

24. 6

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO
ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL



**FACTORES CULTURALES QUE
DETERMINAN LA MALA
NUTRICION DEL MEXICANO**

TESIS PROFESIONAL

M. GUADALUPE ESTRADA ARAUJO

México, D. F.

1986



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

I N D I C E

INTRODUCCION.....	I
CAPITULO I.-LA CULTURA EN EL PUEBLO MEXICANO.....	2
1.1-Concepto de cultura.....	2
1.2-Antecedentes culturales del mexicano.....	8
1.3-Influencia de la cultura en la mala nutrición.....	15
CAPITULO II.-FACTORES ECONOMICO-SOCIALES QUE INFLUYEN EN LA MA- LA NUTRICION.....	26
2.1-Culturales.....	27
2.1.1-Tradiciones, tabúes y prestigio.....	27
2.1.2-Educativos.....	27
2.1.2.1-Analfabetismo.....	37
2.1.2.2-Desconocimiento de la importancia de la Nutrición.....	39
2.1.2.3-Garencia a nivel individual y comunitario para pro- veerse de los elementos de una dieta adecuada.....	44
2.2-Económicos.....	48
2.2.1-Escasés de recursos.....	48
2.2.2-Inadecuada distribución del ingreso.....	54
2.3-Medios masivos de comunicación.....	58
2.3.1-Su eficacia.....	58
2.3.2-Su influencia negativa.....	62
2.3.3-Sus posibilidades.....	66
CAPITULO III.-ESTUDIO DE LOS FACTORES CULTURALES QUE DETERMINAN LA MALA NUTRICION EN LA COMUNIDAD CAMPO VERDE.....	71
3.1-Procedimiento metodológico.....	73
3.2-Desarrollo.....	78

3.2.1-Aplicación de la cédula y recolección de datos.....	78
3.2.2-Tabulación y presentación de datos (anexos).....	80
3.3-Análisis e interpretación de los resultados.....	80
CAPITULO IV.-PAPEL DEL TRABAJADOR SOCIAL EN LA PREVENCION Y SOLU CION DE LA MALA NUTRICION.....	90
4.1-Promoción.....	92
4.2-Sensibilización.....	94
4.3-Planeación.....	95
4.4-Educador social.....	99
4.5-Orientador.....	103
4.6-Supervisor.....	105
CONCLUSIONES.....	110
SUGERENCIAS.....	116
ANEXOS.....	123
BIBLIOGRAFIA.....	132

INTRODUCCION

La desnutrición es el principal flagelo de la humanidad a lo largo de la historia.

El desarrollo tecnológico ha dotado al hombre actual de un formidable arsenal para aumentar la producción de alimentos a niveles suficientes. Las nuevas variedades de plantas y animales, los implementos mecanizados para las tareas agrícolas, los fertilizantes, las obras de irrigación, las técnicas de transporte, almacenamiento y conservación, son recursos superiores a los que disponían las generaciones anteriores. Pese a ello, la mayor parte de la población sigue hasta hoy mal alimentada.

La forma más generalizada de desnutrición, se presenta como una deficiencia constante, a través de generaciones que subsisten y se reproducen con un consumo de alimentos apenas suficiente para la supervivencia. Uno de sus efectos más terribles es que lleva al hombre a una situación de subdesarrollo extremo, en la que su organismo ni siquiera le demanda más alimentos y de la que tampoco tiene conciencia.

La desnutrición no es sino una consecuencia, la más injusta, de una organización económica y social.

Existen diferentes niveles de vida que se manifiestan en el tipo y cantidad de bienes a que tiene acceso la población, se expresan en la distribución del ingreso en la sociedad de acuerdo a las distintas posiciones que los grupos ocupan en el sistema productivo.

El problema de la desnutrición no se puede separar del con
texto cultural en el cual el hombre obtiene su subsistencia trans

II

formando la naturaleza.

Es indudable que la existencia de costumbres profundamente arraigadas, que se han mantenido a través de siglos, determinando la forma de preparar alimentos, contribuye conjuntamente con otros factores entre ellos los económicos, en la presencia de la mala alimentación en el mexicano.

Si un país no ha logrado un nivel adecuado de desarrollo no es posible que llegue a satisfacer las necesidades de alimentación de su población. Esto lleva a pensar que cualquier país - dependiente, entre ellos México, con un bajo ingreso per cápita, no puede satisfacer los requerimientos nutricionales.

Recíprocamente, con una población desnutrida, el desarrollo socioeconómico es difícil, ya que los niños que sobreviven a las muertes causadas por desnutrición, presentan deficiencias físicas y psíquicas que dificultan una posible integración a la sociedad moderna. Por otra parte, la sociedad actual, demanda individuos altamente calificados. Esto condiciona el tipo de mano de obra requerido por las empresas que excluyen la participación de los desnutridos, lo que produce un agravamiento de su marginación.

Este círculo vicioso se completa con la estrecha vinculación que existe entre la desnutrición y las enfermedades, cuyo resultado final es un alto número de muertes prematuras.

El problema de la mala alimentación no es unitario, tiene ramificaciones y presenta obstáculos laterales. Es grave en el campo y sigue erosionando las capas más amplias y menesterosas

III

de la población urbana, sobretodo las zonas perifericas que forman los llamados cinturones de miseria.

Por esto deben combatirse todas sus causas, descifrar las raíces de sus orígenes para extinguirla, puede y debe ser un objetivo de todos aquellos profesionistas que tengan que ver en - la solución de la mala alimentación, entre ellos el Lic. en Trabajo Social.

CAPITULO I

LA CULTURA EN EL PUEBLO MEXICANO.

1.1-Concepto de cultura

1.2-Antecedentes culturales del mexicano.

1.3-Influencia de la cultura en la mala nutrición.

CAPITULO I

LA CULTURA EN EL PUEBLO MEXICANO.

Hablar de la cultura en México no es tarea fácil, debido a que su población prehispánica era heterogénea, tanto en razas como en culturas.

Cada una de las regiones, más aún cada uno de los pequeños grupos locales, presentaba modalidades importantes en su desarrollo cultural, incluso los pertenecientes a una misma familia étnica situados en estadios diversos de su evolución daban el aspecto de grupos distintos.

Además de que con la llegada de los españoles se dió un rompimiento en la cultura nativa que, aunque era heterogénea tenía una serie de semejanzas como era en el trabajo de campo, la recolección, la caza y la pesca, unas en mayor o menor grado de evolución, pero por lo general casi todos los grupos -- practicaban dichas actividades.

Este choque entre las dos culturas, trae como consecuencia una serie de fenómenos de los cuales se puede citar el nacimiento de una nueva raza, la introducción de conductas y hábitos diferentes etc., lo que viene a hacer aún más complejo el estudio de la cultura en México.

Sin embargo y para los fines de esta tesis, se realizará un somero estudio de la cultura en el pueblo mexicano y de la influencia que ésta tiene en la mala nutrición, los antecedentes culturales del mexicano y por supuesto el concepto de cultura.

1.1 Concepto de cultura,

Muchas personas consideran que la palabra cultura solamente indica el desarrollo o perfeccionamiento, mediante la enseñanza

y la educación. Por esta razón, cuando hablan de un individuo 'culto' se refiere al que conoce o sabe muchas cosas de arte, música, literatura, historia etc., y además tiene buenos modales.

Por el contrario a las personas que no tienen esos conocimientos ni buenos modales se les llama incultas. Sin embargo, - las ciencias sociales no aceptan esta distinción.

Para los antropólogos la cultura abarca los modos de comportamiento que se derivan de todas las actividades que realiza el hombre. En la antropología, el uso que se hace de la palabra cultura es muy amplio, por lo cual existen muchas definiciones de ella.

Uno de los aspectos más importantes de la cultura es que se puede aprender. Aprendiendo la cultura el hombre puede adaptarse rápidamente al ambiente natural y social en el que tiene que vivir.

Ahora bien, los hombres no sólo aprenden por su propia experiencia y por observación e imitación, sino también porque - son capaces de comprender y retener unos símbolos que ellos - mismos han creado. Estos símbolos constituyen el lenguaje; mediante el lenguaje se puede transmitir conocimientos y experiencias, sin necesidad de haber experimentado personalmente. Nuestros antepasados fueron descubriendo o inventando una serie de formas y objetos que les facilitaron el aprovechamiento de la - naturaleza. Por ejemplo descubrieron la aguja, el arco y la flecha y la cocción de los alimentos; la pólvora, la imprenta, la máquina de vapor, la electricidad en tiempos más recientes.

Estos descubrimientos fueron comunicados directamente, sin

necesidad de que se tuvieran que 'redescubrir' cada vez. De la misma manera los padres enseñan a sus hijos sus costumbres y sus leyes, lo que deben y lo que no deben hacer.

La cultura es universal: todos los pueblos poseen una tecnología, una economía, están organizados socialmente y tienen un sistema de creencias, leyes y costumbres. Además, todos tienen un lenguaje para comunicarse.

La cultura no es la misma para todos los pueblos: antes bien, existen muchas diferencias entre cada uno de ellos. Así aunque todos tienen que comer, no todos comen lo mismo. Mientras los bosquimanos se alimentan casi exclusivamente de raíces y vegetales, los esquimales lo hacen de carne. Mientras que los esquimales comen la carne cruda, muchos pueblos tienen que cocerla porque les repugna. Sucesivamente se pueden citar infinidad de ejemplos de los diferentes aspectos de la cultura entre los pueblos.

El hecho de que los pueblos 'vivan' de distinta manera, nos permite hablar de diferentes culturas; de esta manera, el hecho de que haya culturas distintas se explica por las diferentes condiciones en que cada una aparece.

"La herencia proporciona el material básico del ser humano, pero es el medio ambiente el que lo condiciona y moldea la personalidad, la actitud, los hábitos y las costumbres de las personas, casi siempre están de acuerdo con las características de su medio circundante. Por eso se acepta como verdad científica, que el hombre es en gran medida el producto del medio en que vive".(1)

1.-Escamilla Gómez, C., "Principios fundamentales de educación sanitaria", p.119

Como se vió la cultura es aprendida, las normas de conducta que constituyen una cultura particular no están biológica, ni genéticamente determinadas. "El hombre no sólo aprende de una cultura, sino también puede olvidar o descartar algo"(2)

A continuación se dan algunas definiciones o conceptos de cultura, con el fin de aclarar lo anterior.

"Cultura: conjunto de manifestaciones de la vida intelectual de un pueblo o de una época, no sólo las manifestaciones científicas de una sociedad, sino el conjunto de tradiciones, usos y costumbres, formas de vida, sistemas de producción, - el lenguaje, el derecho, la moral, las creaciones artísticas etc."(3)

"La cultura es el conjunto de los diversos aspectos de la vida material y espiritual de un conglomerado humano".(4)

Una de las definiciones más completas fué la de Tylor: "Cultura, conjunto complejo que incluye conocimiento, creencias, arte, ley, moral, costumbre y otras capacidades y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de la sociedad".(5)

Una vez que se dió un panorama general de la cultura, y algunas definiciones de la misma, se considera necesario hacer algunos señalamientos en particular de la cultura en nuestro país.

"La población del México prehispánico era grandemente - heterogénea en razas como en culturas. Solamente en el sector

2- Foster G. M., "Las culturas tradicionales", p.23

3- Escamilla Gómez, Carlos, "Principios fundamentales de educación sanitaria", p.120

4- Echánove, Carlos, "Sociología mexicana", p.193

5- Enciclopedia cultural Salvat, vol.3 p.234

idiomático, tal heterogeneidad alcanzaba el crecido número de unas 125 lenguas y dialectos".(6)

Los distintos grupos humanos representaban estados cultura les tan distantes entre sí, como el de recolección y caza y el de formación de pequeños estados y de alianzas políticas imperialistas.

Cada grupo ofrecía modalidades disímiles de desarrollo cultural, incluso los pertenecientes a una misma raza, dentro de la cual se marcaban habitualmente distintos grados de evolución.

La zona noroeste de la vertiente occidental de la república, estaba poblada por diversas tribus que tenían una organización territorial y una economía basada en la agricultura; pero sin que la caza, la pesca y la recolección hubiera dejado de sustituir parte importante en su sostenimiento económico.

Eran grupos que habían fijado su residencia, más o menos sólidamente en determinadas regiones, desde mesetas y cañadas de la Sierra Madre, hasta los esteros de la costa, generalmente en las márgenes de los grandes ríos como el Yaqui, el Mayo y el Fuerte.

Al sur del río Sinaloa habitaba una serie de pueblos, en los que la agricultura había alcanzado un desarrollo preponderante dentro de la economía local.

Cada una de las regiones, más aún cada uno de los pequeños grupos locales, presentaban modalidades importantes en su desarrollo cultural, incluso los pertenecientes a una misma filiación étnica situados en estados diversos de la evolución de una misma cultura.

Sin embargo entre esta inmensa heterogeneidad, existían una serie de semejanzas en general, como la agricultura, la recolección, la pesca y la caza, unas en mayor o menor grado de evolución pero por lo general, casi todos los grupos practicaban dichas actividades. Por lo tanto el grupo de productos alimenticios era común aunque con sus variantes.

Otra semejanza, era la de que todos los grupos vivían el estado cultural conocido como 'primitivo', caracterizado principalmente por el predominio de la 'magia' o 'mística'.

En cuanto a la alimentación, que es el el tema que más interesa para este trabajo, se puede decir que también existía una serie de variedades; sin embargo, para homogeneizar en cuanto a los productos con que se alimentaban, como el maíz, frijol y chile, entre otros, lo que variaba era la manera de prepararlos para consumirlos, las personas que los comían y los días en que podían hacerlo. Esto se verá con más detalle en un apartado posterior.

La cultura es el conjunto de los diversos aspectos de la vida material y espiritual de un conglomerado humano, y si el grueso de ese conglomerado lo forman en México, cincuenta tribus indígenas que se encuentran en las más distintas etapas evolutivas, desde los semisalvajes seris y lacandones, los mayas que conservan las tradiciones de sus brillantes aunque extinguidas civilizaciones, los mestizos y los blancos, representantes de diversos aspectos culturales occidentales; si esta heterogénea masa que habla cien distintos idiomas y dialectos no está ligada entre sí por ningún vínculo cultural; si solamente una minoría insignificante posee algo de lo que se

llama 'cultura moderna' entonces, además de los problemas económicos-sociales, se plantea otro formidable problema cuya solución depende directamente de todos, el de crear una cultura mexicana.

Sin embargo al hablar de alimentación se puede generalizar, ya que los grupos indígenas obtenían los productos para la subsistencia, de la misma forma aunque en diferentes grados de evolución.

1.2 Antecedentes culturales del mexicano.

Para los fines de la presente tesis se considerarán las culturas maya y azteca, aunque haciendo mayor énfasis en la segunda; Dichas culturas florecieron en mesoamérica y al paso del tiempo se extendieron por el resto del país y las que mayor importancia y trascendencia tuvieron y que aún en la actualidad tienen en el pueblo mexicano.

Los mexicas y los mayas contaban con formas diversas de producción (caza, pesca y recolección), ya que tenían conocimiento del uso de la red, el arco y la flecha.

"La economía de aquel entonces, se sustentaba primordialmente en las técnicas de obtención, representadas por la caza de aves acuáticas, y la recolección y pesca de productos de la laguna. Esta economía resultaba suficiente para la necesidad más inaplazable del pueblo; con ella el problema de la nutrición quedaba salvado, pero dejaba en pie otros no menos importantes como el de la habitación y el del vestido, por no citar más que los primarios".(7); sin embargo y a pesar de la

7- Castillo, Victor, "Estructura económica de la sociedad Mexicana", p.35

importancia de dichos problemas, sólo se considera el primero, que es el objetivo del presente trabajo.

Respecto a las plantas de carácter alimenticio de que disponían los antiguos mexicanos, podría formarse una relación bastante amplia, sin embargo todas ellas caerían, con exclusión del maíz, el frijol y la calabaza, dentro del rubro genérico - de complementarias de la alimentación.

"Del maíz, base indiscutible de la alimentación prehispánica y aún de la contemporánea rural, se aprovechó un gran número de variedades en cuanto a sabor, forma, tamaño y color, un ejemplo de ello es el maíz blanco". (8)

Toca ahora revisar los recursos de naturaleza animal con los que podían contar los mexicanos, sería imposible y superfluo al mismo tiempo hacer una lista. Sólo se recordará que - en el México precortesiano no se contó con animal alguno de tracción o de carga, y tampoco hubo la rica variedad de animales domésticos que tuvo el viejo mundo, con las excepciones - del guajolote y de tipos especiales de perros, que criaban - exclusivamente para fines alimenticios y que además llegaron a construir una importante fuente de ingresos.

Se contó con una variedad de animales de caza (cuadrúpedos y aves), con una no menor de sabandijas o insectos (lagartijas, langostas etc.), y con una más de pesca y recolección en la laguna.

"De los productos lacustres, además de construir un valioso complemento dietético, debe mencionarse que había algunos que - denotaban en su consumo un cierto grado de diferenciación cla-

sista; y esto es reflejo de su mayor o menor abundancia y también del grado de dificultad en su explotación. Por ejemplo - el "atepocate y el axólot (ajolote), el primero era comido - por la gente baja, en tanto que el segundo era comida de los señores."(9)

A continuación veremos un panorama general de lo que comían los aztecas y los mayas.

Estos pueblos agricultores por excelencia, tenían una - alimentación de tipo mixto que incluía productos agrícolas en gran cantidad, el maíz como alimento fundamental, y con productos obtenidos del reino animal.

Entre los productos vegetales y animales que figuraron y que aún se encuentran en la mesa del mexicano actual, se puede citar el maíz, que lo comían en forma de elotes; desgranado, para formar distintas sopas; maduro, sobretodo en forma de tortillas, en tamales de varias modalidades, mezclando la masa con otros ingredientes o rellenándola con carne, frijoles o pescado; en forma de pinole, tostando el grano y convirtiéndolo en harina; y como masa para preparar algunas bebidas, disolviéndola en agua o fermentándola ligeramente, o bien cocciéndola para la preparación de los diferentes atoles simples o compuestos, con otros varios productos como el chile y el cacao.

Otros vegetales eran las múltiples especies de frijol, calabaza, chinchayote, papa, camote, mezquite, nopales y una serie de yerbas como los quelites, quintoniles, malva, hua--

zontle, diversas clases de hongos, así como el corazón del - maguey.

Aderezaban sus platillos con chile, en sus múltiples va- riedades, usando además tomate, jitomate, pepitas de calabaza, achiote, xoconostle y pimienta.

Cierto es que la lista de animales domésticos para el - consumo era reducidísima, sin embargo los mexicanos como pueblo de estirpe cazadora, pescadora de agua dulce y recolectora, - sabían abastecerse de un sinnúmero de productos.

Entre los mamíferos se pueden citar distintas especies - de venados, una de cerdo montés, el conejo, la liebre, el te- jón, la comadreja, la ardilla, la nutria, el tlacuache, el - armadillo, el mapache y el oso.

En cuanto a aves se encuentra el pavo o guajolote y tal vez algunas especies de faisán, ciertas palomas y codornices, perdiz y la tórtola que siguen comiéndose y, además, patos y gallinetas.

Surtían sus mesas con ranas, culebras, tortugas, iguanas y lagartos, además de los peces de las lagunas.

En cuanto a las frutas: la piña, el mamey, la chirimoja, la guanábana y la anona, estas últimas tal vez llegadas del - caribe; el aguacate, usado como condimento de algunos plati- llos o como postre; los distintos zapotes, el tejocote, el - chapulín, la ciruela, la tuna, la papaya, la jícama y el cacahuate.

Los señores eran quienes gozaban de la multiplicidad de de viandas, que eran preparadas con verdadera maestría.

La gente del pueblo no gozaba de esa variedad de alimentos.

En general el habitante del altiplano era un individuo sobrio. Su dieta consistía principalmente en maíz, frijol y chile, - comestibles que son incapaces de suministrar todos los elementos necesarios para el equilibrio orgánico.

"Los pobladores ribereños del lago de Texcoco consumían ocasionalmente el tecuitlatl, platillo hecho con lamas verdes, que los españoles llamaron queso de la tierra; el ezcautiltli, a base de unos gusanillos como lombrices, y el ahuahtli, huevecillos de unas moscas, que aún los españoles comían los viernes.

Se comían también los gusanos que se criaban en el maguey, los llamados meocuilli, blancos y muy apreciados, y los teocali de color rojo; así como los del maíz y varios de origen acuático, como los denominados oculiztac, atetepitz, atopinan y ahuihutl".(10)

La religión, que jugaba un papel predominante en la cultura mexicana, no solamente prescribía los ayunos, sino que influía en gran parte de los aspectos ligados a la alimentación.

La sobriedad era la característica fundamental de los mexicanos. Comían dos veces al día, después de unas cuantas horas de trabajo en la mañana, tomaban su almuerzo que casi siempre era atole de maíz, y su comida, después del medio día.

Preparaban un sinnúmero de salsas y guisos a base de tomates, chiles y hierbas aromáticas, una de ellas era el epasote que se usaba con mayor frecuencia.

Consumían además el jugo del maguey y distintos tipos de grasas entre ellas la de chía.

Por lo que toca a las bebidas, tenían muchas no alcoholizadas, obtenidas de las semillas como el maíz, la chía, los bledos y el cacao. Este último era preparado de múltiples maneras: se aderezaba con flores perfumadas, con vainilla, con mieles de caña, de maíz, de maguey o de abejas.

Las bebidas alcohólicas se obtenían fermentando el maíz, la chía, y sobretodo la savia del maguey. Sin embargo las leyes mexicas prohibían el uso libre del pulque.

El maguey proporcionaba no sólo el pulque, sino que de él se extraía vinagre y miel, además el tallo central asado al fuego se comía.

Los mexicas, como ocurrió con muchos otros pueblos del mundo, padecieron hambres colectivas debidas a sequías y a malas cosechas, pero tales calamidades transitorias, aunque fueron de serias consecuencias y provocaron graves trastornos, no caracterizaron la alimentación normal de los mexicas.

La población indígena en las otras regiones del país, - siguió alimentándose después de la conquista en forma furtiva, a base de la recolección de frutos silvestres, caza, pesca y cultivo de algunas plantas, principalmente maíz y frijol.

Sin embargo había particularidades locales. Los apaches en la frontera norte tenían enorme gusto por la comida, que parecía ser su principal satisfacción y el objeto de sus labores.

Se dice que "un sólo apache se come un costillar, los bofes, las dos aldillas, el hígado y todas las tripas de una res grande"(11). Tenían preferencia por la carne, pero también

se alimentaban de vegetales silvestres, pitahayas, bellotas, biznagas, piñones y bebían en exceso.

Los yaquis y los cachitas de la misma región, como eran agricultores y ganaderos, tenían una alimentación más variada. Su plato favorito era el huacabaque, especie de puchero a base de carne, huesos y garbanzos; bebían atole y mezcal.

Los chontales que vivían en el actual estado de Tabasco, comían pozole, pescado, plátanos, calabazas y chayotes; además de maíz y frijol, que escaseaban debido a la poca afición de los hombres a las labores del campo. La pesca era una actividad femenina. En días de fiesta comían asados de carne de res o guajolote con salsa, y se embriagaban con chorote, guarapo o aguardiente de caña.

La base de la alimentación en el altiplano siguió siendo el maíz, el frijol, el chile y el pulque, para la mayoría de la población.

Como puede observarse la alimentación de los antiguos mexicanos era variada en cuanto a productos vegetales, no así en los de origen animal.

Con la llegada de los españoles, la dieta del mexicano durante la conquista, sufrió un desajuste debido al choque cultural entre las diferentes razas, y a la asimilación tardía de los nuevos productos traídos de España.

Durante la época colonial nace el mestizaje y con éste una nueva dieta denominada 'mestiza', compuesta con productos traídos por los españoles, agregados a los que comían los indígenas; aunque esta alimentación es más variada y abundante, no quiere decir que haya favorecido a los indígenas, porque

no toda la población tenía acceso a esta dieta.

Hace pocas décadas aún, había sectores rurales que sólo comían tortillas con sal o esquites. A veces la carne se sustituía por gusanos de maguey, jumiles y pecesillos, en sitios cercanos a lagos y canales.

En la época que precede a las cosechas, muchas familias campesinas pobres se ven en la necesidad de suplir la dieta con yerbas silvestres tales como quelites, quintoniles, verdolagas y otras que se recogen en los campos.

Fuera del atole, las bebidas más usuales son las infusiones de canela y diversas hojas o yerbas. La mejor alimentación del pueblo sigue a la cosecha, cuando hay fruta barata.

El consumo de carne sube en invierno, cuando escasean los pastos y se mata mayor número de ganado.

"Se ha calculado que los alimentos a base de maíz, constituyen el 70 % de la dieta del pobre y hasta 10% de la del rico"(12).

1.3- Influencia de la cultura en la mala nutrición.

Las necesidades básicas, sufren impacto de la cultura desde el momento en que el hombre y la respuesta a las tensiones fisiológicas, tiene pronto un alto contenido cultural. Así aparecen las necesidades derivadas en las que hay un notable componente psicológico. Surgen entonces otras nuevas, las adquiridas de tipo individual, personal, en cuya satisfacción se encontrará motivo de equilibrio emocional.

Por causas intrínsecas o extrínsecas, la sociedad o la

cultura pueden mostrar diferencias y cambios en su estructura y en su dinámica. Nuevos factores que son colectivos, surgen como expresión de la cultura, como consecuencia y como causa: el lenguaje, la religión, la instrucción, el tipo de trabajo, etc., y todo ello influye en los patrones de la dieta personal y comunal.

Mientras más se compliquen las interrelaciones sociales, será mayor la influencia de estos nuevos valores culturales y el hombre dependerá menos directamente de la naturaleza y su alimentación se verá también más afectada.

La cultura de un pueblo se refleja, en el tipo de nutrientes que componen su dieta y la forma de consumirlos.

"El panorama de nuestras actuales culturas indígenas, - nos muestran en cuanto a alimentación, que el maíz es una huella profunda y fervientemente arraigada, la presunción de que se trata de algo inherente a la médula de esas mismas culturas cobra creces"(13).

De ahí que se le denomine a México como cultura del maíz.

"Para el mexicano el terruño tiene fisonomía, lengua y alma; se apega a él y lo ama como cosa de familia, de los abuelos. El terruño en México ata al individuo y arraiga a las familias que emigran poco; la familia se estrecha y tiene lazos que dan a los pueblos reunión de hogares"(14).

En el terruño la familia adquiere una serie de hábitos, - entre ellos los hábitos alimentarios pasados de generación -

13-Echánove Trujillo, C. "Sociología Mexicana" p.13

14-Op. Cit. p.30

en generación.

Los indígenas contemporáneos vienen a confirmar que entre ellos, se hallan señalados multitud de rasgos autóctonos que tienen raigambre prehispánica, entre los que se encuentra la alimentación.

"Los antiguos mayas, en sus fiestas gastaban en un banquete lo que muchas días mercadeando y trompeando ganaban, y tenían varias formas de hacer fiestas, una era la siguiente: daban a cada uno de los convidados una ave asada, pan y bebida de cacao en abundancia"(15).

Esta situación se ha venido repitiendo desde entonces hasta nuestros días y con más frecuencia en las familias de escasos recursos y de clase media, que tienen que sacrificar su alimentación sufriendo hambre, con la finalidad de ahorrar dinero que podía ser utilizado en el mejoramiento de la dieta familiar, sin embargo es destinado para alguna fecha 'importante', como son las fiestas y ceremonias de tipo religioso.

Todas las festividades que practicaban nuestros antepasados tenían un fondo eminentemente religioso y mágico y en ellas se oraba, se ofrendaba, se sacrificaban bestias o seres humanos, pero también se bebía, se comía, se cantaba, se bailaba y se tocaba.

Todas estas pautas culturales se presentan, de una u o otra forma en el mexicano contemporáneo, y que vienen a influir en la alimentación del mismo.

"La conquista española de México no diezmó, ni empujó a

la población aborigen, más que en aquellas regiones del territorio en que dicha población era escasa, nómada y belicosa; es decir en que no resultaba fácil, ni a veces, posible esclavizarla"(16).

La mayor parte de los grupos nativos fueron conservados y esto creó la convivencia de vencedores y vencidos, que ha venido determinando el aspecto social y cultural de México.

Debido a esa convivencia y a la falta de escrúpulos raciales en el español, el mestizaje hispano-indígena surgió de inmediato y continuó floreciendo durante tres siglos de dominación española.

A semejante heterogeneidad étnica, correspondió una correlativa estratificación social, que tuvo por base el empeño del español, de mantenerse en el poder, lo que sólo podía -- lograr, relegando a los demás grupos étnicos a las capas inferiores, como en efecto hizo.

Con la estratificación social surge paralelamente una estratificación de los alimentos, y se refleja en que las clases privilegiadas comían los alimentos más variados y exóticos, así como en cantidades superiores.

Por su parte la mujer india sometida, sufrió en general un verdadero sistema de servidumbre, confinante con la esclavitud.

La conquista material del nativo por el español, fué sin embargo incompleta a través de todo el territorio. Además no

logró cambiar sus hábitos alimentarios y desterrar totalmente sus costumbres en varios aspectos de su vida.

Por otro lado, como era tanta la codicia y poca la cristiandad de algunas personas, a quienes la ejecución de este negocio se sometió, que no tuvieron ojo, sino para robar lo que pudieron, arrinconando a los indios en las peores tierras y dejando las mejores vacías, con la esperanza de entrar en ellas o sus amigos. Lo cual contribuyó a que la alimentación de éstos fuera aún más pobre.

Sí se fijaban las autoridades en la alimentación de los indígenas empleados en los obrajes, disponían "que se dé a cada indio para su comida y mantenimiento, diez y ocho tortillas o catorce tamales, y dos o tres días a la semana carne, y en los demás días y en cuaresma frijoles, chile o habas, - pero en pocas cantidades y de poco peso"(17), con esto los indios padecían hambre y desnutrición.

Había algunas autoridades que se compadecían de los indios al ver que se servían de ellos y les mandaban a los amos a dar a sus esclavos alimentos para hacer las tres comidas - del día, como tortillas o pan y a medio día un pedazo de carne y en la noche tres o cuatro chiles, y el día que no fuese carne se les diera medio cajete de frijoles o habas, y el que diera esto, se le multaba con cincuenta pesos.

Sin embargo no todos los amos cumplían con dicho mandato lo que viene a diezmar en la dieta de los indios.

También existían ordenanzas para los nativos como lo cita el autor Echánove para ilustrar algún ejemplo: "cada indio sea obligado a criar en su casa a doce gallinas de castilla y seis de la tierra, so pena de que pague el valor de las que dejare de criar, lo cual sea la tercera parte para la cámara del rey y las otras dos partes para el juez denunciador"(18).

Desde el punto de vista étnico , la población de México debe considerarse de modo general, dividida en indios, blancos y mestizos. No hay empero, solución de continuidad entre cada uno de ellos. No hay tampoco un sólo tipo de indígenas, como no hay tampoco un sólo tipo de mestizo o de blanco. La variedad étnica de los blancos que han poblado México, y la de los indígenas explica el hecho.

Por lo anterior no es posible hablar en general de la alimentación del mexicano, sino de la alimentación de diferentes sectores de mexicanos, la cual va a estar determinada de acuerdo a su cultura, y a otros factores que deben considerarse.

México, especialmente el México indígena, es una colección de sociedades todavía muy separadas. Actualmente en la multitud de pequeños poblados, cada uno con costumbres, apegos y - hasta dialectos propios.

Aún a pesar de toda esa heterogeneidad, se puede decir que la dieta del mexicano es inadecuada e insuficiente, ya - que más de la mitad de la población total del país se encuentra mal alimentado.

Cada comunidad tiene costumbres inseparables de su propio suelo. Los intereses y apegos del nativo están íntimamente vinculados al papel que desempeñan en su poblado. Las leyendas y mitos que aprende, justifican los usos tradicionales y a menudo lo indisponen respecto de los nuevos y modernos.

"Los blancos de México resultan culturalmente influidos, en mayor o menor grado, por el mestizaje, que toma sus características principalmente del indígena, de modo que la cultura de los blancos resulta también más o menos indigenoide"(19).

"Los factores condicionantes de la alimentación actúan a nivel familiar, ya que el núcleo familiar es la unidad de consumo con mayor identidad. No obstante, en el interior mismo de la familia, se advierte que la distribución de los alimentos tampoco es equitativa, es decir que no se ajusta a las necesidades de los diferentes miembros de este grupo. Así, - es frecuente, en el caso de los niños de corta edad y las madres embarazadas, un consumo proporcionalmente menor de alimentos con respecto al resto de la familia"(20).

Este fenómeno no reviste gravedad cuando la disponibilidad familiar global es alta, pero en los casos de familias con una provisión escasa, coloca a dichos sujetos en una situación nutricional muy deteriorada, en comparación con el resto de la familia.

Por otro lado, el espíritu de sumisión a los jefes en la población indígena de México, es un aspecto que viene a apa-

19-Op. Cit. p.192

20- Kumate, Jesús, "Salud y medicina en México" p.117

recer todavía en las familias contemporáneas, en cuanto a la equidad en la repartición de los alimentos, lo que se observa cuando llega el padre de familia, se le sirve lo mejor, y es el jefe de familia quién come más. Estos patrones culturales no operan sólo en México, sino en casi todos los países, y se trata de verdaderas órdenes atávicas. Consideran que el padre es el que trabaja y por tanto requiere mayores energías, lo mejor para él y lo más abundante.

No se detienen a considerar que los niños y los adolescentes tienen necesidades tal vez más grandes, ni que la madre, que lava ajeno y se pasa todo el día 'haciendo el quehacer' y lidiando con la prole, sufre también desgastes muy considerables de fuerzas.

Tampoco reflexionan en que la madre debe estar en buenas condiciones para seguir teniendo hijos, eventualidad que no es nada remota.

El hecho es que el padre come más. El sólo engulle lo que el resto de la familia; en esta forma perpetúa una costumbre que vió funcionar desde chico; desde entonces él también es un desnutrido, porque su padre se excedió a sus expensas; realiza un acto de compensación y desquite, al mismo tiempo que se convierte en el centro de una especie de distinción reverencial.

"El origen de ese sentimiento minusvalorizador de sí mismo, nació quizá de la discriminación social que el español - europeo, estableció en los tiempos de la colonia"(21).

La actitud de sumisión y su correspondiente sentido de resignación, son características de los indígenas mexicanos - de hoy, tal como lo han sido siempre en tiempos pasados. La resistencia al dolor moral, va acompañada a una resistencia semejante al dolor físico.

En América han transcurrido más de cuatro siglos de contacto entre la cultura autóctona y la extranjera, sin que - ésta haya podido desalojar a aquella, no obstante que los aborígenes sólo pudieron defender esa arraigada herencia de sus ancestros oponiendo pasiva resistencia. Si eso sucedió en épocas prehistóricas de esclavitud y servidumbre, es natural que en estos tiempos en que se está reivindicando los derechos de la población indígena, su cultura típica se desarrolle libre y rigurosamente.

En la clase media se nota la influencia europeizante, - sin que desaparezca la tradición indígena. Gran parte de la cocina típica mexicana es en realidad una combinación de ambos elementos.

"Se ha calculado que a fines del siglo pasado de 60 a - 65% de los mexicanos comían pan, aunque sólo en forma de se- mitas o pambazos, pero el pan no ha desplazado a las torti- llas para el grueso de la población. Pobres y ricos siguen - comiendo maíz y frijoles, pero en la clase media la dieta se complementa en algunas ocasiones con arroz, habas, lentejas, chícharos, huevo, carne y postre"(22).

Por todo lo anterior se puede decir que la cultura tiene gran influencia en la alimentación del mexicano.

En cuanto a la labor que debe desempeñar el Trabajador Social es básica, porque de él depende la realización de programas de educación social, conjuntamente con un equipo interdisciplinario, para que la población tome conciencia de sus problemas y rompa con atavismos tradicionales que influyen en la mala nutrición del pueblo.

El Trabajador Social tiene una visión como profesional, para tratar inmediatamente los problemas que incidan en una comunidad determinada. Así mismo, el está capacitado para tener una perspectiva concreta del problema y actuar en base a los recursos que la comunidad tenga en ese momento.

CAPITULO II

FACTORES ECONOMICO-SOCIALES QUE INFLUYEN EN LA MALA NUTRICION.

2.1-Culturales.

2.1.1-Tradiciones, tabúes y prestigio.

2.1.2-Educativos.

2.1.2.1-Analfabetismo.

2.1.2.2-desconocimiento de la importan cia de la nutrición.

2.1.2.3-Carencia a nivel individual y comunitario para proveerse de los elementos de una dieta adecuada.

2.2-Económicos.

2.2.1-Escasez de recursos.

2.2.2-Inadecuada distribución del ingreso.

2.3-Medios masivos de comunicación.

2.3.1-Su eficacia.

2.3.2-Su influencia negativa.

2.3.3-Sus posibilidades.

CAPITULO II

FACTORES ECONOMICO-SOCIALES QUE INFLUYEN EN

LA MALA ALIMENTACION.

Más de la mitad de nuestra población sufre mala alimentación, sus repercusiones se muestran especialmente en los preescolares en los cuales la mortalidad es verdaderamente asombrosa, ya que de acuerdo a las estadísticas cerca de 200 preescolares mueren cada día.

Los problemas que plantea la alimentación de la población han sido enfocados fundamentalmente desde el punto de vista médico, poniéndose énfasis en destacar los efectos de la desnutrición.

En esta orientación, pueden señalarse dos tipos de análisis, el que orienta al tipo biológico de la desnutrición, y sus consecuencias sobre el organismo del ser humano en el marco de la salud; y el que introduce elementos más complejos como son los culturales, económicos y sociales, para plantear la desnutrición como un ciclo social.

Por lo tanto la mala nutrición, es problema que compete a todo un equipo de trabajo, en el que se incluye al Lic. en Trabajo Social, como un elemento que le corresponde una responsabilidad importante en su participación, ya que de acuerdo a su formación y experiencia profesional, tiene que ver en la solución de la desnutrición, pues no es un problema meramente médico, sino que es condicionado por una diversidad de factores.

Logrando así manifestar las causas estructurales y complejas del fenómeno y por lo tanto, atacarlo conjuntamente y desde su raíz.

2.1.1 Tradiciones, tabúes y prestigio.

El problema de la nutrición, ya sea ésta buena o mala, no se puede separar del contexto cultural, en el cual el hombre obtiene su subsistencia transformando la naturaleza.

Los alimentos resultan ser los bienes más necesarios de los que se producen en el trabajo humano, y es por ello que la satisfacción que demanda se convierte en un marco, una situación material limitante que revela su magnitud y explica a la vez la dificultad de lograr una solución efectiva a los problemas que plantea.

La alimentación condiciona y moldea la cultura de un pueblo, cuya subsistencia depende directamente del estado de satisfacción de esa necesidad.

"La cultura es aprendida, las normas de conducta que que constituyen una cultura particular, no están biológicamente determinadas. El hombre no sólo aprende una cultura sino que también puede olvidar o descartar algo".(23)

Una insuficiente alimentación hace víctimas de enfermedades infecciosas, a la población con mayor propensión a contínuos males patológicos; la población, guiada por atavismos culturales y característicos propios de países subdesarrollados no se alimentan adecuadamente; donde sus hombres son indiferentes y se conforman con las condiciones en que viven, donde su productividad no está dada en toda su plenitud por

un proceso deficiente en su alimentación, atrofiando el desarrollo que se pretende sea normal.

Por lo tanto los hábitos, las costumbres y las actitudes en cuanto a alimentación se refiere, van a conformar una cultura, la cual a su vez va a ser transmitida de generación en generación, y es de ahí de donde provienen algunas causas de la mala alimentación del mexicano.

Aún siendo la "herencia la que proporciona el material-básico del ser humano, es el medio ambiente el que lo condiciona y moldea; en un sentido más o menos la personalidad, - la actitud, los hábitos y las costumbres de las personas casi siempre están de acuerdo con las características de su medio circundante".(24)

Se ha hablado mucho acerca del papel que juegan las tradiciones y los hábitos, en la mala alimentación del mexicano, - que se cree necesario definirlos:

Escamilla Gómez dice "los hábitos son la repetición sistemática de ciertos actos, su cualidad predominante es su carácter individual y el hecho de ser de tipo mecánico y reflejo, por naturaleza es esencialmente concreto.

Costumbres son el resultado de la generalización de los hábitos en una comunidad. Son producto de una convicción general reiterada en forma mecánica de ciertos actos.

Cuando las costumbres se transmiten de una generación a otra sin modificaciones substanciales, constituyen la tradi-

24. Escamilla G. G., "Principios fundamentales de educación sanitaria" p.119.

ción".(25)

De lo anterior se puede ver que en cuanto a la alimentación se viene arrastrando una serie de factores culturales provenientes de miles de generaciones atrás, así también se explica el porqué de los diferentes gustos, costumbres, hábitos y formas de alimentación dentro de un mismo país, en un mismo estado o ciudad, inclusive en una misma comunidad, y más aún, dentro de una familia.

Como puede verse, implicaciones de tipo cultural, repercuten profundamente en la población mexicana; a varios siglos se tendrá que remontar para conocer la historia de las carencias alimentarias que han condicionado la subalimentación, condición lamentable que sufre el pueblo mexicano a través de cientos de años, se ha adaptado a una dieta insuficiente y desequilibrada, fenómeno adaptativo que ha dejado hondas huellas en características somáticas, afectivas e intelectuales, principalmente en aquellos que habitan en la gran meseta central de la República.

La carencia o insuficiencia en cuanto a proteínas de origen animal que se presenta en la alimentación de la mayoría de la población mexicana, es un mal que la aqueja y que es causante como ya se dijo, de muchas características del mexicano como son la baja estatura, el peso inferior, su poca resistencia a los padecimientos infecciosos, la escasa estabilidad y concentración, la falta de disciplina así como la baja productividad en general.

En muchas ocasiones el mexicano es catalogado de flojo, sin embargo no se ponen a pensar que esto se debe a una alimentación inadecuada o insuficiente, que una persona no puede rendir lo mismo que debiera, ni concentrarse, si éste está pensando en que comerá mañana, lo mismo que un estudiante de cualquier nivel, cómo se va a concentrar en clase si se encuentra con el estómago vacío.

"El alimento es el común denominador de todas las personas en el mundo; no solo cubre las necesidades fisiológicas sino también las sociales y psicológicas. Aunque estos factores son comunes en todo el orbe, existen otros regionales e individuales que interactúan y dan como resultado diversos hábitos alimentarios. La familia, la religión, tradiciones, ingreso familiar y el estado de salud personal influyen también en la selección alimentaria".(26)

Los factores geográficos han determinado ciertos patrones alimentarios básicos. Así, existen países cuya dieta básica es arroz, maíz o trigo; esto da como resultado el desarrollo de toda una tradición en torno a esos alimentos.

"La religión es otro factor que influye en la ingesta: por ejemplo los judíos no ingieren carne de cerdo, los hindúes de res, otras sectas son vegetarianas, etc."(27)

El papel de los cereales es sumamente importante en la alimentación del mexicano, particularmente el maíz es un producto que desempeña uno de los roles más importantes debido

al consumo, ya que está al alcance de las grandes mayorías y se puede decir que es la base de la dieta del mexicano; además el maíz como alimento es superior a otros cereales y es considerado como un gran acierto dietético de las antiguas civilizaciones, ya que la forma de tratarlo antes de consumirlo le confería algunas características favorables, debido al agua de cal y al empleo del grano entero sin eliminar el germen; sin embargo una alimentación a base de este cereal y sin el equilibrio protéico necesario, es pobre e insuficiente.

Además hay que tomar en cuenta que para las clases desposeídas es casi el único alimento. La mala nutrición existe tanto en zonas rurales como en las urbanas, la cual no se debe exclusivamente a una carencia de alimentos, porque en realidad el individuo come de una u otra forma, lo que sucede es la escasa cantidad de alimentos, que la mayoría de las veces son inadecuados, se asocia con las infecciones, y entre estos dos factores surge la desnutrición, apareciendo una serie de causas y efectos que repercuten en el individuo.

No es posible hablar en general de la alimentación del mexicano, sino de la alimentación de diferentes sectores de mexicanos.

Conviene empezar con los grupos en los que la alimentación es más mala y está más desequilibrada. Estos grupos se encuentran, sobre todo, en el campo, "la gran mayoría de los campesinos mexicanos consumen desde hace siglos, una alimentación escasa y poco variada. En ella están presentes los mismos básicos que consumían los antiguos pobladores antes -

de la llegada de los españoles; es decir: el maíz, frijol y chile. Por ello, a esta alimentación se le ha dado en llamar "Dieta indígena", aunque ésto no significa que sean malos en sí mismos, al contrario: Sin ellos no hubieran podido sobrevivir nuestros antepasados".(28)

Lo malo es que la alimentación depende exclusivamente de ellos. El chile, al darles sabor, permite consumirlos en gran cantidad. El principal problema radica en que solo en pocas ocasiones se les agrega otros alimentos que los complementen; esta alimentación hace que en los sectores rurales " la desnutrición sea más grave.

El valor calórico de esta dieta es muy pobre así como el protéico y vitamínico. El problema que se destaca entre los demás es el de las proteínas, ya que se consumen en poca cantidad y de mala calidad, lo que es especialmente importante en niños y en la población sujeta a mayores demandas.

La mala nutrición no solo afecta al individuo sino a la colectividad, por lo que es barrera para el desarrollo integral del país. En forma semejante a la adaptación biológica, se establece una adaptación social que, en ahorro de energías, impide la aplicación total de la capacidad humana.

Como ya se dijo anteriormente, el maíz y el frijol son la base de la alimentación de la gran mayoría de los mexicanos. Sin embargo hay sectores más afortunados, especialmente en las zonas rurales con mayor desarrollo y en las ciudades.

"Tienen la ventaja de poder agregar a su alimentación,-

en forma frecuente, otros alimentos que la enriquecen; los productos derivados del trigo como el pan y las pastas para sopa, el arroz, la leche y sus derivados. Como estos alimentos no son originarios de México sino traídos por los españoles, se ha dado en llamar a este tipo de dieta "mestiza". Esta alimentación es en general más abundante y variada que la anterior".(29)

Como es de suponerse, los grupos que la consumen tienen en términos generales, una mejor nutrición, aunque una porción importante presenta desnutrición.

"Finalmente, existen grupos de mexicanos, los más afortunados, principalmente en las grandes ciudades, que aún - conservan algunas costumbres autóctonas, consumen en forma habitual una gran diversidad de alimentos de todo origen. Se dice que consumen una dieta "occidental". Podría pensarse - que en estos grupos no hay problemas de nutrición: sin embargo los hay, aún cuando por el exceso en el comer".(30)

Como puede observarse la población mexicana está dividida en tres niveles de alimentación, el primer nivel y por lo menos la mitad del segundo abarcan a más de la mitad de la población total, están mal alimentados y por lo tanto presentan manifestaciones biológicas y sociales de una nutrición deficiente.

Somos un país que dá poca importancia a la alimentación y se refiere tanto a los pobres como a los ricos; en nuestro

29-INN, "Nutrición...Op. Cit. p.8

30-INN, Op.cit. p.10

país no se le dá la debida importancia a la alimentación como se le dá a otras cosas; la mayoría de las personas no se preocupan tanto por la dieta familiar, "como se preocupa por obtener el automóvil de modelo más reciente o la casa más os tentosa por ejemplo, como símbolo de prestigio; dejando en segundo plano la calidad de la alimentación; lo cual se debe a que la comida no les dá el estatus que les brindan otras cosas, ya que ninguna familia ve lo que otra come, sin embar go sí compiten en quien usa la ropa de moda, quien tiene te le visión, lo que les proporciona más prestigio y son más ac ceptados por el grupo social".(31)

Los factores condicionantes de la alimentación actúan a nivel familiar, ya que el núcleo familiar es la unidad de consumo con mayor identidad, debido a que se heredan o trans miten los hábitos y costumbres de generación a generación.

"Los padres transmiten a los hijos sus gustos por cier to tipo de alimentos ésto es principalmente durante la infan cia, cuando también se adquieren aversiones o afinidades, de pendiendo en parte del ambiente que exista durante la hora de los alimentos y la utilización de éstos como pre mio o cas tigo; además de que los niños tienden a imitar a quienes ad miran o respetan".(32)

Sin embargo, en el interior mismo de la familia, se ad vierte que la distribución de los alimentos tampoco es equi tativa, es decir que no se ajusta a las necesidades de los

31 -Gaceta UNAM, 10 feb. 1986, p.25

32 -FMVYZ-UNAM, "El hambre en el mundo, diez mitos" p.20

diferentes miembros de este grupo.

Es muy frecuente en el caso de los niños y las mujeres embarazadas, un consumo proporcionalmente menor de alimentos con respecto al resto de la familia. Esta situación no presenta gravedad cuando la disponibilidad familiar global es alta, pero en los casos de familias con una provisión escasa coloca a dichos sujetos en una situación nutricional muy deteriorada, aún en comparación con el resto de la familia.

"Lo anterior se deriva de las tradiciones generales de la familia, la alimentación de la mujer gestante suele ser proporcionalmente más deficiente aunque mantenga su nivel de consumo, por cuanto sus requerimientos nutricionales son mayores; agravan con frecuencia su situación otras restricciones de tipo cultural que prescriben determinados alimentos durante el embarazo".(33)

Con este tipo de alimentación, la situación del niño es grave. El lactante se alimenta durante más de un año del seno materno; los nutrientes complementarios son introducidos tardíamente, en cantidades insuficientes y poco diversificadas.

La situación empeora en la edad preescolar del niño, pues pierde la alimentación materna sin compartir plenamente la dieta familiar, en sí misma insuficiente. En los escolares, continúan las deficiencias, además se agrava por las frecuentes enfermedades que caracterizan este período de la vida del niño.

"Todo se debe en gran parte a que existen multitud de prejuicios y prácticas inadecuadas en materia de alimentación infantil en México. Muchas de ellas son tradicionales, originadas ya sea en la cultura indígena o en la europea". (34).

De esta situación no tiene la culpa únicamente la madre sino en gran parte, el personal de salud, que en un pasado no muy lejano hacía más énfasis en los aspectos negativos de los alimentos que en sus cualidades.

"Así, por ejemplo, es sabido que los médicos de generaciones atrás ordenaban suprimir la alimentación en caso de enfermedad, aconsejaban la lactancia prolongada, la introducción tardía de alimentos y también consideraban que no era conveniente el uso de leche de vaca como sustituto total o parcial del pecho materno".(35)

Como puede verse, los aspectos culturales en cuanto a tabúes y creencias sobre alimentación, constituyen un grave problema tratándose del niño en su primer y segundo año de vida. Aún existiendo en el hogar otros recursos alimenticios.

Por lo anteriormente expuesto la nutrición humana, sobre todo la infantil, debe ser una de las preocupaciones más importantes de todos los gobiernos, por las graves implicaciones biológicas y sociales de una alimentación insuficiente en las primeras etapas de la vida.

34-Hernández, M., "Prácticas de alimentación infantil" p.72

35-Hernández, M., Op. Cit. p.72

De acuerdo a las estadísticas; "el 4.8% de cada 1000 niños fallecen antes de los 4 años a consecuencia de estos problemas y, en muchas comunidades, sólo la tercera parte o menos de los habitantes tiene un estado nutricional satisfactorio".(36)

La alimentación durante el primer año de vida representa uno de los más grandes problemas del país, ya que es en relación a esta época cuando existe la mayor parte de creencias, tabúes y prejuicios sobre los alimentos, lo cual condiciona la mala alimentación del niño.

2.1.2 Educativos.

2.1.2.1 Analfabetismo:

El que una persona disponga de una cantidad suficiente de dinero para adquirir su comida, no garantiza que consuma una buena alimentación. Es necesario que tenga una información adecuada sobre los alimentos que puedan satisfacer sus necesidades a un costo mínimo, además de como conservarlos para asegurar su consumo aún en épocas que escaseen.

Todo ello requiere de un buen nivel de instrucción del que carece alrededor de la quinta parte de mexicanos de 15 años de edad y más, ya que no han tenido la oportunidad de asistir a la escuela y son analfabetos.

A través de la educación se prepara al hombre del futuro, desde éste ángulo el proceso educativo no es ajeno a las contingencias políticas y sociales en que se desenvuelve.

Esta formación, educación o capacitación, la reciben -

quienes tienen acceso a la educación formal. Pero en nuestros países son muchos los que suman en una situación de alineamiento mayor, al no tener acceso siquiera a esta educación formal, quedando en el analfabetismo, problema que es gravísimo en muchas regiones de México, y que además repercute en la mala nutrición de sus habitantes.

"La deserción escolar es muy alta, pues solamente el 15% de los 20 millones de niños inscritos en las escuelas primarias, siguen sus estudios hasta el 6.^o año de primaria. Son menos numerosos todavía los que actualmente siguen estudios secundarios y profesionales".(37)

De estos analfabetas se desprenden las enormes masas que se ofrecen en el mercado de trabajo, solo pueden ofrecer una mano de obra no calificada y, por lo tanto difícilmente utilizable, para que estas masas pudieran entrar en el círculo de civilización industrial, sería necesario un mínimo de instrucción. En el caso contrario, no puede ser factor de desarrollo.

Por estas situaciones enunciadas, se ve claramente el problema que en México constituye el analfabetismo, ya que este es un obstáculo para encontrar algún empleo que proporcione un ingreso, que permita tener una dieta adecuada, como se verá en otro inciso.

Además el analfabetismo influye en la mala alimentación, debido a que obstaculiza la información existente en cuanto a nutrición, porque de qué sirve dar toda esta información -

37- Aguilar F. Guadalupe, "Análisis del aporte que las escuelas de Trabajo Social dan al desarrollo de comunidad", tesis, - Vasco de Quiroga, 1975 p.112

...mediante carteles, libros, anuncios, programas, etc. si la gente no sabe leer y escribir, tampoco es posible que guarde tanta información en su mente. También hay que recordar que la mala alimentación se presenta con mayor intensidad en las zonas rurales, que además tienen más población analfabeta.

En una familia, generalmente es la madre quien planea la dieta diaria, de ahí que su educación al respecto influya en sus hijos, ya sea positiva o negativamente.

En nuestro país el número de mujeres analfabetas es superior al de los hombres[†], este factor influye enormemente en la mala alimentación, en información no puede llegar a las manos de las amas de casa y éstas aprovecharla en favor de una mejor dieta familiar.

2.1.2.2-Desconocimiento de la importancia de la nutrición:

La mayoría sabemos que una buena alimentación es necesaria para lograr y mantener un satisfactorio estado de salud; sin embargo pocos sabemos en la práctica, qué es una buena alimentación. Así mismo, es muy frecuente oír que una mala alimentación produce enfermedad y desnutrición; empero, pocos sabemos reconocer, y lo que es más importante, prevenir la mala nutrición.

Además, la mayor parte de nosotros ha oído decir que México es un país con muchos problemas de nutrición; sin embargo, pocos conocemos cuales son los problemas más importantes, a quienes afectan más, que consecuencias tienen sobre la sa-

†-X censo general de población y vivienda, 1980. SPP

lud y el bienestar de las personas y cuales son las posibles acciones para prevenirlos y remediarlos.

Lo primero que influye en la dieta humana es la disponibilidad para consumir determinados alimentos, la cual está condicionada primordialmente por la situación geográfica, -- que favorecerá, de acuerdo con el clima, el tipo de terreno, la producción agrícola y pecuaria.

Actualmente algunos de estos factores se han superado a través de tecnología. A pesar de eso, los factores geográficos han determinado ciertos patrones alimentarios básicos, -- así se puede ver que hay familias que disponen de los recursos para una dieta adecuada; sin embargo comen lo que siempre han comido, lo cual se debe en gran medida a que desconocen la importancia de la nutrición.

En los países industrializados con alto nivel de vida, -- la carne, los lácteos y el huevo se pueden conseguir fácilmente, al grado de que se consumen en exceso y pueden ocasionar obesidad. En cambio en países pobres el problema a resolver es la subsistencia, por lo que se ven obligados a consumir cualquier alimento.

México presenta ambos problemas, ya que lo que cuenta -- no es comer, sino el saber comer lo adecuado, es decir, que la escasa cantidad de alimento es dañino, así como el exceso.

La principal consecuencia de una mala alimentación es -- la mala nutrición, ya sea por falta de alimentos o por consumo excesivo de ellos, como ya se mencionó. "Al primer caso -- se le conoce como desnutrición. Del segundo su manifestación más importante es la obesidad". La falta de alimentos es ...

el que más se manifiesta en México.(38)

De esto se puede desprender que aún en los grupos que consumen la dieta "occidental", se presentan problemas de mala alimentación aún por el exceso en el comer, ya que no sólo la gente de escasos recursos es mal nutrida.

Las familias rurales no identifican a la desnutrición debido a que prácticamente todos los niños la sufren, ni tampoco a las manifestaciones; nunca relacionan la delgadez, la debilidad, la apatía, el crecimiento defectuoso, y la gran cantidad de enfermedades que provienen por la falta de alimentos. Mucho menos hacen relación en los aspectos positivos, la alimentación y el desarrollo normal, porque no conocen la importancia de la nutrición.

Mucho se ha discutido si la problemática de la alimentación en el medio rural se debe a la pobreza o solamente a los hábitos inadecuados. En realidad esta discusión es absurda, pues ambos factores están relacionados.

Se ha mantenido al medio rural tan ignorante y tan explotado, a un nivel tan bajo de desarrollo, que no solo le faltan recursos económicos, sino que ni siquiera sabe demandar una condición mínima para ellos y sus hijos.

Sin embargo es indudable que primero tiene que saber que los niños necesitan comer para desarrollarse, aunque sean alimentos locales, para después anhelar ya algo mejor para la siguiente generación.

Una de las principales consecuencias de la desnutrición es que agrava ciertas enfermedades, especialmente las infecciosas. Esto hace que las muertes por enfermedades infecciosas sean más frecuentes en las personas desnutridas. Las defunciones ocurren especialmente entre los niños pequeños desnutridos.

La desnutrición no sólo provoca más muertes sino que -- también favorece que las enfermedades infecciosas duren más y sean más rebeldes. Para los niños, ésto significa pasar enfermos gran parte de sus primeros años de vida, con la consiguiente limitación en sus oportunidades para aprender y desarrollarse.

La desnutrición no sólo hace más graves las enfermedades, sino que a su vez las enfermedades infecciosas empeoran la desnutrición.

"Cuando la desnutrición se presenta en las épocas de crecimiento, las enfermedades se desarrollan con mayor rapidez, sus consecuencias negativas son más intensas; el niño crece con menor velocidad y aún hay casos en que deja de crecer"(39). Un niño desnutrido es más pequeño que sus compañeros de la misma edad, tiene menor peso y estatura; da la impresión de tener menos edad que la que realmente tiene.

La desnutrición también afecta al niño en otros aspectos: lo hace más quieto, apático, indiferente hacia lo que lo rodea, en una época de su vida en lo que más sobregale es la actividad, inquietud y capacidad para aprender y explorar.

Lo que hace más trágico el problema es que este retraso en su crecimiento y en su desarrollo, cuando ha persistido - mucho tiempo, difícilmente se recupera.

Una mala alimentación que persiste, da lugar a adolescentes y adultos desnutridos, aunque en ellos los efectos negativos, tan aparentes en los niños, se observan en forma menos notoria.

"Se sabe poco de otros efectos indeseables de la desnutrición sobre la salud y la vida de los adultos. Sin embargo, la desnutrición crónica aumenta riesgos en la mujer durante el embarazo y el parto, hace que procreen niños que nacen ya desnutridos y con alto riesgo para su vida, durante los primeros años"(40)

Cuando la desnutrición afecta a un número importante de los miembros de una comunidad, sus consecuencias negativas - se hacen evidentes, porque se reduce la eficiencia del trabajo colectivo, hay mayor ausentismo en el trabajo, menor creatividad, decrece el espíritu de cooperación y aumenta la inseguridad y la desconfianza.

Por todos estos factores, las comunidades desnutridas - son comunidades aisladas, atrazadas, con bajo nivel de productividad y una fuerte resistencia a las innovaciones que les llegan del exterior. Vista así, la desnutrición es un - factor coadyuvante del subdesarrollo económico y social.

Es muy posible que la mayor parte de los problemas de salud de la población de escasos recursos esté íntimamente -

ligada con los fenómenos de alimentación infantil descritos.

Es indudable que la solución a estos problemas tiene una prioridad dentro de los programas de salud, no sólo por su importancia, sino porque se requiere de educación para señalar las fases de un mejoramiento efectivo.

Lo que es bien importante es que se requiere insistir con esta educación, cada vez con más esfuerzos, con la ayuda de un equipo de trabajo, del cual debe de formar parte el Trabajador Social, que tanta influencia tiene sobre las familias, las comunidades, dejando aparte los propios prejuicios de todo tipo de clases sociales, comerciales o culturales, para que de una verdadera cruzada, se logren cambiar las prácticas nocivas por los nuevos hábitos, que favorezcan el desarrollo de los niños y así la próxima generación logre un adecuado desarrollo físico, mental y social, y como consecuencia, de mayor salud y bienestar.

Según algunos estudios realizados, más de la mitad de los casos de desnutrición surgen en hogares que desconocen el hambre. Aunque parezca paradójico, este hecho se debe a que la madre no se da cuenta de la desnutrición de su hijo, es decir que desconoce la importancia de la nutrición.

2.1.2.3. Carencia a nivel individual y comunitario para proveerse de los elementos de una dieta adecuada:

Es habitual observar que las comunidades más pobres, con más altas cifras de analfabetismo y con patrones de cultura más tradicionales, sean también comunidades con muy escaso nivel de saneamiento.

El vivir en un ambiente altamente contaminado, es decir,

un ambiente en donde el agua escasea, en el que la vivienda no protege contra los cambios del clima, en el que se convive con los animales, en el que se está en contacto constante con las deyecciones humanas y animales, conduce a padecer en enfermedades infecciosas de todo tipo con una frecuencia elevada.

Ya se mencionó cómo las enfermedades contribuyen de manera tan importante a desencadenar, perpetuar y agravar la desnutrición. Es común observar cómo en las comunidades empobrecidas, los niños pasan más de la mitad del año enfermos.

Como se ha venido diciendo, la desnutrición existe tanto en las zonas rurales como en las urbanas, la cual casi nunca se debe a una carencia de alimentos en una forma exclusiva, es decir que la desnutrición "pura"(41) como podría llamársele, es en realidad muy poco frecuente ya que, en una u otra forma, el individuo come; lo que sucede es que la escasa cantidad de alimentos se asocia con las infecciones y entre estos dos factores se desencadena la desnutrición; por lo tanto aparecen una serie de causas y efectos que repercuten, como es natural, contra el individuo y en detrimento del mismo.

Esto también se debe a que en algunas zonas, generalmente en las más alejadas de las ciudades, se carece de los elementos necesarios para proveerse una dieta adecuada.

Así por ejemplo hay zonas con "una buena nutrición, con un consumo promedio satisfactorio de proteínas y calorías, -

41- Vázquez S. Araceli, "La desnutrición en México como problema social", tesis, México, UNAM ENTS, 1978 p.99

mortalidad preescolar relativamente baja y desnutrición severa escasa. Comprende algunas áreas del norte del país"(42).

Existen zonas con una nutrición regular, "con presencia frecuente de deficiencias calóricas y protéicas, mayor incidencia de la mortalidad preescolar y aparición de cuadros patológicos causados por la mala nutrición. Abarca preponderantemente la zona del Golfo de México, incluyendo otras zonas de menor extensión"(43).

Los recursos agrícolas de México son pobres, "sólo el 15% de las tierras ofrece buenas condiciones para el cultivo" (44). El resto son tierras áridas o semiáridas, dependientes de ciclos de lluvia que alternan con sequías, pedregosas, erosionadas porque han sido labradas generación tras generación y que, para hacerlas medianamente productivas requieren de agua, fertilizantes e insecticidas. Y todo ésto es muy costoso.

Por estas razones, en México la producción de alimentos no es suficiente. Hay otros obstáculos que impiden que los alimentos que se producen alcancen a todos los hogares.

Uno de ellos es la escasez de medios de transporte en condiciones que permitan su conservación. Pese a que en nuestros mares la fauna es abundante, el pescado no llega a los mercados por falta de transporte y de frigoríficos. Todos estos factores contribuyen a la pérdida de un elevado porcenta

42-Kumate, J., "Salud y medicina en México" p.118.

43-Kumate, J., Op. Cit. p.119.

44-INN "Nutrición, clave del bienestar" p.27

je de alimentos producidos.

La escasez de recursos para adquirir la carne, leche y derivados limita su producción y, por otra parte, de inversiones, organización y técnicas encarece la conservación e industrialización de los mismos. Pese a que la utilidad de los alimentos industrializados en el mejoramiento de la dieta de la población es mínima, comparada con el papel que podría desempeñar si se orientase enérgicamente hacia esta función social, solo llegan a determinadas partes del país y no llegan hasta las comunidades más pobres.

La industrialización intensiva de los alimentos como ya se ha dicho, podría ser un poderoso recurso para conservarlos, sin embargo, se realiza en escala reducida.

Un obstáculo más es que las grandes ciudades centralizan en gran medida la vida económica del país; "El Distrito Federal concentra hasta cuatro veces más que el resto del país, alimentos tan valiosos como la carne, la leche, el huevo y el pescado"(45). Este factor hace que la disponibilidad de los productos en el interior del país sea muy limitada.

La subalimentación crónica, el hambre oculta es muy destructiva, y pesa cada vez más sobre la población. Además de la necesidad cuantitativa de alimentos, se requiere la dieta balanceada, es decir una alimentación cualitativa y en los países subdesarrollados se adolece de estas características.

2.2-Económicos

2.2.1-Escasez de recursos:

La pobreza es probablemente el factor que por sí solo - más contribuye a la desnutrición. Como una porción muy significativa de la población mexicana se dedica a las actividades primarias que, como la agricultura, tienen muy poco rendimiento económico, su capacidad de compra es muy reducido.

Estos exiguos ingresos no permiten adquirir y consumir una cantidad mínima de alimentos que satisfaga las necesidades de la familia.

"La característica más sobresaliente de la etapa que vive actualmente la humanidad es la irracionalidad, que reina tanto en la vida política de las naciones como en la organización interna de las sociedades."(46)

La experiencia y las actividades científicas y tecnológicas han producido conocimientos sobre los fenómenos naturales, lo que ha permitido un mayor control sobre ellos.

Del mismo modo, la obtención del mínimo indispensable - para satisfacer las necesidades del hombre es cosa del pasado en los países industrializados. Sin embargo existe un gran desnivel entre lo que es simplemente útil para el hombre y los objetivos que se fijan los avances tecnológicos a los cuales se ha llamado "Desarrollo" y que actualmente se desvinculan de patrones que asegurarían la supervivencia feliz de la especie humana.

Este divorcio entre un conocimiento se convierte en ---

46-Cuadriello, Guadalupe, "La educación de adultos factor importante para el cambio en México", Tesis, Vasco de Quiroga - Mexico 1979 p.56

especulativo y una práctica regida por pautas impermeables a la razón, hace que queden a un lado los verdaderos valores - del hombre, cuyo origen sigue siendo la naturaleza a la que ha modificado. Conflicto que se hace patente en un campo cuya problemática es esencial para el ser humano: la salud que, como se ha venido diciendo para alcanzarla, lo fundamental - es una alimentación adecuada.

Lo primero que influye en la dieta humana es la disponibilidad para consumir determinados alimentos, la cual está - condicionado por la situación geográfica.

"El medio físico y natural de México, desde el punto de vista de su naturaleza espontánea como de su transformación por el hombre, parece tener la siguiente influencia sobre su población, hace que ésta sea en general, económicamente deficiente, en ciertos aspectos es, evidentemente pobre, incluso muy pobre a veces"(47).

Como se ha visto dicha transformación del medio ambiente por la tecnología, no es suficiente, ya que los alimentos no llegan hasta los lugares más apartados.

El ingreso económico es un factor que influye grandemente en la alimentación, además es muy importante para conservar la estabilidad de un hogar; el satisfacer las necesida--des primordiales es un imperativo y de ello depende la tranquilidad y la armonía del mismo.

Estudiosos de la ciencia de la economía, valoran el progreso de una nación por el ingreso económico "per cápita": -

así, cuando éste es bajo e insuficiente, peligra la integridad del núcleo familiar en varios aspectos de su vida.

La baja actividad física en las comunidades rurales se relaciona con la pobreza de su dieta y con la economía de subsistencia en ellos. En ésto interviene la economía en forma determinante.

Existen evidencias suficientes que demuestran que una adecuada nutrición es parte fundamental en el desarrollo económico, por lo tanto se necesita una política nacional de alimentación, integrada a los programas de desarrollo económico del país.

Además si se quiere bajar el índice de mortalidad y todos los problemas que por desnutrición se han detectado; es indispensable, primeramente distribuir mejor los alimentos de bajo costo y alto valor nutritivo, pues la disponibilidad y la producción es suficiente para el requerimiento de la población en cuanto a alimentos vegetales y agrícolas, pero lo que sucede es que la distribución no es equitativa, añadiendo además una serie de costumbres alimentarias ancestrales.

En las ciudades que acaparan los alimentos en alta proporción, por razones de mayor capacidad adquisitiva, con más alto nivel de ingreso económico y en donde se concentran las clases privilegiadas, en este aspecto, específicamente el factor alimenticio, es decir que lo que produce el país es disfrutado particularmente en áreas urbanas; con ésto se puede comprender la causa del gran índice migratorio del campo a las ciudades con el propósito de disfrutar mejores formas de vida, lo cual presenta otro gran problema a resolver y --

que va íntimamente ligado a otros.

Por lo tanto si se quiere solucionar el problema que presenta la sobrepoblación de las áreas urbanas, sin una debida y previa planeación o control, será necesario retribuir al campo mexicano, de manera más equitativa y justa, el producto de la riqueza nacional derivada de los recursos con que cuenta el país; específicamente para satisfacer el aspecto alimentario y nutricional.

La escasez de recursos se debe a las características económicas del país, que se resumen de la siguiente manera:

Sector primario atrasado -Las instituciones agrarias se presentan "anticuadas, conservando estructuras tribales, patriarcales y de clases, al menos en el ámbito rural con toda su fuerza de cohesión; Sector secundario limitado, desequilibrado e insuficiente; El sector terciario hipertorfiado y parasitario, que se ha constituido, en gran parte, por una inquieta marejada de pequeñas actividades individuales de intervenciones improductivas".(48)

"Un ingreso familiar pobre genera en primer lugar, una alimentación defectuosa y una limitación de sus bienes productivos. Esto a su vez se liga estrechamente con poco trabajo, una nula capacidad de ahorro. Esta situación impide el desarrollo de la comunidad, tanto en el aspecto económico propiamente dicho, como también en el tecnológico, educativo, y sanitario, favoreciendo una organización social deformada,-- que propicia el acaparamiento de los bienes de la comunidad

48-Vázquez Sedano Araceli, "La desnutrición en México como problema social", tesis, México, UNAM ENTS, 1976, p.17

por unos cuantos"(49).

En la familia de escasos recursos económicos, en donde a los padres no les resulta posible prestar el cuidado y atenciones alimenticias debidas, por la elevada cantidad de hijos y por el bajo ingreso económico familiar, consecuentemente un factor que agrava el problema de la mala alimentación.

Los altos precios de las materias primas con que se encuentra el mercado interno del país, no permite adquirir y disponer de los alimentos por el bajo poder de compra de gran parte de la población.

Y como ya se dijo, anteriormente, aunque se ha registrado aumento considerable de productos alimenticios como el maíz, trigo, frijol y papa, éstos desafortunadamente son de bajo contenido protéico; pues los alimentos más ricos en proteínas no están al alcance de las mayorías, por su elevado costo, y si bien, este precio no fuera alto, de igual manera su adquisición no es tan factible por razones de su bajo ingreso económico; de aquí la importancia de un más justo reparto del ingreso nacional.

"El gasto en alimentos asume la mayor parte de las entradas en las familias de menores ingresos, el problema básico para estos grupos consiste en acceder a limitados alimentos, tanto en calidad como en cantidad"(50).

Si un país no ha logrado un nivel adecuado de desarro--

49-Chávez, A., "Encuestas nutricionales en México".

50-Kumate, J., "Salud y Medicina en México", p.106.

llo, es prácticamente imposible que llegue a satisfacer las necesidades de alimentación de su población. Esto lleva a -- pensar que cualquier país dependiente con un bajo ingreso -- per cápita, no puede satisfacer los requerimientos nutricio-- nales.

Recíprocamente, con una población desnutrida, el desa-- rrollo socioeconómico es difícil, ya que los niños sobrevi-- ven a las muertes causadas por desnutrición, presentan defi-- ciencias físicas y psíquicas que dificultan una posible inte-- gración a la sociedad moderna.

"Por otra parte la sociedad moderna, siguiendo el mode-- lo de los países centrales, demanda individuos altamente ca-- lificados. Esto condiciona el tipo de mano de obra requerido por las empresas que excluye la participación de los desnu-- tridos, con el consiguiente agravamiento de su marginación"-- (51).

La influencia de la capacidad adquisitiva sobre las mo-- dalidades de consumo de alimentos, determina que los secto-- res de mayores ingresos utilicen de 2 a 3 veces más proteí-- nas que las necesarias y esta tendencia general está condicio-- nada únicamente por el nivel de ingresos.

Existen comunidades en donde la desnutrición más que ge-- neralizada, es universal y afecta la vida social y económica, imponiendo una dinámica que la hace persistir y transmitirse de una generación a otra. Están obligadas a un consumo míni-- mo de energía que se manifiesta en una interacción social es

casa, favoreciendo la desorganización y el aislamiento, estas características ayudan a la explotación económica a que están sometidas.

2.2.2 Inadecuada distribución del ingreso.

Una de las grandes causas de la desnutrición crónica de la población nacional en su mayoría, es debido a la inadecuada distribución de la riqueza y de los recursos, a su vez - del ingreso nacional en forma específica; igualmente la marginación y el olvido a que están sujetos estos sectores del país.

Con lo anteriormente dicho, se prueba que la población tiene bajo poder de compra, con existencia de mínimos requerimientos alimenticios y limitados a un subconsumo tradicional y por adaptación.

En algunas barriadas de las ciudades, los niños no comen mejor que los que habitan las más pobres zonas rurales y además no están como éstos últimos acostumbrados a la subalimentación y a las dietas de hambre.

Al parecer existen mayores proporciones de desnutrición infantil en las zonas suburbanas, que comprenden los barrios y periferias de la ciudad, "cinturones de miseria", que en el campo.

Las dietas basadas fundamentalmente en el maíz, traen aparejadas grandes deficiencias en alimentos proteínados; la escasez de ganado vacuno que dificulta la adquisición de leche para alimentar a los niños en distintos lugares, registra condiciones diversas de nutrición de una zona a otra, de un país a otro.

El desarrollo desigual de los países llamados del "tercer mundo", ha generado situaciones económicas y sociales -- que se reflejan en el deficiente y a veces crítico consumo -- de alimentos. La miserable alimentación y la situación nutricional en estos casos es de tal magnitud que, más que un problema clínico es un problema histórico, económico y social.

"La desnutrición no es sino una consecuencia, la más -- evidente, injusta y dramática, de una organización económica y social, que para el conjunto de países subdesarrollados, -- se encuentra fuertemente determinada por la estructura económica mundial."(52)

Estos diferentes niveles de vida, se manifiestan en el tipo y cantidad de bienes a que tiene acceso la población, -- se expresan en la distribución del ingreso en la sociedad, -- de acuerdo a las distintas posiciones que los grupos ocupan en el sistema productivo.

En los países subdesarrollados, la concentración de una gran parte del ingreso en un pequeño sector de la población, es un fenómeno de características más agudas que en los países desarrollados, lo que coloca en una situación más desfavorable a la gran masa de la población, que recibe parte menor de un conjunto de bienes muy inferior, en razón de la ineficacia global del sistema productivo subdesarrollado.

El meollo del problema alimentario es la bajísima capacidad adquisitiva de los grandes grupos de la población

como resultado de una fuerte concentración en la distribución del ingreso.

Esta distribución desigual del ingreso que ha reducido al mínimo el poder de compra de grandes sectores de la población, está frenando el desarrollo; Es la consecuencia más grave del desarrollo sin planeación que presenta la economía mexicana, porque la mayor parte del ingreso se ha concentrado en pocas manos, creandose un gran número de población que no participa de los beneficios del progreso económico.

La distribución desigual del ingreso, la economía de subsistencia que caracteriza a los sectores campesinos tradicionales, las condiciones de vida de los habitantes de los cinturones de miseria que rodean las grandes ciudades y el proceso de trasculturación que afecta con diversos efectos al conjunto de la sociedad, son factores que convergen para producir la coexistencia de distintos patrones dietéticos.

Estas podrían ser las explicaciones con respecto a la incapacidad de la población para consumir significativamente mayores volúmenes de alimentos y cualitativamente mejores, a pesar de la existencia de víveres por una parte, y las carencias alimentarias por otra.

El problema más importante de la salud del pueblo mexicano es la desnutrición por sus múltiples consecuencias; el consumo excesivo de alimentos es un problema circunscrito que tiene como sujeto principal al sector de mayores ingresos y que se presenta esencialmente en la población urbana.

Así existe un alto grado de concentración de alimentos de origen animal para la ciudad de México, "puesto que el 15

por ciento de la población nacional captó más del 30% del total disponible del país. El consumo alimentario del Distrito Federal es mucho más alto comparado con el resto del país, - donde las disponibilidades de la mayoría de los alimentos de origen animal son bajos (53).

Recursos existen, de manera invariable, sin embargo se les subutiliza o malemplea a fin de atender demandas de quienes ya se encuentran adecuadamente alimentados.

En consecuencia, la escasez no es causa del hambre. La ilusión de la escasez es consecuencia de las extremas desigualdades en el control de los recursos para producir alimentos, que bloquean su desarrollo y distorcionan su empleo.

Todos los países del mundo tienen los recursos necesarios para que su población se libere a sí misma del hambre.

El evidente progreso económico del país, a lo largo de este siglo, no ha estado acompañado de avances sociales semejantes. En la realidad cotidiana han tendido a predominar los intereses particulares sobre los colectivos. Con el enriquecimiento de unos pocos, ha aumentado la miseria de los de más.

Para alcanzar el equilibrio entre la población y los recursos de un país, debemos atacar desde ahora la causa fundamental del hambre y de las altas tasas de crecimiento demográfico: la inseguridad y la pobreza de la mayoría, provocada por el control que unos cuantos ejercen sobre los recursos nacionales básicos.

El problema del hambre y la desnutrición empeora cuando se aborda como un problema meramente técnico. Sólo podremos dejarlos atrás si logramos ante todo transformar las estructuras sociales, de tal manera que la mayoría participe directamente en la construcción de un sistema económico democrático.

"El problema de la producción de alimentos se resolverá con los campesinos, no contra ellos. La verdadera solución se encuentra en un esfuerzo organizado de todos los grupos sociales que permita asegurar un control democrático de los recursos productivos y constituya sistemas participativos para la producción y distribución de los alimentos"(54).

2.3. Medios masivos de comunicación.

2.3.1. Su eficacia:

Toca en este momento darle importancia a los medios masivos de comunicación y el papel que juegan en la mala nutrición del mexicano.

Empezaremos por señalar lo que para Joseph Klaper son los medios masivos de comunicación, él sostiene que el auditorio para la comunicación de masas está constituido por personas y que estas viven interrelacionadas con otras y con -- instituciones sociales como la iglesia, la escuela, la familia, los amigos, etc., interinfluencias en las que se desarrollan opiniones y concepciones de las cuales son partícipes y que manifiestan comportamientos hacia los demás"(55).

54-FMVyZ-UNAM, "El hambre... Op. Cit. p.31

55-Wilbwr, S., "La ciencia de la comunicación humana". p.79.

La elección de los medios de comunicación masiva, dependen mucho del grupo social de que se trate, ya que su elección será congruente con sus gustos.

"La comunicación de masas reforzará las tendencias que ya posee un auditorio. Sus efectos sociales, por tanto dependerán principalmente de como la familia, escuela, iglesia, etc., den carácter típico a los miembros del público a los cuales sirve la comunicación de masas"(56).

Los medios de comunicación masiva son medios que reafirman concepciones ya sean éstas inherentes al individuo u otorgadas también por las instituciones que forman parte del medio social donde los individuos se desarrollan.

Como trabajadores sociales, el conocer y aplicar las técnicas de comunicación masiva puede aportar valiosos elementos para el cumplimiento y la función de motivadores, así como de instrumentos de visualización necesarios para el logro del objetivo.

El estudio de los medios de comunicación, su papel ideologizante significa la incorporación de elementos teóricos y prácticos como medios de movilización y participación de la comunidad.

Los medios de comunicación son instrumentos a través de los cuales se revierte la ideología dominante. Cada medio de comunicación trabaja con una lógica adecuada para las diferentes "clases sociales". Existe una ideología transmitida a través de los medios de comunicación de masas.

"El acto de informar consiste simplemente en presentar una idea, un hecho, una situación que requiere ser conocida por un individuo o grupo social, se debe hacer con relaciones cordiales y amistosas para que tengan éxito; debe ser oportuna y veráz; está vinculada con los intereses, necesidades, peligros y conveniencias de quienes la reciben"(57).

La tarea de la propaganda y la publicidad es influir en la voluntad, encaminándola hacia la adaptación y modificación de la conducta.

La publicidad además de presentar una idea, hace proposiciones concretas, sugiere actividades y presenta soluciones a los diferentes problemas que se han de resolver.

La publicidad y la propaganda son recursos poderosos, pero solo tienen eficacia en la medida en que contribuyen a la realización de la obra educativa, cuyo designio más alto y valioso es la preparación moral, científica y estética del individuo y de la sociedad.

Actualmente las películas cinematográficas se utilizan no solo como medio de diversión, sino también como un poderoso vehículo de enseñanza y adiestramiento en el trabajo escolar, en la industria, en la publicidad comercial, en las prácticas de extensión agrícola, etc.

"La radio es uno de los medios de comunicación más extendidos por:

-Las condiciones económicas del grupo son bajas y la radio es un medio accesible a sus posibilidades.

57-Escamilla, G.C., "Principios fundamentales de educación sanitaria". p.69.

Por que no requiere un lugar específico para escucharlo y - permite realizar simultáneamente otras actividades.

A pesar de que la radio a perdido creatividad por los avances enfocados al cine y principalmente a la televisión, sigue -- siendo el medio más utilizado por el pueblo"(58).

La radio es uno de los recursos auditivos de mayores alcances y de más alta potencialidad educativa, pero al mismo tiempo es un medio cuya verdadera influencia es difícil de medir.

Las revistas.- Un medio eficaz de revertir ideología por:

-Combina la imagen con el diálogo, lo que ayuda a lograr la comprensión de su contenido.

-Busca que los lectores se identifiquen con su personaje, - para llevarlos a situaciones que no pueden ser vividas por ellos, los condiciona a una evasión de la realidad que están viviendo, - lo que impide que se hagan concientes de la realidad que los rodea.

-Este medio es accesible al pueblo por su bajo costo y por la facilidad que presenta para intercambiarla o alquilarla.

"La televisión es un medio de insospechables alcances educativos, en virtud de que ofrece todas las ventajas que se refieren al cinematógrafo además el hecho de que permita a las personas - presenciar programas en el seno del hogar, le confiere un rasgo especial de familiaridad y atractivo"(59)

58-Rodríguez R., Rosa Ma., "La participación del Lic. en T. S. en el otorgamiento...., tesis, Mexico UNAM ENTS, 1978 p.99

59-Escamilla, Carlos, "Principios fundamentales...Op. Cit. p.90

La televisión es un medio aceptado, teniendo las ventajas de ser audiovisual, a colores, y contar con los avances tecnológicos, que le permiten un mayor impacto.

En las telenovelas se presentan situaciones semejantes a las de las fotonovelas, con la ventaja que en la televisión, la dramatización es una técnica más efectiva para lograr la identificación de los televidentes con los personajes.

La prensa- Pocos medios publicitarios son más utilizados en la información, orientación y sensibilización del público que la prensa. Su poder y valor educativo aumenyan a medida que se perfeccionen los programas de tal índole en los diversos países, y a medida que se van superando el analfabetismo y la ignorancia de la comunidad.

Sin embargo, el periódico es el medio de comunicación masiva que menos llega a las colonias populares, se cree que a la gente no le agrada por su formato: letra pequeña, lenguaje no accesible al pueblo, monotonía en color y distribución de las columnas.

El desinterés que la gente muestra por la prensa tiene que ver con el desconocimiento de la realidad mundial; por otra parte, no se presentan situaciones que ellos hayan vivido, se sale de su mundo.

Los medios de comunicación en masa ocupan hoy día un lugar importante en la sociedad como formas sutiles y no menos eficaces de manipulación o su efecto contrario, bajo una nueva concepción de agentes de cambio, de transformación.

2.3.2. Su influencia negativa;

Toca en estos momentos darle importancia a la influencia que los medios de comunicación social, ejercen sobre los niños y adultos.

Si se sumaran las horas hombre, dedicadas a leer, escuchar y ver lo que nos llega por estos medios de comunicación social, nos quedaríamos sorprendidos del excesivo tiempo ocupado en ellos.

Qué tanta conciencia se ha tomado sobre la influencia perniciosa que estos medios de comunicación ejercen diariamente sobre la mala alimentación del mexicano, y que tanto han obstaculizado mediante la enajenación, el desarrollo de la inteligencia del hombre y su capacidad crítica que lo hace capaz de participar en la construcción de su propio destino.

El tener gente desnutrida en un país como el nuestro, es ideal porque para ciertos intereses es conveniente que el individuo se convierta en pasivo.

Cuando el individuo se convierte en pasivo, es conformista, su agilidad mental es más lenta; este problema tiene un trasfondo porque grupos minoritarios y empresas transnacionales influyen en esta problemática sobre todo en países en vías de desarrollo como el nuestro. De lo cual se ha hablado anteriormente.

El gran hábito que se ha generado sobre el consumo de alimentos chatarra ha sido en gran parte, culpa de los medios de comunicación masiva, que desgraciadamente han influido en varios sectores de la población del país.

"La dominación tajante del imperialismo norteamericano

en nuestro país, no solo en el plano económico sino que en otros aspectos tales como las políticas alimentarias, ideológicas, educativas u otras que están orientadas directa o indirectamente a beneficiar a las industrias transnacionales.

Entonces vemos que la dominación en este caso no es nada más en el plano económico, el cual influye drásticamente en el desarrollo concreto de los mismos"(60).

Podemos ver en este aspecto, como los niños están manipulados seriamente por este imperialismo a través de los comerciales televisivos y una superestructura económica de patrones culturales de vestimenta, formas de hablar y otros modelos que son inculcados sobre todo en los menores que tienen una plasticidad tan grande, de aprendizaje y de asimilación de pautas de actividad que se dejan ver inmediatamente.

Así vemos pues, que la publicidad juega también un importante papel en los hábitos alimentarios, debido a que exaltan las bondades de cierto tipo de comestibles en cuanto a rapidéz de preparación, sabor, beneficio a la salud, moda a cierta personalidad que acostumbra comerlo. Y en el caso de los niños, que es el sector de la población mayormente influenciable, tienden a imitar a quienes admiran o respetan.

Otras personas eligen sus alimentos en función de un prestigio social, que representan los alimentos industriales y que en su gran mayoría son caros y de bajo nivel nutricional. Discho prestigio a su vez se debe a la publicidad que tienen los productos. Por ejm, las galletas y los gansitos.

La publicidad es responsable de que tantos productos se hayan convertido en satisfactores condicionados, uno de tantos ejemplos es el refresco, pero esto ya es un hecho; por otra parte, podría la publicidad, rodear a otros productos de alta calidad nutricional, como sería el caso de la leche, sin embargo no lo hace.

La publicidad es a veces muy dañina, ya que mediante los mensajes comerciales se ponderan las virtudes de los productos y se juega peligrosamente con la candidez de la gente.

En la población urbana, especialmente la clase de altos ingresos, se advierten distorsiones en los hábitos por la incorporación de consumos sofisticados, que perjudican tanto la salud como el presupuesto familiar.

En buena medida esto responde a la propaganda utilizada para colocar la producción industrial de alimentos, por parte de las grandes empresas, lo cual está orientado preferentemente a satisfacer la demanda de los sectores con mayor capacidad adquisitiva.

"Los medios de comunicación social tienen entre sus finalidades ayudar al ser humano al descanso y recreación y, así mismo, informar de como y donde cubrir sus necesidades básicas. Pero esta diversión en un mundo de valores que no necesariamente son los propios, y a la satisfacción de necesidades que no siempre surgen del individuo o sociedad, sino que son creadas por los mismos medios de difusión"(61).

Es decir que los medios de comunicación masiva crean la necesidad de consumir alimentos que el individuo no necesita

61-Pérez H. Carmen, "El T.S. y los medios de comunicación", tesis, México, UNAM ENTS, 1978 p.39

para tener una nutrición adecuada.

La publicidad es un hecho, una necesidad en cuanto puede hacernos conocer la existencia y virtudes de lo que se necesita para vivir. Pero de ahí se constata que avanza más que eso; no sólo es información que se ofrece y uno la va a buscar cuando la necesita. "Nos sale al paso, nos agrede continuamente bajo todo tipo de formas y subterfugios. Nos solicita a pesar nuestro y se cuelga en el subconciente para aflorar sin que sepamos explicarlo, cuando ya pedimos el dentífrico, el detergente, o nos está envolviendo en los fideos. Pues la Ley publicitaria se encarga de crear esos deseos"(62)

2.3.3. Sus posibilidades:

Debido al gran impacto e influencia que sobre la población ejercen los medios masivos de comunicación, éstos presentan grandes posibilidades en el logro de los objetivos, en cuanto al mejoramiento de la dieta del mexicano, si dichos medios se dirigieran a este problema social.

Así pues, como los medios masivos de comunicación son responsables de que los refrescos se hayan convertido en satisfactores codiciados, podrían de igual manera elevar las bondades de otros productos de alto nivel nutricional.

Así mismo se cree necesario reducir los mensajes nocivos que transmite la televisión en ese aspecto, así como darles apoyo de reorientación total a la población sobre lo que debe comer, pero lo más importante es, desde el punto de

vista propio, que los alimentos que se producen en el país - deben ser consumidos por nosotros mismos y no exportarlos o venderlos a empresas transnacionales para que después nos los regresen más caros por el simple hecho de que vengan con envoltura atractiva o simplemente enlatados.

La televisión de contarse por centenares en mansiones - de los más poderosos para hacerse del dominio de los más humildes quienes en casa, donde en ocasiones falta lo indispensable para cubrir las necesidades primarias, instalan la antena.

Aunque nadie supiera leer y escribir los medios de difusión se introducirían en la población. La radio de transistores permite abaratar costos y convierte al instrumento de patrimonio de pobres y ricos, de letrados e iletrados.

"Cuando se insinúa emplear los medios de comunicación - en la enseñanza, surge la idea de manejar aparatos de cine, - proyectores de diapositivas y hasta el videotape. En la práctica comprueba que solamente a través de instrumental complicado se han introducido programas educativos"(63).

Sin embargo en otros medios de comunicación se tienen - grandes posibilidades de implementar cualquier tipo de programas en pro de la buena alimentación; como sería el caso - de las revistas, de la radio, entre otros que como ya se vió llegan a todos los sectores de la población.

La labor del trabajador social parte del entretenimiento para profundizar el contenido por medios asequibles a ---

cualquier grupo humano y con la misma eficacia de los medios de comunicación más complicados.

Por lo anterior, los medios masivos de comunicación presentan grandes posibilidades de cambiar las pautas de conducta en cuanto a hábitos alimentarios; lo cual se puede obtener promoviendo el uso de los medios de comunicación para hacer llegar los mensajes de nutrición y otras ciencias de la salud.

Haciendo llegar, a través de estos medios, técnicas sobre alimentación y cuidados del niño en edades tempranas.

Como trabajadores sociales, el conocer y aplicar técnicas de comunicación de masas, puede aportar valiosos elementos para el cumplimiento y la función de motivar; así como de instrumentos de movilización necesaria para el logro de objetivos que se plantee en el mejoramiento de la dieta del mexicano.

El estudio de los medios de comunicación, su papel ideológico significa la incorporación de elementos teóricos y prácticos como medios de movilización y participación de la comunidad, tan necesarios para lograr elevar el nivel nutricional ya que este problema es social como ya se dijo y por tanto la comunidad y el individuo deben participar en su solución.

Este conocimiento teórico-práctico de los medios masivos de comunicación, para el trabajador social contribuyen a ampliar su campo de acción y a enriquecer sus bases teóricas que deberán sustentar la conciencia, así como su empleo práctico, de acuerdo a la finalidad que tenga el uso y aplica...

ción de éstos mismos, contribuyendo a la creatividad y capacidad productiva de los núcleos populares, acelerando el proceso de concientización sobre sus problemas a nivel comunal_ y de su realidad misma como sujetos capaces de transforma---ción y de cambio.

La incursión de técnicas de comunicación en trabajo social de comunidad, ofrecen metodológicamente la movilizaa---ción y acción de los grupos con la finalidad de lograr los -objetivos propuestos, todos enfocados a la buena nutrición.

Los medios de comunicación en masa deben ser para el --trabajador social instrumentos técnicos para la movilización y concientización de los grupos acerca de su inadecuada alimentación, ya que le ofrece elementos necesarios para el conocimiento de la realidad en la que opera. Por lo tanto su -aplicación ayudará al proceso de concientización y moviliza---ción de los pobladores en la comunidad, en cuanto a desnutrición; para que ésto sea viable los trabajadores sociales deberán ser concientes de los gustos y necesidades.

CAPITULO III

ESTUDIO DE LOS FACTORES CULTURALES QUE CONTRIBUYEN A LA MALA NUTRICION EN LA COMUNIDAD CAMPO VERDE.

3.1- Procedimiento metodológico.

3.2- Desarrollo.

3.2.1- Aplicación de la cédula.

3.2.2- Recolección de datos.

3.2.3- Tabulación y presentación de datos (anexos).

3.3- Análisis e interpretación de los resultados.

CAPITULO III: ESTUDIO DE LOS FACTORES CULTURALES QUE DETERMINAN LA MALA NUTRICION EN LA COMUNIDAD CAMPO VERDE.

La comunidad Campo Verde pertenece al municipio de la ciudad de León Guanajuato, está situada al suroeste de dicha ciudad, siendo sus límites al norte la colonia la Gloria, al sur el rancho de Santa Rosa, al este el rancho la Reserva y al oeste la colonia las Amalias.

Haciendo un poco de historia; Campo Verde se encuentra situada en terrenos de las faldas de dos cerros. El primer propietario fué el señor Guillermo Hurtaza, quien compró el terreno al Gobierno del Estado, posteriormente se lo vendió al señor Juan Servín con la condición de que se construyeran granjas, pero en 1930 este señor prefirió vender lotes y lo hizo en forma clandestina, originándose problemas con la tenencia de la tierra, ya que algunos lotes están vendidos hasta a cinco dueños a la vez, en la actualidad el problema de tenencia de la tierra se encuentra en proceso de regularización.

La colonia abarca una superficie de 3 Km. cuadrados - aproximadamente, su población no llega a los mil habitantes, teniendo más o menos 70 familias.

El tipo de suelo es llanura, su relieve se presenta con irregularidades en el subsuelo, aproximadamente el 50 % es favorable para el cultivo, siendo las tierras de riego y de temporal, sin embargo, el porcentaje destinado para esa labor es bastante reducido.

Las familias se dedican a la crianza de aves de corral

y de cerdos que es el tipo de fauna más común en la colonia.

Hablando de urbanización, Campo Verde es una comunidad suburbana, ya que cuenta con algunos servicios públicos y - carece de otros, así cuenta con servicio de alumbrado público, electricidad, servicio de carretera que es la que va de León-San Francisco del Rincón-Guadalajara, con autobuses urbanos y foráneos; sin embargo carece de agua potable y drenaje, por lo que los colonos se ven obligados a abastecerse - con pipas, además de que algunas familias tienen pozo o aljibe en sus casas; se carece también de servicio de limpia y, la colonia presenta basureros en sus calles.

En cuanto a servicios de comunicación social, la mayoría de las familias tienen televisión y radio, siendo mínima la población que se interesa por la prensa, esto puede - ser porque no llega hasta Campo Verde y no se tiene acceso a ella.

Los servicios médicos son nulos, la gente prefiere recurrir a los de San Francisco del Rincón más que a los de - León porque no saben andar en la ciudad.

Se cuenta con un jardín de niños dentro de la comunidad; los niños sólo tienen acceso a la educación primaria, ya que cualquier otro tipo de escuelas se encuentran retiradas de Campo Verde, como es el caso de las secundarias. El nivel - educativo promedio de los colonos es de 3er. grado de primaria aproximadamente.

Los comercios que se localizan en la comunidad son 1 tor tillería, 1 panadería y 3 pequeñas tiendas de abarrotes, que no abastecen las necesidades de los habitantes de la colonia; la carne se puede conseguir sólo cada domingo, por lo cual la

gente por comodidad consume lo que hay dentro de la comunidad, aunque no la provee de lo necesario para una dieta adecuada.

Los servicios recreativos y deportivos son escasos, se tiene un campo deportivo en donde se realizan partidos de fútbol cada ocho días; no existen templos religiosos, la gente se entretiene viendo televisión y, por lo general casi nunca sale de la colonia a divertirse.

El tipo de vivienda es familiar, los materiales usados para su construcción son ladrillo, lámina y cartón y, el promedio de cuartos por vivienda es de 1 a 2, los servicios con que cuenta son energía eléctrica y baño.

La población económicamente activa labora en fuentes de trabajo ubicadas fuera de la comunidad y, por lo general son empleados de comercios privados.

3.1- Procedimiento metodológico

En los capítulos anteriores, se llevó a cabo el análisis y la síntesis de la bibliografía seleccionada, examinando los factores culturales que influyen en la mala alimentación del mexicano, confirmando que en realidad los factores culturales contribuyen a la mala nutrición del mexicano, constituyendo así un grande problema de alcance nacional.

A continuación se da a conocer el procedimiento metodológico de la investigación para saber las características de la comunidad Campo Verde.

Tomando en cuenta que la comunidad Campo Verde pertenece al municipio de León Guajuato y, siendo este estado

parte de la zona del bajío de la República Mexicana se considera que sus habitantes son una muestra del resto del país, por lo cual es seleccionada dicha comunidad.

En el centro del país, es decir en el bajío, se vió con mayor énfasis el proceso evolutivo del país entero, y de ahí se difundió al resto de la república; es por esto que Campo Verde fué seleccionada para conocer el estado nutricional - de sus habitantes, así como para la aplicación del cuestionario.

La comunidad fué seleccionada además de lo dicho anteriormente, por considerarse que en este campo de trabajo - hace más falta la labor del trabajador social y, finalmente porque se contaba con las facilidades para llevarse a cabo el estudio.

Una vez definida la comunidad, se pasó al planteamiento de la hipótesis que es la siguiente:

"En México, la mala nutrición es un fenómeno que ha estado presente en la población desde la época de la conquista y que a través del tiempo, se ha visto presente a pesar del desarrollo de la tecnología y a la influencia tan grande que sobre la población ejercen los medios masivos de comunicación, contribuyendo por lo tanto a la calidad de la nutrición del mexicano.

Después de plantear la hipótesis anterior se procedió al diseño de un cuestionario para la operacionalización de la misma.

Posteriormente se comprobará esa hipótesis mediante la realización de la encuesta, para la obtención de los datos

necesarios, dicha encuesta se aplicará al 20% de la población para tener una muestra representativa.

Para esta investigación como se dijo, se elaboró un cuestionario y, a través del cual poder conocer el estado nutricional de la comunidad Campo Verde.

En el cuestionario se formularon el mínimo de preguntas posibles, que en este caso fueron 13, lo que se hizo con el objeto de no cansar, ni quitar mucho tiempo a las amas de casa, a quienes iba dirigido.

Dicho cuestionario está compuesto por preguntas cerradas, para efectos prácticos de la investigación y, por preguntas abiertas con el fin de que las personas entrevistadas fueran más explícitas en sus respuestas y, así captar las impresiones de la gente en cuanto al estudio realizado.

Se elaboraron 50 cuestionarios para ser aplicados a un número igual de familias en un mes aproximadamente.

El cuestionario fué diseñado de la siguiente manera:

1.-Grado escolar de la madre.

Esta pregunta se hizo con el fin de conocer el nivel educativo de la madre de familia, ya que es la responsable directa del estado nutricional de la misma, por ser quien selecciona la dieta familiar y, porque el aspecto educativo es un factor contribuyente en la buena o mala nutrición; esta pregunta es cerrada para que la respuesta sea concreta y sea más verídica la investigación.

2.-Número de hijos.

Tiene por objeto saber el número de miembros de que

está compuesta la familia, posteriormente establecer la relación que exista entre la escasez, la inadecuada distribución de los recursos económicos y el número de hijos.

3.-¿Cree usted que es importante la nutrición?

A través de la pregunta 3 se requiere saber la importancia que las amas de casa otorgan a la nutrición, a la vez darse cuenta si las señoras conocen lo que es la nutrición y la necesidad de dar a su familia una dieta balanceada.

4.-¿En donde compra los productos para su alimentación?

Mediante esto se buscan, por un lado, datos sobre la preferencia de las amas de casa para adquirir los productos para su dieta diaria, ya sea dentro o fuera de la comunidad, con esto, saber la importancia que dan a la alimentación familiar, si consumen lo que hay dentro de la comunidad, sólo por comodidad, o si se preocupan por conseguir lo que no hay en su colonia, para tener una dieta mejor; por otro lado, ver si las señoras se contradicen en sus respuestas, en relación a otras preguntas del cuestionario.

5.-¿Es suficiente el ingreso familiar para su alimentación?

Esta pregunta se planteó para darnos cuenta si el ingreso familiar es o no suficiente para cubrir las necesidades de alimentación de la familia, así como saber si se dá la debida importancia o se le sacrifica a costa de otros gastos.

6.-¿Considera que la alimentación que dá a sus hijos es buena?

Con lo anterior se pretende conocer si las amas de casa creen que la alimentación familiar es la adecuada, así como también si saben lo que es una dieta completa, a su vez, com

parar los resultados con los de otras preguntas.

7.-¿Cada cuando consume los siguientes alimentos?

Para el planteamiento de esta pregunta se hizo una lista en la que se trató de englobar los alimentos que se consumen comúnmente y, la frecuencia con que se hace, para ver si la dieta es la adecuada, ya que esta pregunta es la más importante del cuestionario nos va a permitir conocer el grado nutricional de los habitantes de la comunidad Campo Verde.

8.-¿Alimentó a sus hijos con leche materna?

Esto se elaboró para saber cuantas madres de familia alimentaron a sus hijos con leche materna y ver la importancia que se le dá a esto, como una forma de prevenir la mala nutrición, ya que es sabido que los niños que no han sido alimentados con leche materna, tienen más probabilidades de enfermarse, que los que sí han sido alimentados con esta leche.

9.-¿El destete siguió con?

Se planteó para ver cual fué la dieta del niño una vez que la leche materna es insuficiente, para cubrir sus necesidades alimenticias y, ver si es raquítica, si es la dieta familiar o qué clase de alimentación recibió en esta etapa de su vida.

10.-¿Quién debe alimentarse mejor entre los miembros de la familia?

Esta es una pregunta que nos dá a conocer la importancia que el ama de cas otorga a la alimentación de todos y cada uno de los miembros de la familia, a la vez que nos --

proporciona el dato sobre la distribución de los alimentos dentro de la misma y, si ésta es equitativa.

11.-¿Cuando sus hijos se enferman les limita la alimentación?

Aquí se requiere saber qué es lo que pasa con la alimentación de los hijos cuando estos se enferman, si es limitada o es la de costumbre, esto con el fin de detectar si la madre de familia tiene prejuicios e ideas erróneas e cerca de los alimentos cuando sus hijos se enferman.

12.-¿Cree que existen alimentos nocivos para la salud?

La pregunta 12 es complementaria de la anterior, ya que se desea conocer si creen que existen alimentos dañinos y, por lo cual no se consumen, aunque se tenga acceso a ellos, lo que viene a repercutir en la nutrición de la familia.

13.-¿Tiene televisión?

El cuestionar si las familias tienen o no televisión, se creyó importante porque en un apartado de este trabajo se enfocan los medios masivos de comunicación, como un factor que contribuye enormemente a la mala alimentación, por la gran cantidad de comerciales sobre alimentos chatarra que se transmiten hora por horas y, siendo la televisión uno de los medios de comunicación de masas, que tienen gran impacto y alcances, éste puede ser decisivo.

3.2-Desarrollo.

3.3.1-Aplicación de la cédula y recolección de datos.

Una vez planteada la hipótesis y elaborada la cédula para su operacionalización, se llevó a cabo la aplicación de la misma para la recolección de datos, y, así comprobar o disprobar dicha hipótesis.

Para encuestar al porcentaje representativo de amas de casa de la colonia Campo Verde de la manera más eficiente, - se visitaron los domicilios de las familias de dicha comunidad, pidiendo la cooperación de las madres de familia para poder obtener los datos que se requerían.

Se aplicaron 50 cuestionarios en total, escogiéndose - los domicilios de las diferentes calles al azar, lo cual - originó que en lugar de encuestar al 20 % de las familias, - se encuestó al 55 % aproximadamente, lo que dá una mayor validez a la presente investigación.

Se numeraron los cuestionarios y se anotó el nombre de la familia entrevistada, para que la encuesta llevara un mejor control.

Al levantar la encuesta, primeramente se explicó el motivo de la misma, con el fin de obtener la mejor disposición mental y colaboración de las amas de casa seleccionadas. Posteriormente se hicieron las preguntas, explicando cada una de ellas y planteándolas en algunos casos de una manera diferente, para obtener los datos que se querían conocer y, - después anotar la información obtenida.

La aplicación de los cuestionarios fué realizada en 5 por día, lo que tuvo una duración de 15 días aproximadamente, a través de los cuales se captó una gran disposición - para cooperar, no obstante, hubo casos en que algunas señoras se mostraron apáticas y desconfiadas.

Durante la realización de la investigación de campo se llevó a cabo la observación, por medio de la cual se detectó una serie de características de la comunidad, mencionadas

en la introducción de este capítulo.

3.2.2-Tabulación y presentación de datos. (anexos)

En los cuadros de los anexos, se presentan las frecuencias de las respuestas positivas y negativas, así como las razones que dieron las madres de familia al por qué de estas respuestas. La presentación se hace en números absolutos y en porcentajes para dar una idea exacta por familia, de las diferentes respuestas.

3.3-Análisis e interpretación de los resultados.

Considerando los datos obtenidos, se llegó a lo siguiente:

1.-Grado escolar de la madre.

De acuerdo a los resultados reunidos en esta pregunta se detectó que de 50 amas de casa 12, que representan el 24% de la población estudiada, no cuentan con ningún grado escolar, el 22 % terminaron 3ro. de primaria, el 20 % llegaron a 1ro. de primaria y sólo 1 ama de casa a 3ro. de secundaria.

2.-Número de hijos.

Aquí se obtuvo como resultado que, de las 50 familias estudiadas 12 tienen un promedio de 3 a 4 hijos, así como -- también, 12 están formadas por 7 y 8 hijos, que representan otro 24 %, con esto se deduce que las familias de la comunidad Campo Verde tienen un promedio de 6 a 8 hijos aproximadamente.

3.-¿Cree usted que es importante la nutrición?

En la pregunta número 3 de si es o no importante la nutrición, se vió que 46 de las 50 amas de casa encuestadas, consideran que sí es importante la nutrición, lo cual viene

siendo un total de 92 % que están de acuerdo contra 4 (8 %) que dijeron que no. Al preguntar por qué sí o no es importante se dieron varias razones, las que tuvieron mayor número de frecuencias fueron: "para estar y crecer sanos y fuertes, especialmente los niños", en la que 16 señoras estuvieron de acuerdo, siendo un 32 %; 16 amas de casa (32 %) no contestaron por ignorar lo que era la nutrición.

4.-¿En donde compra los productos para su alimentación?

Aquí se observó lo siguiente: 21 familias, que representa el 42 % compra los productos para su alimentación dentro de la comunidad, mientras que 15 que es el 30 % lo hacen fuera de esta y, las 14 restantes que es el 28 % compran en ambas partes, es decir, que la mayoría de las familias compra los productos para su alimentación dentro de la comunidad, lo que nos indica que consumen una dieta inadecuada, ya que a través de la observación se captó que las tiendas existentes en la colonia, no tienen la capacidad para proveer a las familias de lo necesario para una dieta adecuada.

5.-¿Es suficiente el ingreso familiar para su alimentación?

Los resultados de esta pregunta fueron los siguientes: al 60 % que son 30 familias y que representan a la mayoría, sí les es suficiente el ingreso familiar para su alimentación, en tanto que al 40 % (20 familias), no les alcanza el ingreso para cubrir sus necesidades de alimentación. Las respuestas que dieron las amas de casa al por qué sí o no les alcanza el ingreso familiar fueron varias, las que tuvieron mayor frecuencia fueron: "no es suficiente porque es muy poco el gasto que les dan", esta razón tuvo un 22 % (11 fami-

lias), mientras que el 28 % (14 familias), que fué la mayor frecuencia, no contestó.

6.-¿Considera que la alimentación que dá a sus hijos es buena?

La pregunta número 6, que también es cerrada arrojó los siguientes datos:

De las 50 familias encuestadas 25, que es el 50 %, consideran adecuada la alimentación que dan a sus hijos y, el otro 50 % no lo considera así. Las razones con más altas frecuencias, que dieron las amas de casa al por qué consideran o no adecuada la alimentación que proporcionan a sus hijos fueron las siguientes: "porque no es completa" 20 %, "no es suficiente el ingreso familiar" 18 %, y "es adecuada porque no se han enfermado" 12 %.

7.-¿Cada cuando consume los siguientes alimentos?

La cuestión más importante de la encuesta nos dió un amplio panorama acerca de la dieta que se consume en la comunidad Campo Verde, lo que nos permitió conocer la calidad nutricional de sus habitantes.

Los datos arrojados fueron los siguientes: el 98 % de la población consume diariamente tortillas, contra 2 % que lo hace 2 o 3 veces por semana; los frijoles se incluyen diariamente en la dieta del 92 % de las familias encuestadas, 6 % los come 2 o 3 veces por semana, mientras que el 2 % lo hace 1 vez a la semana; El 73 % come diariamente chile, en tanto que un 6 % casi nunca lo consume; otros alimentos con alta frecuencia de consumo diario, son el huevo 66 %, leche 64 %, pan 50 % y refrescos 46 %.

Los alimentos que casi nunca se presentan en la alimentación de la comunidad, son el pescado, ya que no es incluido en la dieta del 88 % de las familias encuestadas, el café en la del 44 %, gansitos en 54 % y, totanas 42 %, además, casi la cuarta parte de la población nunca come carne. Aquí puede verse que el alimento que más se consume en la comunidad, son las tortillas y, el que menos se consume es el pescado.

8.-¿Alimentó a sus hijos con leche materna?

De esta pregunta se obtuvo que el 96 % (48 madres de familia), sí alimentó a sus hijos con leche materna, contra 4 % (2 señoras) que no lo hicieron.

La edad hasta la que dejaron de alimentar a sus hijos con leche materna fué: de 2 a 3 años 44 %, siendo la frecuencia más elevada, de 7 meses a 1 año 32 % y de 1 a 6 meses - 12 %; con esto se observa que la lactancia fué prolongada, - lo que viene a contribuir a la mala nutrición de los hijos, porque a determinada edad llega a ser insuficiente la leche materna.

9.-¿El destete siguió con?

Esta pregunta nos dió a conocer que el 26 % de las amas de casa dieron a sus hijos después del destete leche de vaca, el 24 % los introdujo a la dieta familiar, en tanto que, un 16 % dá a sus hijos caldos y sopas aguadas y, otro 16 % les dá sólo atoles.

10.-¿Quién debe alimentarse mejor entre los miembros de la familia?

Aquí se vió que la mujer embarazada es quien debe ali-

mentarse mejor entre los miembros de la familia, y tuvo una frecuencia de 34 % (17 familias), otro 34 % considera que - todos deben alimentarse bien, el 24 % piensa que son los es colares quienes deben alimentarse mejor que el resto de la familia, mientras que el 2 % opinó que los adolescentes, que fué una de las frecuencias más bajas.

11.-¿Cuando sus hijos se enferman limita su alimentación?

En esta pregunta se observaron los siguientes resultados: el 62 % contestó que sí limita la alimentación a sus - hijos cuando se enferman, contra 38 % que no la limita ni la cambia. Con lo cual podemos ver que la mayoría de las madres de familia, ponen en desventaja a sus hijos ante las enfermedades al limitarles o suprimirles la alimentación.

Las razones que dieron al por qué se les limitaba o no la alimentación, fueron varias, las que tuvieron mayor frecuencia son: "porque el médico dice que se suprima la alimen tación" obtuvo 24 %, "se alivian más pronto si no comen -- cuando están enfermos porque los alimentos les hacen daño" tuvo una frecuencia de 10, que es el 20 % y, "no se les li- mita porque les hace daño no comer" la dieron 8 amas de casa que es el 16 %.

12.-¿Cree que existan alimentos nocivos para la salud?

Un total de 30 amas de casa, que corresponde al 60 % - contestaron positivamente a la pregunta diciendo que sí creen que existen alimentos que perjudican la salud, contra 38 % que contestaron que no lo consideran así, el 2 % restante - se abstuvo de contestar.

En la parte complementaria a esta pregunta de cuales -

son los alimentos que hacen daño o no a la salud, se vio lo siguiente: "cerveza, golosinas, refrescos y harinas" se consideran que sí hacen daño y, representa 18 % (9 familias), otro 18 % "considera que todos son buenos", un 20 % cree que hace daño comer "frituras, botanas y los que se compran en la calle porque están sucios", el 24 % contestó evasivamente.

13.-¿Tiene televisión?

Las respuestas dadas a esta pregunta fueron las siguientes: 76 % (38 familias) sí tienen televisión, contra 24 % - que no la tienen.

Por lo tanto, se puede decir, que por medio de la observación y, después de encuestar al 55 % de las familias de la comunidad Campo verde, las características de la población son las siguientes:

El nivel educativo de las madres de familia es bajo, - ya que la mayoría no cuenta con primaria terminada y, la cuarta parte carece de estudio alguno, lo cual viene a repercutir en la alimentación familiar porque la ama de casa es la responsable directa de su dieta, por ser ella quien selecciona los productos que la forman.

De lo anterior se deduce que la educación es un factor que contribuye en la buena o mala nutrición, ya que información de cómo alimentarse bien existe, pero no les llega, lo que se debe a que su nivel educativo crea un obstáculo entre las amas de casa y los conocimientos de una alimentación adecuada.

Las familias encuestadas tienen un promedio de 8 hijos,

lo que nos indica que son numerosas y, los intervalos de nacimiento entre uno y otro son reducidos, aproximadamente de un año; esto contribuye a que los hijos nazcan desnutridos porque la madre no alcanza a recuperarse de los desgastes - del anterior y, estar en las mejores condiciones para tener otro hijo, a la vez que el niño deja de ser atendido tempranamente por la madre, para atender al siguiente.

La nutrición es considerada importante dentro de la comunidad, ya que casi la totalidad de amas de casa entrevistadas estuvieron de acuerdo en esto, no obstante, la realidad es otra, porque aún considerándola importante, la mayoría compra los productos para su alimentación dentro de la comunidad y, de acuerdo a la observación, detectamos que los comercios existentes no proveen de los productos necesarios para una dieta adecuada, es decir, que algunas amas de casa ignoran lo que es una dieta balanceada, seleccionando por comodidad su alimentación y, teniendo hábitos inadecuados - respecto a ésta.

En cuanto al factor económico se encontró que a más de la mitad de la población, si les alcanza el ingreso familiar para cubrir sus necesidades de alimentación, sin embargo, se ve una contradicción de acuerdo a otra pregunta ya que al 50 % de las familias no les es suficiente, porque tienen - que hacer otros gastos, comen cosas que son caras y no nutren, lo anterior podría deberse a una inadecuada distribución de los recursos económicos, porque ya se vió que recursos existen, lo que pasa es que no se le dá la debida importancia a la alimentación, se le pasa a segundo plano, creyendo más -

importantes otras cosas como mejorar la vivienda, comprar aparatos eléctricos para el hogar, entre otros.

Por consiguiente, se puede decir que el factor económico contribuye a una mala nutrición, pero en el caso de Campo Verde no es el decisivo, ya que va aunado al factor educativo y, si se ataca a este último el problema de la mala alimentación podría aminorarse.

La mitad de las madres de familia consideran que es adecuada la alimentación que dan a sus hijos, mientras que el resto no lo considera así. Con esto se observa que las amas de casa no están totalmente concientes de los es una alimentación balanceada, ya que el 4 % opina que su dieta es buena porque tienen suficiente dinero, pero esto no garantiza que sea de calidad.

Se encontro que la dieta de los habitantes de la comunidad, se basa en tortillas, frijoles y chile, que son los alimentos que se consumen diariamente, complementando a veces con leche, huevo, pan, refrescos, sopa de pasta y café, sin embargo se puede decir que la dieta es poco variada e incompleta, en parte porque las cantidades de alimentos con alto valor nutritivo se consumen mínimamente, mientras que los alimentos como tortillas, frijoles y chile forman casi la totalidad de la dieta.

La mayoría de las madres de familia alimentó a sus hijos con leche materna, lo que indica que sus hijos al nacer tienen una alimentación adecuada por las propiedades nutritivas que tiene esta leche y por ser el alimento óptimo para el niño durante esa etapa. No obstante, se detectó que la -

situación de otros niños no es muy buena ya que algunas madres de familia prolongan demasiado, la lactancia, hasta los 2 y 3 años de edad, poniendo así en peligro su salud, debido a que ya no es suficiente la leche materna para cubrir sus necesidades y lograr un desarrollo adecuado, además crea una dependencia entre el hijo y la madre que, posteriormente le acarrearán otros problemas.

La alimentación que se le dá a los niños después del destete es leche de vaca en algunos casos, otras señoras les dan la dieta familiar que, como ya se dijo no es muy completa, con lo que se ve todavía más afectada su nutrición. Por esto se cree que falta una orientación acerca de como alimentarse bien sin tener que afectar en gran medida el ingreso familiar y aprovechando los recursos que se tengan.

Existe en las madres de familia una serie de ideas acerca de limitar la alimentación de sus hijos cuando estos se enferman, por creer que los alimentos les hacen daño, sin darse cuenta que ponen al hijo en desventaja ante las enfermedades, haciendo que estas se prolonguen.

Por lo tanto, tomando en cuenta todos los hechos, se comprueba la hipótesis de que "En Mexico, la mala nutrición es un fenómeno que ha estado presente en la población desde la época de la conquista y, que a través del tiempo, ha seguido presente a pesar del desarrollo de la tecnología y a la influencia tan grande que sobre la población, ejercen los medios masivos de comunicación, contribuyendo por lo tanto a la calidad de la nutrición del mexicano".

CAPITULO IV

PAPEL DEL TRABAJADOR SOCIAL EN LA PREVENCIÓN Y SOLUCIÓN DE LA MALA ALIMENTACIÓN.

4.1-Promoción.

4.2-Sensibilización.

4.3-Planeación.

4.4-Educación social.

4.5-Orientación.

CAPITULO IV

Papel del Trabajador Social en la prevención y solución de la mala alimentación.

Una vez analizada la problemática que representan los factores culturales que contribuyen a la mala alimentación del mexicano, se tratará de ubicar las funciones del trabajador social ante dicha problemática, para prevenir y ayudar en su solución.

El trabajo social en sí mismo, representa una forma de acción social que pone énfasis en la prevención de los desajustes, antes que en la atención de que los mismos puedan darse, o que se estén dando en determinado núcleo social, ya sea en una comunidad, en un grupo específico y también a nivel caso individual. Por lo cual hay cada vez mayor coincidencia de opiniones en el sentido de que es necesario modificar el denominado "modelo médico" de atención a la desnutrición, centralizado en el médico, las acciones curativas y la atención individual y episódica. En cambio se pugna por un mayor énfasis en las acciones preventivas y en la participación de todo un equipo de salud, en el que han de integrarse diversos profesionales entre ellos el trabajador social.

Es por esto que debe considerarse para el profesional en trabajo social, un compromiso de primer orden, el ser participante de la actividad junto con otros profesionistas que se dediquen a la búsqueda y realización de soluciones al problema que representa la desnutrición en México.

La problemática alimentaria es un fenómeno actual, que en determinado momento está repercutiendo en los demás aspectos

tos de la realidad social, ya que la alimentación es tomada - también como la base en el desarrollo psicológico del individuo, puesto que sino se posee una alimentación adecuada, difícilmente se puede aspirar a otro tipo de desarrollo.

Por otra parte, ya que uno de los principales objetivos del desarrollo económico y social de un país, es lograr la igualdad de su población, para disfrutar de las mismas oportunidades y tener derecho a la educación y a la salud, formando parte de la segunda la nutrición, puede afirmarse que ésta y el desarrollo socioeconómico son aspectos muy ligados entre sí.

El trabajador social que como agente de cambio, promotor y colaborador del desarrollo socioeconómico de los grupos sociales, es el que contribuya, impulse y estimule con su trabajo a la realización de tales metas, en este caso, alcanzar un mayor bienestar en el individuo.

El Lic. en trabajo social poco a poco va logrando elevar su nivel profesional y de este modo le permite alternar cada vez más con otros profesionistas. Sus conocimientos sobre las ciencias sociales, le han hecho madurar y estar preparado -- para realizar un trabajo integral, en cuanto al tratamiento de la mala alimentación del mexicano.

Considerando lo anterior y al referirse sobre el papel que debe desempeñar el trabajador social en el problema de la mala nutrición, no podrá hablarse de uno sólo o específico quehacer de este profesionista, incluso está sujeto a una política institucional y además dentro de los programas que implementa esa política, es como actúa.

Dentro de los programas elaborados por la institución en

cuanto a alimentación, el papel del trabajador social es básico, porque de él depende un tanto la coordinación de éstos, educando a la población para que tome conciencia de su problema y rompa con atavismos tradicionales que influyen en la mala alimentación.

Además tiene una visión como profesional, para tratar los problemas que incidan en una comunidad determinada, teniendo una perspectiva concreta y actuar en base a los recursos que la comunidad tenga en ese momento.

Dada la importancia del trabajador social en la solución de la mala nutrición, se considera que sus funciones entre otras son: promoción, sensibilización, planeación, educación social, orientación y supervisión.

4.1-Promoción.

Una de las finalidades del trabajo social "será promover en el individuo su afirmación como hombre, y la formación en él de una auténtica conciencia social, que le lleve a sentirse participe del grupo al cual pertenece, al mismo tiempo que pretende la superación del status económico y la obtención de determinadas metas de bienestar social."(64)

Se ha resumido en la afirmación de que promover es capacitar. Desde este punto de vista el trabajador social promueve cuando actúa por habilitar individuos, grupos y comunidades, logrando alcanzar la plena realización de sus potencialidades. Bajo este prisma, la acción del trabajador social se introduce en el proceso de desarrollo, que lleva a la plena utiliza-

ción de los recursos naturales y humanos y consecuentemente, a un desarrollo integral del hombre. Para lograrlo debe primero capacitar al individuo para que supere su situación de malnutrido y, pueda entonces aspirar a otro tipo de desarrollo.

Es por esto que el trabajador social puede contribuir al desarrollo del país, preparando a las personas para los cambios, capacitándolas para una mayor participación en la vida nacional, fomentando los cambios de actitud en las relaciones sociales. Es aquí donde interviene como elemento promocional del individuo, que le permite desarrollar una actitud participativa en la vida comunal.

El trabajador social como promotor realiza tareas de liberación con personas mediatizadas por la desnutrición. Tratando de elevarlas a situaciones de una dignidad mayor, siempre partiendo de su propia realidad. Su labor consiste en - promover a la población, empleando los servicios de las instituciones, los recursos disponibles de la comunidad, así como la capacidad de los individuos para contribuir en la solución de la mala alimentación, basándose en las técnicas y métodos de su especialidad, tomando en cuenta el nivel cultural de la población.

Para lograr todo esto es de suma importancia que el trabajador social se integre a los equipos interdisciplinarios, que trabajan con el fin de promover una alimentación adecuada y justa para todos, ya que la desnutrición no es un problema aislado ni meramente médico, sino que en él intervienen - una serie de factores, lo que hace de ella un problema que interesa a diversas profesiones.

4.2-Sensibilización.

Dada la preración específica del trabajador social, quien por sus estudios y experiencias conoce profundamente los recursos y las necesidades de la comunidad en que labora y, además cuenta con conocimientos psicológicos de la conducta humana, así como en técnicas de comunicación y promoción, es el profesionalista apropiado para atender esta función.

Enseñar a alimentarse adecuadamente a un individuo por medio de la transmisión de conocimientos, es sólo un problema técnico, pero hacer que ese individuo quiera aprender a comer correctamente, es crear un ambiente en el que le produzca ventajas positivas el hacerlo, es sensibilizarlo, es hacer que participe en la solución de su problema.

Es importante la labor de sensibilización, porque una situación de mala alimentación en una comunidad, no es a veces percibida, debido a que casi toda la población la padece, y en eso consiste la sensibilización, en hacer ver críticamente a los hombres su realidad, para que descubran las causas que la originan y transformarla empleándose los medios a su disposición. Esta función podría llevarse a cabo con la ayuda de los medios masivos de comunicación.

El trabajador social, de la teoría pasa a la acción, conoce el papel que tales medios juegan en su campo de acción, deberán servirle como instrumentos técnicos para la sensibilización y promoción de los grupos en función de su problemática alimentaria. Por tanto, la aplicación de los diferentes medios de comunicación, ayudarán en esta función en cuanto a desnutrición.

El aplicar las técnicas de comunicación en trabajo social de comunidad, generará que la colectividad o grupos ya formados, participen en la creación y aplicación de estos medios, sobre las necesidades de una dieta adecuada, y que esté de acuerdo a su realidad.

Los medios de comunicación, son los más viables para realizar actividades que tengan como objetivo, promover y sensibilizar a las personas mal nutridas, acerca de su situación. Para esto el trabajador social deberá ser conciente de la influencia que estos medios ejercen, las características del mensaje que va a enviar y la población a quién va destinado, de esto dependerá el éxito de las acciones planteadas.

4.3-Planeación

Es otra función para prevenir o solucionar la mala alimentación del mexicano.

Para ubicar objetivamente a la planeación, se necesita conocer la estructura en la que pretende incidir, lo que implica un exámen detallado de las causas que originan la mala alimentación en determinada comunidad, tales como los hábitos inadecuados, la mala distribución del ingreso familiar entre otras, después se deben detectar los recursos humanos y materiales con que cuenta la comunidad, para que teniendo esa información, se puedan dar alternativas concretas y formular el plan de acción.

En cuanto a planeación, al trabajador social le corresponde lograr con la población el análisis de su realidad y del contexto que la determina; promover su incorporación organizada y conciente en las acciones para lograr su bienestar so

cial y la optimización de los recursos, con el fin de contribuir a la concientización y movilización del pueblo, para lograr su desarrollo libre de opresión.

Por lo tanto está capacitado para participar en los distintos niveles de la planeación: elaboración de planes, programas y la aplicación de ambos.

En el universo del quehacer institucional, el trabajador social desempeñó durante mucho tiempo funciones esencialmente operativas: visitas domiciliarias, aplicación de encuestas, programas y proyectos que otros profesionistas elaboraban, pero actualmente, sus funciones trascienden el nivel operacional y se ubican también en la planeación, la coordinación, la supervisión y la investigación. Esta situación es estratégica, porque lo mismo permite la elaboración de planes y programas previa investigación, que su aplicación y supervisión, ampliando las posibilidades de su quehacer profesional, especialmente en el problema de la alimentación.

La función de planeación consiste en establecer procedimientos para la optimización de los recursos a las necesidades y tareas planteadas, integrando las acciones sistemáticamente organizadas, coordinadas y ejecutadas. Es unir el elemento material y humano que se puedan emplear, para dar una respuesta al conflicto, determinando sistemática y metódicamente e interviniendo en la integración o coordinación de los elementos.

El trabajador social tiene la función de coordinar y participar en la planeación de nuevas formas de organización social y promover el cambio, con una visión mucho más amplia

que la tradicional y con elementos que lo ponen a la par e - inclusive como coordinador de otras profesiones, que tienen que ver en la solución de la mala alimentación.

La planeación viene siendo el método por el cual se analizan y racionalizan los procesos de un sector social, con el fin de elegir los recursos de acción más adecuados, para la - solución de la problemática alimentaria, con la participación de diversas profesiones, instituciones y comunidad, para lo- grar la consecución de los objetivos en forma integral.

Para planear se necesita primeramente investigar, pues- to que no es posible actuar en algo que se desconoce, es por esto que la investigación proporciona un panorama acerca de la realidad del problema de la desnutrición, y en base a esa realidad, es como se proyectan alternativas de superación de la situación actual de cualquier sector social.

Cuando la investigación es permanente, permite profundizar en lo relativo a las actitudes, creencias, costumbres, - tradiciones, valores y motivaciones. El conocimiento más am- plio de este material, permitirá una labor efectiva y la confección de planes de educación nutricional, de acuerdo al tipo de comunidad.

Una vez llevada a cabo la investigación, se cuenta con las bases para la planeación, que debe ser realista dentro - de lo posible, con equilibrio entre necesidades y posibilida- des.

Para que la planeación sea efectiva debe ser permanente y hacerse con proyectos escalonados, de tal modo que uno sirva de base al siguiente, debido a que la desnutrición es un -

problema actual y latente en la población mexicana.

Por todo lo anterior se cree que otra función del trabajador social, por las acciones que involucra, es la planeación, ya que es necesario actuar mediante amplios programas, tanto a nivel nacional, como regional y local, para superar la problemática de nuestro país.

Está bién demostrado que la ciencia y la tecnología moderna es capaz de dar incremento sustancial a los recursos nutricionales, para resolver los problemas que actualmente existen en el mundo. Para la aplicación de esos recursos en nuestro país, debe establecerse una política nacional de nutrición, en la que se formulen programas que comprendan la acción coordinada de todos los organismos del gobierno y privados, con la máxima aspiración de que todo mexicano cuente, desde que nace, con los elementos necesarios para su correcta nutrición.

Indudablemente que cualquier programa aplicado en favor de la modernización de los hábitos de alimentación en la población, resultará en gran beneficio, pero es importante señalar que los sistemas educativos que se adopten para lograr la, se deberán basar en el conocimiento de las prácticas del país. Es decir, planear en base a la realidad social, función para la cual está capacitado el trabajador social.

Al aplicar estos planes, se motiva y sensibiliza a la población, creándole una conciencia que le permite aceptar y tener visión de su condición de malnutrido y así participar para superarla.

Cada trabajador social, en todo campo que se desarrolle profesionalmente, podrá y deberá, a través de sus funciones,

integrar en sus actividades, en sus programas específicos de trabajo, lo concerniente a aspectos nutricionales y alimenticios, ya sea educativos o motivadores y orientadores; incluir en los diferentes programas una campaña de mejoramiento alimenticio, haciendo llegar técnicas de alimentación.

4.4-Educador social.

"La educación, considerada en toda su amplitud, es un hecho social que consiste en un proceso de adquisición de conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas, así como de promoción, formación y transformación de hábitos, costumbres y formas de comportamiento socialmente útiles y aceptables"(65)

Se puede considerar entonces la educación como un mecanismo de adaptación del individuo al medio social, ya que la acción educativa, en sus múltiples y variadas manifestaciones, tiene la virtud de disciplinar, cultivar y preparar la existencia del ser humano, para el cabal cumplimiento de su destino individual y social. Por esto se afirma que el hombre llega a ser verdaderamente hombre sólo mediante la influencia de la educación.

El trabajador social como educador de la sociedad, es un elemento en el proceso de la educación, que participará como promotor, organizador y director de la tarea educativa.

La educación y la salud, formando parte de ésta la alimentación, son derechos supremos del hombre universalmente aceptados. Estos son los problemas más importantes para lograr el progreso social y económico de los pueblos.

La formación de hábitos, la adaptación y transformación de las costumbres y la formación de actitudes, en este caso, tienen una orientación común: la protección y conservación de la buena nutrición del individuo, así como de la comunidad.

La educación social tiene como objetivo la capacitación social, la capacitación técnica básica, y el cambio de las estructuras mentales.

Es más fácil y económico educar a la comunidad y aplicar medidas profilácticas, que invertir recursos en la recuperación de la buena nutrición.

La educación social orienta su labor lo mismo a la población infantil y juvenil, que a la población adulta, porque aunque aquellos representen el futuro del país, el adulto es el factor dinámico y directivo de la comunidad; es el elemento que influye de forma definitiva en la conducta, en la adopción de nuevas formas de vida, en la adquisición de hábitos y en la configuración cultural de los grupos sociales. Por esto es importante la educación de la familia, ya que es una comunidad de vida, donde la alimentación de los miembros que la integran tiene interdependencia innegable.

Los campos de la educación social son: adiestramiento de personal en principios, técnicas, métodos y medios de educación para una buena nutrición; organización de la comunidad por medio de líderes de la misma; coordinación con las instituciones y el público en general.

La educación nutricional es sólo un aspecto de la educación y su más alta aspiración es la de capacitar a la comuni

dad para que, informada, asesorada y dirigida, se aplique debidamente organizada utilizando sus propios recursos, a resolver por sí misma sus problemas de alimentación, no siempre manifiestos, pero que el trabajador social le hará conocer, - sirviéndole como mentor en el caso, de lazo de unión para con las autoridades y, centro coordinador en el equipo interdisciplinario encargado de la realización de programas de alimentación, para alcanzar el sobredicho objetivo, de beneficio común.

La habilidad para despertar el interés del público, su deseo de conocimiento al respecto, la obligación de contribuir al fomento de una mejor nutrición, dependerá de la capacidad del trabajador social, en cuanto a dicha comunicación se refiere, de la adecuación de sus trabajos a la realidad del ambiente y a las exigencias de la localidad.

El trabajador social frente a la problemática que es la mala alimentación, debe ser agente contribuyente al proceso de liberación, que es su objetivo, y donde cumplirá la función de educador y, como una de las funciones de la educación es la de procurar la organización de la población en grupos productivos, implementará la formación de cooperativas de alimentos de consumo en la comunidad, ahí estaría su labor para elevar el nivel de conciencia y educación de la gente, para que ellos mismos fueran los encargados de organizar los sectores productivos y de consumo.

El papel del trabajador social no consiste en lanzarse a resolver los problemas a los demás, en cualquier parte donde existe hambre, desnutrición y carestía de los alimentos, -

hay gente que lucha o quiere luchar para lograr la superación y, aquí puede actuar, educando a estas personas y dirigiéndolas.

A pesar de la serie de factores socioeconómicos de la población, la desnutrición, sobre todo la infantil, es susceptible de ser combatida con la educación, ya que permite implantar conciencia de lo que es una alimentación equilibrada y cómo puede lograrse aún sin gravar excesivamente la economía, en base a un mejor aprovechamiento y preparación de los alimentos disponibles.

Es evidente que una madre de familia con una buena educación, cuidará la alimentación de sus hijos. Pero tratándose de educación nutricional, hay que tener cuidado en considerar los hábitos alimenticios que se transmiten de generación en generación. Por ello, los programas deben constituirse por equipos interdisciplinarios, que no pretendan solucionar el problema con una mentalidad importada, sino integrando al individuo, tomando en cuenta sus ideas y tradiciones.

Se tiene que luchar contra algunos tabúes que, en un momento dado, pueden perjudicar el estado nutricional del individuo, pero también conviene analizar cuales de sus hábitos de alimentación no son perjudiciales e inclusive pueden mejorar su nutrición.

Es necesaria la divulgación de conceptos educativos sencillos, a través de todos los organismos que se dedican al mejoramiento integral de los grupos sociales más desvalidos del país; por tanto, es indispensable difundir con simplicidad estos conceptos para lograr que numerosos grupos de nivel informativo bajo, logren captar los mensajes nutricionales, -

en este caso la educación alimentaria en general.

En cualquier tipo de trabajo que se realice, para lograr el proceso social de una comunidad, siempre se ha observado - que las grandes limitaciones educacionales de los hombres son un obstáculo para el desarrollo de los pueblos, en cuanto no les permite actuar objetivamente en la realidad circundante. Por lo cual, siempre se ha buscado experimentar métodos, técnicas, y otros procedimientos a objeto de popularizar la educación.

Considerando que la mala alimentación se debe a una serie de factores entre ellos el educativo, el trabajador social no será maestro de alfabetización, pues no es esta su labor directa, pero sí será el que propicie la existencia de centros de alfabetización, especialmente para adultos y con las técnicas más adelantadas de enseñanza, como son todas aquellas que llevan a la concientización del hombre.

4.5-Orientador.

Una de las funciones que debe desempeñar el trabajador social, es la de orientar a las personas, no con el sentido - paternalista, sino motivándoles en el desarrollo de su personalidad, para que ejerciten su inteligencia, aptitudes y capacidades en la solución de sus problemas.

Señalar los posibles recursos y limitaciones para que hagan uso de ellos.

Exortar a los padres de familia para que cumplan con la ley obligatoria de educación y envíen a sus hijos a recibir instrucción escolar, porque como se dijo, es un factor que influye en la mala alimentación.

El trabajador social puede contribuir promoviendo el consumo de alimentos adecuados, estableciendo en sus propios campos de acción programas de educación y divulgación para el consumidor; esto puede realizarlo en centros educativos, difundiendo entre la población escolar, técnicas de mejor aprovechamiento alimenticio; en el medio rural es muy importante para el desarrollo de las comunidades, aquí se debe atacar directamente el problema, sobre todo en las medidas de higiene y preparación de alimentos, tratando de que estos se diversifiquen.

Puede organizar grupos difundiendo por medio de pláticas orientadoras, la mejor aplicación del presupuesto familiar, para la adquisición y utilización correcta de sus alimentos, consumiendo de preferencia los de la región, e instruyendo a las amas de casa mediante demostraciones prácticas.

Debe destacar la importancia de que se conozcan las bases de la alimentación, para superar los obstáculos en la selección y disponibilidad de comestibles para mejorar la dieta.

Considerando que la mala alimentación se debe a una serie de factores y no se dá aisladamente, sino que afecta otros aspectos de la sociedad, el trabajador social, puede orientar a los padres de familia, para formar hogares organizados, con el número de hijos que deseen y a los que les puedan dar la educación y protección a que tienen derecho, como seres humanos; sobre higiene de la madre, higiene del niño, higiene de la vivienda, mejor distribución del gasto familiar, así como orientación de tiendas y centros comercial

les que vendan productos a bajo precio; todo esto por medio de pláticas, conferencias y proyecciones de películas instructivas, para el logro del bienestar familiar, adaptando los recursos con que cuenta la comunidad.

Por último el trabajador social, que conoce quién debe proporcionar los servicios públicos, orientará también a la población en sus problemas que se le presenten.

4.6-Supervisor.

El Lic. en trabajo social, dentro de los equipos interdisciplinarios trabaja a una escala de coordinador, supervisor, investigador, evaluador, capacitador y planificador. Puede desempeñar la función de supervisor, realizando tareas tanto administrativas como educativas, revisando, estimulando, orientando y guiando en el proceso de superación de la mala alimentación.

Siendo la supervisión un proceso de enseñanza aprendizaje, tiene dos finalidades: la educativa y la administrativa, con la educativa pretende lograr el desarrollo de la comunidad, con la administrativa proporcionar un servicio adecuado y oportuno, tomando en cuenta el coordinar los recursos humanos y materiales existentes.

La supervisión para el trabajador social es la responsabilidad que asume ante una comunidad, un grupo o un individuo, a base de algunos imperativos de organización que se ponen en práctica, con una estructura administrativa adecuada que incluye procedimientos establecidos.

Sus funciones como supervisor se dirigen a la planeación, ejecución, control y, a la evaluación en los progra--

mas de alimentación. Por lo que debe saber distribuir su - trabajo y el de los demás, en función de su superación y del cumplimiento de los objetivos grupales; programar y presupueg tar una acción que contribuya a la solución de la mala ali- mentación; saber coordinarse con los demás profesionistas - del equipo interdisciplinario que intervengan en el progra- ma; saber tomar decisiones; desde el punto de vista educati- vo se requiere que interprete la realidad, enseñe y estimule a la población; en el aspecto administrativo, que plani- fique, organice, coordine y controle los recursos materia- les y humanos con que cuente la comunidad.

Como encargado directo de la vigilancia y funcionamien- to del programa, debe ver que las cosas se hagan bien.

El trabajador social como supervisor, es el canal por medio del cual pasan las comunicaciones, es el eslabón que une al equipo interdisciplinario con la comunidad, tenien- do contacto inmediato con ambos.

Para supervisar se deben delimitar los objetivos y co- nocer la personalidad de la gente, para saber si puede lle- var a cabo dichos objetivos y funciones, y la forma en que se van a realizar tales acciones.

Siendo la evaluación una de las finalidades de la su- pervisión, constituye la última etapa del programa y, está orientada a medir y a analizar el desarrollo total del mis- mo.

La evaluación permite la toma de importantes decisio- nes, sobre continuar o interrumpir el proyecto que se esté -

llevando a cabo; mejorar sus prácticas o procedimientos, añadir o desechar técnicas en relación con las que se estén empleando, modificar la estrategia para desterrar la mala alimentación; establecer proyectos semejantes en realidades similares y asignar recursos a programas.

La supervisión puede emplearse en trabajo social de caso, grupo y comunidad.

En trabajo social de caso el supervisor va a evaluar el nivel de cambio en las actividades del supervisado, la capacidad personal para utilizar los conocimientos que se le transmitieron, así como evaluar la situación actual del problema, si se ha reducido o si continúa igual.

En trabajo social de grupo el supervisor tiene como actividades la enseñanza y capacitación de la gente para superar el problema de la mala alimentación.

En desarrollo de comunidad puede supervisar la participación del equipo interdisciplinario que realice la investigación y ejecución de programas de nutrición, verá si se llevan a cabo las actividades planteadas y además podrá delegar funciones, logrando la participación de algunos miembros de la comunidad a quien vá dirigido el programa.

Resumiendo, las funciones del trabajador social en cuanto a la solución de la mala nutrición en México, van estrechamente unidas, por lo que no puede realizarse una aislada de las demás, forman un todo, pues su objetivo es la superación del hombre mismo, que implica movimiento, acción y reflexión.

En todo tipo de programas de nutrición en que incida el trabajador social, la educación de la gente está en primer plano, y debe ser permanente, por lo que se debe dar más -- importancia a obras materiales, y proporcionar una ayuda externa a fin de que se resuelvan las necesidades más apremiantes, como sería la alimentación.

El proceso educativo es lento y exige capacidad, tacto, paciencia, constancia y compromiso, debe ser permanente, debido a que la mala alimentación es también un problema persistente.

Y sólo cuando se haya logrado el cambio de actitudes -- favorable en las personas, se empezará a ver el fruto de la labor plasmado en un trabajo organizado, para lograr el cambio social que permitirá el bienestar individual y colectivo de los hombres.

Sin embargo, se debe tener en cuenta que el trabajo social no dá resultados tangibles o inmediatos, sino que el verdadero trabajo social, es aquel que logra un proceso social -- en las personas, grupos y comunidades, al pasar de seres -- pasivos en activos, de sujetos resignados y receptivos, en -- críticos y autores de su propia historia.

C O N C L U S I O N E S

CONCLUSIONES

La mala alimentación es un problema social actual que padecen aproximadamente tres cuartas partes de la población mexicana desde hace ya varios siglos atrás.

Este problema no es unitario, tiene ramificaciones y presenta obstáculos laterales, ya que se debe a una serie de factores económicos, sociales y culturales.

No ha desaparecido a pesar del avance de la ciencia y de la tecnología, debido a que sigue tratándose como un problema meramente médico, dejando a un lado otras implicaciones de tipo económico, social y cultural.

La dieta del mexicano es poco variada e incompleta, en parte porque las cantidades de alimentos con alto valor nutritivo se consumen mínimamente, mientras que los alimentos como tortillas, frijoles y chile forman casi la totalidad de su alimentación.

La mala alimentación existe tanto en zonas rurales como urbanas, la cual se debe en muchas ocasiones a la escasa cantidad de alimentos, que la mayoría de las veces son inadecuados, lo que se asocia con las infecciones, y entre estos dos factores surge la desnutrición apareciendo una serie de causas y efectos que repercuten en la salud de la población.

Este problema afecta no solo al individuo sino a la colecti-
vidad, por lo que es barrera para el desarrollo integral del ---
país.

Existen implicaciones de tipo cultural que repercuten pro-
fundamente en la población mexicana, desde varias generaciones_
y que tienen como consecuencia las carencias alimentarias que --
han condicionado la sub-alimentación de la población.

La mala alimentación no se debe a la falta de alimentos --
exclusivamente, ya que toda la gente come, lo que sucede es que
se tiene una serie de hábitos y tradiciones que tienen raigam-_
bre prehispánica.

El hábito que se ha generado sobre el consumo de alimentos
"Chatarras", ha sido en gran parte, culpa de los medios de comu-
nicación masiva que han influido negativamente en varios secto-
res de la población mexicana.

Los medios de comunicación masiva, crean la necesidad de --
consumir alimentos, que la gente no necesita para tener una bue-
na nutrición, especialmente en aquellos sectores que tienen un -
nivel educativo bajo.

Algunas amas de casa eligen la dieta familiar por comodidad
consumiendo alimentos industrializados que la mayoría de las ve-
ces son de precios elevados y de baja calidad nutritiva, lo cual

viene a perjudicar tanto la salud como el presupuesto de la familia.

La inadecuada distribución del ingreso familiar, aunada a la ignorancia de lo importante que es consumir una dieta adecuada, agravan la salud y la economía familiar, porque se consumen alimentos que son caros y no nutren, así como productos que no son necesarios para vivir, y pasando a segundo plano la alimentación.

La población no está totalmente consciente de lo que es una alimentación adecuada ya que algunas personas creen que comen bien porque tienen suficiente dinero, sin embargo esto no garantiza que su dieta sea de calidad nutricional.

La educación es un factor que contribuye en la buena o mala alimentación, debido a que un bajo nivel educativo crea un obstáculo entre las amas de casa y los conocimientos de una alimentación adecuada.

El nivel educativo de las madres de familia es bajo, lo cual viene a repercutir en la alimentación familiar porque el ama de casa es la responsable directa, por ser ella quien selecciona los productos que la forman.

La carencia a nivel individual y comunitario para proveerse

de los elementos de una dieta adecuada, es otro factor que ayuda a la aparición de la mala alimentación, en cuanto que la gente selecciona por comodidad sus alimentos y se ve obligada a consumir lo que haya en la comunidad, debido a lo marginada de esta.

La mayoría de las familias son numerosas, los intervalos de nacimiento entre uno y otro son reducidos, aproximadamente de un año; esto contribuye a que los hijos nazcan desnutridos porque la madre no se ha recuperado del anterior y no está en las mejores condiciones para tener otro hijo, a la vez que el niño deja de ser atendido tempranamente.

Otra situación que contribuye a la mala alimentación, es que algunas madres de familia prolongan la lactancia del niño hasta los 2 o 3 años de edad, poniendo en peligro su salud, debido a que la leche materna ya no es suficiente para cubrir sus necesidades nutricionales y lograr un desarrollo adecuado, además crea una dependencia en el hijo y la madre que, posteriormente le acarrearán otros problemas.

La alimentación que se les da a los niños después del destete es pobre en cantidad como en calidad, con lo que se ve todavía más afectada su nutrición.

Existen madres de familia con una serie de ideas acerca de limitar la alimentación de sus hijos cuando estos se enferman, -

por creer que los alimentos les hacen daño, sin darse cuenta -- que ponen a los niños en desventaja ante las enfermedades, ha--
ciendo que éstas se prolonguen.

SUGERENCIAS

SUGERENCIAS

Se considera para el trabajador social un compromiso de primer orden, el ser participe de la actividad junto con otros profesionistas que se dediquen a la búsqueda de soluciones al problema que presenta la desnutrición en México.

Es necesario modificar el tratamiento de atención a la desnutrición centralizado en el médico, las acciones curativas y la atención individual y episódica. Pugnando por un mayor énfasis en las acciones preventivas y en la participación de un equipo interdisciplinario, en el que se encuentre el trabajador social.

Analizar y racionalizar las características de un sector social, con el fin de elegir los recursos de acción más adecuados, para la solución de la problemática alimentaria, con la participación de diversas profesiones, instituciones y comunidad, para lograr la consecución de los objetivos en forma integral.

Elaborar planes y programas de alimentación previa investigación, aplicarlos y supervisarlos.

Los programas de alimentación deben elaborarse por equipos interdisciplinarios, que no pretendan solucionar el problema con una mentalidad importada, sino integrando al individuo, tomando en cuenta sus ideas y tradiciones.

Planear en forma permanente para que sea efectiva esta función

ción y, hacerse con proyectos escalonados, de tal modo que uno sirva de base al siguiente, debido a que la desnutrición es un problema actual y latente en la población.

Actuar mediante amplios programas, tanto a nivel nacional, como regional y local, para superar la problemática alimentaria de nuestro país.

Se debe planear en base a la realidad social, función para la que está capacitado el trabajador social, tomando en cuenta - los hábitos y las costumbres de la población.

Supervisar y coordinar la participación del equipo interdisciplinario que realice la ejecución de programas de alimentación para ver si se llevan a cabo las actividades planteadas y poder delegar funciones, logrando la participación de algunos miembros de la comunidad a quién se dirija el programa.

Integrar en las actividades del trabajador social cualquiera que sea su campo, lo concerniente a aspectos nutricionales y de alimentación, ya sea educativos, motivadores y orientadores, así como incluir en sus programas específicos de trabajo, una campaña de mejoramiento de la dieta, haciendo llegar técnicas - para lograrlo.

Se cree que falta una orientación acerca de como alimentar-

se bien sin tener que afectar en gran medida el ingreso familiar y aprovechando los recursos que se tengan.

Organizar grupos a los que se les darán pláticas orientadas de como aplicar mejor el presupuesto familiar, para la adquisición y utilización correcta de los alimentos, e instruir a las amas de casa mediante demostraciones prácticas.

Capacitar al individuo para que supere su situación de mal nutrido, utilizando los recursos naturales y humanos con que se cuenta y así el individuo pueda aspirar a otro tipo de desarrollo.

Motivar los cambios de actitud en las relaciones sociales, que permitan al individuo desarrollar su participación en la vida comunal para la búsqueda de soluciones al problema de la mala alimentación.

Promover a la población, empleando los servicios de las instituciones, los recursos disponibles de la comunidad, así como la capacidad de los individuos para contribuir en la solución de este problema, tomando en cuenta su nivel cultural y basándose en las técnicas y métodos de trabajo social.

Sensibilizar a la gente haciéndole ver críticamente su realidad de malnutridos, para que descubran las causas que la ori-

ginan y transformarla empleando los medios a su disposición.

Capacitar y organizar a la comunidad para que informada y asesorada utilice sus propios recursos y resuelva por sí misma sus problemas de alimentación no siempre manifiestos, para lo cual el trabajador social les dará a conocer la magnitud de estos.

Para el adecuado desarrollo de las comunidades, sobretudo en las rurales se deben divulgar técnicas de higiene y preparación de alimentos, tratando de que estos se diversifiquen, se aprovechen y se consuman los de la región.

Implementar huertos familiares; así como apoyar sistemas de producción y distribución de alimentos que queden bajo control de los propios trabajadores del campo y de la ciudad, y que sean administrados por ellos mismos.

Implementará la formación de cooperativas de consumo de alimentos en la comunidad, para elevar el nivel de conciencia y educación de la gente, y que ellos mismos sean los encargados de organizar los sectores productivos y de consumo.

Dado que la desnutrición no se presenta aisladamente, sino que afecta otros aspectos de la sociedad, el trabajador social puede orientar a los padres de familia para formar hogares orga

nizados, con el número de hijos a los que puedan dar la educación y protección que tienen derecho; así como sobre higiene de la madre, del niño y de la vivienda.

Educar a la población, ya que es más efectivo y económico - aplicar medidas profilácticas, que invertir recursos en la recuperación de la nutrición.

Específicamente la educación de la familia, debido a que - es una comunidad de vida donde la alimentación de los miembros que la integran tiene interdependencia innegable.

Difundir con simplicidad conceptos educativos sencillos, - para lograr que numerosos grupos de nivel informativo bajo, logren captar los mensajes nutricionales, a través de organismos que se dedican al mejoramiento de los sectores sociales mas - desvalidos.

La mala alimentación puede presentarse menos grave mediante el adiestramiento de personal en principios, técnicas, métodos y medios de educación para una buena nutrición; organizando a la comunidad por medio de líderes de la misma y coordinándose - con las instituciones.

Considerando que la mala alimentación se debe a una serie de factores entre ellos el educativo, se debe propiciar la exig

tencia de centros de alfabetización, especialmente para adultos y con las técnicas más adelantadas.

Así mismo exortar a los padres de familia para que cumplan con la ley obligatoria de educación y envíen a sus hijos a recibir instrucción escolar.

Debido a que el proceso educativo es lento y exige capacidad, paciencia y constancia, debe ser permanente, ya que la mala alimentación es también un problema persistente en nuestro país.

A N E X O S

ANEXO 1

CEDULA APLICADA EN LA COMUNIDAD PARA DETECTAR LA MALA NUTRICION.

1.-Grado escolar de la madre _____

2.-Número de hijos _____

3.-¿Cree usted que es importante la nutrición?
Sí _____ No _____ Por qué _____4.-¿En donde compra los productos para su alimentación?
Dentro de la comunidad _____ Fuera de la comunidad _____5.-¿Es suficiente el ingreso familiar para su alimentación?
Sí _____ No _____ Por qué _____6.-¿Considera que la alimentación que dá a sus hijos es buena?
Sí _____ No _____ Por qué _____

7.-¿Cada cuando consume los siguientes alimentos?

Alimento	Diario	2 o 3 veces por semana	1 vez a la semana	casi nunca
sopa de pasta				
tortillas				
frijoles				
refrescos				
gansitos				
verduras				
botanas				
pescado				
atoles				
leche				
chile				
fruta				
huevo				
carne				
cafe				
pan				

8.-¿Alimentó a sus hijos con leche materna?
Sí _____ No _____ ¿Hasta que edad? _____

9.-¿El destete siguió con? _____

10.-¿Quién debe alimentarse mejor entre los miembros de la familia?
Preescolares _____ Escolares _____ Adolescentes _____

Mujer embarazada _____ Adultos _____

11.-¿Cuando sus hijos se enferman les limita la alimentación?
Sí _____ No _____ Por qué _____12.-¿Cree que existen alimentos nocivos para la salud?
Sí _____ No _____ Cuales _____

13.-¿Tiene television? Sí _____ No _____

TABULACION Y PRESENTACION DE DATOS

ANEXO 2

1.-Grado escolar de la madre.

1ro. Primaria	10	20%
2do. Primaria	8	16%
3ro. Primaria	11	22%
4to. Primaria	1	2%
5to. Primaria	3	6%
6to. Primaria	2	4%
2do. Secundaria	2	4%
3ro. Secundaria	1	2%
Ninguno	12	24%
TOTAL..... 50...100%		

ANEXO 3

2.-Número de hijos.

No. de hijos	No. de Familias	%
1 a 2	9	18
3 a 4	12	24
5 a 6	5	10
7 a 8	12	24
9 a 10	6	12
11 a 12	3	6
13 a 14	2	4
15 y más	1	2
TOTAL..... 50.....100		

ANEXO 4

3.-¿Cree usted que es importante la nutrición?

SI.....	46.....	92 %
NO.....	4.....	8 %
TOTAL.....		50.....100 %

ANEXO 5

¿Por qué sí o no es importante la nutrición?

Razones que dieron las madres de familia:

1) No sabe, no contestó.....	16	32 %
2) Para estar y crecer sanos y fuertes, especialmente los niños	16	32 %
3) Porque la gente debe comer de los mejores alimentos	5	10 %
4) Es de vital importancia alimentarse bien	4	8 %
5) Para no enfermarse	3	6 %
6) Para que los niños tengan ganas de estudiar y puedan aprender, porque si no están bien nutridos les duele la cabeza	2	4 %
7) Se puede morir la gente que no está bien nutrida	2	4 %
8) Para desarrollar adecuadamente el organismo	2	4 %
TOTAL		50
		100 %

ANEXO 6

4.- ¿En donde compra los productos para su alimentación?

Dentro de la comunidad	21	42 %
Fuera de la comunidad	15	30 %
En ambos lados	14	28 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 7

5.- ¿Es suficiente el ingreso familiar para su alimentación?

SI	30	60 %
NO	20	40 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 8

¿Por qué sí o no es suficiente el ingreso familiar?

1) No contestó	14	28 %
2) Es poco el gasto que les dan	11	22 %
3) Tienen que hacer otros gastos	8	16 %
4) Son pocos los miembros de la familia	5	10 %
5) Les alcanza pero al día	5	10 %
6) Es suficiente	4	8 %
7) Todos trabajan	2	4 %
8) Comen cosas caras que no nutren	1	2 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 9

6.-¿Considera que la alimentación que dá a sus hijos es buena?

SI	25	50 %
NO	25	50 %
<hr/>		
TOTAL	50	100 %

ANEXO 10

¿Por qué sí o no la considera buena?

1) No es completa, es pobre en nutrientes	12	24 %
2) No le alcanza el dinero	9	18 %
3) Es balanceada	5	10 %
4) No se han enfermado	4	8 %
5) No tienen otra cosa, comen lo que hay	4	8 %
6) Es variada y quedan satisfechos	4	8 %
7) No contestó	4	8 %
8) Es poca comida y sólo comen frijoles	3	6 %
9) Procura dar lo mejor a su familia ..	2	4 %
10) Tienen suficiente dinero	2	4 %
11) Les nutre	1	2 %
<hr/>		
TOTAL.....	50	100 %

ANEXO 11

7.-¿Cada cuando consume los siguientes alimentos?

Alimento	Diario	2 o 3 veces por semana	1 vez a la semana	casi nunca	Total
Tortillas	49	1	-	-	50
	98 %	2 %	-	-	100 %
Frijoles	46	3	1	-	50
	92 %	6 %	2 %	-	100 %
Chile	39	8	-	3	50
	78 %	16 %	-	6 %	100 %
Huevo	33	14	1	2	50
	66 %	28 %	2 %	4 %	100 %
Leche	32	8	4	6	50
	64 %	16 %	8 %	12 %	100 %
Pan	25	8	7	10	50
	50 %	16 %	14 %	20 %	100 %
Refrescos	23	13	9	5	50
	46 %	26 %	18 %	10 %	100 %
Sopa de pasta	17	11	11	11	50
	34 %	22 %	22 %	22 %	100 %
Fruta	17	11	11	11	50
	34 %	22 %	22 %	22 %	100 %
Café	16	7	5	22	50
	32 %	14 %	10 %	44 %	100 %
Atoles	10	6	12	22	50
	20 %	12 %	24 %	44 %	100 %
Carne	10	16	12	8	50
	20 %	32 %	24 %	16 %	100 %
Gansitos	9	5	9	27	50
	18 %	10 %	18 %	54 %	100 %
Botanas	8	9	12	21	50
	16 %	18 %	24 %	42 %	100 %
Verduras	6	18	16	10	50
	12 %	36 %	32 %	20 %	100 %
Pescado	-	2	4	44	50
	-	4 %	8 %	88 %	100 %

ANEXO 12

8.-¿Alimentó a sus hijos con leche materna?

SI	48	96 %
NO.....	2	4 %
TOTAL	50.....	100 %

ANEXO 13

¿Hasta que edad los amamantó?

EDAD	No. de familias	Porcentaje
1 a 3 meses	6	12
4 a 6 meses	3	6
7 meses a 1 año	16	32
2 a 3 años	22	44
4 años y más	1	2
No contestó	2	4
TOTAL	50	100 %

ANEXO 14

9.-¿El destete siguió con?

Leche de vaca	17	34 %
Dieta familiar	12	24 %
Caldos y sopas	8	16 %
Atoles	8	16 %
Leche en polvo	5	10 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 15

10.-¿Quién debe alimentarse mejor entre los miembros de la familia?

Preescolares	3	6 %
Escolares	12	24 %
Adolescentes	1	2 %
Adultos	0	0 %
Mujer embarazada	17	34 %
Todos	17	34 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 16

11.-¿Cuando sus hijos se enferman les limita la alimentación?

SI	31	62 %
NO	19	38 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 17

¿Por qué sí o no les limita la alimentación?

1) Dice el médico que se suprima	12	24 %
2) Se alivian más pronto si no durante la enfermedad	10	20 %
3) Les hace daño no comer	8	16 %
4) No contestó	6	12 %
5) Comen lo acostumbrado	5	10 %
6) No quieren comer	4	8 %
7) Siempre deben comer	2	4 %
8) El médico dice que no se suprima	1	2 %
9) No tienen otra cosa que darles	1	2 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 18

12.-¿Cree que existen alimentos nocivos para la salud?

SI	30	60 %
NO	20	40 %
TOTAL	50	100 %

ANEXO 19

¿Cuales?

1) No contestó	12	24 %
2) Las frituras y los comprados en la calle	10	20 %
3) Todos son buenos	9	18 %
4) Cerveza, golosinas, refrescos y harinas	9	18 %
5) Todos hacen daño si se comen en exceso... 4	4	8 %
6) El pescado y algunas verduras	3	6 %
7) Todos menos carne, leche y verduras..... 1	1	2 %
8) Alimentos enlatados	1	2 %
9) Huevo y leche en determinadas horas del día	1	2 %
TOTAL.....	50	100 %

ANEXO 20

13.-¿Tiene televisión?

SI	38	76 %
NO	12	24 %
TOTAL	50	100 %

BIBLIOGRAFIA

- 1.- ANDER EGG, Ezequiel, Metodología del Desarrollo de Comunidad, ed. Humanitas, Buenos Aires, 1965, 246 p.
- 2.-BAENA PAZ, Guillermina, Instrumentos de Investigación, 8a. ed. Editores Mexicanos Unidos, 1983, 134 p.
- 3.-CASTILLO F., Victor, Estructura Económica de la Sociedad Mexicana, ed. UNAM, México 1984, 150 p.
- 4.-ECHANOVE TRUJILLO, Carlos, Sociología del Mexicano, imprenta universitaria, Cuba 1953 200 p.
- 5.-ESCALANTE FORTON, Rosendo, Investigación, Organización y Desarrollo de la Comunidad, 4a. ed. Oasis, México, 1972, 225 p.
- 6.-ESCAMILLA GOMEZ, Carlos, Principios Fundamentales de Educación Sanitaria, ed. Trillas, México 1980, 300 p.
- 7.-FMVZ, El hambre en el Mundo Diez Mitos, Dpto. de Economía y Administración, UNAM, México 1981 31 p.
- 8.-FRIEDLANDER W. A. Dinámica del Trabajo Social, 4a. ed. Pax, - México 1981 607 p.
- 9.-FREIRE, Paulo, La Educación como Práctica de la Libertad 2a. ed. Siglo XXI, México 1972, 151 p.
- 10.- GOMEZJARA, Francisco, El diseño de la Investigación Social, 1ra. ed. Nueva Sociología, México 1979, 349 p.
- 11.-HERNANDEZ Mercedes, Prácticas de Alimentación Infantil en el Medio Rural Mexicano, Instituto Nacional de la Nutrición, - México 1979, 116 p.
- 12.-KISNERMAN, Natalio, Servicio Social Pueblo, Humanitas, Buenos Aires, 1972, 206 p.

- 13.-KUMATE, Jesús y CAÑEDO, Luis, La Salud de los Mexicanos y la Medicina en México, ed. Colegio Nacional, México - 1977, 482 p.
- 14.-OLASCOAGA, J. Quintín, Alimentación Normal del Mexicano, SEP. No. 26, Oasis, México, 1963, 200 p.
- 15.-RAMIREZ HERNANDEZ, Juan, Situación Alimentaria en México, Vol. 31, No.4, México, 1981, 385 p.
- 16.-PADILLA, A., México, Desarrollo con Pobreza, Siglo XXI, - editores, 7a. ed. México 1969, 212 p.
- 17.-PARDINAS, Felipe, Metodología y Técnicas de Investigación, en Ciencias Sociales, 24a. ed. Siglo XXI, México 1981 211 p.
- 18.-PAULA FALEIROS, Vicente, Trabajo Social Ideología y Método, Ecro, Buenos Aires, 1972, 155 p.
- 19.-ROJAS SORIANO, Raúl, Guía para Realizar Investigaciones Sociales, UNAM, México, 1979 274 p.
- 20.-ZUBIRAN, Salvador y otros, La Desnutrición del Mexicano, Colección testimonios del fondo, FCE, México 1974, 64 p.