caso de la jefa de familia que vive con hijos y con la mamá, esto sucedió en dos hogares y este fue el caso de la señora Laura y la maestra Leti; con hija y nieto un caso, el hogar de la señora Verónica; con esposo, hijos, hermana y sobrinos esta es la situación del hogar de la señora Martha; con esposo, hijas, yernos, nietos y bisnieto así viven en el hogar de doña Luci; y por último, el caso de una jefa de familia con hijos, nieta y sobrino esto fue en el hogar de la señora Monse. Esta jefa de familia muestra como aflora en ella

<sup>23</sup> Un hogar nuclear monoparental está conformado por una familia donde sólo vive un progenitor(a) con hijas(os). (CNDH, 2018).

<sup>24</sup> Un hogar biparental está conformado por un hogar donde viven los dos progenitores con hijos(as). (CNDH,2018)

<sup>25</sup> Se entiende por familia ampliada o extensa: "Progenitoras(es) con o sin hijos y otros parientes, por ejemplo, abuelas(os), tías(os), primos(as), sobrinos(as) entre otros." (CNDH,2018)

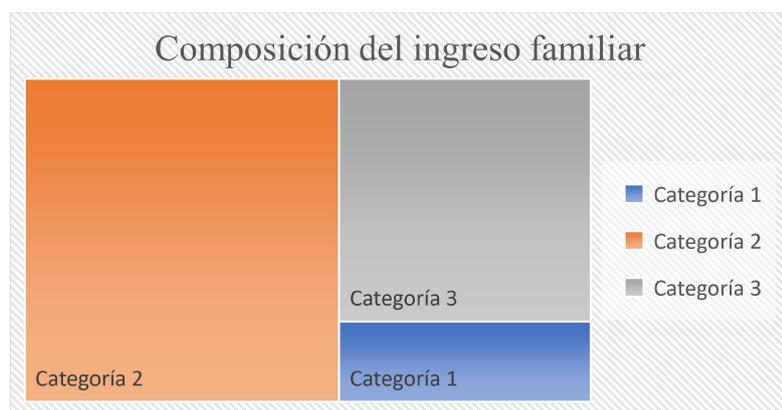
el sentimiento de solidaridad pese a sus precariedades económicas y muestra que están dispuestas a acoger a sus familiares que así lo requieran:

Tengo cuatro hijos, dos nietas y un sobrino. [Uno de sus hijos ya no vive con ella pues se casó y vive con su mujer e hija.] pus me hago cargo de mis tres hijos y mi sobrino ... pus me hago responsable al cien por ciento de él, lleva viviendo un año y cacho conmigo, me hago cargo de sus gastos, aunque no quiera, yo que apenas y puedo... que me echo al Luis de compromiso (Interlocutora 2, comunicación personal 27/04/22).

En la figura 11, se observa la agrupación en tres categorías de la información obtenida. En la categoría uno, están representados los hogares que en los que una sola persona aporta recursos económicos al hogar. En la categoría dos, se muestra los hogares en los que dos personas aportan financieramente y en la categoría tres aparecen las familias en las que aportan tres o más integrantes. Según la información recopilada, en la categoría 2 están la mayoría de las jefas de hogar entrevistadas (cinco) en esta situación se encuentran las señoras: Monse, la maestra Leti, Verónica, Laura y Yolanda; seguida de la categoría 3 con tres jefas de hogar como es el caso de la señora Mirna, la señora Martha y doña Luci; solamente la señora Justina pertenece a la categoría 1 (como única proveedora económica en el hogar). Se evidencia que la complejidad de los hogares no sólo radica en el número y características de los integrantes que pertenecen al grupo familiar pues a esto se le suma la composición del ingreso de los hogares de las interlocutoras.

### Figura 11

*Composición del ingreso de las familias según el número de personas que aportan*



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos en las entrevistas.

Nota: Categoría 1: sólo una persona aporta; Categoría 2: dos personas aportan; Categoría 3 aportan tres personas del grupo familiar

De acuerdo con la clasificación de los hogares en México en nuestro país una familia tradicional es de tipo nuclear biparental liderada por un varón, este es identificado como el proveedor económico y tomador de decisiones (INEGI, 2019). En el caso de las dos familias visitadas con características nuclear biparental (el de la señora Mirna y la señora Yolanda) el principal sostén económico fue por parte de ellas. En estos dos casos los hogares están compuestos por hijas que son mujeres adultas solteras que apoyan económicamente a la interlocutora. En el hogar de la señora Yolanda, su marido es un hombre de la tercera edad (que ya no trabaja pero que a veces apoya con quehaceres del hogar);

Él no trabaja ya [más adelante añade] te voy a presumir, mi marido cocina, ese día le toca hacer la comida [se refiere al día que ella trabaja jornada completa]” ayer, había un trozo de cecina y lo cocinó, así [me muestra un traste con comida que sacó del refrigerador] (Interlocutora 9, comunicación personal 31/08/22).

En el caso del hogar de la señora Mirna con la estructura antes mencionada, los tres integrantes de la familia apoyan económicamente, pero es el padre el que menos aporta y en cuanto a las tareas de casa ayuda en la compra de víveres: “Somos tres, unos [aportan] más otros menos [...] nos dividimos, nos vamos dividiendo [las tareas]. [Más adelante en la conversación mencionó] ... bueno ... va a trabajar dos-tres días nada más, no trabaja toda la semana” (Interlocutora 2, comunicación personal 27/04/22)

En el caso de una de las familias ampliadas se observó cooperación y solidaridad entre las mujeres. El hogar de la señora Martha se integra por su esposo e hijos y su hermana e hijos, las tres personas adultas son las que aportan dinero. Sin embargo, la gestión del hogar, especialmente la elaboración de la comida, la realizan sólo ellas. La interlocutora, ella tiene un empleo fijo elaborando dulces artesanales en una microempresa. En el caso de su hermana ella obtiene ingresos de la elaboración de tortillas hechas a mano, trabajo que realiza en la casa de ambas.

Ellas han desarrollado esta gestión de la vida familiar de tal manera que les ha permitido trabajar, cuidar y alimentar a los niños de ambas e incluso de la responsabilidad que han adquirido de dar los tres alimentos a sus padres dos días a la semana. La interlocutora maneja una dinámica compleja, pues duerme en un lugar que renta. Llega muy temprano aproximadamente a las seis de la mañana a dejar a sus hijos en la casa que comparte con su hermana, luego la jefa de familia se va a trabajar, regresa en la tarde a preparar alimentos que le toca elaborar, y se va la media noche a dormir a la otra vivienda, como se relata a continuación:

[...] yo regularmente vengo muy temprano, aquí paso hacer el almuerzo y ya los dejo, me voy, en eso si ya tienen comida como de lo que hace Mary en la tarde, entonces yo me toca por lo regularmente cocinar por la noche para mañana en la mañana el almuerzo, [...] también me paro temprano para hacer el atole, aquí del diario hay atole, hago el atole o hago el almuerzo (Interlocutora 8, comunicación personal 28/08/22).

Otra vez hay una compleja red de cooperación tanto económica como de distribución de tareas para el sostenimiento del hogar, pero el centro de la actividad sigue siendo la jefa de familia. De lo anterior, se sugiere que la cantidad de personas que aportan al ingreso puede ser leída como una señal de vulnerabilidad económica pues estas familias requieren del ingreso de varios miembros para lidiar con los gastos del hogar, pues difícilmente una sola persona puede sostener el hogar.

El acceso a los servicios de salud<sup>26</sup> está vinculado con el tema del ingreso debido a que la carencia de este servicio implica un gasto extra en los hogares sobre todo en aquellos donde se presentan enfermedades crónicas. De tal manera que la carencia del servicio puede repercutir en la calidad de vida ya sea porque merman los ingresos o porque el pago de los tratamientos es muy caro y no los pueden costear. Resalta la situación de la señora Justina que presenta fibromialgia pues gasta en medicamentos alrededor de \$2000 al mes:

[..]sí, etorocoxil, ehh mhmhmh ... la otra ¿cómo se llama? Aahh, ¡ay! este... [cuánto gasta por medicamento ] mjí es por mes ... es por mes, y son como unos 2000, son caros, la etorocoxil casi cuesta como 1200 y si la compro genérica no ¡ayuda! (Interlocutora. Comunicación personal, 22/08/22).

Otra vivencia es la de la maestra Leti que presenta diabetes y cataratas. La interlocutora menciona que no ha podido realizarse una operación que requiere para mejorar su visión debido a que no tiene el dinero que se requiere para dicha intervención. Incluso señaló que a veces no tiene dinero para comprar toda medicina que requiere pues prioriza la compra de alimentos. Menciona que en la insulina gasta alrededor de \$900 al mes. En sus intentos por buscar alternativas señaló que uno de los medicamentos lo va a adquirir en la farmacia Similares, pero comentó que la insulina no la puede comprar en esa farmacia pues es un medicamento personalizado:

...porque el medicamento que me dieron a ver si hay en Similares, voy a ir a ver, [...] voy a comprar, pero la insulina sí tiene que seguir siendo la misma [lo dice con pesar] porque esa

---

<sup>26</sup> Uno de los rubros que se utiliza para medir la pobreza es el acceso a los servicios de salud, según el indicador de carencias sociales en el municipio de Cuautla para el año 2022 la carencia por este servicio lo presentaron 67,628 personas, lo que significa que el 36 % del total de la población carece de este servicio, según el *Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022* presentado por la Secretaría del Bienestar (Dirección General de Planeación y Análisis [DGPA], Secretaría de Bienestar, 2022).

insulina me la dio el doctor de acuerdo a mi peso y es un especialista, es un endocrinólogo él, entonces, este, horita me tomo las pastillas, pero no la insulina, tonces ... trato de evitar lo más que puedo el azúcar [lo dice con pesar]. El azúcar principalmente (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

Incluso, aunque se tenga el servicio de salud, éste no siempre cubre las necesidades de los pacientes como fue descrito por la señora Verónica. Esta mujer mencionó que a pesar de contar con el servicio se le dificulta usarlo porque por su trabajo no tiene tiempo de hacer largas filas para ser atendida en la clínica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) que le corresponde. Además de que en este lugar no le dan atención adecuada para su problema de úlcera varicosa. Así que ella ha buscado resolver su problema de salud por otros medios, por lo que se costea un tratamiento alternativo que la ha ayudado a sentirse mejor, pero es caro pues debe reunir aproximadamente \$1000 mensuales extras para costearse el tratamiento:

[..]de las venas, tengo varices y una úlcera [...] se abre y cierra, abre y cierra, si camino mucho se abre [...] lo que hago es comprarme mi medicina [...] una vez fui [a la consulta] y me dijeron que, que, ya no podían hacer nada, que ahí se quedaba, que cuando este... hice... cuando... cuando me saliera sangre nada más me apretara, me vendara y ya así... no me mandaron ni con especialista ni nada, tonces cuando voy al seguro es lo mismo, me mandan a hacer análisis y luego para sacar cita, ¡no puedo! porque tienes que sacarla por teléfono y si vas allá pasas si te da tiempo sino, no y horita estoy yendo con un doctor que pone ozono, entonces tengo que trabajar para sacar, para poder pagar (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

En total seis mujeres costean los tratamientos médicos de ellas o de sus familiares, de las tres restantes que cuentan con el servicio de acceso a servicios de salud a través del IMSS sólo la señora Yolanda lo ocupa para tratar sus problemas de diabetes y presión alta. En resumen, los problemas de salud presentados por las interlocutoras son los siguientes: ocho entrevistadas presentan sobrepeso u obesidad (solo queda fuera la señora Justina), aunado a lo anterior dos tienen problemas de diabetes (es el caso de la maestra Leti y la señora Yolanda), otras dos además presentan presión alta (doña Luci y también la señora Yolanda), la señora Verónica presentó problemas de varices y úlcera varicosa y la señora Justina fibromialgia.

Adicionalmente, se puede observar en la tabla 13 los problemas de salud presentes en los miembros del grupo familiar. En la lista de enfermedades sólo se enumera las enfermedades presentes en todos los hogares, pero cabe aclarar que hay hogares donde se presentaron más de una persona enferma con alguna de las enfermedades enlistadas, o una misma persona presentaba más de una enfermedad. Los padecimientos más recurrentes fueron los problemas de sobrepeso u obesidad con una presencia en el 100% en los hogares. El segundo problema fue la diabetes con

44% del total de hogares, en tercer lugar, aparecen problemas de presión alta en el 33%, en el resto de los hogares, en el caso de las otras enfermedades cada una sólo estuvo presente en un hogar.

**Tabla 13**

*Problemas de salud presentes en los hogares de las jefas de familia*

<b>Problemas de salud en los hogares</b>	<b>Número de hogares en los que están presentes las enfermedades</b>
<b>sobrepeso/obesidad</b>	9
<b>Diabetes</b>	4
<b>presión alta</b>	3
<b>varices y úlcera varicosa</b>	1
<b>Fibromialgia</b>	1
<b>angina de pecho</b>	1
<b>Alergias</b>	1
<b>Cataratas</b>	1
<b>problemas en la columna</b>	1

Fuente: elaboración propia con los datos obtenidos de las entrevistas a las interlocutoras.

Un caso que merece especial atención ya que sintetiza muchas de las problemáticas presentes en las jefas de familia visitadas al evidenciar la vulnerabilidad económica y social en la que viven muchas de ellas es el de la señora Justina. Es una mujer relativamente joven, tiene 50 años. Su padre murió recientemente, poco después de la muerte ella sufrió un preinfarto y le fue diagnosticada fibromialgia. Ante el evento el médico que la atendió le comentó que tiene un desgaste físico muy grande por lo que ya no debe estresarse ni sobrecargarse de trabajo como lo hacía antes, además le señaló que de ahora en adelante tiene que ser muy cuidadosa con su salud. Sus problemas de salud son consecuencia de una vida de exceso de trabajo y de estrés, pues al hacerse cargo ella sola de los gastos de sus cuatro hijos debió tener hasta tres trabajos distintos. En la actualidad aún dos de sus hijas dependen económicamente de ella:

...pero a mí me entró una ansiedad de trabajar porque ... haga de cuenta que a mí me dejaron nada ... ¡en la nada! ...y este... entonces yo era trabajar, trabajar, la mayor tenía 9, 11 años y de ahí se seguían, ¡son cuatro!... así se seguían, entonces yo ... si se da cuenta ..tengo mmhh; 18 años separada, y la niña tiene 16, a los dos años que yo me separé ¡volvimos! y sólo me embaracé, tonces por eso la niña nació a los dos años, entonces a mí eso me frustró muchísimo,

y es ¡trabájale más, porque va a nacer otra! y hasta el último día de mi embarazo trabajé... (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

En síntesis, cinco jefas de familia son originarias de la ciudad de Cuautla, una es de origen indígena. Las que no nacieron en el municipio llevan más de 10 años viviendo en este lugar. El nivel educativo de las jefas de familia fue bajo, seis de ellas sólo han cursado la primaria. Un fenómeno generalizado fue que siete de ellas trabajan en la informalidad, cuatro como empleadas domésticas y tres se autoemplean. Sólo dos jefas de familia tienen un trabajo formal en microempresas y reciben prestaciones sociales, sólo ellas tienen garantizado su salario y prestaciones, aunque tienen salarios bajos. En el caso de las demás, además de los bajos salarios y la inseguridad laboral no cuentan con prestaciones sociales ni de acceso a servicios de salud.

La situación de estas jefas de familia fue que cinco de ellas viven sin pareja y las otras cuatro tienen pareja, en ningún caso el aporte económico de los varones fue mayor al de las mujeres. La composición de las familias es compleja predominando las familias ampliadas. Para solventar los gastos el ingreso se integra de varias personas. Lo más común fue que los ingresos familiares estuvieran integrados por dos miembros de la familia.

Las labores de apoyo en las tareas de casa, en el caso de que ocurran, resulta en una descarga de trabajo y de estrés para las interlocutoras, pero cuando ellas no reciben apoyo de ningún tipo viven situaciones de desgaste físico y emocional y los efectos se ven reflejados en su salud. Las mujeres y sus familias presentaron enfermedades asociadas a la mala alimentación, en el caso de las catalogadas crónicas asociadas al consumo de alimentos calóricos se presentó la diabetes, ulcera varicosa, hipertensión, sobrepeso, obesidad y por último la fibromialgia. Todas estas enfermedades disminuyen la calidad de vida e implican un gasto extra para las familias pues la mayoría carece de acceso a servicios de salud e incluso aunque se tenga el servicio muchas veces no se encuentra el medicamento sobre todo de enfermedades más costosas.

## **7 “...Hora sí que si me alcanza lo compro si no, no”: comer en condiciones de vulnerabilidad**

Se ha mencionado cómo viven y quienes son las mujeres que participaron en la presente investigación, lo anterior permite poner en contexto lo que se pretende responder en este apartado, a saber ¿qué tanto peso tiene lo económico en las elecciones alimentarias de las interlocutoras?, esto es, ¿cómo y en qué sentido el costo de los alimentos influye en su compra, especialmente de los ultraprocesados? La información de este capítulo se agrupó en tres categorías que facilitan su análisis. La información será desglosada a continuación en los siguientes apartados: 1) asequibilidad y gasto de las familias en alimentos, 2) accesibilidad a los alimentos, 3) criterios de compra de alimentos.

### **7.1 *Asequibilidad y gasto de las familias en alimentos***

#### **7.1.1 Asequibilidad de los alimentos**

Es importante señalar que aunado al contexto de vulnerabilidad en el que viven las jefas de familia se suma la declaración de pandemia de la Covid-19 que las impactó no sólo en cuestiones de salud sino económicamente. Como ya se señaló en el apartado anterior, fue un periodo de zozobra en términos laborales pues varias interlocutoras vieron disminuidos sus salarios pues difícilmente les pagaron jornadas completas y en el caso de los autoempleos también disminuyeron sus ingresos.

A lo anterior se añade que incluso cambió la dinámica de las familias. Como señaló la señora Verónica al preguntarle sobre el impacto de la pandemia: “Antes de la pandemia, pus todo estaba bien, trabajaba mi’ja conmigo, pero como vimos que bajó todo, ella tuvo que irse a trabajar a otro lado. [...] ... Pues si me afecta porque casi ya no nos alcanza mucho el dinero porque vamos gastando y pos nos hace falta ¿no?”

Otro aspecto que fue impactado por la pandemia fue la adquisición de alimentos. Según datos presentados por el Banco de México: “Durante el periodo de la contingencia, el costo de adquisición de la canasta de consumo de alimentos de los hogares mexicanos aumentó con un impacto mayor en los quintiles de menores ingresos y, en mayor medida en las regiones del sur” (Banco de México, 2022).

De la misma manera que lo señalado por el informe antes mencionado todas las jefas de familia visitadas registraron un aumento de precios en los alimentos y señalaron que se vieron afectadas sus compras de víveres por ese motivo. Hubo quien incluso señaló que todos los alimentos aumentaron mucho de precio durante la contingencia sanitaria. Los alimentos nombrados fueron la carne, los vegetales, el aceite, las tortillas, el azúcar y el huevo. Así lo comenta la señora Laura:

... Sí ha subido ... el gas está muy caro ...este ... la verdura sí se puso elevada, ehhh [tiene un tono de voz ligeramente triste y pensativo] ... pues aquí para carne así bien, bien, no ... no ajusta, namás a veces que frijoles o sopa, así... mjí [has dejado de comprar o cómo ajustas] Sí, no, sí hemos dejado de comprar... así como leche pus casi no ... no comía no tomabamos ¿no?, así cositas pues no, no te das tanto el lujo [qué dejaste de comprar:] leche, carnes, pues tal vez cereales, ajá, si eso dejamos de comprar (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22).

En otros casos han señalado que no pueden preparar comidas muy elaboradas o con ingredientes caros porque no tienen suficientes recursos que les posibilite la elaboración de un platillo de ese tipo, la señora Verónica señala: “[...] Caras o comida grande no, ¡nos quedamos sin nada!” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22)

Los alimentos a los que regularmente recurrieron para alimentarse fueron el arroz, el frijol, el huevo, también apareció la pasta, el jitomate y la cebolla, como lo señaló la señora Mirna:

[...] en el refri esta mi olla de frijoles porque con cualquier cosa lo combinas, arroz, azúcar, aceite, eso siempre va a haber, jitomate, cebolla, chile, papa que casi no la cocino, pero siempre me gusta tener ... pues lo más básico siempre... que un pedacito de pollo, un cachito de res, eso siempre (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22)

De la misma manera la señora Martha especificó que para ella el taco de arroz con huevo y salchicha es lo más económico y la señora Mirna además de lo antes señalado por Martha dijo que el guisado de chicharrón también es barato y llenador. Sólo la señora Justina comentó que los cereales de caja son más económicos para alimentar a su familia pues le resulta más barato comprar una caja de estos productos que darle un pan a cada miembro de la familia.

En cuanto escasez de recursos, dos mujeres mencionaron que en su familia han tenido que disminuir el consumo de algunos alimentos, justamente las dos mencionan el consumo de cereal de caja y de leche, fue el caso de la señora Martha y la señora Laura. La señora Martha platicó que en vez de pan de dulce compra telera, en cambio la señora Laura compra galletas María porque estas son más baratas que el pan de dulce. La mayoría de las mujeres afirman la dificultad para comprar variedad de carnes debido al aumento de precios. Asimismo, de las carnes que de por sí compran han tenido que disminuir la cantidad. De manera recurrente, los alimentos que no han

podido ser comprados son el pescado o los mariscos, otros vivieres señalados fueron las frutas o “alimentos de mejor calidad”.

La maestra Luci mencionó la imposibilidad del consumo de alimentos no convencionales. Ella tiene una cultura culinaria enraizada en vivencias de la infancia, costumbres heredadas por su abuelo materno que era de origen francés. Esta mujer señaló productos que no se consumen de manera regular en los hogares pobres es el caso del Kéfir o los espárragos o cierto tipo de embutidos, por ejemplo, de la marca Peñaranda. Si bien la maestra llega a consumir estos alimentos no es de manera regular debido al precio y a que ella no cuenta con recursos económicos suficientes para adquirirlos de manera regular. Por eso motivo aparecen en la categoría de alimentos que no han podido ser comprados:

[...] ahora que tuvimos Covid, mi hermana nos trajo Kéfir. ¡Ahhhyyy!, no sabes, ¡qué maravilla, eh!, con el Kéfir sí, sí, pero comprado en el súper, ya sabes ¿no?, y este ... pero estaba muy bueno [...] entonces este, pero yo sí, a mí me encantó y dije me voy a comprar, nomás que sale caro ¡treinta pesos! ¡treinta pesos! (Interlocutora 5, comunicación personal, 11/05/22)

También se presentó el deseo por otro tipo de alimentos no convencionales. Este fue el caso de dos mujeres, en ellas el interés por esos alimentos deriva de aprendizajes adquiridos en sus lugares de trabajo. Por ejemplo, la señora Monse señaló que le gustaría darles carne orgánica a sus hijos pero que es muy cara y no la puede comprar. Ella misma mencionó que llegaba a cocinar con gluten de trigo pero que a raíz de que se incrementó el precio ya no pudo comprarlo, intentó palear la dificultad de compra elaborando el suyo, pero no lo logró:

[su nieta le dice] échale de la carne que no es carne, antes si la podía comprar [se refiere al gluten de trigo] porque estaba a 25 o 28 pesos, pero ahora de que esta así, ya no he traído, luego el otro día yo les hice acá, pero no les gustó me quedó como duro, me faltó como que batirlo, pero me quedó feo. Isaura dijo, esta no es carne de la que no es carne No le gustó (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

La otra interlocutora, la señora Justina mencionó que nunca ha probado el salmón pero que le gustaría comerlo y también le gusta el café, pero de “buena calidad”, se refiere al café de grano, y señaló que ella lo ha probado en casas donde ha trabajado y que le gustaría consumirlo, sólo que tampoco lo puede comprar por el precio, adicionalmente se lo prohibieron por sus problemas de fibromialgia.

En síntesis, se observó el impacto de la pandemia en sus finanzas. Esta repercutió directamente en lo que gastan en alimentos y limitó el acceso a algunos de ellos. Las jefas de familia explicaron que todos los alimentos que compran subieron de precio, especialmente los vegetales, la carne, el aceite y el azúcar. Tuvieron que centrarse en elaborar comidas sencillas y baratas. Por lo

que los alimentos de consumo recurrente fueron el arroz, los frijoles, huevo, sopas de pasta. El consumo de los alimentos que tuvieron que disminuir fueron diversos, los más mencionados son la carne y la leche. Alimentos a los que casi no tuvieron acceso fueron los mariscos y las frutas. Aunado a lo anterior, se observó poca diversidad en el consumo de vegetales, leguminosas, semillas y cereales integrales. Un punto interesante fue el señalamiento del consumo de galletas o cereales ultraprocesados en vez de pan de dulce por ser más barato.

## **7.2 Gasto de las familias en alimentos**

Para algunas interlocutoras determinar el gasto global en alimentos no fue una tarea fácil. Lo anterior debido a la participación de varios miembros de la familia en el ingreso, a la repartición de las tareas de compras y de los pagos. En algunos casos, a las jefas de familia se les dificultó precisar con exactitud los gastos en alimentos. Por ejemplificar un caso, doña Luci que es una las mujeres ubicadas en la categoría 3 (ver figura 8) no pudo determinar el porcentaje que ella o su familia dedica a la compra de comida: “¡Ayy no!, ahorita menos, que Andrea no tiene trabajo... [y añade] ¿Que sería? ... ¡No, no tengo una idea!” (interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22)

De las ocho mujeres restantes tenemos que la mayoría de las entrevistadas señalaron gastar más del 50% de sus ingresos en obtener alimentos. Dentro de este grupo, dos de las mujeres que más gastan en alimentos son la señora Verónica pues debe comprar su desayuno y almuerzo de manera regular en la calle y le da dinero a su nieto para comer en la escuela. A la pregunta de cuánto gasta en alimentos respondió: "...pus ¡casi todo! nomás voy apartando lo de los pasajes ...ahorita tengo que guardar para la escuela de este niño... y así..." (Interlocutora 5, comunicación personal, 11/05/22). En el caso de la otra jefa de familia, la señora Monse, sus gastos en comida se incrementaron porque tiene que alimentar en promedio a cinco personas de las cuales tres son adolescentes. En el caso de estas dos mujeres el ingreso familiar pertenece a la categoría 2. Ella señala de su ingreso: “Mi salario es para pura comida” (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

En cuanto al dinero que gastan en preparar comida, hubo interlocutoras que pudieron expresar con sumo detalle el gasto que realizan en la elaboración de la comida, como fue el caso de la señora Yolanda. Es importante señalar que cinco de las jefas de familia gastan, aproximadamente \$200 en la comida del día, así lo expresó la señora Laura: “unos doscientos

[y añade] pus para las tres [comidas] alcanza” (Interlocutora 6, comunicación personal, 02/08/22)

Aunado a lo anterior, fue señalado por las mujeres que la comida preparada con ese dinero alcanza para el desayuno o almuerzo del otro día. En la mayoría de estos hogares señalaron realizar dos comidas. En estas familias por lo regular comen tres o cuatro personas, excepto en el caso de la señora Monse que tiene hijos adolescentes pues ellos son seis y en una sola comida se acaban lo que la mujer cocina. Al respecto comentó:

La comida se acaba horita y ya no hay más. [y añade] ... casi siempre hago lo que es... es lo que te digo, por ejemplo ...son \$50 de espinazo, son casi un kilo que son 6 o 7 piezas, entonces una para cada quien ¿no? es la comida, pero al rato en la cena se hacen huevo o así, pero casi siempre es comida al instante, casi no me so..., el pozole solo porque lo vendo ...me sobra, o cuando hago caldo de pollo o de res, ese sí me gusta que haga mucho porque como nos gusta, hago mucho caldo, como birriecita, hago mucho para comer y ese sí nos alcanza para comer y desayunar. Es que les gusta mucho para desayunar los caldos, caldos, entonces hago como una birria y hago una olla grande... (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Sólo la señora Martha dijo gastar \$150 en su comida diaria, con ese dinero comen siete personas. Sin embargo, en esa cuenta no contabiliza el gasto en tortillas y atole que consumen todos los días. El gasto no fue contabilizado debido a que su hermana elabora tortillas nixtamalizadas hechas a mano para la venta y para que su familia consuma. Esta situación no le permite ver el gasto directo: “para las tortillas ... así de masa, hacemos dos kilos, y para... sí, atole, sea como dos kilos en la hora de la comida, y como un kilo del almuerzo y cena, sea viene siendo como... como tres kilos al día, y,... como 200 gramos para el atole” (Interlocutora 8, comunicación personal, 28/08/22). Además, aprovechan lo que sobra de la venta para preparar chilaquiles u otros lo cual les significa un ahorro.

Hubo dos mujeres que gastan \$250 diarios en comida, las características de estas familias son muy diferentes. Por un lado, la familia de la maestra Leti está conformada por tres miembros y como se señaló, la interlocutora es profesionista y tiene una cultura culinaria distinta a la de las otras mujeres; en el otro caso, la familia de doña Luci gasta esa cantidad de dinero, pero su familia es grande, por lo regular comen entre siete y ocho personas.

El gasto que implica comer fuera de manera rutinaria sólo es asumido por la señora Verónica, pues llega muy temprano a su negocio de costura y ahí es donde desayuna y almuerza si le da tiempo. Esta misma mujer señaló que los tres miembros de su familia (su hija y su nieto) comen fuera. Contrariamente, en el caso de la interlocutora profesionista comer fuera no es una

actividad cotidiana a la que recurra por necesidad, sino como actividad lúdica. Sin embargo, no es una actividad recurrente pues tiene que ahorrar para poder salir con sus amigas.

En las otras siete familias la comida en la calle ocurre esporádicamente y sólo para cubrir algún antojo, en general, evitan comer en la calle porque es caro. La señora Monse narró que cuando llegan a salir a la calle no es para comer sino para pasear. Llegan a comprarse alguna golosina para disfrutar el rato de paseo puede ser un helado o un elote o algo por el estilo, pero no comida.

En cuatro de estos hogares llegan a comprar comida preparada para comer en casa, pueden ser tacos o pizza. En dos hogares mencionaron comer pizza. Sólo en el hogar de doña Luci es constante el consumo de tacos de la calle o pizza, la interlocutora mencionó que lo hace aproximadamente una vez a la semana. En los otros dos hogares es menos común consumirlos.

La señora Verónica, Mirna y Justina mencionaron que si sus hijas —que son mujeres adultas— las llegan a invitar a comer en la calle lo hacen, pero es algo en lo que ellas no gastan: “Pues nosotros...nosotros, casi nunca solo cuando mis hijas nos invitan sino no” (Interlocutora 3, 27/04/22).

En cuanto a las comidas escolares un muchacho de preparatoria y uno de secundaria llevan dinero a la escuela. Sólo en el caso del segundo se mencionó cuánto dinero le dan, aproximadamente \$30 diarios para comer en la escuela. Su madre señaló no saber lo que su hijo consume en la escuela. Para los otros cuatro niños y jóvenes, hijos de las interlocutoras señalaron que les ponen comida o intentan que coman en casa para no darles dinero y si llega a ocurrir es esporádico.

En síntesis, del total del presupuesto familiar la mayoría de las jefas de familia gastan más de la mitad de los ingresos en la compra de alimentos. En la mayoría de los hogares gastan en la elaboración de comida aproximadamente \$200 diarios, con este dinero les alcanza usualmente para dos comidas al día, pero esto depende del número de integrantes. Para casi todas las jefas de familias comer en la calle no es una opción pues resulta más caro, excepto para la jefa de familia que tiene dificultad en el traslado a su trabajo debido a la poca oferta de horarios en los que hay transporte público en su zona.

Si bien, algunas interlocutoras señalaron que esporádicamente pueden comer en la calle, lo hacen en el caso de que las inviten por algún festejo, pero ellas no gastan. En el caso de algunas familias señalan que, si bien no sale a comer, cada cierto tiempo piden pizza para comer en casa.

En la actualidad es común la entrega a domicilio, se volvió más habitual por el confinamiento derivado del Covid-19. Cabe señalar que este es otro modo en el que se introduce los alimentos ultraprocesados ya que no son alimentos muy caros y la entrega a domicilio a facilitado el acceso a ellos.

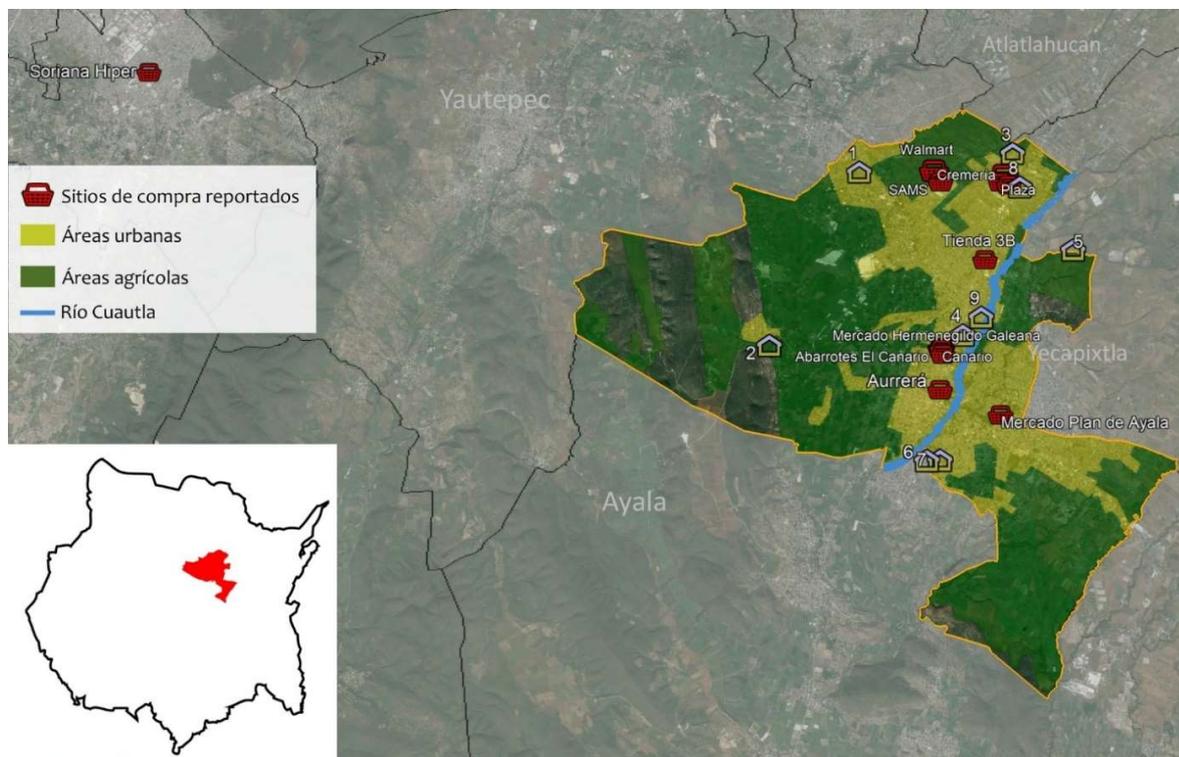
### **7.3 Accesibilidad a los alimentos**

La ciudad de Cuautla, Morelos, tiene una amplia infraestructura carretera que le permiten una buena conexión con otros estados de la república entre ellas la Ciudad de México, el Estado de México, Puebla y Guerrero, por lo que existe un buen suministro de víveres (ver figura 5). La ciudad cuenta con una diversidad de lugares donde se concentran y distribuyen alimentos al por mayor y al por menor, lugares como centros comerciales, tiendas de conveniencia, tiendas de barrio, una central de abasto, mercados y tianguis, por lo que el acceso a alimentos no parece ser problema. Esta información se corrobora con lo observado en campo, pues en la mayoría de los casos según lo comentado por las interlocutoras no tienen dificultad en acceder a la compra de alimentos.

Como se observa en la figura 12, los negocios de compra se localizan relativamente cerca de la vivienda de las interlocutoras o de sus trabajos como es el caso de la interlocutora 2 y de la 5. Cabe señalar que la mayoría de las interlocutoras viaja de su casa al lugar de su trabajo en promedio a medio hora. Al contrastar este mapa con el número 5 se puede ver como la ciudad y sus principales vías de transporte han crecido de manera lineal siguiendo el cauce del río. Lo mismo sucede con los negocios de venta de víveres tanto perecederos como no perecederos.

## Figura 12

*Mapa de la ubicación de las viviendas y los lugares de compra de víveres*



Fuente: elaborado por Daniel Sandoval Vázquez

Se ha señalado que el acceso a los alimentos depende de las condiciones geográficas y técnicas adecuadas, en primer lugar, de la existencia de infraestructura que permite la llegada de los alimentos, puntos de almacenamiento y distribución (Intini, 2019).

Lo anterior fue verificado al observar que en el caso de la señora Verónica que viven a las orillas de la ciudad, en la colonia Campo Guaje, el lugar es de difícil acceso por la falta de transporte público, por lo que no es fácil conseguir alimentos frescos. La colonia no cuenta con mercados, ni verdulerías, ni carnicerías. Ante esta situación la jefa de familia ha desarrollado estrategia de compra, se aprovisiona de víveres en el área contigua a su pequeño negocio de costura. En esa zona es fácil conseguir alimentos debido a que está ubicado en un lugar de la ciudad con muchos puntos de venta de alimentos. En los alrededores se puede encontrar un mercado, una diversidad de negocios de venta de abarrotes y puestos ambulantes que venden diversos alimentos frescos y comida preparada. Esta zona concentra alimentos que provienen de diversas regiones aledañas al municipio.

Para contrarrestar el aislamiento de la colonia Campo Guaje, los vecinos han diseñado estrategias para acceder a los alimentos. En el caso de la carne la interlocutora que vive allí señaló que es posible conseguirla a través de la señora de la tienda, pero se tiene que hacer el pedido con un día de anticipación. Otra dinámica generada debido a que no hay tortillerías en este lugar es la venta de tortillas a domicilio, para lo cual el vendedor entra a la colonia en una moto. La interlocutora señaló no comprar carne de esa manera y sólo comprar tortillas el fin de semana que no va a su trabajo, en general mencionó no realiza compras de este tipo porque resulta más caro. Otra práctica observada en el trabajo de campo fue el hecho de que una mujer se sube al transporte público con una maleta de lona llena de bolillos los cuales ofrece en ese mismo lugar, en el viaje observe al menos a tres personas que le compraron el producto.

En el caso de la señora Monse que su vivienda está alejada del centro de la ciudad (Colonia Tres de Mayo), señala que cerca de su hogar si hay venta, tanto de vegetales, como de alimentos no perecederos, pero no compra porque es caro. Sin embargo, ella puede acceder sin mayor complicación a los alimentos porque los compra en una zona céntrica que le queda de paso de su trabajo a su hogar e incluso mencionó que cuando en su trabajo la envían a la central de abastos a comprar víveres aprovecha para comprar alimentos para su familia:

[...] por ejemplo, el jueves, que ves que me pagan a mí los jueves, paso al mercado y ya me traigo la carne y todo, paso por la verdura ... ora que he estado yendo a la central, vez que me toca los martes, aprovecho y me traigo la fruta para la escuela, porque les tengo que poner la fruta de allá, está más barato allá que comprar aquí. Luego... allá donde compré mis jitomates, ¡ah! pus viste... [se refiere a un puesto de frutas y verduras al que pasamos antes de llegar a su casa, se ubica en el centro de Cuautla casi en contra esquina de la tienda el Neto donde acostumbra a comprar] dos por quince o dos por veinte [los jitomates] pero ya voy a la central y ya me traigo más (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Cuando hubo dificultad para obtener los alimentos se debió a problemas de salud. Esto sólo ocurrió en el caso de la maestra que comentó que por sus problemas de cataratas y por su dificultad de cargar cosas pesadas, le es difícil salir a la calle a realizar su abasto. Ella acostumbra a proveerse de alimentos dos veces por semana, pero ella sólo sale al mercado una vez, para la segunda compra se apoya de su hijo:

Dos veces por semana... mjí, sí generalmente dos veces por semana, una horita voy yo... aquí, los sábados, los fines de semana va mi hijo, [voz acongojada] porque no le gusta ya que salga a la calle [voz acongojada], como ando con el bastón y bueno, no sabrás, ¿no? [vuelve a hablar con energía] y ya sabes treparme a la combi implica ... demasiado .... demasiado [su voz tomar

un cariz de sutil tristeza]. Todo esto es por semana y al súper una vez al mes ¡he!, casi no (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

Si bien, todas hicieron las compras en los negocios que se ubican en el municipio, sólo la señora Justina indicó que compra fuera del municipio con cierta regularidad pues aprovecha cuando viaja a la ciudad de Cuernavaca al médico para realizar compras en ese lugar.

Dado que el criterio principal de compra de alimentos fue la búsqueda de lo más económico este factor determina los lugares donde realizarán las compras y las rutas que seguirán. En el caso de los alimentos no perecederos, comparan precios de las distintas tiendas y ubican que productos son más baratos en una y cuáles en otras. Por ese motivo fue recurrente que mencionaran comprar sus alimentos en más de un comercio, lo anterior sin dejar de lado la búsqueda de los alimentos de mejor calidad y acotado a la búsqueda de víveres cerca de sus localidades. Así nos lo narra la señora Mirna:

De abarrotes en el Canario, lo que te dije frijol, arroz, azúcar, cositas leves... poquito y de...la carne...bueno carne de res y de puerco que casi no compro tengo en donde, esa sí tengo una fija, el pollo lo compro del tingo al tango, porque a veces llego tarde y ya no hay en un lado y compro en otro, le varío...verdura... a veces compro ...poquito... algo que me llegue a faltar también... tengo ya un lugar donde compro, pero muy poquito porque a eso casi siempre va Javier [su esposo] a comprar a la Plaza (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22)

En la mayoría de los casos la elección del lugar de compra fue aprovechar el recorrido de camino de regreso de su trabajo a su casa. En cambio, doña Luci señaló aprovechar las salidas que realiza para hacer compras de materiales de costura —que utiliza en su trabajo— para abastecer su hogar de alimentos: “Cada quince días, aprovecho para ir a comprar mis cierres ... mis hilos” (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22)

Solamente la señora Verónica mencionó que lo hace al revés. El motivo es que tiene que garantizar estar lista en el horario que el transporte pasa de regreso a su colonia. Como se ha mencionado éste pasa a horas fijas y si no logra tomarlo tiene que esperar varias horas para poder tomar el siguiente transporte.

En contraste, la maestra Leti señaló que, si bien busca precios económicos, su criterio es comprar en un sólo lugar que le ofrezca todo lo que necesita pues por sus problemas de salud no puede ir de un lugar a otro comparando precios. Ella evita los supermercados lo más posible, compra sobre todo en una verdulería llamada la Triple B. En este negocio venden productos un poco más caros que en otros puestos, pero la ventaja es que en el mismo lugar encuentras vegetales, así como otros alimentos que sólo en los supermercados encuentra.

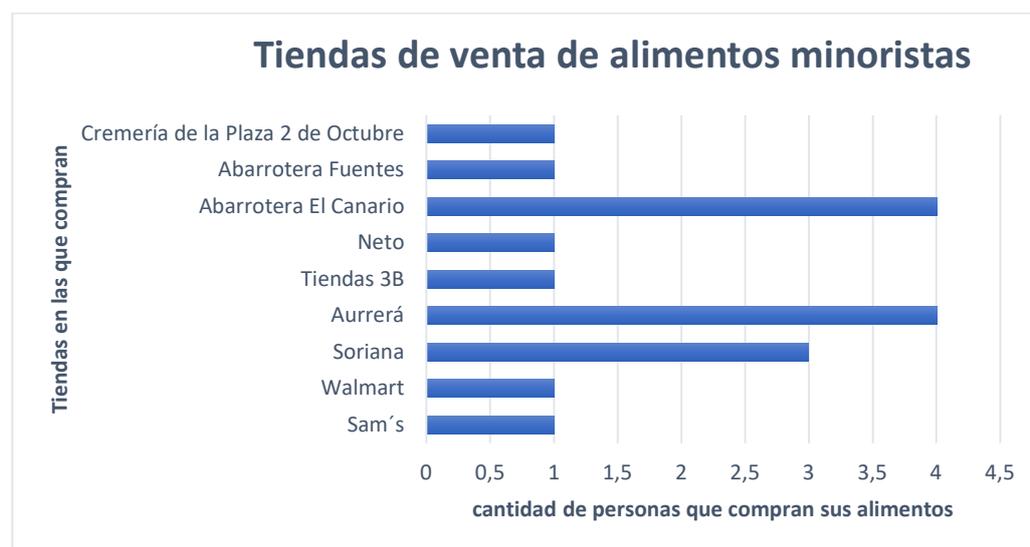
A lo anterior se añadió la experiencia de compra de la maestra Leti. Se trata de una práctica todavía no experimentada por ninguna de las otras jefas de familia. La mujer señaló que en su domicilio recibe leche, agua y refresco de la compañía Pepsi Cola la cual distribuye a través de un camión repartidor que hace entregas a domicilio. Cabe señalar que la interlocutora mencionó que su hermano trabaja en esa empresa, lo cual influye en su predilección por la compra de este producto pues la empresa instiga a sus trabajadores y familias a consumir su producto y no el de la competencia:

Mi mamá y mi tía son dadas a que cuando vienen a dejar el agua Bonafont, no es cierto e-pura de Pepsi, ajá, porque mi hermano trabaja en Pepsi antes compraba la de Coca. Pero según unos estudios que hicieron esta, esta, más pureza tiene [no se entiende] entonces nos vienen a dejar, mi mamá se compra el paquetito de la Pepsi chiquita [baja la voz para que no la oiga su mamá] (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

En la figura 13, se presenta un gráfico donde se muestra las tiendas de alimentos no perecederos ubicadas en el municipio de Cuautla a las que asisten las interlocutoras. Se observa que las tiendas más socorridas son la Bodega Aurrera (4), la Abarrotera el Canario (4) y Soriana. Si bien, esta última tienda fue mencionada en tres ocasiones a diferencia de las otras tiendas a las que asisten las mujeres en esta lo hacen de manera esporádica.

**Figura 13**

*Comercios a las que asisten las jefas de familia a realizar el abasto de alimentos*



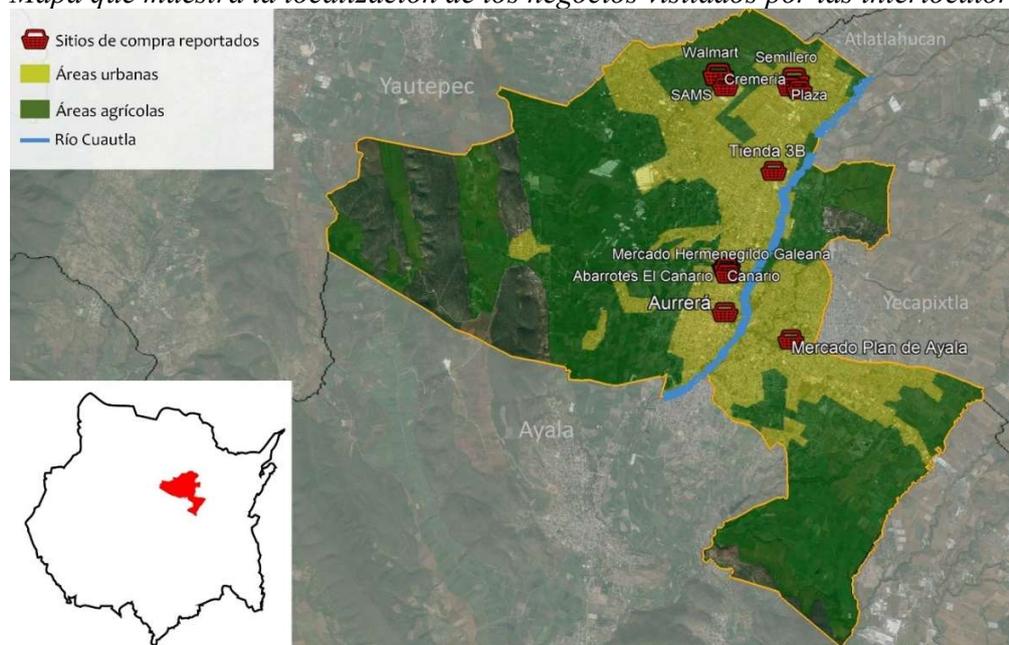
Fuente: elaboración propia con información obtenida en las entrevistas

Si contrastamos la figura 13 con la 14, se observa que las tiendas más visitadas como son Aurrera y el Canario, se localizan muy cerca del río y por lo tanto de la avenida Reforma, la cual

es una vía de conexión muy importante con otros municipios y estados. Además, estas dos tiendas entre sí están muy cercanas pues se ubican en un corredor comercial. Lo anterior muestra la accesibilidad que existe en la zona para adquirir alimentos.

#### Figura 14

*Mapa que muestra la localización de los negocios visitados por las interlocutoras*



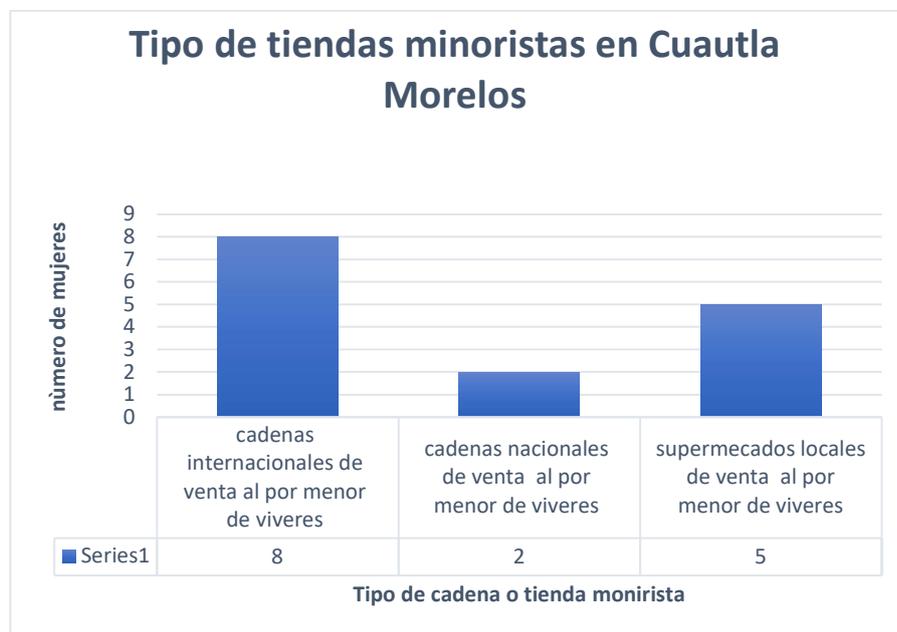
Fuente: elaborado por Daniel Sandoval Vázquez

La literatura indica que no todas las tiendas de venta de alimentos minoristas tienen las mismas características por lo que es importante diferenciar unas de otras pues estas ofrecen productos para un mercado con poder adquisitivo específico.

En la figura 15 se han agrupado por tipo las tiendas visitadas por las interlocutoras en el municipio de Cuautla donde se muestra la presencia de a) tiendas de venta al por menor de cadenas internacionales como la hipertienda: Sam's, supermercados como Soriana, Walmart o Bodega Aurrerá; b) cadenas de distribución nacional de venta al por menor como son las tiendas Neto y las tiendas 3B y c) supermercados locales de venta al por menor de víveres como son Abarrotera el Canario, Abarrotera Fuentes y la cremería Becerra ubicada en la zona comercial de la Central de Abastos de esta ciudad. En la figura se observa que ocho de las nueve mujeres entrevistadas se abastecen de víveres en cadenas internacionales, además cinco de ellas asisten también a tiendas locales y solo dos a cadenas nacionales. Algo a resaltar es que la mayoría de las jefas de familia no centra sus compras en una sola tienda sino en varias según los precios de los víveres.

**Figura 15**

*Tiendas de venta de alimentos minoristas*



Fuente: elaboración propia con información obtenida en las entrevistas

La mayoría de las interlocutoras señalaron que evitan hacer compras de alimentos en tiendas de barrio porque en esos lugares los alimentos son más caros. Un ejemplo ilustrativo es el de la señora Monse:

Venden de todo, pero todo carísimo. No, yo no compro, todo lo traigo del Neto. [más adelante señala] Yo casi no compro aquí nada... casi todo lo traigo de allá del mercado. Porque si compro algo ahí ves en el panteón, esta una señora que vende verduritas, entonces tengo que ir hasta allá y la verdura es doblemente de cara. Entonces, casi no compro aquí, a menos que como ayer domingo me hace falta jitomate y chile los mando a traer 10 pesos. Casi no compro. He comprado que sopa o que luego un aceite y no, sale bien caro. Por ejemplo, acá un aceite de medio me lo dan en \$28 pesos y en el Neto ahí donde pasamos está a \$38 pesos el litro. Entonces mejor prefiero comprar el litro en el Neto y aquí el huevo está en \$24 el medio, y ahorita compré 10 huevos y fueron \$23 pesos. En el medio son hasta 7 huevos (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Caso contrario es el de la señora Laura que vive la mayor vulnerabilidad económica de las interlocutoras. Ella indica que le pagan por día, de la misma manera realiza sus compras de alimentos. Tanto por su raquítico salario, como por la falta de certeza de la cantidad que recibirá pues su ingreso diario ronda entre los \$100 y \$200, esto no le permite planear la comida, ni hacer despensa, mucho menos buscar mejores precios. A ella le es más conveniente comprar en las tiendas de barrio y verdulerías vecinas, por lo que su criterio principal es la cercanía de la tienda

con su lugar de trabajo —al cual, por cierto, llega caminando— de tal manera que para ella los precios de las tiendas de barrio le son asequibles. Así las estrategias que utilizan las otras jefas de familia en la búsqueda de precios más baratos en diversos negocios para la señora Laura resulta inadecuado pues el desplazarse al centro de la ciudad le implica un gasto que no puede hacer:

Todos los días se va a comprar, este, la comida [...] hora sí que luego traigo así de la tiendita de la esquina, ¿no? como allá donde esta Luis hay una verdulería y siempre, es más barato ahí, pues, pues como que es más barato, ya uno no puede salir al centro ahí está más caro y hay que pagar transporte, es más barato de este lado (Interlocutora 6, comunicación personal, 02/08/22)

Para la compra de alimentos frescos todas recurren a la compra en mercados, tianguis o puestos ambulantes. Son tres las jefas de familia las que asisten a la Plaza 2 de Octubre a realizar la compra de sus alimentos, tanto la señora Mirna como la señora Martha viven muy cerca de la zona. Ese no es el caso de la señora Yolanda, pero ella prefiere hacer sus compras ahí porque es más barato, va cada quince días. En los lugares mencionados se realiza sobre todo compra de alimentos frescos, pero también hubo quien compró semillas, leguminosa y hasta embutidos en las cremerías.

En síntesis, ninguna de las jefas de familia presentó mayores dificultades para encontrar los alimentos pues, incluso, las interlocutoras que viven en las zonas periféricas del municipio pueden acceder a ellos. La mayoría aprovecharon los trayectos de casa-trabajo para realizar sus compras. Estas mujeres ocupan una diversidad de tiendas de autoservicio de cadenas internacionales (Walmart, Soriana, Sam's, nacionales (Neto, Tienda 3B) o locales (Abarrotera el Canario, Abarrotera San Antonio), que ofrecen productos de diversa calidad.

En este tipo de negocios se compra sobre todo alimentos no perecederos, especialmente, alimentos ultraprocesados. Se observó que las compras de víveres son realizadas por algunas interlocutoras en la Central de Abastos y la Plaza 2 de Octubre pues los precios son más económicos que en los mercados y pequeños negocios de venta de alimentos. En este lugar compran particularmente alimentos perecederos como verduras y carne e incluso semillas como frijol, avena, entre otros.

Sin embargo, lo común fue que las jefas de familia compren en mercados y negocios aledaños a los mercados como verdulerías y carnicerías, entre otros. Contrariamente, en el caso de la jefa de familia con mayor vulnerabilidad económica, es más barato comprar en la tienda de barrio y la verdulería local, que en los comercios antes señalados. Aunque en la mayoría de los casos han diseñado estrategias de compra según los días que les pagan, los lugares que transitan, que donde

compren encuentren de todo, el criterio fundamental fue el precio. A las prácticas habituales de las jefas de familia se suman las nuevas estrategias de la industria alimentaria. Una táctica que aquí aparece por parte de la compañía Pepsi Cola es la entrega de leche, agua y refrescos a domicilio. Estrategia que vuelve a sus productos aún más disponibles.

#### **7.4 Criterios de compra de alimentos**

Como ya se mencionó en la mayoría de los casos lo central en la búsqueda de alimentos es que tengan buen precio, que sean de buena calidad o frescos, para poder enfrentar la crisis económica derivada del confinamiento por la Covid 19. Dado el aumento de precios de los alimentos y la disminución de ingresos, las jefas de familia se vieron en la necesidad de diseñar estrategias de compra que les permitiera afrontar lo mejor posible su situación.

##### **7.4.1 Estrategias de compra de alimentos perecederos**

Estas estrategias consistieron en disminuir la compra de ciertos alimentos, por lo que redujeron sobre todo el consumo de carne, pero también se mencionó la leche y los cereales de caja. Otra maniobra fue que las jefas de familia comparaban precios en distintos lugares de venta y compraban en donde era más barato. Asimismo, seleccionaron los alimentos de temporada pues suelen ser más baratos. A la par de las tácticas antes expuestas se agrega la de comprar alimentos que se consideran de menor calidad, pero en buen estado; por ejemplo, algunas interlocutoras señalaron comprar aguacate criollo en vez del aguacate de exportación que es más caro. Otro mecanismo señalado fue el de la sustitución de alimentos. Esto fue señalado por la señora Martha, quien indicó que acostumbraba a elaborar el caldo para su familia con dos kilos o dos y medio kilos de carne, pero que en la actualidad le agrega huesos y más verduras para sustituir la carne que ya no le puede comprar. Una de las estrategias de la señora Justina es la compra de alimentos muy maduros pues son más baratos, los adquiere, aunque no los utilice ese día. En el caso del jitomate o tomate, elabora una salsa que será almacenada en el congelador hasta su uso. Además, señaló que compra huevo cascado (huevo que se golpeó y está quebrado el cascarón) que es más barato. Como se puede observar las mujeres desarrollan habilidades e ingenio para afrontar las limitaciones económicas.

#### **7.4.2 Estrategias de compra de alimentos no perecederos**

La señora Justina — mujer que se hace cargo sola de su familia— mencionó que una de sus estrategias es la búsqueda de ofertas o promociones. Esta jefa de familia aprovecha las promociones para comprar mayor cantidad de productos los almacena y los va usando poco a poco. Así lo hace cada vez que tiene oportunidad. Otro criterio de compra dentro de los alimentos no perecederos que mencionó fue evitar comprar alimentos “innecesarios” (que son un lujo) como los helados o los pastelillos y señaló que ahorra elaborando sus propios postres caseros como las gelatinas.

De la misma manera la señora Verónica selecciona alimentos no perecederos de “marcas no reconocidas” como las de la línea que venden en la Tiendas 3B, que en comparación con los productos de marca reconocida son más baratos. Esta mujer acude a esa tienda pues está cerca de su trabajo. En cambio, la señora Martha —que vive muy cerca de la central de abastos— puede comprar a precios de mayorista o aprovechar ofertas de las cremerías en las cuales ofrecen embutidos de marcas reconocidas a precios muy económicos. Algunos alimentos mencionados por las mujeres que han adquirido en oferta fueron los embutidos, cereales de caja, yogurt, helado, atoles, gelatinas, queso, cátsup, aceite y azúcar.

Una última estrategia es la preparación de los almuerzos escolares. En la elaboración de estos alimentos aparecieron en tres ocasiones los embutidos: 1) en la preparación de huevo con jamón, 2) las salchichas en los salchipulpos y 3) de las tortas y sándwiches con jamón.

#### **7.4.3 Elección de marcas y alimentos publicitados**

Este tema es relevante para esta investigación pues en la literatura abunda información sobre la inversión que ha hecho la industria alimentaria a la hora de diseñar empaques y pagar publicidad para que sus productos sean vistos y elegidos por los consumidores, es por este motivo que resulta interesante hacer una primera aproximación a cómo está ocurriendo estos fenómenos en los hogares cuautlenses.

La información recopilada indica que sólo tres interlocutoras han adquirido nuevos productos en el último año. La señora Verónica mencionó la compra de una marca de mole llamado Mole Casa Reyes, de la misma manera la señora Monse incorporó a la dieta de sus hijos los Dorilocos a razón de que instaló un puesto de venta de comida fuera de su casa: “Esas sí compro [se dejó de oír] esa sí, es como que la chatarra ... y los benditos Dorilocos” (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22)

La maestra Leti narró que compró una nueva marca de cereal para su hijo que ella compraba cuando vivía en EU y recientemente lo volvió a ver en oferta en el supermercado por lo que decidió comprárselo, agregó que a su hijo sí le gustó ese cereal:

Tengo mis marcas, tengo mis marcas [le da risa] por ejemplo, fijate hace como cuatro, ¡seis meses! estaba un cereal que es, ¡ayy! no me acuerdo el detalle pero lo conozco por Estados Unidos, y como la gente no la consumió estaban dando tres por uno cereales, aparte estaba por caducar en dos tres meses, pero sí lo compré, si lo compré, le gustó a mi hijo también, entonces sí se terminó, se consumió antes del tiempo de caducidad y este ... sí creo que fue lo único ¡eh! ... ¡ahh! y yogurt para mijo que le gusta el bebible (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

A la pregunta de si consumen bebidas, alimentos o golosinas vistos en algún medio de comunicación dos de las mujeres respondieron que sí, no señalaron muchos productos, pero los que mencionaron nos permite tener un primer acercamiento a la influencia de los medios de comunicación en las elecciones de las personas. Doña Luci dijo que si ven en la TV un anuncio de pizza, sí se les antoja y que sí la llegan a comprar: “Sí a veces, la pizza hawaiana y de pepperoni” (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22). También señaló que su bisnieto comenzó a tomar “Nesquik” porque lo vio en la TV. La señora Verónica comentó que sí se les antojan las galletas publicitadas, pero las consumen sólo en fin de semana cuando están en casa y no consiguen pan de dulce en su colonia. Agrega que a veces se les antoja alguna golosina, pero sólo la compran si tienen dinero o tiempo para comprarla, explica que esto no es recurrente pues generalmente están trabajando.

En contraste, la señora Mirna señaló que más que antojársele alimentos que ve en la TV tiene la costumbre de comer golosinas mientras ve la TV. Y por ejemplo, si hace calor acostumbra a comer una gelatina, una paleta de Chocho Milk elaborada por ella; si hace frío, come cacahuates frescos o en general lo que gusta comer son galletas o pastel si llega a tener, o algún dulce que le comparta su hija:

...ya como a las ocho, me como un pedazo de gelatina o que hago unas palomitas cuando estamos viendo la tele, digo esto no me engorda o que si está fresco tuesto unos cacahuates...a veces no del diario. O que si hay alguna galleta nos echamos una galletita nos la comemos como una golosina o en tiempo de calor te digo nos hacemos paletas, cosas, nos echamos una paleta, cosas así, pero no es del diario. La golosina no es del diario o cuando Verónica me da pastel me acuerdo y digo « ¡oh! tengo pastel» dicen que parezco niña con el pastel, voy y me hecho un pedazo, me lo hago rendir, o termino de comer y me echo un pedazo, soy mañosa... (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Otro tipo de respuesta fue la de la señora Laura que señaló que ella compra cuando tiene antojo y no cuando lo ve en los anuncios. Asimismo, la maestra Leti señaló que el gusto de su hijo

(de 18 años) por las golosinas no está relacionado con la publicidad, sino que el hábito fue adquirido en la escuela. Señala que él tiene un gran gusto por lo salado, por las frituras empaquetadas: “Él fue, él fue... en la escuela, ya sabes ... ¡todo lo que sea papas! papas que piquen sí”. Esta misma interlocutora señaló que en cuanto a lo dulce le gusta el helado de Snikers que venden en el Oxxo, aunque refirió que ellos no lo compran, sino que lo consumen cuando su sobrina los visita y les lleva:

Chocolates, chocolates es lo único porque de ahí en fuera no le gusta lo muy dulce, sí chocolate. Horita mi sobrina le trajo... un Snicker que venden helado en el Oxxo, aunque no en todos los Oxxo me explicó mi sobrina, no en todos los Oxxo y ... este, horita esa es su debilidad porque es helado de Snicker, entonces esa es su debilidad ahorita. No es que vaya y compre ¿no? pero su...lo que lo mata son las papas, las papas sí”. (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22)

En cuanto a las marcas de alimentos, tres jefas de familia mencionaron elegir algunos productos de acuerdo con el criterio de selección de marca. En el caso de la señora Mirna, mencionó que cuando comprar embutidos sólo compra de la Marca Fud, el aceite marca Nutriolli y leche Alpura o Nutrileche, los alimentos antes mencionados son los que no cambiaría por ninguna razón.

La maestra Leti argumentó que ella sólo come arroz de dos marcas: arroz Buena Vista de Cuautla y arroz Soberano de Puente de Ixtla, en el caso de embutidos ella usa la marca Swan y cuando tienen la posibilidad económica compra Peñaralda. En el caso de la pasta sólo compra Barilla. Otro consumo según la marca fue la compra de refresco Pepsi y agua de la marca e-pura, que le llevan hasta casa. La señora Yolanda respondió a la pregunta revisando su alacena y enseñando los productos, algunos señalados fueron el atún marca Dolores, la salsa Cátup, o la mayonesa, de esta última señaló que no es un producto de primera necesidad pero que sí consumen.

Contrastando lo señalado por las jefas de familia anteriores, dos mujeres no comprar marcas porque salen caras y no salen tan buenas. La señora Verónica prefiere revisar la calidad del producto: que el arroz o frijol no estén quebrados. Sin embargo, compra productos de “marcas no reconocidas” que por ese motivo son más económicas como es el caso de la leche Lacti Bu o los productos de la marca Vaca Blanca— todos estos alimentos los venden en las tiendas 3B—.

En cambio, la señora Justina señaló que ella compra “marcas libres” en los supermercados pues son más baratas, por ejemplo, mencionó el arroz, la pasta o el atún. Sin embargo, dice que si llega a encontrar en oferta o promoción algunos alimentos de marca que le gustan sí los compra, como ejemplo señaló el atún de la marca Dolores o el aceite Nutrioli. Un producto de marca que

señaló que compra es la crema Lala debido a que casi esta al mismo precio que la que compraba a granel y a que ésta última ha “salido fea” últimamente. La leche que compra es de Lincosa.

Ella señala que le gusta comprar sus alimentos en los supermercados porque en esas tiendas pesan bien los alimentos, llega a comprar fruta o carnes. Sin embargo, esta mujer no realiza todas sus compras en el supermercado, también asiste al mercado de su colonia. Adicionalmente, compra muchos productos a granel pues son más baratos, los que señaló son los embutidos, de estos llega a compra recorte de embutidos. Otros productos mencionados fueron las mermeladas, chocolate, cremas tipo Nutella, mayonesa y crema en una tienda local llamada Propan.

En contraste, la señora Laura dijo que no compra por las marcas, sino que se fija en el precio de los alimentos. Asimismo, señaló un listado de alimentos que compra por su precio e identifica por marcas, fueron reconocidos: el aceite Maravilla, sal La fina. En cuanto, a las bebidas mencionó que el refresco que si bien a su familia le gusta la Coca Cola ellos solo compran Red Cola porque es más barata.

Por otro lado, Doña Luci señaló que no le gusta comprar alimentos enlatados, y que excepcionalmente llega a comprar frijoles de lata. Pero en su relato olvida comentar la marca de refresco que consume. Consumo que testifico el día de mi vista, cuando el esposo de la señora salió a la hora de la comida a comprar un refresco de la marca Jarrito. Doña Luci al ver regresar a su esposo con la botella de refresco mencionó sobre la elección de este: “para cambiarle un poquito”, pues acostumbran a comprar Coca Cola. Sin embargo, como se verá más adelante, hay muchos alimentos que se consumen sin tener presente la marca pero que están de manera recurrente en los hogares, uno de ellos es el refresco.

Como se observa, algunas mujeres compran determinados alimentos de acuerdo con las marcas. Sin embargo, no fueron muchos los alimentos mencionados que se compran de esta manera. En varios casos la selección de marcas incluso tuvo que ver más con el precio de la marca que con alguna otra propiedad reconocida de esta.

En síntesis, la búsqueda de alimentos baratos es lo que predomina. Debido a la escasez de recursos con los que se cuenta han diseñado una serie de estrategias que les ha permitido palear las dificultades económicas que se les presenta a la hora de alimentar a sus familias. Estas se pueden dividir en dos grupos: estrategias de compra de alimentos perecederos y estrategias de compra de alimentos no perecederos. En el caso del primer rubro se puede señalar que las actividades que realizaron fueron la comparación de precios en diversos puestos, el uso de alimentos que no son de

importación (por ejemplo, aguacate criollo en lugar de aguacate Hass), el uso de alimentos deteriorados (compra de jitomate o tomate maduro, huevo cascado), la sustitución de alimentos (uso de huesos y verdura), la compra de vegetales de temporada o que estén baratos.

En el caso de la segunda estrategia, se mencionaron las siguientes: búsqueda de ofertas y promociones, compra de alimentos por caducar, compra de “marcas desconocidas” o las denominadas por los supermercados “marca propia”, o productos a granel, evitar la compra de alimentos “innecesarios”: helados, pasteles, compra de alimentos de “recorte” de embutidos (pedazos sobrantes del corte de jamón) de venta en cremerías locales.

Por último, si bien el criterio principal de compra de la mayoría no fueron las marcas, estas están presentes en los hogares sean o no consientes del hecho. Puede ser que las consuman porque se les antojó al ver un anuncio o por tener algo que comer mientras se ve la TV. Sin embargo, se observó que muchas veces al comprar productos de “marca libre” o de “marcas desconocidas” — como el caso de los productos de las tiendas 3 B— las personas suponen que no están adquiriendo productos de marcas. También se observó que debido a la regularidad del consumo de un producto puede ocurrir que llegan a perder de vista que están eligiendo un producto por su marca, esto fue observado en el caso del refresco.

## 8 Compartir con los otros: “no somos mucho de refresco, pero sí cuando llegan visitas”

Ya se indagó en capítulos anteriores las circunstancias particulares en las que viven las jefas de familia, así como su situación económica. Lo anterior permitió dilucidar cómo eligen sus alimentos, y en particular, los criterios objetivos con los que realizan sus elecciones alimentarias especialmente de AYBUPs. Sin embargo, si sólo nos detenemos a observar las condiciones dadas sin investigar otros posibles ámbitos de elección propios de las jefas de familia, el análisis quedaría incompleto. Por tal motivo, se escudriñaron las motivaciones de índole subjetivo que subyacen la elección de AYBUPs, pero sin olvidar que las elecciones se dan en el marco de acuerdos sociales.

Para lograr lo anterior el presente capítulo se divide en dos grandes secciones además de la introducción. En la primera, se analizan las formas sociales de organización alimentaria y se señalan situaciones en las que se consuman AYBUPs. En la segunda sección se señalan los consumos de AYBUPs que pasan inadvertidos debido a la desinformación imperante y a la insuficiente regulación de este tipo de productos.

### 8.1 Formas sociales de organización alimentaria

En este apartado se exploró cómo se entretajan los vínculos familiares a propósito del hecho alimentario y cómo se incorpora el consumo de alimentos ultraprocesados. Para lograr dicho cometido se elaboraron unas categorías que reflejan el modo como las mujeres dedicadas a preparar los alimentos de sus familias se apropian de esa labor, la valoración que hacen de esta actividad, así como del significado que le asignan al hecho de cocinar para los otros y de la clasificación intuitiva que realizan de los alimentos según la importancia que ellas les asignan a estos. Estas experiencias son leídas desde el papel que estas mujeres han tenido que asumir como mujeres que sostienen sus hogares sean o no las únicas proveedoras económicas.

Las categorías son las siguientes. En primer lugar, se caracteriza lo que las jefas de familia entienden por *comer bien* y que da pie a entender algunas de sus decisiones alimentarias, después se narran los elementos que para ellas *componen una comida*, acerca de lo que implica para ellas el hecho de *alimentar a los otros*, tanto en sus aspectos positivos como negativos. Acerca de las situaciones que evitan como que su familia se quede con hambre o que no les guste la comida y a esto se añade la administración de tiempo y dinero que dedican a dicha actividad. *Satisfacer el*

*antojo*, es otra dimensión considerada en las prácticas de las familias, pues implica la existencia de consumos cotidianos los cuales rompen con la rutina pues son consumos que se realizan por darse un gusto y no se centran en la satisfacción del hambre en términos biológicos. Son alimentos no considerados “comida” y no se consumen dentro del horario de comida.

Otra categoría a considerar es el *consumo festivo*, el acto de celebrar a los otros, el cual puede incluir consumos considerados de lujo o especiales que se dan a propósito festejar cumpleaños y festejos sociales motivados por la necesidad de reunirse con los seres queridos, por festividades religiosas como navidad o tradicionales como el festejo de Día de Muertos. La *comensalidad* es un aspecto que reúne lo cotidiano con lo festivo pues en el *comer con los otros* —ya sea en lo cotidiano o en la celebración— se recrean lazos en los que no sólo se comparte la comida, sino el tiempo, la compañía, además de una dimensión emotiva que acompañan dicha actividad. Cabe señalar que en cada una de estas categorías será señalado que los AYBUPs han sustituido alimentos consumidos previo a la masificación de los AYBUPs, también se señalará qué formas sociales de organización alimentaria han sido modificadas y reorientadas al consumo de este tipo de alimentos.

### 8.1.1 Comer bien

En las familias el consumo de alimentos adopta formas que están cimentadas en concepciones sobre lo que es un consumo adecuado y suficiente. Al preguntarles a las jefas de familia acerca de lo que consideran que es comer bien, lo expresaron en un sentido nutricional pues al hablar de los alimentos la mayoría los agrupaba en categorías; por ejemplo, verduras, carne, fruta, incluso hubo quien mencionó el consumo de proteínas en vez de carne. También agregaron a la lista los frijoles, la leche y el huevo. Si bien los discursos de las mujeres están impregnados de la noción nutricionista, ésta la combinan con otras ideas acerca de lo que es comer bien. Por ejemplo, fueron referidas las siguientes expresiones: comer bien es consumir “comida que alimente”, “comida que llene” o comer hasta que la persona “quede satisfecha”.

En otro sentido, la maestra Leti añadió a la noción nutricionista un elemento de índole propiamente placentera como es el consumo de postres. Esta noción empírica de la que se ha estado hablando también fue expresada en términos negativos. Por ejemplo, la señora Mirna menciona que es evitar el consumo de refresco y de azúcar. La señora Justina además de señalar su definición de comer bien en términos positivos añadió una dimensión negativa al complementar su respuesta afirmando que incluye no tomar refresco o café. Sin embargo, hubo jefas de familia que ante la

pregunta se mostraron sorprendidas y respondieron de manera ambigua pues dudaban de su respuesta como la señora Verónica que dijo:

Pues... que se alimenten y que se llenen, verdad, luego eso es lo que decimos. Pero de la alimentación, pus yo no sé, lo que comemos, no, no sé. Hora sí que lo que hago de comer trato de que sea variado y, y pus de todo menos, lo que te digo ya puerco (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Es importante resaltar que las respuestas de la señora Justina y Verónica están permeadas por sus vivencias en torno al reconocimiento de los efectos negativos de los alimentos que señalaron y a los efectos sobre su salud.

Otro modo de expresar qué es comer bien es el enfoque de tipo más “funcionalista” mencionado por la señora Justina, la cual resalta la importancia de comer bien para que las personas puedan estar en las mejores condiciones para desempeñarse en sus labores:

que estén física, emocionalmente, íntegramente bien, ¡todo!, ¡todo! porque ese es el todo estar bien alimentados es estar bien en tu trabajo, ser un buen empleado, ser una buena persona porque cuando alguien va mal teniendo hambre, no trabaja uno bien ni se puede ser amable, ni se puede ser buen trabajador, no, o sea en todos los aspectos, la alimentación es básica, es fundamental en, en todo ser humano, en lo personal hablo y generalizo en todo ser humano porque si no está bien alimentado no puede rendir aunque tenga la capacidad para ser un buen empleado, pero si no está bien alimentado por muy capacitado que esté, sino está bien alimentado nomás no, ese es mi punto de vista (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Como se observa, el sentido que le dan al significado de alimentar a su familia tiene que ver directamente con sus experiencias cotidianas en cómo enfrentan el hecho de trabajar fuera de casa, además hacerse cargo de los deberes del hogar incluida la compra y elaboración de la comida. A lo que se suma la edad de los hijos, de si cuentan con apoyo económico o de trabajo para las labores de la casa. Todo lo anterior va a conformar el sentido que tiene para estas mujeres alimentar a sus familias.

## **8.2 Caracterización de las comidas cotidianas**

Un primer paso, para entender cómo se han incorporado los AYBUPs es reconocer qué elementos integran una comida, cómo están estructuradas y qué es comer para las jefas de familia. A partir de lo antes dicho se pueden identificar si los AYBUPs sustituyen alimentos o son introducidos como alimento novedoso, asimismo se verá la importancia del consumo, es decir, se identificó si el alimento era categorizado implícitamente por las jefas de familia como alimentos de consumo básico, primario, secundario o periférico. Simultáneamente se podrá observar si estos alimentos

facilitan la alimentación del grupo familiar o resuelven alguna problemática alimentaria. A continuación, se muestra un panorama de lo que se consume en las tres comidas y se señalan los AYBUP incorporados.

### 8.2.1 Desayuno

La composición de los desayunos es la siguiente: sólo en el hogar de la maestra Leti se acostumbra a preparar café de grano, en los otros siete se consume café instantáneo de la marca Nescafé. En el único hogar que no se consume café recientemente es en el hogar de la señora Justina debido a que recibió el diagnóstico de fibromialgia —pocos días antes de la entrevista—, por lo que a partir de ese momento se le recomendó no consumir ningún tipo de café.

Cuatro familias acostumbran a acompañar el café con pan de dulce, galletas o bolillo, en dos de estos hogares las jefas de familia se preparan un licuado elaborado con frutas y vegetales. Para ejemplificar el consumo de galletas se mencionan dos casos. La señora Verónica comentó que los fines de semana no consigue pan en su domicilio por lo que: “... galletas de vez en cuando porque no es diario, ora sí que, a veces los sábados como aquí no hay pan, no venden pan, compramos galletas, galletas Marías o galletas de chocolate o galletas de nieve” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22). En el caso de la señora Laura, ella señaló que en su casa diario desayunan con galletas porque son baratas: “... galletas con café y lo que haya sobrado del guisado del día anterior. [¿de qué tipo de galletas?] Marías... mjí, sí, ¡son las más baratas! (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22)

En la mayoría de los hogares se acostumbra a consumir después del café, un almuerzo que puede ser en la mayoría de los casos lo que sobró del día anterior. Exclusivamente en el hogar de la maestra Leti toman un desayuno estilo americano que incluye por lo regular fruta picada, jugo de naranja, a elegir entre un emparedado, un pan tostado con requesón o huevo con cáscara de papa o frijoles, dependiendo de lo que se tenga en casa.

En el caso de la señora Verónica realiza su almuerzo en su negocio, menciona que llega a comer picadas o un taco en el almuerzo pero que si no le da tiempo de salir se come un pan de dulce que siempre tiene de reserva por si no tiene tiempo de comer:

...porque para el desayuno, te ‘igo que tengo que comprar allá, que ya me compré una picada, que ya me compré un taco, es lo que como, en el día, porque no... es más a veces ni tiempo me da, luego estoy comiendo ¡y llegan! y no tengo tiempo de terminar de comer yo, mjí. [y más adelante señala] Luego me compro, compro dos piezas de pan porque luego ¡no puedo comer!.

Es lo que me como después, sí, y si no me lo como después que comí algo más, ahí lo dejo para el otro día, mjí” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Las mujeres que almuerzan fuera de su casa en muchas ocasiones comen tacos de arroz o comida que haya en su lugar de trabajo. Generalmente almuerzan tarde, por lo que algunas jefas de familia mientras esperan la hora del almuerzo consumen leches saborizadas, yogurt bebible o bebidas fermentadas estilo Yakult.

En el caso de dos jefas de familia que tienen niños. La señora Martha señaló que sus hijos desayunan leche con Choco Milk o gelatinas. En el caso de los niños de la señora Monse ellos desayunan atole o huevo. Tanto la leche con Choco Milk, como las gelatinas son alimentos fáciles de preparar, incluso se pueden elaborar rápidamente en el momento o con anticipación y se consumen de manera fácil pues no hace falta sentarse para consumirlos. Como señala la señora Martha la gelatina es un alimento que se puede usar en caso de que se les haga tarde a los niños para ir la escuela y no mandarlos sin desayunar: “Ya vamos a empezar hacer porque luego así se les hace tarde y se las van comiendo” (Interlocutora 8, comunicación personal, 28/08/22).

Otras tres familias llegaron a mencionar que en el desayuno uno de los alimentos que pueden consumir son los cereales de caja. La señora Justina mencionó que la ventaja de consumir “cereal de caja” es que es más barato que comprar un pan para cada miembro de su familia, la otra ventaja reside en que no se desperdicia pues se elige la porción que se desea consumir.

Se observó que el desayuno no es la comida del día en la que busquen estar juntos, pues los distintos miembros de la familia realizan el desayuno y/o almuerzo en distintos horarios según las actividades que tengan que realizar en la mañana, ya sea ir a la escuela o partir al trabajo.

Un *alimento básico* en la estructura alimentaria de estas familias es el Nescafé, así como el pan y el bolillo son *alimentos primarios* que acompañan este consumo. De la misma manera se ubican las galletas, aunque no todas las familias las consuman de manera frecuente, en los hogares que sí lo hacen de manera regular, realizan un consumo de tipo primario, cabe señalar que el hecho de que sean más económicas las vuelve más accesibles para las familias. Dentro de esta misma lógica se ubica el cereal de caja que tampoco es consumido por todas las familias, pero, para las que lo consumen se ha vuelto un *alimento primario*. Para el caso de los niños aparecen elementos como el polvo para preparar bebida sabor a chocolate conocido coloquialmente como “choco milk” como un *alimento básico* del desayuno y la gelatina como *secundario*. En cuanto a la espera de la hora del almuerzo se observa la incorporación de alimentos ultraprocesados como leches

saborizadas, leches fermentadas y yogurt bebible, estos se clasifican dentro del consumo de *alimentos secundarios* porque las jefas de familia afirman que el consumo no es regular.

### 8.2.2 Comida

Para todas las jefas de familia una comida se compone de una sopa o arroz, frijoles, un guiso principal seco o caldoso, y alguna bebida. Así nos lo comenta la señora Mirna:

Mira...yo... lo que acostumbro... te digo que frijoles, siempre tengo, siempre, siempre, [...] él teniendo frijoles es feliz, eso sí, come diario él a lo que sea le pone frijoles, a lo que sea. Entonces, decimos eso no se lleva con frijoles [a lo que su esposo responde] “a mí me gusta”, eso sí todo con frijoles. Entonces cuando es un guisadito a veces hacemos arroz, frijoles y el guisado, ya si son por ejemplo enchiladas, tacos dorados ... este... cosas así seconas ya entonces hago una sopa, a veces de pasta, pero muuyyy rara la vez, casi no nos gustan las sopas... (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22)

El maíz es otro elemento que sigue siendo importante para estas familias sobre todo a través del consumo de tortilla pues este fue un elemento presente en todos los hogares, en el caso de cuatro interlocutoras se identificó que reconocen el proceso de nixtamalización para la elaboración de tortilla, atole o pozole e incluso señalaron que la calidad y el sabor de los alimentos antes señalados es mejor. Para ellas la tortilla se considera un *alimento básico*. Incluso el hijo y sobrino de la señora Monse tuvieron la oportunidad de conocer el proceso de siembra, secado, preparado de alimentos (nixtamalización) y aprender a reconocer el sabor de este de alimento:

Y se ponen a desgranarlos y me dice mi sobrino: ¿qué puede hacer con ese maíz?, puedo hacer pozole, tamales, [dice el sobrino] «es que el señor nos quiere pagar con maíz» ¡no me digo dos veces!, le dije dile que ¡sí!, entonces lo tendieron acá atrás para que se acabara de secar el maíz, la desgranada... ellos no sabían cómo venía el maíz, pus ya lo sembraron, ya vinieron, lo desgranaron ... la hoja, o sea todo el procedimiento. Viene Carlos y me dice, «ahora que sigue...» pues se pone el maíz en nixtamal, se va al molino... y luego ese día el pozole, entonces él mismo se dio cuenta porque el viene de México... entonces él allá compra tamales y los tamales son de harina, el pozole es ya maíz lavado y ya luego se dio cuenta, verdad... [el sobrino comenta] «este sabe más rico, yo nunca sabía cómo se hacía el pozole porque lo traían en bolsas» (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22)

Si bien todas las mujeres entrevistadas siguen alimentándose con tortillas, cuidan la cantidad que consumen, las contabilizan y restringen su uso. Fenómeno que no se observó tan marcadamente en casi en ningún otro consumo (sólo algunas interlocutoras miden el consumo de refresco). Lo anterior fue corroborado en varios comentarios vertidos por las jefas de familia. Uno de ellos fue narrado por la maestra al hablar de sus hábitos de consumo:

Ninguna de las dos ninguna ...ninguna de las dos cenamos, te digo así acaso una fruta o depende de lo que comamos porque como comemos con tortilla ¿no?, yo como tres tortillas

ella se come dos, pero también, no tienen que ser de la tortillería de acá porque son feas (Interlocutora 4, comunicación personal, 27/04/22).

En la misma tónica la señora Mirna mencionó:

En las mañanas hago un licuado de verduras y frutas. Y pues aquí almuerzo lo que encuentro [se refiere a su lugar de trabajo], me como una tortilla o dos, cuando son muy grandotas me como una, si son medianas dos, [...] cuando son muy chiquitas, así me como hasta tres, más ya no te como tortilla (Interlocutora 3, comunicación personal, 11/05/22).

Las verduras también están presentes de manera regular en estos hogares, pero en distinta proporción y variedad. Por lo que se ubican dentro de la categoría de *primarios* pues hay una constante en su consumo, aún en los hogares donde algunos de los miembros de la familia no les gustan. Como sucede en el hogar de la señora Yolanda:

mi marido no gusta mucho de consumir las verduras cocinadas con la carne has de cuenta, a él le gusta luego separadito, entonces o le compro calabacitas, ejotes y así namás le gustan herviditas sin sal y sin nada, se las come bien a gusto, mjí (Interlocutora 9, comunicación personal, 31/08/22).

En el caso de la carne, esta es un *alimento básico* pues su consumo es considerado fundamental dentro del diseño de las comidas y sí bien no se consume todos los días, este debe de estar presente cada semana en los hogares. Según lo señalado por las interlocutoras en promedio, en estos hogares, se prepara 3 veces por semana. La carne a la que más recurren es pollo y cerdo: “... pus yo compro \$50 de carne... paso y compro \$50 de molida, \$50 de bistec, \$50 de pollo... y ya son tres días porque aquí comemos tres días de carne y tres de verdura...” (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/23). En menor medida se consume res y muy poco el pescado. A la pregunta de qué carne consumen en su hogar la señora Mirna esta respondió: “Pus el pollo y la carne de puerco... pues, este, porque de hecho la carne de res pues esta más cara que la de puerco, es más cara” (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Por todo lo anterior se afirma que en su alimentación aún hay algunos rastros de la cocina de la milpa del centro del país. Esta se basa en el consumo de maíz, frijol y algunos vegetales como la calabaza, y chile, además se observó el uso de semillas de guaje, un alimento utilizado en la preparación de un guiso tradicional de la región conocido como huaxmole. A la alimentación actual le ha incorporado alimentos como la sopa de pasta, el arroz refinando, carnes rojas, alimentos fritos, lácteos, aceites vegetales y azúcar. En este sentido, la elaboración de la comida está organizada más al estilo de la “comida corrida” aunque sin incorporar el postre.

Cocinar es una actividad que invita a la creatividad en el proceso de elaboración de los alimentos. En este proceso suceden dos fenómenos simultáneos, al elaborar un platillo se deben

mantener ingredientes esenciales que caracterizan a dicho platillo, a la vez que se agregan nuevos elementos sino se tiene algún ingrediente de la receta original o simplemente se cambian los ingredientes si se desea experimentar. Dentro de la actividad culinaria es fundamental el sabor de los alimentos por lo que el uso de especias y/o caldo de pollo como elementos que condimentan y permiten lograr platillos sabrosos es fundamental en las cocinas. En su versión ultraprocesada, se usan cuando no se tienen disponible caldo fresco de pollo o especias y se quiere mejorar el sabor de sopas, arroces, o diversos guisos.

En más de la mitad de los hogares se usa este tipo de sazónadores de pollo ultraprocesados. En estos hogares su uso es regular por lo que lo consideramos dentro de los *consumos primarios*. Las interlocutoras mencionaron varias marcas, entre ellas el más reconocido por el nombre de la marca: Knorr Suiza, pero a este se añaden otros más económicos como el Rico Pollo y el sazónador de la marca Precissimo.

El chile ha sido reconocido como elemento identitario y patrimonio biocultural de nuestro país, y al igual que el maíz tiene una importancia central en el sustento de los mexicanos (Red temática Conacyt). Este elemento es considerado de *consumo primario* para estas familias. Esto fue corroborado en el trabajo de campo pues el uso del chile fue un elemento importante en las cocinas en donde se observó la elaboración de diversas salsas caseras, así como guisados picantes y el tradicional huaxmole.

Asimismo, fue posible constatar en las alacenas y/o refrigeradores de las interlocutoras el uso de salsas industrializadas procesadas y ultraprocesadas, por mencionar algunas la Salsa picante Búfalo, la Salsa de Habanero cremosa marca Zazchila; el hogar donde se consumía más variedad de estas salsas industrializadas fue en el hogar de la señora Verónica. En este hogar se puede afirmar que el consumo de estas salsas industrializadas es *primario*. También están presentes en algunos de estos hogares el uso de sazónadores estilo Salsa inglesa o Salsa Maggy clasificados dentro de los AYBUPs, esto fue señalado por las jefas de familia y constatado visualmente.

Adicionalmente, aparecieron los aderezos ultraprocesados bajo la presentación de mostazas, mayonesas y salsas dulces estilo Catsup. El consumo de estos últimos elementos se considera *secundario*. Excepto para la señora Verónica que en su hogar los consumen de manera regular, pues ella lo narró en su relato y se constató al observar que en su refrigerador había varios tipos de salsas y aderezos industrializados.

Otro elemento en la cocina para dar sabor y textura a los alimentos es el uso de aceites y grasas. En general, el elemento más señalado fue el aceite vegetal, la señora Mirna comentó que a ella le gusta usar la manteca para sazonar sus frijoles. En cambio, en el hogar de la señora Verónica se observó que en su refrigerador tenía Manteca Mixta comestible de la marca libre de Aurrera— la cual se clasifica dentro de los alimentos ultraprocesados pues contiene grasas trans y el antioxidante conocido como Terbutilhidroquinona (TBHQ)—, la interlocutora señaló su uso para la elaboración de tamales. El *alimento primario* dentro de estos es el aceite por ser el más usado.

Con la comida se acostumbra ingerir algún líquido que acompañe, la ingesta de las tradicionales aguas frescas o del agua simple van en detrimento debido al incremento en el consumo de bebidas gaseosas. En todos los hogares se bebe refresco, aunque en distinta proporción.

En cuatro hogares toman refresco diariamente acompañando la comida, en dos de estos hogares la ingesta es de dos litros, aunque la proporción de refresco que toman cada uno de los integrantes de la familia es distinta. En el hogar de Doña Luci la botella de dos litros se reparte entre siete personas aproximadamente, en promedio cada miembro de la familia bebe es 285 ml a la hora de la comida. La bebida preferida es Coca Cola y a veces toman Jarrito. En cambio, en el hogar de la señora Verónica sólo son tres personas las toman la misma cantidad de refresco lo equivale a consumir por personas 666 ml. En esta familia el refresco preferido es Red Cola debido a que “la Coca Cola ya no le sabe”, señala la interlocutora. En el tercer hogar, el de la señora Yolanda, la dinámica es diferente, la interlocutora no consume refresco porque le detectaron diabetes y está cuidando su alimentación, en cambio el esposo consume diario un vaso de 200 ml de gaseosa de sabor para acompañar su comida. El refresco que consume es: “Jarrito y se compra un chiquito [se refiere a una botella de 600 ml], ¡ah! por ahí tengo una guardado, es lo que él compra un Jarrito y le dura como tres comidas. Aquí seguro ya tomó dos veces” [va al refrigerador y me muestra la botella] (Interlocutora 9, comunicación personal, 31/08/22).

La ingesta mayor se dio en el hogar de la señora Laura pues cuatro personas beben cuatro litros al día. Cabe añadir que este hogar es el que sufre mayor pobreza. En el trabajo de campo fue posible observar que la cantidad de comida preparada era poca, sobre todo si se considera que en este hogar viven dos jóvenes varones uno de 13 y otro de 17 años. Analizando esta situación se puede conjeturar que la carencia de alimentos es cubierta con las calorías que aporta esta bebida. En nuevas investigaciones sería necesario estudiar esta situación.

Es importante señalar que se desconocen las dinámicas de consumo fuera del hogar de los miembros de las distintas familias, por lo que en algunos casos sería posible que la ingesta de refresco fuera mayor. También se constató que en algunos casos, las familias miden o intentan restringir su consumo de refresco porque han oído hablar que no es muy recomendable. En el trabajo de campo se escucharon comentarios como el de doña Luci indicando como sólo lo toman a la hora de la comida:

Les gusta la coca ... pero eso de la Coca es nada más un vaso a la hora de la comida o se llega a festejar... nada más ...porque hay muchas personas que se compran todo el día. Nosotros sí compramos una grande, pero somos bastantes y se acaba en una sentada de la comida y ya no se compra más [le da risa] (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

Otro ejemplo es el de la señora Mirna que señaló que en su hogar sólo lo beben los fines de semana y que después de beber refresco toma mucha agua para limpiar el riñón. En esa misma lógica la señora Justina señaló que congela el refresco para así restringir que lo beban sus hijas: "...total, vamos a comprar una Coca, mmh, para que no se la acabaran la congelé [le da risa] y se enojan, pero bueno, ¡ni modo! entonces eso es lo que me ha ido funcionando" (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

A veces ocurre que, aunque se intente evitar el refresco la dinámica familiar lo dificulta en dos sentidos: uno por ser pretexto de convivencia y otro por la disponibilidad. Este es el caso del hogar de la maestra Leti donde tanto ella como su madre padecen diabetes y sobrepeso. La jefa de familia señaló que no toman refresco diario, pero que en su casa siempre hay, debido a que Pepsi le entrega a domicilio un paquete de doce botellas minis. Si bien ella intenta evitar el consumo de su familia comenta que su mamá le argumenta que la botella pequeña es la cantidad perfecta. Ante esta respuesta la interlocutora le responde:

¡Ayy mamá no es una cantidad perfecta en el refresco!, porque mi hijo toma con ella [baja la voz] las meten al refri, ya sabes, las lavan, las meten al refri: ¡ayy una coquita!, "¡sí abue vamos a tomar una coquita!" ¡ Yo trato de que no [baja la voz] (Interlocutora 5, comunicación personal, 11/05/22).

Sin embargo, en las familias más consumidoras no comentaron limitar la ingesta. Es de resaltar que en los cuatro hogares en los que se bebe a diario refresco se presentan enfermedades crónicas, en tres diabetes, en uno hipertensión y en otro hogar la jefa de familia padece de úlcera varicosa, además de sobrepeso en todos los hogares. En este sentido, se puede afirmar que en estos

hogares el consumo de refresco se ha vuelto un elemento *básico* al formar parte central de la comida al haber desplazado el consumo de agua en estos hogares.

Cabe señalar que la cantidad de azúcar que las personas ingieren en distintos alimentos no es fácilmente identificada. En el caso de los AYBUPs está mezclada con otras sustancias tanto de origen biológico como químicos lo cuales al ser mezclados tienden a atenuar su sabor más no su presencia. Incluso el azúcar puede ser encontrada en alimentos salados como salsas, sopas y aderezos, productos que por ser salados no se esperaría que tuvieran entre sus ingredientes azúcar.

La ingesta regular de todo tipo de alimentos industrializados “reeducan” el gusto de las personas, tanto por la cantidad excesiva de nutrientes críticos que presentan, como por los diversos aditivos cosméticos contenidos en estos alimentos. Esto puede ser ejemplificado en el caso del consumo de refrescos, pues como señaló la señora Verónica, ella prefiere: “... Red Cola porque la Coca, la Coca ya no nos gusta... no sé pero como que ya la Coca le perdí el sabor” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22). O de la que afirma que “... entonces la comida sabe más rica con refresco” (Interlocutora 6, comunicación personal, 2/08/22).

Esta reorientación del gusto se manifiesta de otra forma en el caso de la señora Justina la cual señala criterios de combinación entre platillos y bebidas que tienden a buscar un equilibrio entre lo que se come y bebe:

...pero muy rara vez Coca, pero a veces porque de por sí yo ya no puedo tomar, pero sí, por ejemplo, ayer compramos una Coca porque quisiera que no se llevara la comida con agua total, vamos a comprar una Coca, mmh... (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

En cuanto a la organización del hogar, para estas familias es importante compartir el alimento por lo que procuran hacer una comida juntos. La comida elegida no se rige por el horario sino por el momento en el que la mayoría de los miembros de la familia están en casa. Esta decisión varía de una familia a otra: hay familias en las que únicamente comen cuando todos están reunidos, en otras acompañan a algún familiar para que no coma solo, hay quien no se preocupa sino come con su familia todos los días pero se ocupa de que nunca falte comida.

Los que se pueden reunir para comer le dan un valor especial a la actividad pues es una oportunidad para conversar sobre como estuvo el día o simplemente un momento para compartir. Lo que se observa es que en estos hogares la comida fuerte generalmente ocurre entre las 4 y las 6 de la tarde, incluso llega a ocurrir después del horario mencionado, si salen tarde del trabajo.

### 8.3 *Cena*

Para estas familias cenar implica consumir alimentos reconocidos como una comida fuerte. En ese sentido, varias jefas de familia señalaron que su familia ya no cena. Añadido a lo anterior, para algunas familias el hecho de que el horario de comida se realice tarde implica que ya no cenarán. En cambio, en algunos hogares señalaron que cenan algo “sencillo” como atole y bolillo, fruta o sincronizadas. De tal manera que beber café, té o atole, no es considerado como una cena propiamente dicha. También hubo quien señaló que cenan lo que sobra de la comida, si llega a sobrar. En el caso de las interlocutoras con hijos mayores, como en el caso de la maestra Leti que señaló tener a mano jamón y queso para que su hijo se prepare un emparedado o una sincronizada, otro modo de resolver es el de la señora Justina la cual señaló que ya no se preocupan tanto por la cena y que buscan resolverla con alimentos prácticos:

Eh, eh, pan no, ya no compramos, hay conflakes, compro la leche de Liconsa, tonces hay para que coman conflakes o con... o si quieres... hacemos unos hotcakes y un vaso de leche, o huevito con nopales o huevito con chilacas o un taquito de lo que quedó, ¡si quieren! hay quien de plano, «yo no voy a cenar», ya la cena como que últimamente ya me desatengo un poquito, pero que era como estar «ay no queremos eso» «¡ay no! vamos hacer otra cosa» (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Fueron señalados por algunas jefas de familia algunos cambios en la alimentación que trajo consigo la pandemia debido a la restricción económica que vivieron en ese momento. Fue señalada por la señora Justina la introducción de algunos alimentos de la categoría ultraprocesados que antes eran consumidos bajo la modalidad de un antojo y que a partir de las restricciones económicas que padeció a raíz del confinamiento por Covid 19 pasaron a formar parte de la cena:

ya no es comprar «¡ay! que a mí se me antojó esto» no, no, por eso le digo horita, tengo alternativa, por ejemplo compré la harina de los hotcakes, antes era como que, «ay yo no [quiero]» ... «yo voy hacer hotcakes», así nomás de antojo, hora no es de antojo es para una merienda o un desayuno (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

En síntesis, para estas jefas de familia la noción de comer bien esta identificada con nociones nutricionistas e impregnadas de sus experiencias cotidianas por lo que pueden definir su experiencia de comer bien excluyendo alimentos que son consideran dañinos pues están asociados a enfermedades que padecen o también pueden señalar discursivamente la exclusión de ciertos alimentos, aunque en la práctica los consuman. En cuanto a la caracterización del consumo de alimentos, se puede señalar que conserva elementos de la comida de la milpa del centro de país mezclado con elementos de la cocina urbana identificada como comida corrida.

En estos hogares las comidas se estructuran principalmente en desayuno y comida. El desayuno puede estar dividido en dos tiempos, el primero es propiamente el desayuno y el segundo momento corresponde al almuerzo. En todos los hogares se ingiere algo antes de dormir, pero si el alimento es ligero como té, atole o café no es considerado “cena”. Fue notorio la incorporación de algunos AYBUPs en todos los momentos de consumo en los distintos hogares, aunque de manera diversa. Los alimentos cotidianos y que se catalogaron como víveres de *consumo básico* fueron el Nescafé, el “Choco Milk” y los hotcakes, estos se usan para el desayuno; la carne, la tortilla y el refresco son consumidos sobre todo a la hora de la comida. De *consumo primario* aparecen el pan de dulce, los bolillos, las galletas y el cereal de caja, estos se comen principalmente en el desayuno. En esta misma categoría a la hora de la comida cocinan principalmente verduras, carne, chile, frijol, arroz y sopas de pasta.

Las salsas y sazonadores industrializados no se presentaron en todos los hogares, pero en los que se usan se hace de manera constante. Lo mismo sucede en el caso de las gelatinas, por este motivo estos alimentos también se consideran dentro del *consumo primario*. En cuanto, al *consumo secundario* aparecen las leches saborizadas y yogurt bebible y fermentos estilo Yakult, estos alimentos sobre todo los consumen las interlocutoras en el desayuno cuando no tienen tiempo de desayunar o antes del almuerzo. Otros elementos que aparecen como consumo secundario fueron las salsas dulces, mostaza, mayonesas o aderezos, todos ellos ultraprocesados. Estos se consumen particularmente a la hora de la comida.

#### **8.4 Alimentar a los otros**

Históricamente las mujeres han desempeñado un rol central en el cuidado de su grupo familiar y de su comunidad, una de las actividades más importantes ha sido alimentar. En este apartado se observa cómo las mujeres evalúan su labor de alimentar, las dificultades que encaran al realizar la labor, además se muestra el vínculo afectivo, tanto positivo, como negativo que les implica esta actividad. En general en esta sección se intenta contextualizar la compleja tarea de alimentar a las familias.

Las decisiones de qué se come están arraigadas en varios aspectos, uno de ellos es el aprendizaje que estas mujeres tuvieron de sus madres, abuelas, tías que las enseñaron a elegir y preparar alimentos; al desarrollo de la experiencia propia al entrar en contacto con otras mujeres; a la búsqueda de nuevas experiencias culinarias ya sea a través de recetas leídas en algún empaque

o aprendida en algún medio de comunicación, sin dejar de lado que también desarrollan la habilidad de elaborar platillos con alimentos que tengan a su alcance o a sus posibilidades económicas.

En el escenario actual las mujeres viven experiencias contradictorias en torno al hecho de alimentar a su familia, para la mayoría de ellas resulta una tarea satisfactoria en un sentido emocional, como en el caso de la maestra Leti que señala: “Entonces, pues bueno... a mi si me gusta mucho cocinar y me complace demasiado cuando les gusta entonces pues esta... esa parte... para mi es muy importante, porque lo gozo, de verdad disfruto mucho cocinar...” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

En el caso de doña Luci, ella tiene un fuerte vínculo emocional con la actividad debido a que le permite evocar vivencias de épocas pasadas y las conecta con la felicidad de la infancia, por ejemplo, la interlocutora que recuerda:

Ella cocinaba, también igual para todos... [baja la voz y se le oye ligeramente triste] síii, entonces, como que cuando voy a cocinar me acuerdo de mi mami [denota melancolía] y digo... pues yo voy a cocinar... ¿no sé? pienso en ella (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

Otro modo en el que las mujeres ven el acto de cocinar a sus familiares es planteado como una actividad a través de la cual puedes mostrar el afecto hacia los otros, así nos lo hace saber la maestra Leti: “... para mi es el acto de amor más grande: la cocinada ... porque todo lo que implica del tiempo, porque estas pensando que les guste a ellos ¿no?” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

Para la señora Verónica gestionar la alimentación de su familia implica la posibilidad de elegir lo que se cocinará y en ese sentido de elaborar platillos sabrosos: “... sí me gusta hacer de comer y, y luego sí se te antoja algo... o estamos viendo en la tele, en el internet ¿qué vamos hacer de comer?, pues vamos a ver a Jauja<sup>27</sup>” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Un aspecto que refuerza la vivencia positiva de cocinar es cuando la familia les reconoce el esfuerzo hecho por ellas, esto las impulsa a seguir realizando la tarea, al respecto doña Luci comenta:

---

<sup>27</sup> “Jauja Cocina Mexicana” es un canal para aprender a cocinar guisos mexicanos, este se puede visualizar en la plataforma de vídeos conocida como YouTube.

...pues yo siento... me siento bien, siento bonito cuando me dicen que les gusta, que estuvo muy rico, que a ver cuándo lo vuelvo hacer, entonces, pues... uyyy yo me siento que ando en las nubes, [se ríe] y pues me gusta cocinar... (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

La tarea de cocinar también es un medio de sobrevivencia para varias jefas de familia que utilizan este conocimiento como medio de trabajo. Pero el hecho de llevar sus conocimientos al campo laboral crea una sinergia con los saberes culinarios y hábitos de las personas con las que trabajan y así las jefas de familia tienen otras experiencias alimentarias. De tal manera que algunas señalaron que esta actividad ha sido para ellas un aprendizaje pues gracias a este tipo de interacciones han conocido nuevos alimentos y/o formas de preparación de los mismos y han señalado la decisión de incorporar algún alimento o forma de preparado. Un ejemplo de esto fue referido por la señora Monse: “Le hice las setas empanizadas y me dijo a mi dame una milanesa pero de ceaché, de ceaché, [le da risa cuando lo cuenta], le digo es seta (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

La labor de cocinar se facilita si existe apoyo del grupo familiar. En algunas de estas familias se observaron dinámicas más solidarias. Está el caso de la señora Martha y su hermana que construyeron una dinámica en la que se reparten las tareas del hogar y que le permite a su hermana trabajar desde casa con la intensidad de cuidar a los hijos de ambas:

...ella le toca cocinar, ella cocina mínimo a las tres de la tarde para las cuatro estar comiendo, mjí, `tonces a las cinco ya terminaron, me toca todo el trasterío, por eso te `igo, vengo, nos vamos ya cerca de las doce o las once, de la noche, y pus como ya nos acostumbramos, mjí, ´tonces ya nos vamos, pero sí, siempre tengo que estar aquí, bueno por los niños, y bueno más que ya va a empezar la Mary la escuela, a fuerza tengo que venirme temprano a dejar el almuerzo y ya, mjí (Interlocutora 8, comunicación personal, 22/08/22).

Más allá de los roles preestablecidos se observó que en la cotidianidad se llega a dar una dinámica más cooperativa incluso en el caso de personas de la tercera edad, como es el caso de la señora Yolanda, que señala que su marido —que ya no trabaja por enfermedad—, le ayuda entre otras tareas a cocinar:

¡ay! mi Juan es todo un apoyo en la cocina, no sabes, él me pone frijolititos, me pone las verduras a cocinar, generalmente este, me apoya en eso, ¡los trastes! así, así como está horita el fregadero siempre lo ves así limpio [¿Entonces entre los dos se reparten la cocinada?] Sí, sí que puedo cocinar y dejar yo mi tiradero y luego y ya está limpio (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

Otras actividades realizadas por otros miembros de la familia fueron las compras de víveres. La señora Mirna señaló que es apoyada de manera rutinaria en la compra de vegetales por su marido; otros ejemplos de actividades en las que participan otros miembros de la familia es el caso

de la señora Monse la cual comenta que sus hijos preadolescentes ya saben cocinar, y que esto le permite darse la oportunidad de no cocinar:

hoy no voy a cocinar o luego le hablo, «voy a llevar un pollo» o a ver allá que hacen allá en la casa para que acompletemos para la comida porque hoy no tengo ganas de hacer, así, o ellos dicen, mi mamá no quiere hacer de comer, háganse un huevo y ahí hay papas, háganse lo que quieran. Y pos ya, comemos, pero no es siempre, sólo ahí de vez en cuando (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

La señora Yolanda señala otro motivo que la estimula a preparar la comida de su familia es que puede cuidar los ingredientes que usa. En cambio, cuando comen en la calle desconocen la calidad de la comida consumida:

...mira, por ejemplo, yo soy de la idea que debes de cocinar porque... no... son varias cositas que intervienen, por ejemplo, no es muy limpio a veces y te usan productos de mala calidad, [...] en cambio, si vas a consumir comida callejera, pus te usan a veces hasta aceite muy quemado, no hace falta más que pases por un puesto... de tacos donde no te de la buena vibra de comer ahí ¡y es horrible! ver incluso hasta el piso está lleno de grasa pegada de quién sabe de cuándo... imagínate lo que te dan, pus no, no ha de ser muy sano. Tons por eso creo que es bueno consumir la comida en casa, hacerla (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

Otro motivo señalado para preparar la comida de la familia tiene que ver con la salud, al menos dos mujeres señalaron la importancia de cocinar para que su familia no se enferme. La señora Mirna señala:

Yo siempre cocino [lo dice con risita] nosotros no andamos en la calle, ella es la que luego cuando quiere comer en la calle [se refiere a su hija mayor], pero se enferma de la panza. La hija responde simultáneamente: «yo sí como en la calle, pero luego me enfermo», y continua: «fíjate que sólo cuando nos invitan a una fiesta», y la interlocutora reafirma «sí, sólo cuando nos invitan a una fiesta, vamos a comer allá, nada más» (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Sí bien, cocinar tienen ventajas prácticas y vínculos emocionales reforzados positivamente por el reconocimiento a su labor o a través de algún apoyo. Sin embargo, no por ese motivo la tarea es fácil, sobre todo en el contexto de sobrecarga de trabajo que estas jefas de familia vivencian día a día. Así que también surgen sentimientos encontrados en torno a esta actividad. Por lo que no siempre es vista con buenos ojos o valorada como una actividad creativa o enriquecedora. Como es el caso de la señora Laura que como parte de sus faenas laborales cocina pero que señala que esta labor no le agrada y de la cual señala que lo hace: “Porque es mi trabajo y no me queda de otra” (Interlocutora 6, comunicación personal, 02/08/22).

Aunado a las afirmaciones anteriores, estas mujeres mencionaron que la actividad resulta desgastante y estresante. Este es el caso de doña Luci, ella dice: “... cuando llego a tener trabajo y tengo que cocinar, si me presiono, pero luego yo solita digo...no, no, no, todo va a salir bien, y ya,

hago mi comida, me controlo, hago mi comida y ya que esta, doy de comer y a seguir mi trabajo” (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

Muchas veces como únicas responsables de la alimentación de los demás no pueden darse la oportunidad de descansar o descargarse de la tarea, como lo manifestó la maestra Leti:

... a veces, por ejemplo, los domingos no quisiera levantar todo el día de la cama, pero me tengo que levantar porque, «¡qué vamos a desayunar!» [a lo que agrega] y sí, me despierto con eso, «qué vamos a desayunar, qué vamos a comer», ya estoy hasta acá de diario pensar. Por ejemplo, en el desayuno me molesta tener que pensar que vamos a comer, la comida no, porque no sé si porque siento más variedad en la comida, no sé qué sea (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

La tarea se vuelve más pesada sobre todo si la mujer no se permite el apoyo de alguien más, como el caso de la señora Justina que pese a que está enferma prefiere cocinar ella porque desde su experiencia sus hijas no administran de manera adecuada los recursos de la cocina:

...por ejemplo, el otra vez que me enfermé, mmh, dice m'ija, «qué quieres que te haga de comer» pero ella es muy gastalona, hay cosas que yo no tengo contempladas gastar horita porque las puedo utilizar después, 'tons ella me hace una comida y este, gasta mucho, [porque que al ofrecimiento de su hija ella respondió:] horita yo me paro... (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

La exigencia cultural o autoimpuesta en acuerdo con la normal social de lo que significa ser “buena madre” en un contexto en el que no hay estructura de apoyo ni contención o es muy limitada, y donde prevalece la escasez, es el escenario en el que se circunscribe su deber de trabajar, alimentar y cuidar a su prole, incluso a costa de la salud física y mental. La maestra Leti muestra claramente cómo padece esta situación:

¡Y tú no te imaginas! cuánto me angustia —a lo mejor me quedo sin medicina— pero me angustia no tener para darles de comer, ¡pero eso me angustia! sí, yo no sé si porque aquí siempre ¡hubo mucho! y crecí con esa visión de que siempre hubo mucho y de nunca afortunadamente nos quedamos sin comer, ni en los peores momentos ¿no? de nuestra chilla, porque tuvimos una racha económica tremendísima, no nos quedamos sin comer, 'tonces yo no sé si sea eso y el compromiso que tengo con él y pues con ella también [se refiere a su hijo y a su mamá] te'igo yo no sé si sea esa parte, pero si me angustia que no haya que comer (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

En este mismo sentido la exigencia de ser buena madre llevo a la señora Justina vivir un estado permanente de gran tensión y estrés al tener que sacar adelante sola a sus cuatro hijas y al deseo de darle a sus hijos todo lo necesario, es decir, darles educación incluidos los gastos que implica, así como alimentarlos para lograr que sean personas útiles a la sociedad:

Que ellos estuvieran sanos, que estuviera fuertes, que fueran personas sanas, que fueran personas funcionales, trabajadoras, honestas, esa era mí, mí, este, preocupación, [...] aunque

yo no tengo la educación, no tenía la educación ni la preparación para preparar hijos, pues profesionistas, ellos si lo fueran, pero cómo lo iban a ser sino están bien alimentados, que eso es lo primordial (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

En este contexto de estrés económico y de tiempo para las jefas de familia que viven solas con los hijos “prever situaciones” es fundamental, pues les permite enfrentar de mejor manera los imprevistos. En particular, la organización de la cocina y preparación de comida es una dimensión central a la hora de cuidar a la prole. Prever significa estar lista para los imprevistos futuros, incluso los más extraordinarios, como el que le ocurrió a la señora Justina cuando murió su papá:

Pasaba lo de mi papá, no me preocupa venir a la casa «¡ay! no te dejé comida» porque ya, una comidita no tienes necesidad de decir, «sabes que vete a comprar un taco a la esquina» o «vete a comprar, este... agua o vete a comprar un refresco porque no hay comida...» (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Sin embargo, para la señora Justina tener todo bajo control, no salir de la casa sin dejar la comida lista, le ha implicaba un grado de estrés muy alto, y las repercusiones se ven reflejadas en la salud pues recientemente se le diagnosticó fibromialgia.

Otro aspecto con el que día a día tienen que lidiar las mujeres es con el hecho de elaborar una comida que les guste a los demás, la complejidad de la tarea radica en empalmar los gustos y manías de los demás —especialmente si ya son personas adultas— con los propios. Así lo narra la señora Mirna:

...bueno de lentejas sí me gusta, pero a ella le gustan, a Yesi, que sean recién salidas, ya recalentadas ya no le gustan, las habas sí se las come, pero recién salidas, ¡ayyy diosito! es... es payasa nomás, ajá, le digo «por qué eres tan chocosa» (Interlocutora 3, comunicación personal 27/04/22).

Y más adelante señala que su hija le dice «tú a todo le quieres poner verduras» a lo que ella responde «y es que a mí sí me gusta mucho la verdura, claro ¡así sola casi no!...» (Interlocutora 3, comunicación personal 27/04/22). O como en el caso de la señora Monse la cual señala que ha hecho cambios en la alimentación de su familia. Los cuales se puede observar que son mejor recibidos por los hijos chicos que por los adultos:

Blanca me dice «ma' ya no vas a cocinar ... cocina como, verdad», [a lo que la jefa de familia responde] ya hasta se me olvidó, luego... [y su hija responde] «ya me tienes harta, ya no hagas vegano has más comida, has carne» [todo estos entre risas], simultáneamente su hija interviene y dice... en serio [...], ya no cocina como antes (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Otra situación con la que tienen que lidiar las jefas de familia es con las emociones contradictorias que padecen cuando reconoce el efecto dañino de los AYBUPs. Esto las lleva a

decidir no proporcionar esos alimentos a su familia, pero simultáneamente les aparece el sentimiento de culpa por no haber complacido algún antojo de los hijos. Así lo narra la señora Justina:

Sí, llega a ocurrir, pero se las tienen que comer fuera de la casa, porque por ejemplo, a veces llegan y «amá [No se entiende]», y ya, la tiro a la basura, porque les quita el hambre, porque les hace daño. Pero a veces sí me llega la culpa porque yo nunca les pude dar para eso, porque aquí para papa, para otra cosa que no fuera sólo alimentarse, estar lleno, a veces quizá no alimentarse, a lo mejor estar lleno... (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

La dificultad de alimentar a la familia más allá de lo que se considera consumo básico en donde los alimentos que se consumen por gusto y no por hambre son escasos, esto genera en las jefas de familia un sentimiento de culpa por no poder satisfacer una dimensión alimentaria más recreativa. Esta dificultad queda confundida con el consumo de AYBUPs al mostrarse como la dificultad de darle a los hijos estos alimentos. Esta es otra forma en la que se cuelan los ultraprocesados.

Las dificultades que enfrentan las interlocutoras en lo cotidiano a la hora de alimentar a los otros se entrelazan con etapas de la vida. Las mujeres reconocieron que es más difícil realizar un trabajo asalariado además de hacerse cargo de las tareas de la cocina si tienen hijos pequeños. Ese es uno de los escenarios en el que las jefas de familia deben recurrir al uso de los ultraprocesados. La señora Monse comparte de su experiencia a la hora de cocinar cuando sus hijos eran más pequeños y no la apoyaban cocinando:

...Como que era comida rápida también porque trabajaba y llegaba rápido corriendo en chinga y se me hacía fácil hacer eso y ya les daba [de comer]. Pero pus ahora ya no, ya me apoyan, como ahorita se echan un taco y ya no están aquí como, «¡que quiero!, que quiero!», «¡ya tengo hambre!». Antes como que eran más pequeños no podían hacer eso, entonces yo hacía un chingo de salchichas, y mañana que deje, y ya que coman salchichas o pa' rápido que fría salchichas, por eso era lo más rápido y una bendita Maruchan y compraba una caja de Maruchan, la caja completa de Maruchan y así se las guardaba y ahora ya no (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Las mujeres mayores como la señora Yolanda hacen reflexión acerca de cómo ha cambiado su rutina con el crecimiento de los hijos:

...ya es mucho más cómodo, ya a estas alturas, pus ya tampoco están tan... ehm dependientes ¿no?, de lo que yo haga o deje de hacer en la cocina porque ellos también de alguna manera me apoyan en esa forma ayudándome en alguna tarea de la cocina, ya no me, me, presiona nada de eso estoy como más libre. Si alguna vez no tengo la comida lista pos no pasa nada, porque ya no es el chiquito que te está insistiendo «¡ya tengo hambre!, ¡tengo hambre!» no, los adultos

ya saben esperar que llegue la hora de la comida (Interlocutora 9, comunicación personal, 31/08/22).

En síntesis, la experiencia de las jefas de familia en torno a alimentar a su familia es contradictoria. En su aspecto positivo fue señalado que aprender a cocinar es una oportunidad de evocar los recuerdos agradables de la infancia, también la experiencia fue simbolizada como un modo de mostrar afecto a los seres queridos, como una oportunidad de cuidar la calidad de los alimentos y evitar con ello que se enfermen. El hecho de que los familiares aprecien los platillos de la mujer es un aliciente para realizar la labor. Asimismo, el que más miembros del grupo familiar participen hace la tarea más llevadera. Otro aspecto positivo observado fue que con esta habilidad ellas pueden conseguir trabajo, y una ventaja adicional al ámbito económico es que el contacto con otras formas de cocinar ha enriquecido sus propias formas de preparar alimentos.

Fue señalado de manera recurrente que la elaboración de comida esta aparejada con altos grados de estrés. Lo anterior por diversos motivos como: alimentar a la familia con lo mínimo, elaborar comida cuando se tienen sobre carga de trabajo; ser las únicas responsables de la alimentación, lo que les impide desentenderse de la actividad; lidiar con los gustos y manías de los miembros de la familia es otro inconveniente que afrontan; tener que cumplir el rol de buena madre hasta el grado de descuidar su salud; o por el hecho de no confiar en que las hijas hagan una buena administración de los recursos alimentarios de la familia; la mayor dificultad de alimentar a los hijos cuando esto son muy pequeños; finalmente, el cocinar únicamente a razón de conseguir un salario pero sin tener el mínimo gusto e interés por la actividad.

### **8.5 Comer con los otros**

La comensalidad ha sido definida como la actividad en la que se come y bebe juntos en un espacio físico pero simbolizado por el grupo social como el lugar donde comparte y transmite su identidad cultural, es decir, los valores y los sentidos sociales. Es en el comer juntos donde se establecen, refuerzan y reeditan las relaciones que sostienen a la familia y a la sociedad (García, 2014). Lo anterior nos lleva a reconocer las normas culturales que siguen las personas y la importancia para estas familias de la comensalidad. Identificar cómo ocurre y los significados asignados a esta actividad favorece la comprensión de los hábitos, de las modificaciones de estos, de las decisiones y de las dificultades que conlleva tratar de sacar adelante esta práctica.

### 8.5.1 Comer en la cotidianidad

Comer juntos es una oportunidad para convivir, es decir, es el lugar y el momento en el que se puede platicar con los otros miembros de la familia. La señora Monse narra como sucede en su hogar: “...cuando yo llego platicamos, ¿cómo te fue en la escuela, qué paso?, y ya empezamos todos a platicar lo que pasó en el día, ¿a qué hora llegaron, por qué llegaron tarde, no? y cosas así” (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Como ya se mencionó la comida designada para compartir en la mayoría de los hogares en la hora de la comida. En estos hogares todos los miembros de la familia asumen que en el hogar no se puede comer hasta que no estén todos juntos. Así ocurre en el hogar de la doña Luci:

... a mí me gusta que convivamos todos, te digo, que estemos todos, por ejemplo, si ahorita Esther no está...pues vamos a esperar a ver si no se tarda para que comamos todos juntos. A mí me gusta tener a todos juntos, a toda mi familia, y este ... no sé, yo me siento muy contenta cuando estamos todos y cuando me falta alguno como que me siento triste porque me falta una persona (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

Aunque no se coma en el mismo horario un buen gesto es acompañar a la persona que come, como lo señala la maestra Leti que no come a la misma hora que su hijo: “... me siento ahí con él hazte de cuenta porque no me gusta que esté solito” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

### 8.5.2 El consumo en las festividades

Las fiestas son un espacio de convivencia muy importante donde se refuerzan los vínculos sociales al compartir los alimentos con los otros. En ese sentido, los festejos representan una dualidad. Por un lado, con ellos se busca agasajar al homenajeado, pero en el acto de invitar al festejo, se deben tomar en cuenta los gustos de los invitados, de complacer a las visitas.

Las celebraciones más recurrentes fueron los cumpleaños, en este tipo de festejos el agasajado elige su comida favorita, además se le celebra con un pastel, a veces gelatina y en algunas ocasiones la bebida que acompaña es el refresco. Así lo narra la señora Martha:

...apenas pasó el cumpleaños de su niña [se refiere a su sobrina], quería pozole, pus hicimos pozole, hicimos agua también, o sea casi el refresco casi no lo metemos, hicimos agua de guayaba y de jamaica, como sus abuelitos pus quería Coca mandó a traer dos de dos litros, ajá (Interlocutora 8, comunicación personal, 28/08/22).

Como se observa al analizar en el relato de la señora Martha, el refresco es una bebida tan generalizada, que su consumo ha trastocado el consumo de otros líquidos y aparece como un

elemento central en los hábitos actuales; incluso entre las personas mayores es común que soliciten esta bebida.

Otro tipo de festejos son las celebraciones de Navidad en la que se preparan comidas especiales para estas fiestas. Estas reuniones son una oportunidad para rescatar las recetas de la abuela, de manera simultánea aparecen elementos como la Salsa Catsup, la Salsa Inglesa o la Salsa Maggy, la mostaza, así como el sazónador de pollo. Como señala la maestra cuando se hacen los preparativos para este tipo de celebraciones con su familia extendida:

¡...bueno lo único que no me perdonan en navidad es que yo les cocino, la cena. Año nuevo ya no me toca a mí, ya lo hace mi cuñada, pero ... yo me aviento la cena de navidad que es el bacalao, ¡siempre el bacalao! ¡que es la receta desde mi abuela! Sí sí sí entonces me aviento el bacalao, te digo la pasta que les gusta, la pasta verde ... de chile poblano, yo les dijo “es que es bien pesado” pero bueno...y este ...mi tía hace buñuelos. Ayy sí! hace buñuelos también de su receta ... y así” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

En algunos hogares, un festejo de índole tradicional es la celebración es el Día de los Muertos en el que se prepararan los guisos favoritos de los difuntos y estos son colocados en una mesa especialmente adornada para la ocasión con flores de cempasúchil y veladoras. Actualmente, en estas ofrendas están representados diversos AYBUPs, lo anterior debido a que estos alimentos ultraprocesados se han incorporado en el consumo cotidiano y al momento de recordar a sus seres queridos colocan en la ofrenda esos alimentos. Por lo que es posible encontrar en estos altares diversos AYBUPs. Esto fue señalado por la señora Mirna:

...antes siempre nomás ponía yo que una frutita, unas tacitas de chocolate, un pancito, una mandarina, un plátano y párale de contar. Ahora no, ahora yo... hago cada año aunque sea un poquito de tamales ...a mijito le encantaban esos tamales, entonces yo hago, hago unos taquitos dorados de pollo, porque le encantaban los tacos dorados de pollo, pongo chocolate, pongo un vaso de leche porque su leche le encantaba, le encantaba la leche así fría, cosa que a mis hijas no, hago cositas, que hago un arroz con leche, lo que puedo... ahí voy haciendo, pero poquito, así poquito, que un pan, galletas, un dulce, ahí sí pongo que unas Sabritas, un refresco, una cerveza...cositas así... (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22)

Los eventos para compartir no siempre están guiados por fechas establecidas como en los eventos antes señalados. De tal manera que una visita inesperada, las reuniones familiares recurrentes o el simple justo por romper la cotidianidad, puede ser pretexto para realizar convivencias en torno a la comida.

Ante la llegada inesperada de alguna persona al hogar, el acto de cortesía consistía en ofrecer un vaso de agua al visitante, pero en la actualidad es tan cotidiano el consumo de bebidas gaseosas que se ha normalizado su ingesta y se asume implícitamente que lo “adecuado” es ofrecer a los invitados un vaso de agua sino de refresco.

Esto es ejemplificado por la señora Yolanda que a pesar de que ella ya no toma refresco debido a que padece diabetes menciona: “no somos de mucho refresco, pero sí cuando llegan visitas o algo, no pos traéte un grande” (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22). Así el consumo de gaseosas está presente en todas las situaciones imaginables en las que se requiere beber de algún líquido.

La visita de los hijos que viven lejos o de los amigos es una oportunidad para compartir una comida no habitual y celebrar el estar juntos, este es otro espacio en el que se cuele el consumo de ultraprocesados, esto se evidencia en el relato de la señora Yolanda al comentar que en este tipo de festejos utilizan lechera:

...si viene una visita o algo, que no somos muy de reuniones y eso, no, pero de repente viene mi hija o una amiguita de ella, que no es muy seguido, y lo primero que hacemos es hacer ¡carne asada!, [la carne es acompañada de] nopales, nunca deben de faltar los nopales este la cebollitas, los rábanos, los pepinos... este una salsita rica, verde, o roja, de cacahuete, `sea ¡rico! ¡, [y el postre]. Igual cuando hacemos estas carnitas asadas traemos plátanos del grande, se ponen a asar ahí y le ponemos una pasadita de lechera (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

Las reuniones recurrentes organizadas para convivir con la familia extendida como ocurren en la casa de la mamá de la maestra Leti, es una buena oportunidad para reunirse y convivir:

Pero los domingos eran las comilonas con mi papá y con mis hermanos de Cuernavaca también, entonces era motivo de reunión y yo creo que pus eso se nos quedó también no? de que ... convivamos, este... es fiesta pues cuando vamos a comer es fiesta, la verdad¡, ajá, ¡y ya estamos planeando que qué vamos a hacer, que quien trae esto, quien trae lo otro o mandamos a hacer... (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22)

En este tipo de convivios familiares se realizan actividades lúdicas las cuales son acompañadas con botanas. La comida es acompañada de refresco de la marca Pepsi. No obstante, también consumen Coca Cola pues la maestra señala: “...mi tía también, ella compra Pepsi y Coca porque siente feo dejar la Coca, entonces viene, y viene con los paquetitos de Coca cola... [la expresión indica molestia]” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

### **8.5.3 Compartir el alimento... ultraprocesado**

Una práctica habitual es que los hijos o nietos ofrecen algún alimento a la mujer que cocinó, por lo regular son golosinas, helados o galletas. Estos alimentos son consumidos en reconocimiento al obsequio, ya sea que les gusten o no a las jefas de familia. Incluso los comen a pesar de ser alimentos que ellas se comprarían o que no forman parte de sus gustos. Las características de estos alimentos es que son fáciles de conseguir pues los hijos van por ellos a la tienda de barrio más

cercana a la vivienda y se consumen para darse un gusto. Antes las frutas eran las que cumplían ese rol. Pero en la actualidad lo común es que ofrezcan alimentos ultraprocesados. Este consumo es narrado por dona Luci cuando:

... alguno de mis nietos me dice: «abuelita quieres algo de la tienda», o «mira, te traje unos Doritos», y yoo, ¡bueno! Pus ya, pero que yo diga me los voy a comprar, no, no me gustan. [...] “luego me los dan, pero tampoco me los acabo, los deajo y ahí se quedan... luego los ando tirando (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22)

Un hábito de muchas familias es llevar algo para compartir cuando se visita a los padres o abuelos. Esto sucede en el hogar de la maestra Leti la cual nos narra que cuando sus sobrinas van a visitar a su mamá, que es la abuela, acostumbran llevarles diversos alimentos, una de las nietas acostumbra llevarles galletas o pasteles de manera recurrente, estos alimentos no son exclusivos para la abuela sino para ser consumidos por los tres habitantes de ese hogar como ocurre con el helado:

Horita mi sobrina le trajo... un Snicker que venden helado en el Oxxo, aunque no en todos los Oxxos me explicó mi sobrina, no en todos los Oxxos y ... este, horita esa es su debilidad porque es helado de Snicker, entonces esa es su debilidad ahorita. No es que vaya y compre, no? (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

En síntesis, la comensalidad implica un espacio físico en el que se comparte el alimento y en el que se transmite la cultura. En el compartir la comida cotidiana no se preparan comidas especiales pero su importancia radica en que en esos momentos se convive con el grupo familiar, para algunas familias es fundamental que todos estén juntos a la hora de comer, en otros hogares es suficiente con acompañar al que come. Los principales eventos festivos para estas familias fueron las celebraciones de cumpleaños, Navidad y Día de muertos. También se evidenció la existencia de reuniones no apegadas a fechas preestablecidas, como son la llegada de visitas inesperadas, convivios familiares o amistosos.

Se observó que estas reuniones y festejos son muy importantes pues se renueva el vínculo social y de solidaridad. Estas actividades están acompañadas de obsequios de tipo alimentario, ya sea de la persona que visita o de la que recibe. Estos alimentos que son para celebrar se caracterizan porque son para compartir. Es en este punto donde ocurre la introducción de AYBUPs. Por ejemplo, la sustitución de agua por refresco, la de especias por sazonadores ultraprocesados, el uso de saborizantes para volver más rico un postre o el convite del dulces y golosinas. Es decir, tanto en el consumo cotidiano como en el festivo aparecen los alimentos ultraprocesados, los cuales incluso se consumen por lealtad a la marca, esto fue evidenciado en el caso del refresco.

#### 8.5.4 El imprescindible alimento ultraprocesado

Aquí lo que se observa son escenarios en los que la decisión del consumo se orienta por estrategias diseñadas por las jefas de familia que buscan una salida práctica que les permita aminorar la carga de trabajo. Dado que el tiempo del que disponen para preparar alimentos es limitado. Ya que proveer económicamente al hogar es la actividad central a partir de la cual se resuelven las otras diligencias. Cuando en el hogar hay niños pequeños la carga de trabajo es mayor pues difícilmente ellos apoyaran en las actividades de la cocina.

En este contexto, las jefas de familia tienen que dejar comida lista antes de ir a trabajar o regresan de su trabajo a preparar comida, pero en esa situación cuenta con poco tiempo para cocinar, por lo que muchas veces buscan alimentos fáciles de preparar pues su principal preocupación es que sus hijos no pasen hambre. Al respecto, comenta su experiencia la señora Monse:

...antes traía hilos, así de salchicha y jamones y mucho queso de hebra o queso del otro, entonces y yo les hacía como que mucho queso o como que muchas salchichas fritas y ... cómanse una salchicha o háganse una torta de queso y jamón, no? [...] Porque era más económico y más rápido. Llegaba a hacer las salchichas en chinga, secas o con jitomate, en caldillo o como sea y era más económico... (Interlocutora 2, comunicación personal, 11/04/22).

Incluso puede suceder que estando en casa no se haya cocinado por atender otros pendientes y que los niños tengan hambre: “¿ice mi mamá «mientras tengas tortilla, queso<sup>28</sup>, allá en el refri ya luego se hace tacos», ya comemos más tarde” (Interlocutora 8, comunicación personal, 28/08/22).

A las jefas de familia después de haber cumplido su jornada laboral y preparado la comida les resulta muy cansado preparar cena, por lo que han diseñado estrategias que les permitan desentenderse de esta tarea. Esto es posible en el caso de que los hijos no sean pequeños. La estrategia de la maestra Leti es que en su casa siempre haya alimentos prácticos para que su hijo pueda prepararse una cena de manera fácil y rápida. Los alimentos que cumplen estas características son el jamón y queso: “Entonces, pero sí trato de que mi hijo tenga jamón y queso porque en la noche si él tiene hambre se hace unas sincronizadas o algo por ahí, no?” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

---

<sup>28</sup> Debo señalar que no fueron identificadas las marcas de todos los quesos consumidos por las interlocutoras. Sin embargo, muchos “quesos” económicos que abundan en los supermercados no son quesos auténticos sino imitaciones ultraprocesadas.

Las jefas de familia organizan su alacena previendo resolver imprevistos, por lo que hay alimentos que acostumbran en casa para solventar estas situaciones, por señalar algunos: latas de frijoles, de atún, embutidos, queso, tortillas de harina y las sopas instantáneas. La señora Mirna comenta acerca de su despensa:

Siempre tenemos despensa guardada. Pastas, arroz, media crema, que una lechera así como para que se te antoja algo, gelatina... mhmhmm qué más tengo, rajitas de chiles, que es lo único que compro así enlatado, no?, este...de esas tortillas de harina, tengo para emergencias (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Una dificultad es quedarse sin alimentos frescos, como ha sido señalado por la señora Yolanda cuando se le pregunta en qué situaciones usas los alimentos industrializados. Ella comenta que los usa cuando: "... no haya nada en la despensa de verduras, que es muy muy alegado, podría usar una cosa de esas" [más adelante precisa que usa] "Pss la de Tía Rosa... son como de emergencia" (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

Una situación mencionada por la señora Justina fue que puede ocurrir que salga a trabajar sin desayunar por lo que en algún momento en el trabajo consume algún lácteo o gelatina: "A veces, sí, por ejemplo, ya no desayuné, y sí me llego a comprar" (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22). La misma interlocutora señala que cuando no da tiempo de preparar algo para comer y se regresa a casa con mucha hambre, es un alivio tener una sopa instantánea para estos casos: "... sabe, porque a veces no me da tiempo llevar o ya tengo mucha hambre, me preparo una de esas pero es muy raro" (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Asimismo la señora Yolanda mencionó que también llega a usar este tipo de alimentos ultraprocesados cuando ocurre que no hay tiempo para cocinar:

Mi Juan es, es, fan de las Maruchan, una vez al año. Fíjate que alguna una vez compré de esas sopas [se refiere a las sopas Moderna instantánea] ¡y esta buenas! lo que yo hacía era, sobre todo porque no tenía mucho tiempo para cocinar, entonces lo que hacía era compraba de estas y en un colador la pasaba así y le quitaba todo el sazón, y así sí las hacía, pero las tenía así como de emergencia, no?, ajá. ¡Pero, no, están feas esas cosas! Y ya dejé, hora sí que no (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

Este tipo de sopas instantáneas se han ido colocando cada vez más en el gusto de las familias, ya sea porque son fáciles de preparar y/o por su atractivo sabor. Al menos en tres familias se explicitó que son ingeridas por algún familiar. En algunos hogares estos alimentos han sido señalados como alimentos dañinos. La señora Marta ha compartido su experiencia en torno al consumo de estos productos por sus hijos y comenta lo difícil que es convencer a los niños de no

consumirlas. En la siguiente sección se ejemplificará su comentario a propósito de la satisfacción de los antojos.

#### 8.5.5 Satisfacer el antojo

Antes de ejemplificar, cómo ocurre la satisfacción de los antojos en los hogares de las jefas de familia entrevistadas, es fundamental señalar que comer no sólo implica satisfacer una condición biológica que permita la reproducción de la vida, sino de cubrir una necesidad de consumo recreativo culturalmente construida en la que se considera lo que el grupo o comunidad considera sabroso o placentero. Sin embargo, en la época actual dar respuesta a la necesidad humana de consumo placentero está entrecruzada con la introducción de alimentos ultraprocesados, los cuales debido a la forma en que están formulados, especialmente por el uso de sustancias químicas que alteran las respuestas naturales del cerebro van reorientando el gusto de las personas y cimentando la afinidad por este tipo de alimentos en detrimento del consumo de alimentos menos procesados.

La señora Martha comparte su experiencia:

Bueno, antes lo consumía mucho este, Francisco, la Maruchan pero yo le decía no Francisco ¿tú crees que eso es bueno? [su hijo le dice] «Pero a mí me gusta»” Pero hasta que se lo quité, le dije, no mira Francisco tú piensas que comer eso, por eso dejo sopa o tu dime que sopa quieres y te lo preparo y hasta le puedo poner verduras y pollo ahí en la sopa, pero dice [su hijo] «bueno, pero nomás cuando se me antoja» y yo venía y encontraba vasos en la mesa, ¿digo quién tomó sopa? y luego me dice la niña de Mati «pues tu hijo» mjí, y luego encuentro dos o tres vasos y «¿ice, es que nos compartió, nos convidó», ¿igo ¡pero son tres vasos que se comieron! y eso no está bien, por eso este si quieren sopa avísenos y nosotras se los hacemos, le ponemos así la verdura como tiene «pero sabe diferente» ¿igo obvio sabe diferente porque esa ya tiene sus conservadores y toda esa cosa, y este no, pero pus así (Interlocutora 8, comunicación personal, 28/08/22).

En esta vivencia queda resaltada no sólo el hecho de que el niño busca este alimento por antojo sino la imposibilidad de la madre de lograr que su sopa tenga el mismo sabor que el alimento industrializado deseado por su hijo.

Las empresas invierten grandes cantidades de dinero en publicidad para promover sus productos, esta estrategia tiene muchas vertientes, una de ellas es la promoción de sus productos a través del diseño de una receta. Estas son anunciadas en las redes sociales, en la TV y en los empaques de productos, como lo señala doña Luci acerca del uso de estas recetas:

Sí, los pasteles fríos, por ejemplo, hice uno de queso crema va con grenetina. La saqué de la lechera, ya ni me acuerdo ... hace mucho que la hice, lleva crema, lechera, lleva de la Clavel y todo lo licuas con el queso crema, y ...le pones... no me acuerdo que tanto de grenetina, ya vez

que se hidrata, ya luego lo integras y ya lo metes a congelar, y queda bien sabroso!” (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22).

Las pausas son fundamentales para tomar un respiro y seguir adelante con la vida cotidiana. Estas pequeñas rupturas de la cotidianidad pueden ocurrir de diversos modos, uno de ellos es a través del alimento. Esto fue narrado por algunas interlocutoras, por ejemplo, en el caso de la señora Verónica su consumo de golosinas ocurre a propósito del cambio de dinámica. Ella no va a su negocio los fines de semana, este es el momento propicio en el que puede cumplir sus antojos. Lo narra de la siguiente manera:

Sábado y domingo si nos gastamos más porque estamos aquí todo el día, y luego se les antojan los, los, estos... cómo se llaman, los estos con miel y... *hotcakes, hotcakes*, la leche, el... algo para los *hotcakes*, que la miel y así” ... [y más adelante señala otro tipo de dulces que le gusta consumir] más que nada a mí me gustan lo dulce, los bombones o, o... casi ni paleta ni nada nomás, bombones o así como chiclosos... chicharrones y hora sí que las Sabritas, mjí (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Otro momento de ruptura es cuando estas mujeres están en su casa después de la jornada de trabajo y hacen una pausa para relajarse, una de las actividades que realizan es distraerse viendo la TV. Señala la señora Mirna que éste es el momento en el que las golosinas son consumidas:

... a veces compramos que unas galletitas para tenerles ahí, como golosinas, pero golosinas, golosinas casi no compramos, fíjate, cuando hace calor como ahorita hacemos nuestras paletitas de Choco Milk o de mamey algo así o de fresa con leche, pero fresa natural eso en tiempo de calor este...y en tiempo de calor... también que hago una golosina, hago gelatina... esa es la golosina... y compramos de repente que galletitas pero así que digamos que tenemos golosinas ... no casi no, que se nos antoja... luego... compramos lechera porque luego se nos antoja un flan napolitano, pero uuuuuuh allá de cada quien sabe cada cuánto (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Otro momento en el que aparecen los AYBUPs es cuando se quiere mejorar el sabor de un alimento de consumo cotidiano: “Cuando quiero hacer un atole de avena rico, le pongo una de esas [habla de la leche condensada, estilo la « Lechera»] y avena y un poco de canela y azúcar” (Interlocutora, 9, comunicación personal, 31/08/22).

#### **8.5.6 Consumo oculto de AYBUPs**

Se ha observado el consumo e integración de algunos alimentos que en algunos casos las interlocutoras los reconocen como no saludables y los ubican dentro de la categoría de comida rápida o comida chatarra o en sus palabras como “chatarrita”, “el vicio”, o “chucherías”, asimismo consumen una serie de alimentos de los cuales desconocen su calidad y de sus efectos dañinos. Es decir, es difícil la identificación de muchos alimentos ultraprocesados debido a varios factores como la desinformación, la publicidad confusa de los envases y el exceso de publicidad, así como la falta de regulación de dichos productos, el precio de los mismos y por último la sobre oferta.

La sobre oferta de los AYBUPs genera en los consumidores la idea de que “todo” lo que se ofrece es malo, ante este hecho se normaliza el consumo de estos alimentos y se llega a la conclusión de que no se puede prescindir de “lo malo”, por lo tanto, se escoge entre estos productos.

La señora Mirna dice al respecto:

... el Ades también, y de los otros jugos, pues no, porque digo es pura azúcar, cuando se me llega a antojar algo dulce, mil veces un refresco, ¡la verdad!, cómo quiera es agua dulce, todo es malo, y como eso nomás me saben a agua dulce!, dulce, pues no! (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Hay alimentos que son reconocidos como saludable aunque no lo sean. Un elemento que ejemplifica perfectamente este hecho es la gelatina, pues incluso a los enfermos hospitalizados se les da este alimento. De tal manera que este producto queda simbolizado socialmente como un alimento sano. Esto ocasiona que no haya regulación o limitación en su consumo, como se ve en el comentario de la maestra Leti: “...compré gelatina de sobrecito para hacer porque horita con el calor, bueno, y mi hijo es capaz comerse un traste él solito de gelatina” (Interlocutora 4, comunicación personal, 11/05/22).

Esta es la noción que predomina entre las personas, de tal manera es señalada por la señora Laura que se autocensura por no darle a su familia un alimento “más saludable” como la gelatina: “...lo que pasa es que no, no sabemos administrarnos, ¿no?, porque pal’ refresco si hay, pero para la gelatina no” (Interlocutora 6, comunicación personal, 02/08/22).

Incluso consumir gelatina está incluido en los alimentos saludables a nivel de las frutas y verduras, son sinónimos de comer bien. En el caso de la señora Justina son considerados como desayuno:

Gelatina... de sabor de agua o de leche, esa siempre siempre, hay, y por ejemplo frutita también, un platanito, un manguito sólo que alguien no quiera o se salte el desayuno, se va directo al almuerzo, pero siempre hay una frutita, un maguito... o un platanito, `tonces por eso yo siempre es de que, siéntate a comer pero come bien, completo, todo, la frutita, el almuerzo, la gelatinita, ¡pero almuerza bien! ( Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22).

Caso similar es el del consumo de “cereal” de caja que también es considerado como un producto saludable. Al preguntarle a la señora Justina sobre su elección por este alimento contesta: “Siento que es más... más nutritivo, no sé y a mi alcance, que comprase el pan que va a ser de dulce, y que a veces no se lo acaban todo y dejan la mitad y al rato ahí anda...” (Interlocutora 7, comunicación personal, 22/08/22). Como se observa las decisiones sobre que alimentos consumir van aparejadas de otro a factores como el mencionado por esta interlocutora que señala que estos alimentos le son económicamente más favorables.

Es importante señalar los cereales o granos integrales son alimentos que desde que se comenzaron a cultivar se constituyeron como el alimento central para diversas culturas. En la actualidad estos alimentos son recomendados como saludables por nutriólogos y médicos. Sin embargo, el hecho de que a este tipo de hojuelas se les nombre con el mote de “cereal” causa confusión en los consumidores, pues al nombrarlos así se crea el espejismo de estar efectivamente consumiendo cereales. Incluso el plato del buen comer, no aclaraba a qué tipo de cereales se refería y solían verse imágenes de panes de caja blancos, así como platos con “cereal” de caja. Sin embargo, nunca se aclaraba que lo que se recomendaba consumir eran platos de cereales integrales.

Si bien, algunas interlocutoras identifican a los sazonadores (Knorr, Rico pollo, Precissimo, etcétera) como nocivos, existe otro sector de las jefas de familia entrevistadas que no identifican estos alimentos dentro de ninguna categoría de alimentos industrializados. Los diversos tipos de aderezos —mayonesa, salsas, mostazas, entre otros—, tampoco se identifican entre los productos ultraprocesados. Estos últimos fueron observados en las alacenas o refrigeradores de la mayoría de las interlocutoras en contenedores de diverso gramaje. Por lo que se puede afirmar que forman parte del abasto cotidiano de estos hogares: “Esta es habanero, [abre su refrigerador y muestra botes de salsas y aderezos que tiene], pero esa ya no tiene, [...] la mostaza pus siempre hay, también mayonesa... crema, allá esta otra crema” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Otro tipo de consumo nocivo oculto es el de los alimentos sucedáneos (alimentos que imitan al producto original). En el mercado existe una gran oferta de este tipo de alimentos. Los más abundantes son los lácteos<sup>29</sup>. Es importante señalar que este concepto es de difícil identificación pues la definición alude a la adulteración del contenido de los alimentos y esto es difícil de identificar a simple vista pues en los empaques las frases que permiten reconocer el sucedáneo —si se conoce el término— aparece en letras muy pequeñas difíciles de leer. Pero el aspecto más grave es que incluso consumiéndolos es difícil identificar la adulteración de los alimentos debido al uso de aditivos cosméticos oculta el verdadero origen de los AYBUPs. En las alacenas y

---

<sup>29</sup> Son alimentos que imitan las versiones originales de productos como cacao, mieles, diversos tipos de lácteos entre los cuales encontramos la mantequilla, crema, los quesos y las leches. Una de las características que poseen los sucedáneos es que son mucho más económicos, ya que tienen sustancias de relleno que son más económicas con el objetivo de abaratar costos. Como resultado se obtiene un producto similar al original, más barato y de menor valor nutricional”. Una manera de identificarlos es observando si en el empaque aparece alguna de las siguientes leyendas “a base de...” “sabor a” “imitación tipo” (<https://ipsuss.cl/columnas-de-opinion/daniela-inostroza/sucedaneos-que-queso-es-eso>).

refrigeradores de las jefas de familia se detectaron estos alimentos. En concreto se observaron leches líquidas, mantequillas y mieles.

Un ejemplo de este hecho es el consumo realizado por la señora Verónica que señala que compra leche que vende la empresa llamada Tiendas 3B, el producto que compra se llama Lacti Bu: “Compro de la hay com... compro, Lactibu, en polvo, esa me alcanza como cuatro días para mí sola” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

Entre los AYBUPs, los aditivos cosméticos son fundamentales pues le otorgan al producto propiedades organolépticas y de alta palatabilidad. En este sentido, el uso de los saborizantes juega un papel muy importante pues imitan los sabores originales de los alimentos. La imitación de sabor la hacen de una manera tan precisa que puede ser muy difícil diferenciar entre un producto saborizado respecto del sabor de un ingrediente natural. Este fenómeno fue observado para en el caso de la diferenciación de un producto lácteo respecto de la leche y ejemplificado por la señora Verónica: “Pero compras ahí en la Tres B por ejemplo la leche, es como si compraras la leche este la Alpura, porque sale buena” (Interlocutora 5, comunicación personal, 27/07/22).

O como en el caso de la señora Mirna que señaló que en su casa usa “miel de maple” pero que ella no identifica como alimento sucedáneo: “Yesi compró miel de maple para sus hokeis, ella de repente la maple, según la maple para cuando se le llega a antojar un hokei que no le guste ni cajeta ni mermelada dice que le hostiga mucho” (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

Otro alimento que no fue identificado como sucedáneo fue el producto llamado “media crema” de la marca Lacti BU de la empresa antes señalada, este fue otro producto que apareció en las alacenas. Su primer ingrediente es la grasa vegetal además de una variedad de aditivos. Que al igual que las margarinas, son sucedáneos al contener grasas vegetales, e incluso en el caso de algunas mantequillas consumidas por las jefas de familia, las cuales pertenecen al grupo de ultraprocesados pues a pesar de sí contener grasas de leche de vaca además contienen una serie de aditivos químicos clasificados como cosméticos con lecitina de soya entre muchos otros.

Doña Luci ante la pregunta sobre su consumo de lácteos y sus derivados mostró dificultad a la hora de diferenciar entre margarina y mantequilla. Por lo que al comentar sobre su consumo de margarinas dijo que: “No sé si sea igual que la mantequilla Iberia. La que consumimos es la

Iberia (Interlocutora 1, comunicación personal, 10/04/22). Sin embargo, esa marca está clasificada como margarina y no como mantequilla.<sup>30</sup>

Incluso se puede pensar que margarina es sinónimo de mantequilla, como en el caso de la señora Mirna que señala:

Margarinas...uso ...de repente si compro mantequilla, cuando llevo hacer un espagueti cositas así, pero me tarda compro esa Chipillo un barrita pero me tarda. [y más adelante señala que compra queso empaquetado a menos que] [...] solo que Yedith haga la lasaña compramos manchego (Interlocutora 3, comunicación personal, 27/04/22).

En síntesis, los alimentos ultraprocesados se han vuelto indispensables en diversas circunstancias de la vida, por ejemplo, el uso de embutidos facilita la elaboración de la comida porque con ellos se pueden hacer guisos de manera rápida en incluso barato, también permite que las personas no expertas en la cocina se puedan preparar algún alimento sencillo con ellos. Son alimentos a los que se puede recurrir si no hubo tiempo de desayunar, por ejemplo, se puede consumir un lácteo o una gelatina. También son alimentos que pueden ser guardados en la alacena durante mucho tiempo y estar disponibles cuando se necesiten ya sea porque se acabaron los alimentos frescos o para preparar algún antojo.

El consumo recreativo es otro ámbito en el que aparecen este tipo de productos. Estos son consumidos en momentos en los que se busca relajarse y salir de la tensión de la vida cotidiana. En la mayoría de los casos se mencionaron alimentos dulces pero no se reduce a estos, pues aparecen los antojos por alimentos salados de los cuales se evidenció la imposibilidad por obtener el mismo sabor en el alimento casero que el obtenido por el alimento ultraprocesado. A lo anterior, se añade una serie de consumos de alimentos que son difíciles de reconocer como alimentos ultraprocesados por un lado tenemos el caso de sazadores, aderezos y salsas, otro caso es el de alimentos sucedáneos. Estos son alimentos que imitan a los productos originales con ingredientes de baja calidad y con el uso de aditivos químicos para imitar los sabores de los alimentos originales, este es el caso de la imitación de diversos lácteos, mieles, chocolates etcétera.

---

<sup>30</sup>Ingredientes de la margarina Iberia sin sal: Aceites vegetales comestibles hidrogenados y sin hidrogenar, agua, sal yodada, mono y diglicéridos, lecitina de soya, sorbato de potasio como conservador (0,1 por ciento), ácido cítrico, saborizante artificial (mantequilla), proteína de suero de leche, colorantes naturales (annato y cúrcuma) y vitamina A.) tomado de <https://www.soriana.com/margarina-sin-sal-iberia-4-en-1-contenido-1-kg/11500652.html>

## **9 Vínculo de los factores demográficos, económicos y socio-culturales que inciden en la incorporación de AYBUPs (discusión y conclusiones)**

A continuación, se presenta la discusión que surge del análisis de los hallazgos señalados en los últimos cuatro capítulos de esta investigación. A saber, serán señalados los principales factores que contribuyen a fomentar el consumo de AYBUPs en los hogares de las jefas de familia de Cuautla.

En primer lugar, se da respuesta a la pregunta de investigación que indaga el perfil sociodemográfico de las jefas de familia entrevistadas y como este influye en la selección de alimentos ultraprocesados. Se observó que el perfil de las interlocutoras coincide con algunos datos del perfil demográfico del municipio. En concreto, coincide con problemas de pobreza, rezago social y carencias.

En su mayoría es una población que vive en zonas urbanas o semiurbanas no planificadas. En varios hogares no existen condiciones adecuadas para vivir, ya sea por insuficiencia de espacio, porque no hay acceso a servicios básicos o porque el servicio es deficiente, pero la situación más grave es la dificultad para abastecerse de agua. De tal manera, que la mayoría de los hogares de las jefas de familia entrevistadas han sido clasificados dentro de las zonas de atención prioritaria en Cuautla.

A lo anterior se suma que son mujeres que presentan rezago educativo, la mayoría tiene un trabajo informal — el empleo representativo fue el trabajo doméstico— de baja remuneración, sin derecho a servicios de salud ni seguridad social (Cárdenas, 17/08/22). Su situación laboral y económica empeoró en la etapa de confinamiento pues no estaban preparadas para enfrentar el encierro al que se vieron sometidas, pues la mayoría de estas mujeres vio reducida su jornada laboral y con ello la disminución de sus ingresos.

A lo anterior se suma, la presencia de enfermedades crónicas en ellas o en sus familiares. Todos los hogares presentaron al menos una persona con sobre peso, en cuatro familias hubo diabetes y en tres problemas de presión alta. La presencia de estas enfermedades en el municipio al igual que en el resto de país muestra que está ocurriendo una transición epidemiológica. Un dato que refuerza lo antes dicho es que los datos estadísticos muestran que en el municipio de Cuautla, la diabetes es la primera causa de muerte (Olivar, et al., 2015).

Este problema cobra mayor importancia si se ubica en el contexto de la contingencia sanitaria recientemente vivida pues las enfermedades presentadas por las interlocutoras son reconocidas por el sector médico como comorbilidades que podían agravar el estado de salud de las personas si llegaban a presentar del Covid-19. Aunque ninguna mencionó la presencia de la enfermedad en sus hogares sí fueron un sector de la población con mayor riesgo de contagio y de agravación a raíz de la presencia de estas enfermedades (Tan et al., 2020).

La organización de la unidad doméstica se basa en el parentesco y es de tipo ampliado. La economía familia en la mayoría de los casos estuvo compuesta por varias personas del grupo, especialmente se observó que la manutención corría por parte de madres e hijas. En el caso de los hogares donde hubo varones su aporte económico no fue significativo. Solamente en un hogar se descubrió que la manutención del hogar fue lo realiza la jefa de familia. Se detectó que ella a pesar de ser una mujer joven presentó varias enfermedades crónicas —cáncer—, asociadas al estrés crónico —fibromialgia e preinfarto—.

Si bien, a causa de la ubicación de las viviendas no fueron señalados problemas en el acceso a los alimentos, quedó claro que el ambiente alimentario en el que habitan las jefas de familia está dominado por las tiendas de conveniencia, tiendas de barrio, abarroteras y supermercados. Los cuales ofrecen gran cantidad de alimentos no perecederos, dentro de estos predomina los ultraprocesados así como los restaurantes de comida rápida, principalmente pizzerías.

Los resultados de esta investigación coinciden con los datos presentados por la OPS (2015). Esta organización señala que las personas compraron en las tiendas de barrio principalmente bebidas gaseosas, botanas saladas y dulces. En los supermercados compraron productos para untar, salsas, cereales para el desayuno. En el caso de las galletas las interlocutoras señalaron que las compran en los dos tipos de establecimiento, en este punto no coincide con el informe de la OPS.

En síntesis, estas son las condiciones en las viven las interlocutoras por lo que se puede señalar que pertenecen a un grupo vulnerable pues viven en condiciones de pobreza y con diversas carencias sociales. Están expuestas a los ambientes alimentarios nocivos en los que predomina la venta de AYBUPs, presentan enfermedades asociadas al consumo de estos alimentos por lo que ante contingencia sanitaria recientemente padecida fueron un sector expuesto tanto por su situación económica como por su salud. Lo anterior se vinculará con el factor económico para identificar cómo se entrelazan con las elecciones alimentarias centradas en AYBUPs

En segundo lugar, se da respuesta a la segunda pregunta de investigación y se mostrará los hallazgos en torno a los factores económicos que influyen en la elección de AYBUPs. Como ya se señaló tanto el acceso a alimentos perecederos como no perecederos no es una limitante, pues el municipio de Cuautla, por su ubicación, cuenta con suficientes rutas y lugares de venta de alimentos. Sin embargo, el ambiente alimentario está conformando por una sobre oferta de alimentos procesados y ultraprocesados los cuales son adquiridos por las jefas de familia principalmente a través de descuentos, ofertas y promociones. Los alimentos mencionados que compran con descuentos fueron los embutidos, diversos sucedáneos de lácteos, sopas instantáneas, salsas picantes y los sazoadores.

Señalaron que al comprar su principal criterio es que los alimentos sean baratos, lo anterior se atribuye a que su capacidad de compra está limitada por sus bajos ingresos. Este criterio se engarza a una variedad de estrategias alimentarias, seguidas por las jefas de familia, pues como señala Villagómez, (2019) “el presupuesto destinado a la alimentación es uno de los rubros más flexibles del gasto familiar y una de los primeros en ser modificados y reducidos cuando se enfrentan restricciones económicas”.

De tal manera que los alimentos inasequibles según lo señalado por las interlocutoras fueron sobre todo alimentos frescos: variedad de frutas, diversidad de carnes, a lo que se añade —a través de la observación realizada por la investigadora— en sus alacenas se observó poca variedad de leguminosas, granos y prácticamente ausencia en el consumo de oleaginosas.

La limitación en la variedad y cantidad de alimentos que pueden adquirir se vio agravada por la crisis económica que trajo aparejado el confinamiento debido a la reducción de sus jornadas laborales y con ello de sus recursos económicos, ante lo que tuvieron que establecer estrategias para enfrentar la situación. Este hallazgo coincide con lo reportado por RIMISP (2021) para seis territorios de América Latina en el periodo del confinamiento y con Rodríguez-Ramírez et al. (2021).

En el marco de la contingencia se señaló la compra de AYBUPs como estrategias de ahorro, en este sentido fueron señaladas la sustitución de pan de panadería por compra de galletas y cereal de caja. Otra fue la compra de harinas para preparar panqués (hotcakes) ya no como un alimento para consumir por antojo si no como parte de los desayunos. De la misma manera fue mencionado que se sustituyó la compra del refresco Coca Cola por la compra del refresco Red Cola que, aunque no les gusta es más barato y esto les permite mantener su consumo de gaseosas. En este punto la

investigación coincide el reporte de la FAO para este periodo en el que señala que “la población accedió a este tipo de alimentos por la disminución del ingreso familiar” (FAO, 16/07/2020).

El hecho de que su principal criterio sea el precio de los alimentos la expone a la asimilación de las estrategias publicitarias como si fueran decisiones propias. De tal manera que asocian a las marcas con calidad, sabor o precio, pero al preguntárseles por marcas preferidas no reconocen que compran por la marca. Esto fue evidente en el caso del refresco, pues cuando se les preguntó por marcas de alimentos que consumen, nadie mencionó alguna marca de refresco, pero cuando narraban sus hábitos alimentarios salía a relucir su preferencia por una marca. Sobre todo esto ocurrió para las bebidas gaseosas.

Otro ámbito de integración de algunos AYBUPs es la compra de. “marcas no conocidas” que imitan los empaques de marcas muy reconocidas. Por ejemplo, la marca Vaca Blanca que imita a la marca de leche Alpura. La compra de este tipo de alimentos sucedáneos es más problemática que la compra del resto de AYBUPs por el carácter oculto de su nocividad.

Como se observa la contingencia sanitaria agravó su situación económica y con ello la asequibilidad de los alimentos frescos. Esto ha sido señalado como un problema de insuficiencia alimentaria que se presentó en el país durante este periodo según lo reportado por Rodríguez-Ramírez et al. (2021). Asimismo, esta información coincide con las estadísticas presentadas para el estado de Morelos y municipio donde se observa que más personas tuvieron dificultad en el acceso a los alimentos en el año 2020 en comparación con años previos<sup>31</sup>. Los hallazgos de esta investigación en torno a la insuficiencia alimentaria coinciden con los datos antes señalados.

Los resultados de esta investigación igualmente coinciden con los de RIMISP (2021) que indican que dentro de los grupos vulnerables, las más afectadas fueron las jefas de familia —porque son ellas las que principalmente laboran en el sector servicios y este fue de los más afectado por la crisis sanitaria—, especialmente aquellos hogares que tienen hijos menores de edad (Ávila-Arcos et al., 2021). Ante la dificultad de adquirir alimentos frescos aumentó la compra de alimentos ultraprocesados que por su precio fueron más asequibles lo que denota que existe un vínculo entre insuficiencia alimentaria e incremento en el consumo de ultraprocesados (FAO, 16/07/2020, Rodríguez-Ramírez et al., 2021).

---

<sup>31</sup> Secretaría de Hacienda, 2019; Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA)- Secretaría de Bienestar, 2022

En síntesis, las elecciones alimentarias de estas jefas de familia quedan acotadas al ambiente alimentario que las rodea y que les facilita el acceso físico y económico a los AYBUPS (Arellano, et al., 2019). Lo anterior implica que en realidad no se puede hablar de una elección libre, voluntaria o consciente en los sectores más pobres de la población pues esta está supeditada al ingreso. Por tal motivo lo que lo prevalece en estos sectores es la inseguridad alimentaria agravada en el contexto del confinamiento pues estas familias se vieron aún más expuestas a estos ambientes alimentarios nocivos, (Rodríguez, 2018).

Por último, se expondrán los hallazgos que responden a la tercera pregunta de investigación, la cual establece cuales con los vínculos socioculturales que en marcan la elección de AYBUPs de las jefas de familia. Para comenzar, se señala que una de las singularidades de las jefas de familia es la diversidad de estrategias alimentarias, que no se pueden reducir al ámbito económico. Estas son diversas y tienen que ver con las habilidades y experiencia culinaria de la cocinera, qué alimentos tienen el alcance, así como del tiempo del que dispone. Estas características le otorgan al acto de preparar una comida una maleabilidad amplia y permite que surja la improvisación y creatividad de estas mujeres (Gracia, 30/03/22). Pero simultáneamente abre poros por los que penetran los AYBUPs.

Un hallazgo fue observar la importancia cultural que tiene para estas jefas de familia la preparación de la comida, el alimentar a los otros y el compartir los alimentos. Lo anterior muestra el papel preponderante de las jefas de familia en la consolidación de los hábitos alimentarios de su grupo familiar. El hacerse cargo de la alimentación familiar está marcada por significados profundos tanto positivos como negativos. Por un lado, se vincula a las muestras de afecto, de cuidado de la familia y conecta al pasado con el presente. Por el otro lado, el aspecto negativo aparece cuando la ayuda es poca o nula y sobre ellas recae la gestión completa del hogar. Estos resultados coinciden con lo encontrado por Expeitx y Cáceres (2011).

Asimismo, la incorporación de la mujer al mercado laboral impacta en los hábitos alimentarios, este es un hallazgo que coincide con el reportado por Souza, (2019) y Coura, (2018). Este es un poro por el cual penetran los AYBUPs ya que estos poseen dos características fundamentales que los vuelven indispensables cuando las jefas de familia se ven en la necesidad de reducir u optimizar el tiempo de preparación de alimentos.

La primera característica, es que son de rápida preparación. Fue señalado que el uso de embutidos, lácteos y sopas instantáneas. La preparación de una comida de manera rápida para las

jefas de familia fue fundamental sobre todo cuando hay niños pequeños. En este punto se coincide con las investigaciones realizadas por Coura (2018) y Haghghian et al, (2017).

La segunda característica, es que se pueden consumir con la facilidad en cualquier espacio o situación. Esto es muy propicio para mujeres que tienen dobles o triples jornadas de trabajo y /o niños pequeños. Ejemplo de ello son las leches saborizadas, las bebidas fermentadas, así como las gelatinas, estos son alimentos que ayudan a resolver el problema de quedarse sin consumir alimento, ya que se pueden consumir mientras se camina rumbo a los deberes o incluso al llegar al lugar de trabajo sin detener las labores.

De tal manera que la maleabilidad propia de la cocina, sumada a las habilidades y experiencia culinaria de las jefas de familia, ambas situadas en un contexto demográfico y económico ya señalado, dan paso a que los AYBUPs se incorporen en la estructura alimentaria de en estos hogares. A continuación se explicita la forma en que ocurre.

En el ámbito de lo cotidiano sustituyendo alimentos, caso ejemplar es la sustitución de agua por refresco; este un AYBUPs paradigmático pues se lo consume tanto en lo cotidiano como en lo festivo. En esta investigación se corrobora que “refresco como señal de atención y marca de estatus con un invitado que asume que debe aceptarlo como signo de respeto y de ser bien recibido” (Florence et al., 2019). Otros alimentos que sustituyen son las galletas, “hot cakes” y “cereales de caja” al pan de panadería local; el de la carne fresca por embutidos.

Cuando ocurre el consumo no festivo que implica satisfacer un antojo, las jefas de familia se dan la oportunidad de comer algo fuera de lo habitual acompañado de un cambio de rutina, incluso es un momento propicio para compartir este alimento. Aquí aparecen las botanas dulces y saladas, la confitería ultraprocesada así como helados, y postres.

En el caso de las festividades (navidad, cumpleaños) o rituales como la celebración de Día de Muertos. En estos eventos se mezclan algunos AYBUPs y alimentos tradicionales, según los gustos de difunto que se recuerda. En este ámbito vuelve a aparecer las gaseosas y las botanas dulces y saladas.

Por todo lo antes señalado, se puede afirmar que las jefas de familia entrevistadas no tienen garantizado el derecho a la alimentación. Si se atiende a la definición que a letra dice, existe seguridad alimentaria cuando “todas las personas tienen acceso físico, social y económico permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente para satisfacer sus

requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias y así poder llevar una vida saludable” (Cumbre Mundial de Alimentación- FAO, 1996; FAO, 2011).

El análisis conjunto de los hallazgos apunta a que estas familias presentan inseguridad alimentaria debido a que estas han incorporado los alimentos ultraprocesados a sus consumos cotidianos. Lo cual muestra que 1) no tienen garantizado el acceso económico (asequibilidad) permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente (Cumbre Mundial de Alimentación- FAO, 1996; FAO, 2011); 2) recurren al consumo de alimentos ultraprocesados porque son aparentemente más baratos, fáciles de conseguir y preparar; 3) existen enfermedades crónicas asociadas a la alimentación en estas familias. 4) por lo todo lo anterior, fue patente que en su mayoría no tienen garantizado el acceso a una vida saludable.

En ese sentido, señala Monteban (2020) y que coincide con esta investigación, la alimentación de las familias que viven insuficiencia alimentaria y que habitan ambientes obesogénicos tienen un fuerte componente de alimentos ultraprocesados.

### **9.1 Conclusión**

El ambiente alimentario en el que viven las jefas de familia está dominado por la venta de AYBUPs. Esto ha ocasionado la sustitución de algunos alimentos frescos por industrializados, y de manera gradual pero constante, la incorporación y aceptación social de cada vez más AYBUPs tanto en los hábitos alimentarios cotidianos como en los festivos. Este escenario tiende a la pérdida en el conocimiento de procesos culinarios tradicionales y favor de una aculturación culinaria.

Las empresas señalan que el consumo de AYBUPs es completa responsabilidad del consumidor. Esto no se puede afirmar tajantemente pues las decisiones no pueden ser tomadas en plena libertad cuando la escasez material en la que viven las jefas de familia sólo les permite elegir parcialmente en un escenario donde existe 1) salarios bajos que impiden la compra de alimentos saludables y culturalmente pertinentes, lo anterior se vio agravado en el contexto del confinamiento a causa del Covid-19; 2) omnipresencia de los AYBUPs; 3) un diseño premeditado para generar dependencia fisiológica por sus características de hiperpalatabilidad, tanto por su contenido en nutrientes críticos como por algunos aditivos cosméticos que contienen; 4) son alimentos que ofrecen ventajas a sus consumidores que los alimentos frescos no industrializados no pueden brindar son fáciles de conseguir y consumir; 5) son ampliamente publicitados a través de estrategias focalizadas en los valores culturales y comportamiento de los sectores blanco<sup>2</sup>; y 6) aparentemente

son alimentos más baratos pues en su consumo inmediato no es palpable los efectos que tiene sobre la salud y con ello los gastos médicos derivados de su consumo, ni los costos ambientales de su producción asociadas.

Por todo lo dicho antes dicho, se observa las dificultades a las que se enfrentan estas jefas de familia a la hora de alimentarse y alimentar a sus familias. Así sus saberes alimentarios se van entremezclando con la incorporación gradual de AYBUPs. Los cuales no les garantizan ni bienestar, ni salud, y más bien su consumo es reflejo de sus condiciones de precariedad en las que no cuentan con suficiente tiempo ni dinero para garantizarles a sus familias una alimentación adecuada.

### ***9.2 Limitaciones de la investigación***

Fue importante delimitar por cuestiones metodológicas el tipo de consumo nocivo a investigar. Pese a que se mostró la utilidad del uso del concepto de alimentos ultraprocesado, se observó que las personas consumen otro tipo de alimentos como son los alimentos procesados o el consumo excesivo de alimentos refinados como son harinas blancas, el azúcar, la sal o las grasas. Su consumo no fue reportado pues no era el objetivo de la investigación. Sin embargo, la ingesta de estos alimentos puede hacer sinergia con el consumo de los ultraprocesados. Por lo que atribuir todos los problemas de salud al consumo de AYBUPs puede ser incorrecto.

Otra limitante fue la dificultad de abordar la gran variedad de alimentos ultraprocesados ofertados. Por lo que se tuvo que realizar una selección que podría ser señalada como sesgada al no contar con un filtro metodológico que permitiera validar la elección de dichos alimentos que fueron seleccionados.

### ***9.3 Recomendaciones para trabajar en el futuro***

Un camino que puede derivar de esta investigación es reflexionar sobre la definición de seguridad alimentaria en la que se alude al consumo de “alimentos culturalmente pertinentes”. Como se observó en esta investigación el consumo de algunos AYBUPs ha trastocado las relaciones sociales y han desplazan algunos alimentos saludables por alimentos dañinos que eran consumidos antes de la masificación de la comida industrializada en nuestro país. Entonces cabe preguntarse, qué características debería tener un alimento que se considere saludable y adecuado culturalmente.

Lo anterior apunta a definir cuáles son los alimentos que permiten mantener calidad de vida incluido el ambiente en el que se habita; en contraposición se requiere profundizar en el concepto de nocividad para identificar cuáles son los alimentos que no permiten tener calidad de vida. Un punto claro es que estos alimentos nocivos no se restringen a los alimentos ultraprocesados.

Un complemento a esta investigación sería profundizar a detalle cómo inciden las estrategias publicitarias de la industria alimentaria en la elección de los AYBUPs que realizan las jefas de familia.

Otra posible ruta de investigación sería indagar en sectores menos vulnerables de la población. Sectores en los que el principal criterio de elección no esté regido por el precio de los alimentos. Esto permitiría identificar otro tipo de factores que inciden en el consumo de AYBUPs. Sería muy interesante contrastar esa investigación con los resultados obtenidos en esta.

## Referencias

- Acosta, F. (2001). Jefatura de hogar femenina y bienestar familiar: resultados de la investigación empírica. *Papeles de Población*, volumen (7), número 28. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=11202803>
- Adame, M. (2013). *Alimentación en México, ensayos de antropología e historia*, Navarra.
- Aguilar, A. (2023). El patrón reciente del fenómeno urbano en México 1990-2015. La región Centro y los retos de la política territorial. *El desarrollo en Morelos territorio, economía y sociedad en tiempos de transformación nacional*, México: Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias (CRIM)-Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). <https://libros.crim.unam.mx/index.php/lc/catalog/book/329>
- Aguilar, L. (2016). Mujeres jefas de hogar y algunas características de los hogares que dirigen. Una visión sociodemográfica. *Gobierno de México*. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/232091/05\\_Aguilar.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/232091/05_Aguilar.pdf)
- Alianza por la salud Alimentaria (2019). Paso fundamental para la salud pública de la reforma a la Ley General de salud en materia de etiquetado. *El poder del consumidor*. <https://elpoderdelconsumidor.org/wp-content/uploads/2019/11/b-dof-ley-gral-salud-etiquetado.pdf>
- Alimentación y sustentabilidad (30 de marzo de 2022). *Discusiones en torno al género y la alimentación en las ciudades [Video]*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=8rTTRVNuhhY&list=PLTCjM2zCiyZyuMjdiUY1szAfzVeMEjm43&index=24&t=3868s>
- Alves, J., Madeira, F., Cruz, A., Da Silva, G., Morais, J., Ribeiro, O. Alves, F., Lima, G., y Dias, L. (2022). Hábitos alimentares durante a pandemia da COVID-19: O que mudou?. *Research, Society and Development*, volumen (11), número (12). <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i12.33941>
- Alves, L., y Raposo, L. (2022). Impacto do consumo de ultraprocesados à saúde infantil em tempos de COVID-19: Uma revisão. *Research, Society and Development*, volumen (11), número (15). <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i15.3683>

- Antonio-Anderson, C., Félix-Verduzco, G., Gutiérrez-Flores, L. (2020). Relación de factores socioeconómicos y obesidad abdominal en adultos mexicanos. *Estudios Sociales*, volumen (30), número (55), enero-junio. <https://dxdoi.org/10.24836/es.v30i55.882-e20882>
- Arellano, M., Álvarez, G., Eroza, E., Huicochea, L., y Tuñón, E. (2019). Habitus alimentario: prácticas entre trabajadores agrícolas migrantes en una comunidad de Sonora, México. *Salud Colectiva*, volumen (15). <https://scielosp.org/article/scol/2019.v15/e1843/>
- Arriaga, G. (2014). *Inseguridad alimentaria y calidad de la dieta en personas adultas mayores de cuatro comunidades rurales del estado de Morelos* [tesis de maestría]. Instituto Nacional de Salud Pública (INSP)-Escuela de Salud Pública de México.
- Ávila, H. (2001). *La agricultura y la industria en la estructuración territorial de Morelos*. CRIM-UNAM.
- Ávila, H. (2023). Metropolización y espacios agrícolas en Morelos en Delgadillo, J., y Rodríguez, F. (coords.), *El desarrollo en Morelos territorio, economía y sociedad en tiempos de transformación nacional*. CRIM-UNAM. <https://libros.crim.unam.mx/index.php/lc/catalog/book/329>
- Ávila, J. (19 de junio de 2023). Maíz: ¿la disputa que viene entre México y Estados Unidos?. *Expansión*. <https://expansion.mx/economia/2023/06/19/maiz-la-disputa-que-viene-entre-mexico-y-estados-unidos>
- Ávila-Arcos, M., Méndez-Gómez, I., Morales-Rúan, M., López-Olmedo, N., Barrientos-Gutiérrez, T., y Shamah-Levy, T. (2021). La inseguridad alimentaria y factores asociados en hogares mexicanos con casos de COVID-19. *Salud Publica Mexicana*, volume (63), pp. 751-762. <https://doi.org/10.21149/13026>
- Ayusco, G., y Castillo, M. (2017). Globalización y nostalgia. Cambios en la alimentación de familias yucatecas. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, volumen (27), número (50). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-45572017000200004&script=sci\\_abstract&tlng=es](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-45572017000200004&script=sci_abstract&tlng=es)
- Babio, N., Casas-Agustench, P., y Salas-Salvadó, J. (2020). *Alimentos ultraprocesados. Revisión crítica, limitaciones del concepto y posible uso en salud pública*. Unidad de Nutrición

Humana. Universitat Rovira i Virgili.  
[https://www.nutricio.urv.cat/media/upload/domain\\_1498/imatges/lilibres/ULTRAPROCE SADOS%2021-06.pdf](https://www.nutricio.urv.cat/media/upload/domain_1498/imatges/lilibres/ULTRAPROCE SADOS%2021-06.pdf)

Banco de México (2020a). Impacto de la Pandemia de COVID-19 en la Dinámica de Precios al Consumidor en Estados Unidos y México. Extracto del Informe Trimestral Julio-Septiembre 2020, Recuadro 6, pp. 85-88. <https://www.banxico.org.mx/publicaciones-y-prensa/informes-trimestrales/recuadros/%7BE18F830A-7A30-EE3A-C27C-EF4C70C58BD6%7D.pdf>

Banco de México (2020b). Incrementos en el Costo de los Alimentos Durante la Pandemia de COVID-19 en las Regiones de México. Extracto del Reporte sobre las Economías Regionales Julio-Septiembre 2020, Recuadro 5, pp. 56-58. <https://www.banxico.org.mx/publicaciones-y-prensa/reportes-sobre-las-economias-regionales/recuadros/%7B8DF9711F-B16A-E058-39EF-7ACD4A754320%7D.pdf>

Banco Mundial (BM) (2022). Capítulo 1. Los impactos económicos de la pandemia y los nuevos riesgos para la recuperación. Informe sobre el desarrollo mundial 2022. BM. <https://www.bancomundial.org/es/publication/wdr2022#:~:text=La%20pandemia%20de%20COVID%2D19,primera%20vez%20en%20una%20generaci%C3%B3n.>

Barquera, S., Balderas, N., Rodríguez, E., Kaufer-Horwitz, M., Perichart, O., y Rivera-Dommarco, J. (2020). Código Nutricia: nutrición y conflicto de interés en la academia. *Salud Pública Mexicana*, volumen (62), pp. 313-318. <https://doi.org/10.21149/11291>

Barquera, S., y White, M. (2018). Treating Obesity Seriously in Mexico: Realizing, Much Too Late, Action Must Be Immediate. *The Obesity Society*, volumen (26), número (10), pp. 1530-1531. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30277025/>

Barruti, S. (2019). *Mala leche. El supermercado como emboscada*. Planeta

Batis, C., Sánchez, T., García, C., Rodríguez, S., y Ramírez, I. (2018). Dieta en México y efectos en salud en Rivera, J., Colchero, A., Fuentes, M., González, T., Aguilar, C., Hernández, G., y Barquera, S. (coords.), *La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control*. INSP.

Bautista, N. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa*. Manual Moderno.

- Bejarano-Roncancio J., Gamboa-Delgado, E., Aya-Baquero, D. H., y Parra, D. C. (2015). Los alimentos y bebidas ultraprocesados que ingresan a Colombia por el tratado de libre comercio ¿Influirán en el peso de los colombianos?. *Revista Chilena*, volumen (42), número (4). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46943554014>
- Boletín 12818* (30 de septiembre de 2022). Cuauhtémoc Blanco preside Desfile Cívico-Militar en Cuautla en conmemoración por el 257 Aniversario del Natalicio de José María Morelos y Pavón. <https://morelos.gob.mx/?q=prensa/nota/cuauhtemoc-blanco-preside-desfile-civico-militar-en-cuautla-en-conmemoracion-por-el-257>
- Boletín UNAM-DGCS-710* (6 de octubre de 2016). Sí hay suficiente producción de alimentos en el mundo, pero no están bien distribuidos o se desperdician. [https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2016\\_710.html](https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2016_710.html)
- Boletín Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM)* (26 de agosto de 2022). Aumentó la violencia contra las mujeres en tiempos de pandemia. Número (3480). <https://www.uaem.mx/difusion-y-medios/publicaciones/boletines/aumento-la-violencia-contra-las-mujeres-en-tiempos-de-pandemia>
- Boragnio, A. (2020). Producción de subjetividades en el autocuidado alimentario cotidiano en Monaco, R. (ed.), *Tecnología y técnicas en investigación socioantropológicas de la salud*. Estudios Sociológicos. [https://www.researchgate.net/publication/348189899\\_Produccion\\_de\\_subjetividades\\_en\\_el\\_autocuidado\\_alimentario\\_cotidiano](https://www.researchgate.net/publication/348189899_Produccion_de_subjetividades_en_el_autocuidado_alimentario_cotidiano)
- Bridle-Fitzpatrick, S. (2015). Food deserts or food swamps?: A mixed-methods study of local food environments in a Mexican city. *Social Science & Medicine*, volumen (142). <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953615300629?via%3Dihub>
- Brito, J. (26 de diciembre de 2022). Asesinan a líder restaurantero en Oaxtepec; en Jojutla, comando mata a tres personas. *Proceso*. <https://www.proceso.com.mx/nacional/estados/2022/12/26/asesinan-lider-restaurantero-en-oaxtepec-en-jojutla-comando-mata-tres-personas-299266.html>
- Brito, J. (26 de diciembre de 2022). Asesinan a líder restaurantero en Oaxtepec; en Jojutla, comando mata a tres personas. *Proceso*.

<https://www.proceso.com.mx/nacional/estados/2022/12/26/asesinan-lider-restaurantero-en-oaxtepec-en-jojutla-comando-mata-tres-personas-299266.html>

Cairns, G. (2019). A critical review of evidence on the sociocultural impacts of food marketing and policy implications. *Appetite*, volumen (136). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30819576/>

Calderón, R. (2018). *Herencia cultural y educación no formal: hábitos alimentarios en 5 generaciones de habitantes del estado de Morelos, 1935-2015*. [tesis doctoral]. UAEM. <http://riaa.uaem.mx/handle/20.500.12055/1823>

Calvillo, A. (2022). Prólogo en A. Gálvez, *Comer con el TLC. Comercio, políticas alimentarias y la destrucción de México*. Itaca.

Campillo, J. (2011). Aspectos darwinianos de la obesidad infantil. *Revista Española Endocrinología Pediátrica*, volumen (2). <https://www.endocrinologiapediatrica.org/revistas/P1-E2/P1-E2-S33-A43.pdf>

Campos, I. (2018). Epidemiología de la obesidad y sus principales comorbilidades en México en J. Rivera, A. Colchero, M. Fuentes, T. González, C. Aguilar, G. Hernández, y S. Barquera, *La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control*. INSP. [https://www.insp.mx/resources/images/stories/2019/Docs/190213\\_LaObesidadenMexico.pdf](https://www.insp.mx/resources/images/stories/2019/Docs/190213_LaObesidadenMexico.pdf)

Campos, I., L. Cuevas, L. González, L. Hernández, T. Levy, T. González, y J. Rivera (2018). Epidemiología de la obesidad y sus principales comorbilidades en México en J. Rivera, A. Colchero, M. Fuentes, T. González, C. Aguilar, G. Hernández, y S. Barquera. *La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control*. INSP.

Carbonero, M. (2013). Glutamato monosódico “la trampa de los alimentos Sabrosos”. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, volumen (17), pp. 1863-1876. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6250647>

Cárdenas, K. (17 de agosto de 2022). Informalidad laboral llega al 60% en Morelos. *El Sol de Cuernavaca*. <https://www.elsoldecuernavaca.com.mx/finanzas/informalidad-laboral-llega-al-60-en-morelos-8756051.html>

- Castroonuovo, L., Gutkowski, P., Tiscornia, V., y Allemandi, L. (2016). Las madres y la publicidad de alimentos dirigida a niños y niñas: percepciones y experiencias. *Salud Colectiva*, volumen (12), número (4). <https://doi.org/10.18294/sc.2016.928>
- Ceballos Macías, J., Negrón-Juárez, R., Negrón-Juárez, J., Vargas-Sánchez, J., Ortega-Gutiérrez, G., Madriz-Prado, R., y Hernández-Moreno, A. (2018). Obesidad. Pandemia del siglo XX. *Revista de sanidad militar*, volumen (72), números (5-6), pp. 332-338. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0301-696X2018000400332](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0301-696X2018000400332)
- Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades (CEIICH)-UNAM [CEIICH UNAM] (28 de junio de 2023). *El chile en la investigación y conservación de cultivos en México en el siglo XXI: un símbolo al margen* [video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=SxK9HG3bkpU>
- Centro Latinoamericano para el Desarrollo Rural (RIMISP) (2021), Inseguridad alimentaria en tiempos de COVID-19: Evidencia de ocho territorios latinoamericanos. *Análisis de coyuntura COVID-19 en América Latina*, número (16). <https://www.rimisp.org/wp-content/uploads/2021/03/3-FIES.pdf>
- Chávez-Ugalde, Y., J. Rusell, Z. Toumpakari, M. Egan, S. Cummins, M. White, P. Hulls, y F. De Votcht (2021). Conceptualising the determinants of dietary behaviours associated with obesity: a systematic review using principles from critical interpretative synthesis. *Obesity Science & Practice*, volumen (7), número (4). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8346378/>
- Cinta, G. (22 de septiembre de 2020). Las calles de Cuautla. *Irradianoticias*. <https://www.guillermocinta.com/opinion/las-calles-de-cuautla/>
- Colchero, A., Zavala, J. A., Batis, C., Shamah-Levy, T., y Rivera-Dommarco, J. A. (2017). Cambios en los precios de bebidas y alimentos con impuesto en áreas rurales y semirurales de México. *Salud Pública Mexicana*, volumen (59), número (2), pp. 137-146. <https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/7994>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal) y Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (2004). *Entender la pobreza desde la perspectiva de género*.

- Serie mujer y desarrollo. Organización de las Naciones unidas (ONU). [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/5918/S0400008\\_es.pdf?sequenc](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/5918/S0400008_es.pdf?sequenc)
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal)-Programa Mundial de Alimentos (WFP por sus siglas en inglés) (2017). *El costo de la doble carga de la malnutrición*. Cepal / WFP. <https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000110371/download/>
- Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) (2018), *Las familias y su protección jurídica*. [https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez\\_familia/Material/trip-familias-juridicas.pdf](https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/Ninez_familia/Material/trip-familias-juridicas.pdf)
- Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro (Consar) (14 de julio de 2021). Impacto de la pandemia de COVID-19 en el mercado laboral mexicano y en el SAR. *Apuntes sobre el SAR*, número (5). [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/656430/AP-05-2021\\_Impacto\\_de\\_la\\_Pandemia\\_en\\_el\\_Mercado\\_Laboral\\_VFF.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/656430/AP-05-2021_Impacto_de_la_Pandemia_en_el_Mercado_Laboral_VFF.pdf)
- Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (Conabio) (2020). *La biodiversidad en Morelos. Estudios de estado*, volumen (III). Conabio. [https://biodiversidad.morelos.gob.mx/sites/biodiversidad.morelos.gob.mx/files/files/La%20Biodiversidad%20en%20Morelos\\_Vol\\_III.pdf](https://biodiversidad.morelos.gob.mx/sites/biodiversidad.morelos.gob.mx/files/files/La%20Biodiversidad%20en%20Morelos_Vol_III.pdf)
- Conklin, A., Daoud, A., Shimkhada, R., y Ponce, N. (2018). The impact of rising food prices on obesity in woman: a longitudinal analysis of 31 low-income and middle-income countries from 2000-2014. *International Journal of Obesity*, número (43), pp. 774-781. <https://doi.org/10.1038/s41366-018-0178-y>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval) (2012). *Construcción de la Líneas de Bienestar. Documento metodológico*. Coneval. [https://www.coneval.org.mx/Informes/Coordinacion/INFORMES\\_Y\\_PUBLICACIONES\\_PDF/Construccion\\_lineas\\_bienestar.pdf](https://www.coneval.org.mx/Informes/Coordinacion/INFORMES_Y_PUBLICACIONES_PDF/Construccion_lineas_bienestar.pdf)
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de desarrollo Social (Coneval) (2010). *Dimensiones de la seguridad alimentaria: evaluación estratégica de nutrición y abasto*. Coneval. [https://www.coneval.org.mx/rw/resource/coneval/info\\_public/pdf\\_publicaciones/dimensiones\\_seguridad\\_alimentaria\\_final\\_web.pdf](https://www.coneval.org.mx/rw/resource/coneval/info_public/pdf_publicaciones/dimensiones_seguridad_alimentaria_final_web.pdf)

- Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)-Universidad Autónoma de Madrid (UAM) e Instituto de Investigación en Ciencias de la Alimentación (CIAL) (2020). Hot topics. Hiperpalatable. *Alimenta Magazine*, número (7). <https://digital.csic.es/handle/10261/203311>
- Contreras, A., Zúñiga, J., Magaña, P., y El Poder del Consumidor (20 de febrero de 2021). ¿Por qué las fórmulas no están en el nuevo etiquetado?. *La Jornada*, número (16). <https://www.jornada.com.mx/2021/02/20/delcampo/articulos/formulas-no-nuevo-etiquetado.html>
- Coura, T., Czeresnia, D., Portes, E., y Cavalcante, D. (2018). Concepções sobre práticas alimentares em mulheres de camadas populares no Rio de Janeiro, RJ, Brasil: transformações e ressignificações. *Interfase*, volumen (22), número (65), pp. 435-446. <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0807>
- Cruz, M., Tuñón, E., Villaseñor, M., Álvarez, G., y Nigh, R. (2013). Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología. *Región y sociedad*, año (xxv), número (57). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-39252013000200006](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-39252013000200006)
- Cumbre Mundial de Alimentación-Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO por sus siglas en inglés) (1996). *Declaración de Roma sobre la Seguridad Alimentaria Mundial. Cumbre Mundial de Alimentación*. <https://www.fao.org/3/w3613s/w3613s00.htm>
- Curiel, C., y Smith, S. (2022). Comer en tiempos de COVID-19. Un análisis del consumo de productos de origen local en redes agrolimentarias alternativas de la ciudad de Oaxaca, México. *Ruta Antropológica*, año (9), número (14).
- De Haro, R. (2019). Enfoque para evaluar vulnerabilidad alimentaria aplicado a los municipios de Nayarit, México. Estudios Sociales. *Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, volumen (29), número (53). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2395-91692019000100106](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2395-91692019000100106)

*Diario Oficial de la Federación (DOF)*. Acuerdo mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparados y procesados en las escuelas del Sistema Educativo Nacional. 16 de mayo de 2014 (México). [https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5344984&fecha=16/05/2014](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5344984&fecha=16/05/2014)

Dirección General de Planeación y Análisis (DGPA) y Secretaría de Bienestar (2022). *Informe anual sobre la situación de pobreza y rezago social 2022*. Unidad de Planeación y Evaluación de Programas para el Desarrollo.

Donders, I., y Barriocanal, C. (2020). The Influence of Markets on the Nutrition Transition of Hunter-Gatherers: Lessons from the Western Amazon. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, volume (17). <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/17/6307>

El empaque + Conversión (2020). *Piden posponer etiquetado frontal para alivianar presión en la industria durante la pandemia*. El Empaque + Conversión. <https://www.elempaque.com/temas/Piden-posponer-etiquetado-frontal-para-alivianar-presion-en-la-industria-durante-la-pandemia+134279>

El poder del consumidor (4 de noviembre de 2009). *Identifican aditivos tóxicos en los alimentos*. El poder del consumidor. <https://elpoderdelconsumidor.org/2009/11/identifican-aditivos-toxicos-en-los-alimentos/>

El poder del consumidor (s. f.-a). *El fin del Acuerdo Nacional por la Salud Alimentaria (ANSA) y la necesidad de una ley y política integral de combate a la obesidad*. El poder del consumidor. <https://www.elpoderdelconsumidor.org/wp-content/uploads/Documento-ANSA.pdf>

El poder del consumidor (s. f.-b). *Preocupaciones para lograr una verdadera cruzada nacional contra el hambre y la mala nutrición*. El poder del consumidor. <https://mx.boell.org/sites/default/files/cruzada-contra-el-hambre.pdf>

Espeitx, E., y Cáceres, J. (2011). Los comportamientos alimentarios de mujeres en precariedad económica: entre la privación y el riesgo de malnutrición. *Zainak*, número (34), pp. 127-146.

- Espinoza, O. (6 de abril de 2023). Quema de pastizales provocó incendio en La Perseverancia. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/policiaca/quema-de-pastizales-provoco-incendio-en-la-perseverancia-9881094.html>
- Fabra, M. (26 de junio de 2023). Cómo la cocina mexicana ha conquistado la alta gastronomía mundial. *El País*. <https://elpais.com/gastronomia/2023-06-27/como-ha-conquistado-la-cocina-mexicana-la-alta-gastronomia-mundial.html>
- FAO (2011). *Seguridad Alimentaria y Nutricional. Conceptos Básicos*. Programa Especial para la Seguridad Alimentaria / PESA / Centroamérica Proyecto Food Facility Honduras. <https://www.fao.org/3/at772s/at772s.pdf>
- FAO (2020). Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe: hábitos de consumo de alimentos y malnutrición. *Boletín N.º10 FAO*. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45794-sistemas-alimentarios-covid-19-america-latina-caribe-ndeg-10-habitos-consumo>
- FAO (s. f.). *Glosario de términos*. FAO. <https://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>
- FAO, Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola (FIDA), OPS, Programa Mundial de Alimentos (PMA), OMS y Unicef (2021). *América Latina y el Caribe. Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional 2021: estadísticas y tendencias*. OPS. <https://www.paho.org/es/documentos/america-latina-caribe-panorama-regional-seguridad-alimentaria-nutricional-2021>
- Fardet, A. (2018). Chapter Three. Characterization of the Degree of Food Processing in Relation with Its Health Potencial and Effects. *Advances in Food and Nutrition Research*, volume (85). <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S104345261830007X?via%3Dihub>
- Farías, S., Salazar, M., Monjardin, F., y Calleja, N. (2014). Jefas de familia en México: Caracterización y rasgos. *Revista mexicana de psicología*, volumen (6), número (1). <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2014/mip141g.pdf>
- Fierro-Moreno, E., Lozano-Keymolen, D., y Gaxiola-Robles, C. (2023). Inseguridad alimentaria en México: análisis de dos escalas en 2020. *Revista de Alimentación Contemporánea y*

- Desarrollo Regional*, volumen (33), número (61).  
<https://www.ciad.mx/estudiosociales/index.php/es/article/view/1282>.
- Florence, T., Blanco-García, I., y Juárez-Ramírez, C. (2019). ¿Por qué tomamos tanto refresco en México? Una aproximación desde la interdisciplina. *Interdisciplina*, volumen (7), número (19), pp. 19-45. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-57052019000300003](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052019000300003)
- Flores, F., Moreno-Candil, D., y Kooijmans, A. (2011). Estigma, exclusión social y violencia en el municipio de Cuautla en Tapia, M., *Diagnóstico local sobre la realidad social, económica y cultural de la violencia y la delincuencia en el municipio de Cuautla*. CRIM-UNAM.
- Franco, S. (2010). Aportes de la sociología al estudio de la alimentación familiar. *Revista Luna Azul*, número (31). <https://www.redalyc.org/pdf/3217/321727233011.pdf>
- Galis, M., y Guerrero, M. (2015). Cuautla a través de la Historia: El Crecimiento Urbano Desordenado, Efecto de la Transición de una Economía Agrícola a una de Servicios en Serrano, S. E. (coord.), *Pasado, presente y futuro de las regiones en México y su estudio*. Asociación Mexicana de Ciencias para el Desarrollo Regional A. C. <http://ru.iiec.unam.mx/2921/>
- Gálvez, A. (2018). *Eating NAFTA: trade, food policies, and the destruction of Mexico*. University of California Press.
- Gálvez, A. (2022). *Comer con el TLC. Comercio, políticas alimentarias y la destrucción de México*. Itaca.
- Garagui, O. (20 de febrero de 2021). El centro de La Heroica es testigo de la historia. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/local/especial-el-centro-de-la-heroica-es-testigo-de-la-historia-6385097.html>
- García J., y Potyara, C. (2020). Inseguridad alimentaria, hambre y pobreza: COVID-19 en Brasil. *Cuestión Urbana*, año (4), número (8-9). <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/cuestionurbana/article/view/6180>
- García, A., Valle R., y Moroy, R. (2021). El patrimonio biocultural de la selva baja caducifolia, Sierra de Huautla, Morelos. *Inventio*, año (17), número (41). <http://dx.doi.org/10.30973/inventio/2021.17.41/3>

- García, B., y Oliveria, O. (2005). Mujeres jefas de hogar y su dinámica familiar. *Papeles de Población*, volumen (11), número (43). <https://www.redalyc.org/pdf/112/11204303.pdf>
- García, F., Murck, M., y TecCheck (2022). *ChatarraInfluenceruencers*. <https://chatarrainfluencer.mx/>
- García, M., y Bermúdez, G. (2021). *Alimentarnos con dudas disfrazadas de ciencia: nutriendo conflictos de interés en México*. El poder del consumidor. [https://issuu.com/elpoderdelconsumidor/docs/alimentarnos\\_con\\_dudas\\_disfrazadas\\_de\\_ciencia](https://issuu.com/elpoderdelconsumidor/docs/alimentarnos_con_dudas_disfrazadas_de_ciencia)
- Garine, I., y Vargas, L. (2006). Introducción a las investigaciones antropológicas sobre alimentación y nutrición. *Cuadernos de nutrición*, volumen (20), número (3), pp. 21-28.
- Gaviña, D. (13 de febrero de 2023). Ya hay programa para la fiesta de El Señor del Pueblo. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/local/ya-hay-programa-para-la-fiesta-de-el-senor-del-pueblo-9615830.html>
- Gaviña, D. (24 de noviembre de 2020). Cuautla, zona de monumentos históricos sin respetar. Grandes sucesos de relevancia para la historia nacional han sido parte del lugar. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/local/cuautla-zona-de-monumentos-historicos-sin-respetar-6052110.html#:~:text=Fue%20el%2028%20de%20noviembre,su%20traza%20urbana%20de%20car%C3%A1cter>
- Gaviña, D. (5 de abril de 2023). Incendio en La Perseverancia causa alerta en Cuautla. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/policiaca/incendio-en-la-perseverancia-causa-alerta-en-cuautla-9876471.html>
- Gaviña, D. (6 de octubre de 2022). Tetelcingo celebra la Feria de las Cosechas. *El Sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/doble-via/tetelcingo-celebra-la-feria-de-las-cosechas-8997376.html>
- Global Health Advocacy Incubator (2020). *Facing Two Pandemics. How Big Food Undermined Public Health in the Era of COVID-19*. Global Health Advocacy Incubator. <https://advocacyincubator.org/wp-content/uploads/2020/11/GHAI-Facing-Two-Pandemics-Report-November-2020.pdf>

- Gobierno de México (23 de enero de 2023). *Los 1000 días que hacen la diferencia*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/promosalud/articulos/los-1000-dias-que-hacen-la-diferencia>
- Gobierno de México e Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) (16 de noviembre de 2022). *Comida mexicana. Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad*. INAH. <https://www.inah.gob.mx/foto-del-dia/comida-mexicana-patrimonio-cultural-inmaterial-de-la-humanidad#:~:text=El%2016%20de%20noviembre%20de,H.umanidad%20a%20la%20gastronom%C3%ADa%20mexicana.>
- Gobierno de México y Consejo Nacional de Población (Conapo) (5 de septiembre de 2016). *3 datos relevantes sobre los resultados de los niveles de marginación por entidad federativa y municipio, 2015*. Gobierno de México / Conapo. <https://www.gob.mx/conapo/articulos/3-datos-relevantes-sobre-los-resultados-de-los-niveles-de-marginacion-por-entidad-federativa-y-municipio-2015?idiom=es>
- Gobierno de México y DataMéxico (3 de marzo de 2021). *Cuautla municipio de Morelos*. DataMéxico. <https://datamexico.org/es/profile/geo/cuautla-17006>
- González, C. (2015). *Condiciones de la planeación en el estado de Morelos. Una aproximación general al municipio de Cuautla* [tesis de maestría]. Programa de maestría y doctorado en urbanismo-UNAM.
- González, D. (2017). *Los nexos entre seguridad y alimentación: la falta de alimentos en México como amenaza a la seguridad humana en los albores del siglo XXI*. [tesis de licenciatura]. UNAM.
- Gould, S. (2007). *La falsa medida del hombre*. Crítica / Drakontos Bolsillo.
- Grimm, H. (2013). *Química en la comida*. Sirio.
- Grupo de Investigación en Sociología de la Alimentación (24 de octubre de 2021). *Alimentación y estructura social*. Universidad de Oviedo. <https://www.unioviedo.es/socialimen/investigacion-2/lineas-de-investigacion/2-alimentacion-estructura-social/>
- Guzmán, J. (2020). La transformación del sistema alimentario en México para la garantía del derecho a la alimentación en Prunier, D., Le Gall, J., Pasquer, A., y Espinosa, D. (coord.) *Justicia y soberanía alimentaria en las Américas. Desigualdades, alimentación y*

*agricultura*, Centro de Estudios Mexicanos y Centroamericanos-UNAM / École Urbaine de Lyon / Université de Lyon / Fundación Heinrich Böll.

Haghighian, A., Vedadhir, A., Amiri, P., Kalantari, N., Omidvar, N., Eini-Zinab, H., y Hani Sadati, S. M. (2017). Psycho-Socio-Cultural Determinants of Food Choice: A Qualitative Study on Adults in Social and Cultural Context of Iran. *Iranian journal of psychiatry*, volumen (12), número (4), pp. 241-250. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29472950/>

Harris, M. (2011). *Bueno para comer. Enigmas de alimentación y cultura*. Alianza Editorial.

Hernández, J. (2020). Significado social de la obesidad en el personal de dos microempresas con vocación turística pertenecientes al sector terciario en el centro de Mérida, Yucatán. *Estudios sociales*, volumen (30), número (56). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2395-91692020000200117](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2395-91692020000200117)

Inostroza, D. (23 de julio de 19). *Sucedáneos: ¿Qué queso es eso?*. Instituto de Políticas Públicas en Salud Universidad San Sebastián. <https://ipsuss.cl/columnas-de-opinion/daniela-inostroza/sucedaneos-que-queso-es-eso>

Instituto Jalisciense de las Mujeres (2010). *Jefas de familia en el estado de Jalisco*. Centro de documentación del Instituto Nacional de Mujeres. [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Jalisco/jalmeta3\\_1.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Jalisco/jalmeta3_1.pdf)

Instituto Mexicano de Seguro Social (IMSS) (2019). *Cuadro básico de alimentos. Dirección de Prestaciones Médicas*. Unidad de Atención Médica / Coordinación de Unidades de Medicas de Alta Especialidad / División Institucional de Cuadros Básicos de Insumos para la Salud. <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/pdf/cuadros-basicos/CBA.pdf>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) (2010). *Compendio de información geográfica municipal 2010 Cuautla Morelos*. Inegi.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) (2019). *Mujeres y hombres en México 2019*. Inegi. [https://www.inegi.org.mx/contenido/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/702825189990.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenido/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825189990.pdf)

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) (2022). *Banco de indicadores. Educación*. Inegi. <https://www.inegi.org.mx/app/indicadores/?ind=1005000038&tm=6#D1005000038>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) y Secretaría de Hacienda (2020). *Ficha municipal Cuautla. Censo de Población y Vivienda 2020*. Sistema Nacional de Información y Geografía (SNIEG).
- Instituto Nacional de Estadísticas (INE) (2016). *Jefatura de hogar: usos del concepto, historia, críticas y expresión en los indicadores*. INE. [https://www.ine.gov.cl/docs/default-source/genero/documentos-de-an%C3%A1lisis/documentos/jefatura\\_hogar.pdf?sfvrsn=9a409987\\_6](https://www.ine.gov.cl/docs/default-source/genero/documentos-de-an%C3%A1lisis/documentos/jefatura_hogar.pdf?sfvrsn=9a409987_6)
- Instituto Nacional de Estadístico y Geografía (Inegi) (2010). *Compendio de información geográfica municipal, 2010. Cuautla Morelos*. Inegi.
- Instituto nacional de Salud Pública (INSP), Organización panamericana de la Salud (OPS), Organización Mundial de la Salud (OMS), FAO, y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) (2020). Recomendaciones de política pública nacional, estatal y local para la prevención, control y reducción de la mala nutrición en niñas, niños y adolescentes en México. Resumen ejecutivo. Unicef, de <https://www.unicef.org/mexico/media/5076/file/Recomendaciones.pdf>
- Jaramillo, N. (2012). Sedentarismo: predictor de las llamadas “enfermedades de la civilización”. *Revista Colombiana de Cardiología*, volumen (19), número (2), pp. 80-81. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-56332012000200005&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-56332012000200005&lng=en&tlng=es).
- Justicia Alimentaria (2020). *El poder en la sombra. Apuntes sobre el lobby cárnico*. Justicia Alimentaria. <https://justiciaalimentaria.org/wp-content/uploads/2022/03/Informe-El-poder-en-la-sombra.-Apuntes-sobre-el-lobby-ca%C3%81rnico.pdf>
- Landaeta-Díaz, L., González-Medina, G., y Duran, S. (2021). Anxiety, anhedonia and food consumption during the COVID-19 quarantine in Chile. *Appetite*, volumen (164).
- Leyva, D., y Pérez, A. (2015). Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, volumen (6), número (4).

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-09342015000400016](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000400016)

- López, R., y Sandoval, S. (2018). La seguridad alimentaria en México: el reto inconcluso de reducir la pobreza y el hambre. *Espacio Abierto*, volumen (27), número (1), pp. 125-147. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/espacio/article/view/23682>
- Luna, J. (2019). *La crisis hídrica en la región de la Subcuenca del río Cuautla ante la urbanización y los proyectos de industrialización de Morelos en el contexto del cambio climático*. [Tesis de doctorado]. UNAM.
- Macleod, M. (2022). Dinámicas del crimen organizado en Morelos. *Inventio*, año (18), número (44). <http://inventio.uaem.mx/index.php/inventio/article/view/543>
- Macleod, M., Mindek, D., y Ramírez, A. (2016). *Violencias graves en Morelos. Una mirada sociocultural*. Facultad de Estudios Superiores de Cuautla-UAEM. <http://libros.uaem.mx/producto/violencias-graves-en-morelos-una-mirada-sociocultural/>
- Marcial, N., Sangerman-Jarquín, D. Ma., Hernández, M., León, A., y Escalona, M. (2019). Vulnerabilidad alimentaria en hogares rurales y su relación con la política alimentaria en México. *Revista mexicana de ciencias agrícolas*, volumen (10), número (4), pp. 935-945. <https://doi.org/10.29312/remexca.v10i4.1746>
- Mares, M. (19 de junio de 2023). Maíz transgénico, no; pleito comercial, inexorable. *El economista*. <https://www.economista.com.mx/opinion/Maiz-transgenico-no-pleito-comercial-inexorable-20230619-0132.html>
- Marín, I., Santana-Cárdenas, S., López, P., y Magaña-González, C. (2022). Inseguridad alimentaria y vulnerabilidad alimentaria en comunidades: una revisión sistemática. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, volumen (28), número (1). [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0010.\\_REVISION.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0010._REVISION.pdf)
- Marrón-Ponce, J., Mario Flores, M., Cediell, G, Monteiro, C., y Batis, C. (2019). Associations between Consumption of Ultra-Processed Foods and Intake of Nutrients Related to Chronic Non-Communicable Diseases in Mexico. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, volumen (119), número (11), pp. 1852-1865. [https://www.jandonline.org/article/S2212-2672\(18\)31402-3/fulltext](https://www.jandonline.org/article/S2212-2672(18)31402-3/fulltext)

- Marti, A., Calvo, C., y Martínez A. (2021). Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, volumen (38), número (1), pp. 177-185. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.03151>
- Martínez-Carazo, P. (2006). El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento y Gestión*, número (20), pp. 165-193. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64602005>
- Mauleón, H. (8 de octubre de 2015). Gobierno-narco: la crónica negra de Morelos. *El Universal*. <https://www.eluniversal.com.mx/entrada-de-opinion/columna/hector-de-mauleon/nacion/2015/10/8/gobierno-narco-la-cronica-negra-de/#.VueLoZOtQM.email>
- Mazari, I. y Ruíz, C. (20 de noviembre de 2019). *Desigualdad en México: el que quiere no siempre puede*. Instituto Mexicano para la Competitividad A.C. [https://imco.org.mx/pub\\_indices/2019/11/20/desigualdad-en-mexico-el-que-quiere-no-siempre-puede-2/#\\_ftn1](https://imco.org.mx/pub_indices/2019/11/20/desigualdad-en-mexico-el-que-quiere-no-siempre-puede-2/#_ftn1)
- México Social (17 de septiembre de 2020). *Brecha salarial de género: mujeres ganan 16% menos que los hombres*. México Social. <https://www.mexicosocial.org/brecha-salarial-de-genero/>
- Mialon, M. (2020). An overview of the commercial determinants of health. *Globalization and Health*, volumen (16), número (1), p. 74. <https://globalizationandhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12992-020-00607-x>
- Mialon, M., Swinburn, B., y Wate, J. (2016). Analysis of the corporate political activity of major food industry actors in Fiji. *Global Health*, volumen (12), número (18). <https://doi.org/10.1186/s12992-016-0158-8>
- Milenio* [Milenio] (4 de abril de 2020). *Sobrepeso, obesidad y diabetes “nos pesa” ante coronavirus: López-Gatell* [Video]. Youtube. <https://youtu.be/c5Y0aT45mxw>
- Miranda, T. (2019). *FAO: Análisis y evolución del concepto de Seguridad alimentaria 1943-2012*. [Tesis de licenciatura]. Facultad de Ciencias Políticas y Sociales (FCPyS)-UNAM.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. Universidad Surcolombiana. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas-Programa de Comunicación Social y Periodismo.

- Monteban, M. (2020). Inseguridad alimentaria y obesidad en madres del noroeste argentino: Estudio local en contexto global. *Revista Argentina de Salud Pública*, volumen (12), pp. 1-9. <http://www.scielo.org.ar/pdf/rasp/v12/1853-810X-rasp-12-27.pdf>
- Monteiro, C., Cannon, G., Moubarac, J-C, Bertazzi R., Louzada, C., y Constante, P. (2017). The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutrition*, volumen (21), número (1), pp. 5-17. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28322183/>
- Monteiro, C., Cannon, G., Moubarac, J-C, Bertazzi R., Louzada, C., y Constante, P., *et. al.* (2019). Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, volumen (22), número (5), pp. 936-941. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30744710/>
- Nájera, A., y Álvarez, G. (2010), De posol a la Coca Cola: cambios en las prácticas alimentarias en dos comunidades Tojolabales. *Revista LiminaR. Estudios sociales y humanísticos*, año (8), volumen (VIII). <https://www.redalyc.org/pdf/745/74516322011.pdf>
- Ochoa, A., y Berge, J. (2017), Home Environmental Influences on Childhood Obesity in the Latino Population: A Decade Review of Literature. *Journal of Immigrant and Minority Health*, volumen (19), número (2), pp. 430-447. <https://doi.org/10.1007/s10903-016-0539-3>
- Olivar, V., Mota, P., Molina, J., y Parada, I. (2017). Diagnóstico Integral de Salud Poblacional del Municipio de Cuautla, Morelos, 2015-2016 en Magaña, L., y Molina, J. (coords.), *Diagnósticos Integrales de Salud Poblacional. Resultados de proyectos realizados por equipos de trabajo de la Maestría en Salud Pública*. INSP. [https://www.insp.mx/resources/images/stories/2017/Avisos/docs/180315\\_Diagn%C3%B3sticoIntegral.pdf](https://www.insp.mx/resources/images/stories/2017/Avisos/docs/180315_Diagn%C3%B3sticoIntegral.pdf)
- Olivera, G. (2011). El Contexto regional y la situación local del desarrollo urbano reciente en Tapia, M. (ed.), *Diagnóstico local sobre la realidad social, económica y cultural de la violencia y la delincuencia en el municipio de Cuautla*. CRIM-UNAM.
- Olivera, G., y Serrano, O. (2023). México y Morelos, la simultaneidad necesaria en la construcción de la vivienda y la ciudad en Delgado, J., y Rodríguez, F. (eds.). *El desarrollo en Morelos: territorio, economía y sociedad en tiempos de transformación nacional*. CRIM-UNAM.

- OMS (2018). *Notas descriptivas. Obesidad y sobrepeso*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- OMS (9 de julio de 2021). *Obesidad y sobrepeso. Datos y cifras*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight#:~:text=Desde%201975%2C%20la%20obesidad%20se,y%20el%2013%25%20eran%20obesas>.
- ONU (s. f.-a). *Desigualdad: cómo subsanar las diferencias. Forjando nuestros futuros*. ONU. <https://www.un.org/es/un75/inequality-bridging-divide#:~:text=Las%20desigualdades%20repercuten%20en%20la,de%20acceso%20a%20la%20justicia>
- ONU (s. f.-b). *La Declaración Universal de los Derechos Humanos. Naciones Unidas*. ONU. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- OPS (s. f.-a). *La carga económica de las enfermedades no transmisibles en la región de las Américas Informe temático sobre enfermedades no transmisibles*. OPS. <https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2011/paho-policy-brief3-sp1.pdf>
- OPS (s. f.-b). *Glosario. Definición de alimento*. OPS. [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=10556:2015-glosario&Itemid=0&lang=en#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10556:2015-glosario&Itemid=0&lang=en#gsc.tab=0)
- OPS y OMS (2015). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas*. OPS. [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645\\_esp.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf)
- OPS y OMS (2019). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones normativas*. OPS. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>
- Organización de las Naciones Unidas (ONU) (12 de julio de 2021). *Noticias ONU. El hambre aumenta a nivel mundial durante la pandemia. Mirada global Historias Humanas*. ONU, <https://news.un.org/es/story/2021/07/1494232>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) (2017). *Obesity Update 2017*. OCDE. <https://www.oecd.org/health/obesity-update.htm>

- Oseguera, D. (2019). Cinco tesis sobre patrones y cambios alimentarios en Colima. *Interdisciplina*, volumen (7), número (19), pp. 95-117. <http://dx.doi.org/10.22201/ceiich.24485705e2019.19.70289>
- Osuna, D. (2022). *The Impact of the COVID-19 Pandemic on Post-Great Recession Formal Entrants: Evidence from Mexico*. Banco de México. <https://www.banxico.org.mx/publications-and-press/banco-de-mexico-working-papers/%7B3A8556AA-EF96-A359-8902-6C8386EB1FC0%7D.pdf>
- Otero, D., Gurri, F., Méndez, R., y Guízar, F. (2017). La incorporación y el aumento de la oferta de alimentos industrializados en dietas de las unidades domésticas y su relación con el abandono del sistema de subsistencia propio en las comunidades mayas de Yucatán, México. *Cuadernos de Desarrollo Rural*, volumen (14), número (80). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=11756489001>
- Otero, G. (2013). El régimen alimentario neoliberal y su crisis: Estado, agroempresas multi nacionales y biotecnología. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, número (17), pp. 49-78. <https://www.redalyc.org/pdf/814/81429096004.pdf>
- Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, volumen (35), número (1). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>.
- Pérez-Izquierdo, O., Cárdenas-García, S., Aranda-González, I., Perera-Ríos, J., y Barradas, M. (2021). Consumo frecuente de alimentos industrializados y su percepción en adolescentes indígenas Mayas con sobrepeso y obesidad. *Ciência & Saúde Coletiva*, volumen (25), número (11), pp. 4423-4438. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202511.35112018>
- Placencia-Urizarri, T., Aguilera-Rodríguez, R., y Almaguer-Mederos, L. (2020). Comorbilidades y gravedad clínica de la COVID-19: revisión sistemática y meta-análisis. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, volumen (19). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2020000400002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400002)
- ProMéxico y Secretaría de Economía (2015). *Alimentos Procesados*. ProMéxico. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/75326/04112015\\_DS\\_Alimentos\\_P.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/75326/04112015_DS_Alimentos_P.pdf)

- Ramírez, R. (2023). Reflexiones para la obtención de información básica para la gestión y planeación metropolitana y territorial: aciertos y dificultades en Delgadillo J., y Rodríguez, F. (coords.), *El desarrollo en Morelos territorio, economía y sociedad en tiempos de transformación nacional*. CRIM-UNAM. <https://libros.crim.unam.mx/index.php/lc/catalog/book/329>
- Red por los Derechos de la Infancia en México (Redim) (1 de julio de 2022). *Violencia contra infancia y adolescencia en Morelos*. Blog de datos e incidencia política de Redim. <https://blog.derechosinfancia.org.mx/2022/07/01/violencia-contra-infancia-y-adolescencia-en-morelos-julio-2022/>
- Reuters (9 de abril de 2023). Estados Unidos no debe exigir a México comprar maíz transgénico, dicen agricultores. *La Jornada*. <https://www.jornada.com.mx/notas/2023/04/06/economia/eu-no-debe-exigir-a-mexico-comprar-maiz-transgenico-dicen-agricultores/>
- Ribeiro, S. (3 de julio de 2021). La cumbre de los dueños de la alimentación. *La Jornada*. <https://www.jornada.com.mx/2021/07/03/opinion/021a1eco>
- Riberiro, S. (2020). *Maíz, transgénicos y transnacionales*. Heinrich Boll / ETC group / Itaca.
- Rivera, J (2012). Epidemiología de la obesidad en México: Magnitud, distribución, tendencias y factor de riesgo en Rivera, J., Hernández, M., Aguilar, C., Vadillo, F., y Murayma, C. (coords.), *Obesidad en México: recomendaciones para una política de Estado*. UNAM.
- Rivera, J. (2018). Postura. Recomendación para una política de Estado para la prevención y control de la obesidad en México en el periodo 2018-2014 en Rivera, J., Colchero, A., Fuentes, M., González, T., Aguilar, C., Hernández, G., y Barquera, S. (coords.), *La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control*. INSP.
- Rodríguez, M., y staff de redacción (10 de septiembre de 2014). *Cuautla: ciudad histórica, heroica y hermosa*. Revista visión Morelos. <http://revista.morelos.gob.mx/conociendo-morelos/cuautla-ciudad-historica-heroica-y-hermosa>
- Rodríguez-Ramírez, S., Gaona-Pineda, E., Martínez-Tapia, B., Romero-Martínez, M., Mundo-Rosas, V., y Shamah-Levy, T. (2021). Inseguridad alimentaria y cambios en la alimentación

- en hogares mexicanos durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19. *Salud Publica Mexicana*, número (63), pp. 763-772. <https://doi.org/10.21149/12790>
- Rodríguez-Torres, A., y Casas-Patiño, D. (2018). Determinantes sociales de la obesidad en México. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, volumen (26), número (4), pp. 281-290. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriamss/eim-2018/eim184h.pdf>
- Rubio, B. (2019b). La dependencia alimentaria en tiempos de desvalorización de las materias primas: México en la encrucijada en Rubio, B., y Pasquier, A. (coords.). *Inseguridad alimentaria y políticas de alivio a la pobreza. Una visión multidisciplinaria*. Instituto de Investigaciones Sociales (IIS)-UNAM.
- Rubio, B., y Pasquier, A. (2019a). *Inseguridad alimentaria y políticas de alivio a la pobreza: una visión multidisciplinaria*. IIS-UNAM. [https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/5688/2/Inseguridad\\_alimentaria.pdf](https://ru.iis.sociales.unam.mx/bitstream/IIS/5688/2/Inseguridad_alimentaria.pdf)
- Ruíz, E. (1 de marzo de 2023), Peligra la carpita morelense por contaminación del Río Cuautla. *El sol de Cuautla*. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/local/contaminacion-del-rio-cuautla-amenaza-a-la-carpita-morelense-9698593.html>
- Sanchez, K., Balderas, N., Munguía, A., y Barquera, S. (2018). *El etiquetado de alimentos y bebidas: la experiencia en México*. INSP. <https://www.insp.mx/resources/images/stories/Centros/cinys/Docs/180320-etiquetado.pdf>
- Sánchez-Villena, A., y De la Fuente-Figuerola, V. (2020). COVID-19: cuarentena, aislamiento, distanciamiento social y confinamiento, ¿son lo mismo?. *Anales de Pediatría. Asociación Española de Pediatría*, volumen (93), número (1), pp. 73-74.
- Sarmiento, S. (1997). *Morelos: Sociedad, economía, política y cultura*. CEIICH-UNAM.
- Secretaría de Hacienda, Subsecretaría de Planeación, Dirección General de Planeación Participativa e Información Estratégica (2019). Síntesis estadística municipal 2019. [https://coespo.morelos.gob.mx/images/Datos\\_municipales/2020/CUAUTLA2019.pdf](https://coespo.morelos.gob.mx/images/Datos_municipales/2020/CUAUTLA2019.pdf)
- Secretaría de Salud (29 de octubre de 2015). *Estrategia Estatal para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes. Estrategia Morelos*. Secretaría de Salud. <https://www.gob.mx/salud/documentos/estrategia-sod-morelos>

- Severi, C., y Medina, M. (2020). Cambios en los hábitos alimentarios y actividad física durante el aislamiento físico durante el COVID-19: estudio descriptivo sobre una muestra de trabajadores. *Anales de la Facultad de Medicina*, volumen (7), número (1).
- Souza, A. (2019). La inserción femenina en el mercado laboral y sus implicaciones en los hábitos alimenticios de la familia. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, año (4), volumen (12), pp. 49-64. <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/administracion-de-empresas/insercao-femenino>
- Stuckler D, y Nestle, M. (2012). Big Food, Food Systems, and Global Health. *Plos Medicine*, volumen (9), número (6). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001242>
- Suárez, M. (2016). Significado externo de “alimentación correcta” en México. *Salud colectiva*, volume (12), número (4), pp. 575-588. <https://www.scielo.org/pdf/scol/2016.v12n4/575-588/es>
- Suarez, V. [Mirador Universitario UNAM] (12 de junio de 2018). *Soberanía alimentaria en México y renegociación del TLCAN* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=Idtra9NDfZU&t=2392s>
- Summer Institute of Linguistic (SIL) México (20 de mayo de 2023). *Mösiehualj. Náhuatl o mexicano de Tetelcingo, Morelos*. SIL. [https://mexico.sil.org/es/lengua\\_cultura/nahuatl/mosiehuali-nhg](https://mexico.sil.org/es/lengua_cultura/nahuatl/mosiehuali-nhg)
- Swinburn, B., Kraak, V., Allender, S., Atkins, V., Baker, P., Bogard, J., Brinsden, H., Calvillo, A., et al. (2019). The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition, and Climate Change: The Lancet Commission report. *The Lancet*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30700377/>
- Tan, M., Feng, H., y MacGregor, G. (2020). Obesity and COVID-19: role of the food industry. The viral pandemic makes tackling the obesity pandemic even more urgent. *BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.m2237>
- Tapia, M. (2011). Una primera mirada al Municipio de Cuautla y la violencia social en Tapia, M. (ed.), *Diagnóstico local sobre la realidad social, económica y cultural de la violencia y la delincuencia en el municipio de Cuautla*. CRIM-UNAM.

- Tapia, M., e Ibarra, L. (2016). El municipio de Cuautla: violencia social, exclusión social y pobreza. Una primera mirada en Tapia, M., Ibarra, L., y Tapia, G. (coords.), *La violencia en Cuautla. Diagnóstico y acciones en Morelos*. CRIM-UNAM / UAEM / Juan Pablos Editores.
- Torres, F., y Rojas, A. (2018). Obesidad y salud pública en México: Transformación del patrón hegemónico de oferta-demanda de alimentos. *Revista Problemas del Desarrollo*, volumen (193), número (49). <http://probdes.iie.unam.mx>
- Vakhaniya, T. (2021). Imaginarios sociales en la construcción de la resistencia: Campamento Zapatista en Defensa del agua del Río Cuautla. San Pedro Apatlaco, municipio de Ayala, Morelos en Bergua, J., Paredes, J. (coords.), *Imaginarios sociales y movimientos sociales*. Red Iberoamericana de Academias de Investigación A. C. <https://redibai-myd.org/portal/wp-content/uploads/2022/04/978-607-99388-9-5.pdf>
- Valencia-Valero, R., y Ortiz-Hernández, L. (2006). Disponibilidad de alimentos en los hogares mexicanos de acuerdo con el grado de inseguridad alimentaria. *Salud Pública de México*, volumen (56), número (2), pp. 154-164. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10631163003>
- Valenzuela B., Alfonso (2011). “¿Por qué comemos lo que comemos?”, *Revista chilena de nutrición*, volumen (38), número (2), pp. 198-209. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182011000200010](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182011000200010)
- Vasilachis, I. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Gedisa.
- Vela, F. (2013). Un acto metodológico básico de la investigación social: la entrevista cualitativa. en Tarrés, M., *Observar, escuchar y comprender sobre la tradición cualitativa en la investigación social*. El Colegio de México / Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (Flacso).
- Veraza, J. (2007). *Los peligros de comer en el capitalismo*. Itaca.
- Verdejo, S. (2011). *Un acercamiento al proceso de metropolización. Caso de estudio: la región del Cuautla estado de Morelos* [tesis de maestría]. Facultad de Estudios Superiores Acatlán-UNAM.

- Villagomez, P. (2019). *La constitución social de experiencias alimentarias en la pobreza. Un estudio cualitativo con familias de estratos populares en Iztapalapa Ciudad de México*. [tesis de doctorado]. El Colegio de México.
- White, M., Nieto, C., y Barquera, S. (2020). Good deeds and cheap marketing. The food industry in the times of COVID-19. *Obesity*, volume (28), número (9). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32441869/>
- Wood, B., Williams, O., Nagarajan, V., y Sacks, G. (2021). Market strategies used by processed food manufacturers to increase and consolidate their power: a systematic review and document analysis. *Globalization and health*, número (17). <https://doi.org/10.1186/s12992-021-00667-7>

## Anexos

### *Anexo A. Guía de entrevista semiestructurada*

#### Guía de entrevista semiestructurada

Presentación: buenos días/tardes mi nombre es Mónica Vázquez y soy estudiante de la Maestría en Ciencias Sociales de la FESC de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos. Estoy desarrollando un estudio sobre alimentación y nutrición en hogares de Cuautla. El objetivo es conocer su opinión sobre algunos de los factores que contribuyen al consumo de alimentos y bebidas ultraprocesados en los hogares de las jefas de familia.

La conversación que mantendremos será audiograbada si usted me lo permite. Esta información será utilizada con fines académicos. Es importante mencionar que la participación en esta investigación es voluntaria, si no quiere contestar alguna pregunta puede hacérmelo saber, además en el momento que usted decida podemos dar por terminada la entrevista. Su participación no implica ningún riesgo para usted o su familia, sus datos serán tratados de manera confidencial. Le agradezco su tiempo y disposición para realizar esta entrevista.

<b>Fecha</b>	Clave	
<b>Nombre de la entrevistada</b>	Nivel de escolaridad	
<b>Ocupación</b>	Colonia <sup>32</sup>	
<b>Estado civil</b>	Tiempo de residencia	
<b>No. Integrantes de la familia</b>	No. De hijos	
<b>Estrato social<sup>33</sup></b>	Seguro de Salud	Edad
<b>Composición del ingreso familiar</b>		
<b>Enfermedades presentes en los integrantes de la familia</b>		

<sup>32</sup> Después de la entrevista se ubicará qué grado de marginación presenta, lo anterior según los datos presentados por el municipio de Cuautla en el documento: Síntesis estadística municipal 2019

<sup>33</sup> Se identificará posteriormente al realizar un análisis de los datos sociodemográficos obtenidos a través de las preguntas, con la observación de la vivienda y con la clasificación por colonia que presenta el municipio sobre marginalidad.

<b>Aspectos sociodemográficos: servicios y bienes con los que cuenta</b>
<b>Con quien o quienes vive actualmente y cuál es su parentesco</b>
<b>Observaciones</b>

### *Aspectos económicos*

- ❖ De su ingreso mensual, ¿qué porcentaje dedica a la compra de alimentos?
- ❖ ¿Qué alimentos considera que son los más económicos y cuáles utiliza?
- ❖ ¿Cuáles son los alimentos que su familia consume que más se han encarecido a raíz de la pandemia?
- ❖ Platíqueme, le ha ocurrido que no ha podido comprar alimentos debido a su precio, ¿cuáles serían?
- ❖ ¿Qué alimentos ha comprado en oferta o promociones?
- ❖ Identifica alimentos que siempre estén baratos, ¿cuáles serían?
- ❖ En su opinión, ¿Cuánto dinero gasta (al día/ o a la semana/ o al mes) en salidas a comer fuera de la casa
- ❖ Cuando sus hijos van a la escuela, ¿llevan dinero o les pone comida?
- ❖ En caso de que lleven comida, ¿qué tipo de alimentos llevan?

### *Aspectos sociales*

#### *Ambientes alimentarios: accesibilidad y disponibilidad*

- ❖ ¿Cuáles son los alimentos que son más fáciles de conseguir?
- ❖ ¿Cuál es la ruta que sigue (a qué lugares va) para obtener los alimentos con los que va a cocinar?
- ❖ ¿Cómo elige los lugares en los que compra sus alimentos? (Cercanía del trabajo, de la casa, por el precio, ruta de compra de alimentos, en qué tipo de comercios compra sus alimentos)
- ❖ ¿En la tienda de abarrotes (“tiendita”) qué compra, cada cuándo?
- ❖ ¿Cada cuándo va al supermercado, a cuál asiste y por qué?
- ❖ ¿Hay alimentos que no pueda comprar y le gustaría tenerlos en casa? ¿Cuáles?

- ❖ Platíqueme todas las actividades que hace un día normal
- ❖ Platíqueme cómo es un día en el que no va a trabajar

### ***La publicidad***

- ❖ ¿Cuáles son las marcas de alimentos que acostumbra comprar ¿por qué?
- ❖ De los alimentos, bebidas y golosinas que ha visto en tv, internet, o radio; ¿cuáles se consumen en casa y por qué?
- ❖ ¿En el último año ha comprado alimentos nuevos? ¿por qué?
- ❖ ¿Sabe para qué sirven los sellos negros que la secretaría de salud le puso a los alimentos? Platíqueme. ¿qué piensa acerca de estos sellos?

### ***Aspectos culturales***

- ❖ ¿Es importante para usted preparar los alimentos que su familia consumirá? ¿Por qué?
- ❖ ¿Qué platillos y bebidas **incluye en la comida cotidiana**?
- ❖ ¿Cuáles son los **platillos favoritos** de la familia y de usted?
- ❖ ¿Existen festejos en su familia en los que prepare comida especial? (cumpleaños, día de muertos, día de la madre, navidad, etc.) ¿Con qué frecuencia lo hacen? ¿cuál es el significado de esas celebraciones que hacen en torno a la mesa?
- ❖ ¿En qué ocasiones comen fuera de casa en familia y con qué frecuencia?
- ❖ ¿Acostumbran comer golosinas? ¿en qué ocasiones? ¿cuáles son las golosinas de su preferencia?
- ❖ Para usted, ¿qué significa que su familia **coma bien**?
- ❖ Para usted, ¿qué es comer sano?
- ❖ ¿Qué alimentos y bebidas considera que no son saludables y por qué?
- ❖ ¿Qué alimentos le hacen daño a usted o algún familiar, por qué?

### ***Organización alimentaria de AUP Y BUP***

#### ***Qué consumen, cómo lo clasifican y con qué frecuencia***

- ❖ ¿Qué tipo de alimento y bebida nunca faltan en su mesa? ¿Por qué?
- ❖ ¿Qué alimentos hay en este momento en su alacena?
- ❖ ¿Qué alimentos hay en este momento en su refrigerador?
- ❖ ¿Qué alimentos se desperdician en su casa?
- ❖ ¿Qué alimentos consume dos o tres veces por semana?
- ❖ ¿Cuáles alimentos consume de vez en cuando?

### ***El proceso alimentario: obtención, selección, preparación, cocinado y consumo***

- ❖ Platíqueme cómo elabora la comida de un día normal (ingredientes que usa, técnicas de preparación, cocción y tiempo dedica al día a cocinar). También que alimentos prepara para el desayuno y la cena
- ❖ ¿Consume alimentos entre las comidas, cuáles?

❖ De las siguientes imágenes, ¿cuáles alimentos consume usted y su familia? (aquí se mostrará la carpeta de imágenes de alimentos ultraprocesados agrupados en categorías). En qué ocasiones

❖ En caso de aderezos y sazonadores, ¿en qué platillos los utiliza?

*Anexo B. Guía de observación***Guía de observación**

**Objetivo 1:** Identificar visualmente el contexto socioeconómico de las familias que se visitará

**Descripción general de la zona de la vivienda** (es fácil el acceso al lugar, las calles están pavimentadas, alumbrado público, es un asentamiento nuevo, etcétera).

**Descripción general de la casa** (compartida, cantidad de habitaciones, material con el que está construida, tipo de piso, tiene loza, tiene patio, jardín, electrodomésticos).

**Objetivo 2:** a través de la observación indagar la presencia de alimentos o bebidas ultraprocesados

**Descripción de la cocina** (con que electrodomésticos de la cocina cuenta, que alimentos tiene en la alacena, que alimentos tiene en el refrigerador).

**Observación del proceso de elaboración de alimentos** (indagar cómo elabora sus alimentos poniendo énfasis en observar si utiliza ultraprocesados).

<b>Formato de observación de las condiciones de vida y tipo de consumo de las informantes</b>	
<b>Clave:</b>	<b>Nombre:</b>
<b>Hora de inicio:</b>	<b>Lugar:</b>
<b>Hora de finalización:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo 1: Identificar visualmente el contexto socioeconómico de las familias que se visitará</b>	
Descripción general de la zona de la vivienda (es fácil el acceso al lugar, las calles están pavimentadas, alumbrado público, es un asentamiento nuevo, etc.)	
Descripción general de la casa (compartida, cantidad de habitaciones, material con el que está construida, tipo de piso, tiene loza, tiene patio, jardín, electrodomésticos)	

<b>Objetivo 2: a través de la observación indagar la presencia de alimentos o bebidas ultraprocesados</b>	
Descripción de la cocina (con que electrodomésticos de la cocina cuenta, que alimentos tiene en la alacena, que alimentos tiene en el refrigerador	
Observación del proceso de elaboración de alimentos (indagar cómo elabora sus alimentos poniendo énfasis en observar si utiliza ultraprocesados.	
<b>elaborado por</b>	

### **Anexo C. Organización de carpeta con imágenes de AYBUPs e imágenes de ultraprocesados seleccionados**

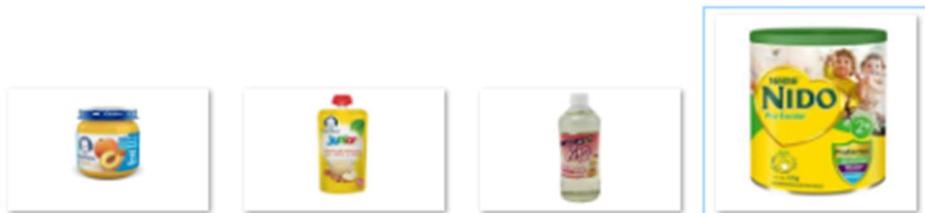
Listado de carpetas en las que se guardaron imágenes de los AYBUPs

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo	Tamaño
bebés	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
bebidas	✓	18/05/2022 20:24	Carpeta de archivos	
cereal p desayuno	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
chocolates	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
comida rápida	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
confitería	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
cremas untables	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
embutidos	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
endulzantes	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
helado	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
mezclas p pasteles	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
nuggets y palitos	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
panadería	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
postres	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
productos lácteos	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
sazonadores	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
snack	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
sopas y fideos	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	
tortillas	✓	14/05/2022 11:26	Carpeta de archivos	

En este anexo se presentan las imágenes de AYBUPs contenidos en las carpetas que fueron mostradas a las jefas de familia. Cabe aclarar que es una selección pues era muy difícil mostrar la gama de productos ofertados en el mercado.

#### **Alimentos para bebés**

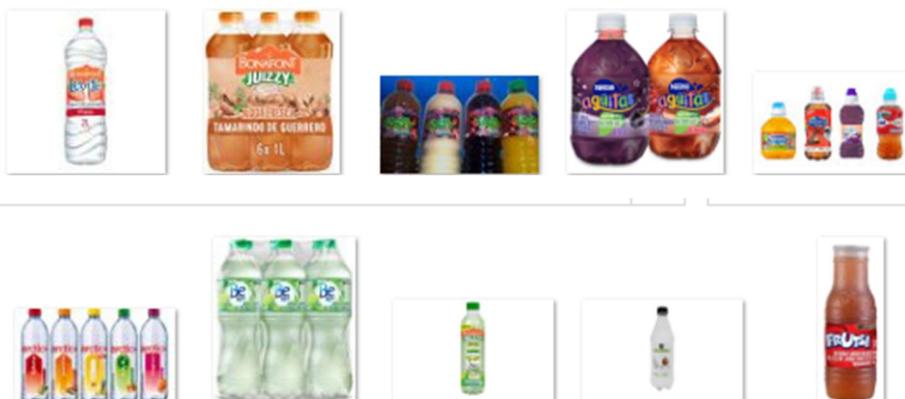




### Listado de subcarpetas contenidas en la carpeta de bebidas ultraprocesadas

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo	Tamaño
■ aguas de sabor	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos	
■ café	✓	18/05/2022 20:24	Carpeta de archivos	
■ jugos	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos	
■ polvo agua	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos	
■ refrescos	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos	
■ sueros	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos	

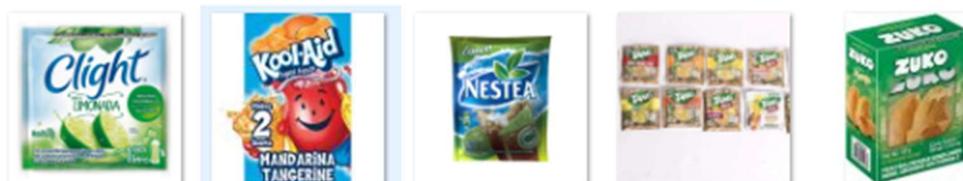
### Aguas saborizadas



### Jugos ultraprocesados



## Polvos para preparar agua de sabor



## Bebidas carbonatadas



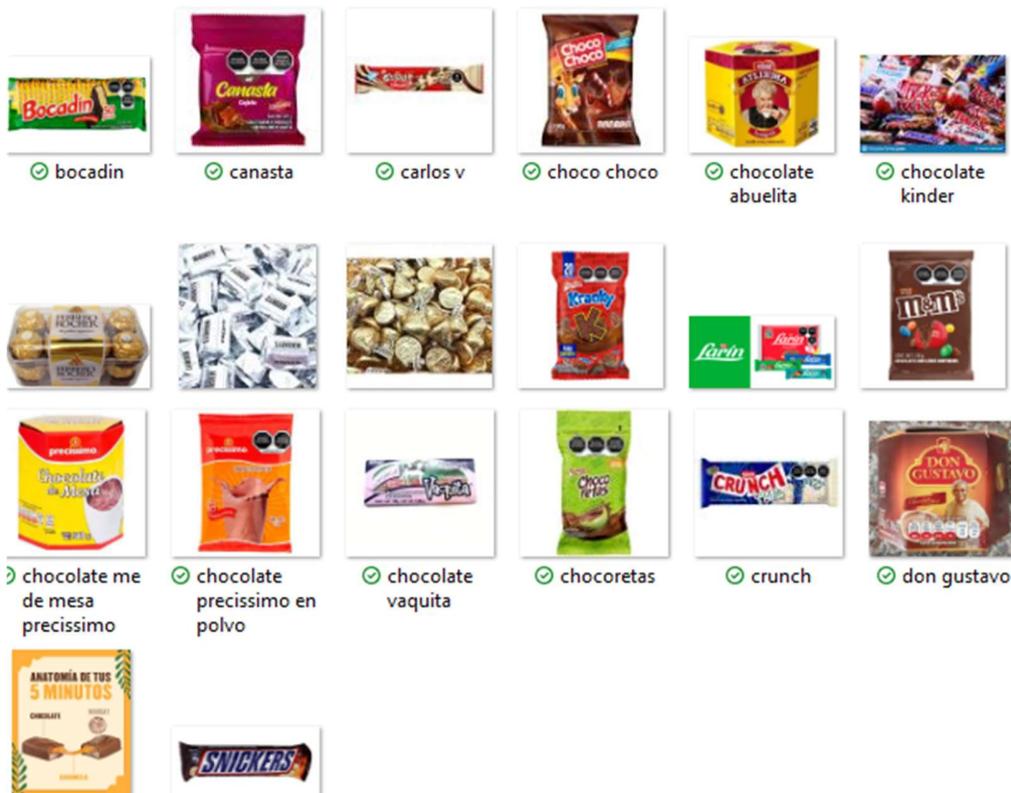
## Sueros



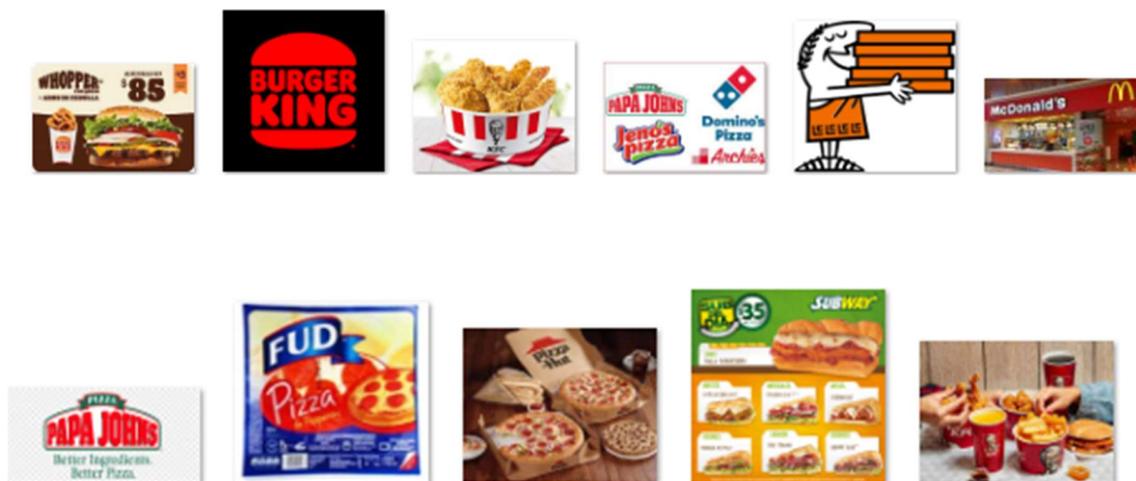
## Cereal para desayuno



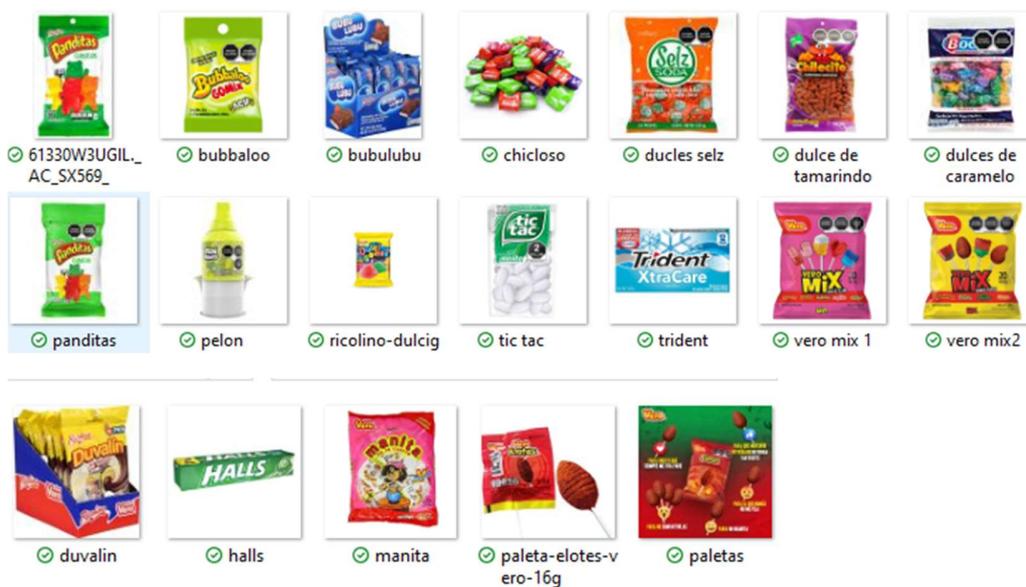
## Chocolates



## Comida rápida



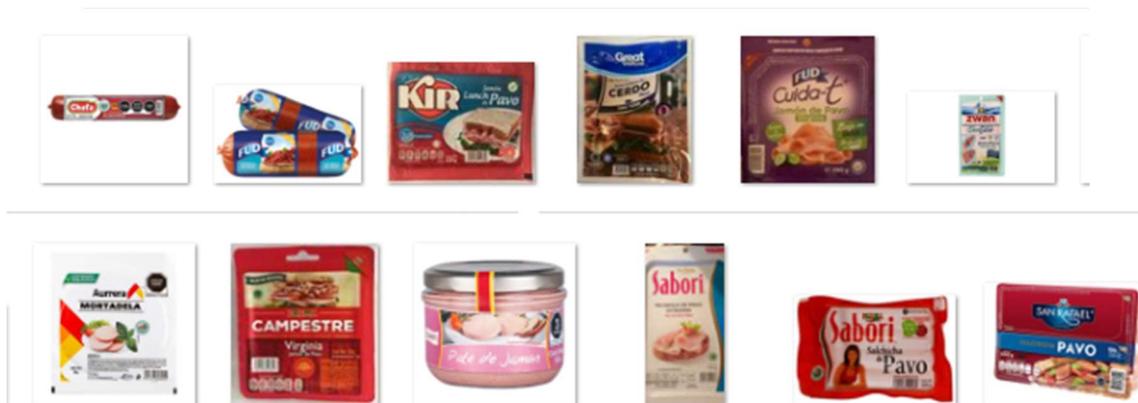
## Confitería



## Cremas untables



## Embutidos



## Subcarpeta de endulzantes

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo
adulterados	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
jarabes	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos

## Endulzantes adulterados



✓ abel ha 2



✓ abel ha



✓ miel atoyac



✓ miel de abeja  
Heinz



✓ queen-bee-300

## Jarabes



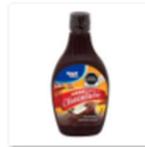
✓ gota del  
campo (jarabe)



✓ jarabe de  
maple caro



✓ JARABE DE  
MAPLE



✓ jarabe sabor a  
chocolate



✓ jarabe sabor  
maple



✓ jarabe



✓ miel great  
value

## Helados



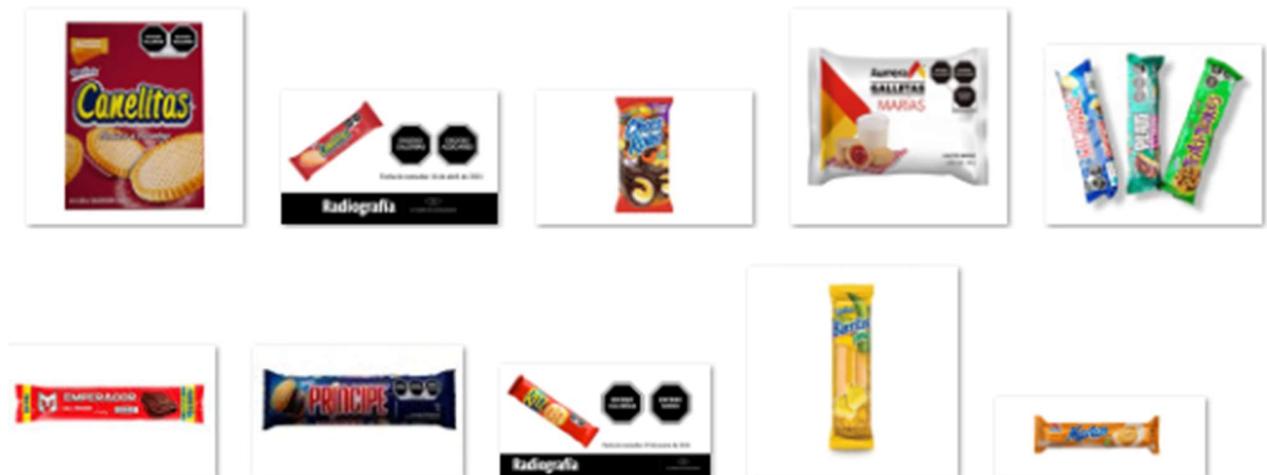
## Nuggets y palitos



### Subcarpeta de panadería

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo
 galletas	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 pan	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 pastelillos	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos

### Galletas

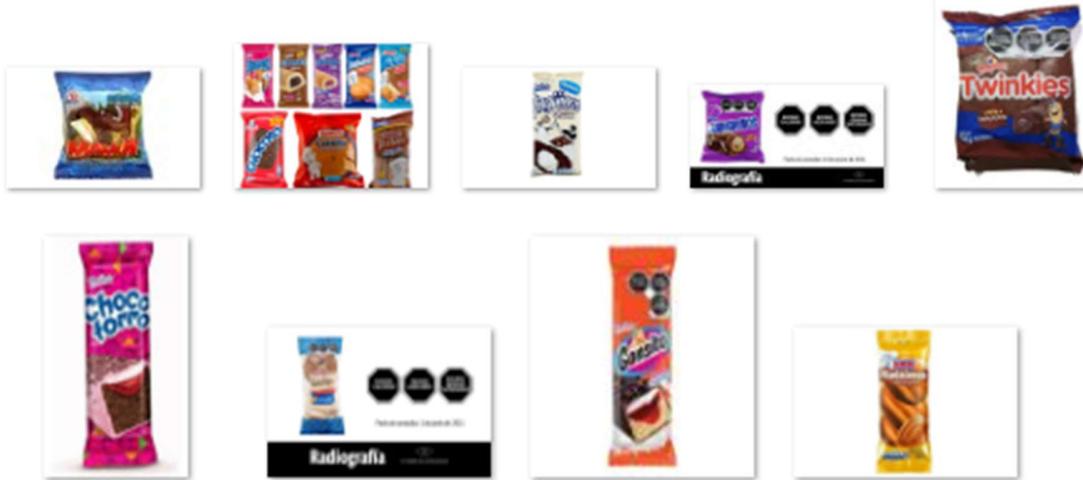


### Pan de caja



Tipo de elemento: Archivo JPG  
Dimensiones: 600 x 375

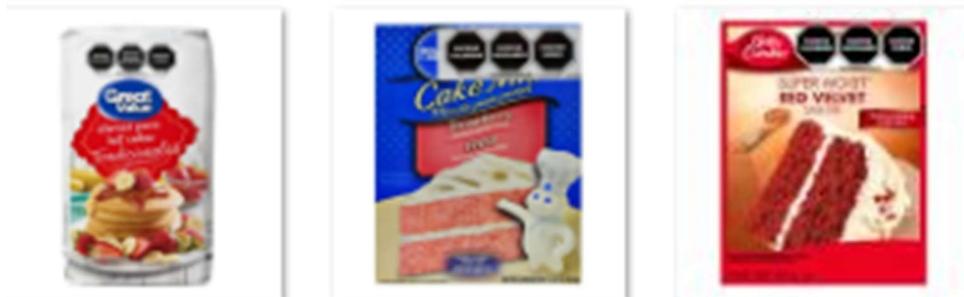
### Pastelillos



### Postres



### Mezclas para pasteles



## Subcarpeta de productos lácteos

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo
 leches	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 licuados	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 margarinas	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 quesos	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos
 yoguth	✓	14/05/2022 11:27	Carpeta de archivos

## Leches



✓ alpura kids



✓ lalaproteina15



✓ la-lechera-unt



✓ leche-gansito



✓ leche-kids-cre



✓ leche-vaquitas



✓ nestle nutri



✓ nutrileche

## Leche en polvo



✓ chocomilk



✓ francia



✓ leche golden



✓ leche-en-polv



✓ nesquik



✓ nestle sverti



✓ producto

## Licuaados

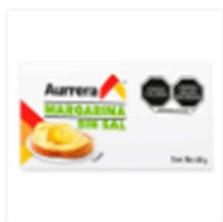


✓ licuadito-dano



✓ yoplait-licuado

## Margarinas



✓ margarina  
aurrerá



✓ margarina  
primavera

## Quesos



✓ imitacion  
queso  
americano



✓ imitacion  
queso cottage



✓ imitacion  
queso fundido



✓ imitacion  
queso  
mozzarella



✓ imitacion  
queso tipo  
americano



✔ imitacion queso villita



✔ imitacion quesos oaxaca



✔ imitacion quesos varios



✔ queso-amarillo -singles

### Yogurt o bebidas lácteas



✔ activia



✔ danonino



✔ sofúl fresalt



✔ SVELTY



✔ Yakult\_drink

### Sazonadores



✔ RICO POLLO



✔ salsa-alitas-bravas-hunts-win



✔ salsa-bolognes e-barilla-radio



✔ sazonzador-mi-arroz-de-knorr



KNORR MI ARROZ   
  MaggiIugosoA ISartén   
  mayonesa kraf   
  mayonesa kraf   
  mayonesa-con-chipotle-mcc   
  mayonesa-hellmanns-clasica   
  mayonesa-mc cormick-reduc

**Botanas saladas**



fritos   
  honet macks   
  kkwates   
  marcas\_de\_Bar cel   
  palomitas   
  ruffles

**Botanas saladas**



**Sopas instantáneas**



crema de champiñones bon gurnet   
  crema de espargagos   
  crema elote knorr   
  konrr-sopa-crema-gourmet-4-quesos   
  maruchan carne de res



✔ maruchan



✔ sopa criolla



✔ sopa de elote  
campbell



✔ sopa instanea



✔ sopa-d-tortilla  
-campbells



✔ sopa-la-moder-  
na-tomate-sab-  
or-a-pollo

## Tortillas de harina



✔ tortillas-d-hari-  
na-d-trigo-soft  
-d-bimbo



✔ tortillas-d-hari-  
na-para-parrill-  
a-tia-rosa (1)



✔ tortillas-d-hari-  
na-para-parrill-  
a-tia-rosa



✔ tortillas-integr-  
ales-mission-d-  
-bimbo (1)

*Anexo D. Fotografías de las viviendas y cocinas de las jefas de familia*

A continuación, se presenta una serie fotográfica en la que se muestran algunos hogares, cocinas, espacios de cocina alacenas, refrigeradores y mujeres cocinando. Todas las fotografías son de mi autoría.



En este refrigerador se observan varias botellas de leche, la botella LacDel es clasificada como alimento ultraprocesado.



En la foto aparecen alimentos que integran la alacena de doña Lucy.



Doña Lucy muestra la ensalada de nopales que como señaló a lo largo de la entrevista es de sus preferidas



La señora Monse prepara los alimentos al regresar de su trabajo, antes de llegar a su casa compró algunos viveres en la tienda Neto y en un puesto ambulante que vendía verduras.



En la parte central del refrigerador se observa la olla de pozole y al fondo cueritos que usa para la venta. En la puerta se ven bolsas de salsa bbq que utiliza con el mismo propósito. Esta salsa entra en la categoría de ultraprocesados.

En la foto de la derecha la señora Monse corta los nopales con los que preparará la comida de ese día. La foto de abajo muestra la comida elaborada el día de la visita: tortitas de carne deshebrada con huevo, nopales con cebolla y arroz rojo.





Cocina de la señora Mirna, ella prepara los alimentos un día antes de consumirlos. El día de la visita ya tenía lista la comida.



En la puerta del refrigerador se observa margarinas y un paquete pequeño de salchichas, mientras en la parte inferior junto al mole una botella de refresco y un yogurt bebible, todos ellos alimentos ultraprocesados.



En la alacena de esta mujer observamos una variedad de alimentos ultraprocesados como leche, lechera, cereal de caja, pan de caja, galletas.



En esta secuencia de fotos se observa a la maestra Leti preparando la comida para su familia, nos muestra el sazonar que usa de manera habitual para aderezar sus guisados.



En la puerta del refrigerador se observa una variedad de ultraprocesados: mayonesas, mermeladas y salsas de diversos tipos.



En la alacena se observa un frasco de salsa de tomate ultraprocesado y una bolsa de sazonador.



En esta foto se observa el entorno rural que rodea la casa de la señora Verónica, pues se observan una gran área de cultivo dedica al maíz. Su hogar colinda con el municipio de Yacapixtla.



Cocina de la jefa de familia, el espacio es reducido por la mesa para picar se encuentra el otra área.



El día de mi visita, la señora Verónica preparó un ceviche de soya, fue condimentada con un poco de sazónador y sal, no tenía mayonesa sólo jitomate y cilantro.



El refrigerador de la señora Verónica contiene una gran variedad de salsas de jitomate o picantes, aderezos, lo que confirma lo que comentó en la entrevista acerca de su gusto por el picante. Además se observan endulzantes ultraprocesados

La jefa de familia almacena grasa vegetal, mayonesa y harina para panqués





La señora Laura vive en los límites entre Cuautla y Ayala, pese a que como se observa en al foto frente a su hogar pasa un apantele esta agua no es potable y en su hogar tiene dificultades en el acceso.



El área para preparar los alimentos en el patio que cuenta con esa espacio techado. Ese día, la mamá de la interlocutora estaba preparando Huaxmole de puerco.



La foto muestra al área del patio de la vivienda



En este hogar hay poca despensa pues se compra comida todos los días.



En la foto de la izquierda se observa la alacena de la señora Justina y algunos ultraprocesados, a la derecha se muestra que en la alacena guarda sopas instantáneas y gelatinas.

La foto de la derecha corresponde a la puerta del refrigerador, en ese hay jitomate y mayonesa ultraprocesados. En la foto de abajo no se encontraron alimentos ultraprocesados.





Ala izquierda se observa la cocina de la señora Martha, a la derecha los espacios usados para almacenar alimentos. La foto de arriba muestra salsa Valentina y mayonesa encima del refrigerador.



En la foto de arriba se aprecia la elaboración de tortillas de mano nixtamalizadas por parte de la jefa de familia. La foto es del refrigerador de la mujer además de vegetales y comida se observa una botella grande de refresco.





En la foto de la izquierda observamos la cocina de la señora Yolanda.



En la foto me muestra una hoja de plátano que cortó para ponerle al arroz que estaba cocinado cuando em recibió en su hogar .



La foto corresponde a la alacena, en ella encontramos algunos ultraprocesados como gelatina y endulzantes

En la foto aparece Nutella clasificado como alimento ultraprocesado





Las fotos de arriba muestran el refrigerador que contiene una botella de refresco, en la foto de abajo la interlocutora nos muestra el refresco que consume su esposo.



En la puerta del refrigerador encontramos manteca vegetal de la marca Inca clasificada como ultraprocesada, salsas de jitomate y aderezos.

## *Anexo E. Consentimiento informado*

### **Consentimiento informado**



### **Carta de consentimiento informado**

Título del proyecto:

**Factores que contribuyen a promover el consumo de ultraprocesadas en hogares vulnerables con jefatura femenina de Cuautla, Morelos**

Nombre de la investigadora: Blga. Mónica Vázquez Arellano

Nombre de la Investigadora responsable: Dra. Luz María González Robledo

**Introducción/Objetivo:** Estimada señora: Usted ha sido invitado a participar en el presente proyecto de investigación, el cual es desarrollado por la Facultad de Estudios Superiores Cuautla. El estudio se realizará en los hogares de diversas colonias del municipio de Cuautla, Morelos. Si usted decide participar en el estudio, es importante que considere la siguiente información. Siéntase libre de preguntar cualquier asunto que no le quede claro.

El propósito del presente estudio es conocer qué alimentos y bebidas ultraprocesados se consumen se consumen en los hogares cuautlenses encabezados por jefas de familia que presenten obesidad además de reconocer qué tan a menudo se consumen y lo necesarios que son para alimentar a su familia. Le pedimos participar en este estudio porque usted vive en el municipio de Cuautla, es mayor de edad, porque se hace cargo de los cuidados del hogar y de su familia, por ser el principal sostén económico, porque toma las decisiones alimentarias de su hogar y finalmente porque presenta exceso de peso usted y/o alguno de sus familiares.

#### **Procedimientos:**

Su participación consistirá en:

- ❖ Se le realizará una entrevista a usted

- ❖ La entrevista se realizará en su hogar en el horario y día seleccionado por usted (de preferencia cuando usted esté por preparar alimentos).
- ❖ Para facilitar el análisis, de la entrevista será grabada. En cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación en cualquier momento y retomarla cuando quiera.
- ❖ Se tomarán algunas fotos de sus procedimientos culinarios. Si llegarán a formar parte de la tesis se le comunicaría para que apruebe o rechace su publicación.

**Beneficios:** No hay un beneficio directo por su participación en el estudio, sin embargo, si usted acepta participar, estará colaborando con la Facultad de Estudios Superiores Cuautla para comprender cómo se alimentan actualmente algunas las familias cuautlenses, lo cual será un acercamiento para reconocer sus necesidades alimentarias y las dificultades que tienen para garantizar una alimentación saludable. Lo anterior puede ser útil a la hora de diseñar políticas alimentarias en el municipio o a nivel estatal.

**Confidencialidad:** Toda la información que usted nos proporcione para el estudio será de carácter estrictamente confidencial, será utilizada únicamente por el equipo de investigación del proyecto y no estará disponible para ningún otro propósito. Usted quedará identificada con un número y no aparecerá su nombre en la investigación. Los resultados de este estudio serán publicados con fines científicos, pero se presentarán de tal manera que no podrá ser identificada.

**Participación Voluntaria/Retiro:** Su participación en este estudio es absolutamente voluntaria. Usted está en plena libertad de negarse a participar o de retirar su participación del mismo en cualquier momento. Su decisión de participar o no en el estudio no implicará ningún tipo de consecuencia.

Usted no recibirá ningún pago por participar en el estudio, y tampoco implicará algún costo para usted.

**Aviso de Privacidad Simplificado:** La investigadora principal de éste estudio es la blga. Mónica Vázquez Arellano bajo la dirección de la Dra. Luz María González Robledo las cuales son responsables del tratamiento y resguardo de los datos personales que nos proporcione, los cuales serán protegidos conforme a lo dispuesto por la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados. Los datos personales que le solicitaremos serán utilizados exclusivamente para las finalidades expuestas en este documento. Usted puede solicitar la corrección de sus datos o que sus datos se eliminen de nuestras bases o retirar su consentimiento para su uso. En cualquiera de estos casos le pedimos dirigirse al investigador responsable del proyecto a la siguiente dirección de correo [moni.arellano.1024@gmail.com](mailto:moni.arellano.1024@gmail.com)

**Contactar:** Si usted tiene alguna pregunta, comentario o preocupación con respecto al proyecto, por favor comuníquese con la investigadora responsable del proyecto: Dra. Luz María González Robledo al siguiente al correo electrónico [luz.gonzalez@uaem.mx](mailto:luz.gonzalez@uaem.mx)

Si usted acepta participar en el estudio, le entregaremos una copia de este documento que le pedimos sea tan amable de firmar.

### **Declaración de la persona que da el consentimiento**

- Se me ha leído esta carta de consentimiento.
- Me han explicado la investigación incluyendo el objetivo, los posibles riesgos y beneficios, además de otros aspectos relacionados con mi participación en el estudio.
- He podido hacer preguntas relacionadas a mi participación en el estudio, y me han respondido satisfactoriamente mis dudas.

Si usted entiende la información que le hemos dado en este formato, está de acuerdo en participar en este estudio, de manera total o parcial, y también está de acuerdo en permitir que su información de salud sea usada como se describió antes, entonces le pedimos que indique su consentimiento para participar en este estudio. Registre su nombre y firma en este documento del cual le entregaremos una copia.

#### **Participante:**

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha/hora \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

#### **Nombre y firma del investigador o persona que obtiene el consentimiento:**

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Fecha/hora \_\_\_\_\_



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL  
ESTADO DE MORELOS



**FESC** Facultad de  
Estudios  
Superiores de  
**UAEM** Cuautla

## SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN

Facultad de Estudios Superiores de Cuautla

Maestría en Ciencias Sociales

FECHA DE SOLICITUD

Día	Mes	Año
13	NOVIEMBRE	2023

### FORMATO DE VOTOS APROBATORIOS DE TESIS

PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRE(S)	MATRÍCULA
MÓNICA	VÁZQUEZ	ARELLANO	10045974
PROGRAMA		MAESTRÍA EN CIENCIAS SOCIALES	

Los integrantes de la Comisión Revisora del trabajo de tesis de Maestría, intitulado: **“Factores que contribuyen al consumo de ultraprocesados en los hogares vulnerables con jefatura femenina de Cuautla, Morelos.”** que presenta **MÓNICA VÁZQUEZ ARELLANO**, estudiante del Programa de Maestría en Ciencias Sociales de la Facultad de Estudios Superiores de Cuautla, ha determinado otorgar **los votos aprobatorios** para sustentar su tesis en el examen de grado.

### LA COMISIÓN REVISORA

**DRA. LUZ MARÍA GONZÁLEZ ROBLEDO**

DIRECTORA DE TESIS

FIRMA

**MTRA. DANIELA ANTÚNEZ ALBARRÁN**

ASESORA DE TESIS

FIRMA

**DR. JOSÉ CUTBERTO HERNÁNDEZ RAMÍREZ**

ASESOR DE TESIS

FIRMA

**DRA. LUZ MARINA IBARRA URIBE**

LECTORA DE TESIS

FIRMA

**DRA. DUBRAVKA MINDEK JAGIC**

LECTORA DE TESIS

FIRMA



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL  
ESTADO DE MORELOS

Se expide el presente documento firmado electrónicamente de conformidad con el ACUERDO GENERAL PARA LA CONTINUIDAD DEL FUNCIONAMIENTO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA PROVOCADA POR EL VIRUS SARS-COV2 (COVID-19) emitido el 27 de abril del 2020.

El presente documento cuenta con la firma electrónica UAEM del funcionario universitario competente, amparada por un certificado vigente a la fecha de su elaboración y es válido de conformidad con los LINEAMIENTOS EN MATERIA DE FIRMA ELECTRÓNICA PARA LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ESTADO DE MORELOS emitidos el 13 de noviembre del 2019 mediante circular No. 32.

### Sello electrónico

**LUZ MARINA IBARRA URIBE | Fecha:2023-11-13 13:50:24 | Firmante**

I/V+kKkPjX1c5tFZPMoikuVzR1j4Ah6I54qUDLgwChgMK5bu/X7A+KF4/n2WVf+Mn/Fvi2ixzhviaO8x07VAYSQPCri8QsQNWSI7AYjI0RkQ0fwI9I/TIU3OALX7E+rWb1iMshbuTAYFmd8jJayk7s+ouy1KlgaDcxL+/V1Wvf6QaKDV8aHgSb3rVz8LzMMecj3X+Jmt7fEh1kC6nh+71yacAvrPRelstspJrdPrf6SImvf+SifXc9cMWHkC3S9+zQGgz1Gd9oN/yisWx4Pdu8fdpdeocZ+gRehrVmoffoWupqBxgJaiswzL1jDZ9fZciGIwqQPwh78L0SJBgw==

**JOSÉ CUTBERTO HERNÁNDEZ RAMÍREZ | Fecha:2023-11-13 14:59:22 | Firmante**

eYHyl6SlaoB/ZnZrXaoUJaqxzaZVPFt0NMHtCA4XHowBy5tkZkUkRPT2tiDXKYghXVhsXh1Dt9qabQhC+TGyGN50j2cncr05IILDZCMZRCiv/uLygSmyq9DCMZwXg4+ZtQPvgnr9viG+scOA/Zv+eXTzkdaaaaCpCkMCOreM626Iw8rjwmhbBikAzmpW5YzIRAJBc+snha8+M9xQQwi5LM8LJCgLvX0tl7sMS207PJD/QjZUK7MkKcAD3uVbplgbqh0HbFgKnOw57JPJpgeVJnNhWCYVp5vW82PydRWbcnV1aKeA1DmaiUw6Hn7XxsgOMv8k1rBfa5Vw+sRHjKfO+A==

**LUZ MARIA GONZALEZ ROBLEDO | Fecha:2023-11-13 16:02:56 | Firmante**

hphtuzS9e9hDZ0jxBgVG1lIfCDCvHFWqY6BGLkx/WL1v2wwbGqF9zHs4s85sa4qrwVRSZaoJK1xyuCybylB/K/bCFf2Lpo+w6gmX42mlfHPcERlg1kB1cSSp76SNcxOWe6Q7P3LqakcNSPgaWyyRXLswU5RyWIRxQ1Qw/eJqrxjbKbHSG9DdTC+5Zxe7rvz2W5zpgDYFXp/QvihBms9lukfPOaDiF048dm3OHqbp2IYrjPFteKmfwhdsUjPC0tzZvhQXtQxgpJqayPqp nQ1lxV7GUDOWA+7TUH5/T+LGvx8+kmX8d3RErPLPW2W/paVGvWAd3Sx6UdYtS4HrfCjyw==

**DUBRAVKA MINDEK JAGIC | Fecha:2023-11-13 16:34:55 | Firmante**

sxSK/WAsAf3erVwUXjdTAt/LwhUV9EE16bjabrBKCjaxMKDUYK3IbY4g89Ye40CnBkz1azCmM82xSjNxFHsV9Zqsk0NUiyXgkCaUYOkJokefHT1ov5bcX3RqUYzu4YM7VQi2fZo/pso0qpH8ksqdCbc+L3qpD+OK4A9ZUINiHv6cFe6fynEstt9/XAUWVBOqDxFjsBbO7EJn24V7IT1Mm6c5gF/F4tqvjGWp81BOWMALmJxKhOhAPnHwy06o/AargUn/vS3+9HINy7yoWF6TxVHTfctS2+fA+fa3bWCSAxAhBjsfmAa/lhXKL7600qgBo21Zgtcs/xem6QN5g==

**DANIELA ANTUNEZ ALBARRAN | Fecha:2023-11-13 16:39:13 | Firmante**

QfMxpniZi0oUC5h6hkbPVBq3ZSTwuQvE7sGzKG0Axx8spMZqk58FppsnRR6d/+AWwCNUf8DElizeR+H7scyXQY2pqSiX3u5CV3XD61bYnBUZcmzRu8k53N64aA8UDfEi/AAS HxpaF/I42HgZRTQzhhdM YFORijUtt0zcl4o7L1ADWp6SB7Ksa96yxzYioLhMbuoPPbyxwc10t21J6mgwKa2qPG7X0Xv2cCj1MeUxyAGLt+bnT+TzOuROA9STs1gCtM3xTg1fD8VCUzyeWXjx6r0k0s0KVEYLn4fSP5OaEDCFBBWu/NkvKz4LgVk+bxZ0Qoj+WJRUY5vhwEc6A==

Puede verificar la autenticidad del documento en la siguiente dirección electrónica o escaneando el código QR ingresando la siguiente clave:



6rQ9FzAsk

<https://efirma.uaem.mx/noRepudio/GUFRHmRdfES42laQ9nJMXjNsBnQmxAT>

