



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ARAGÓN

**EL ACUERDO NACIONAL DE SALUD ALIMENTARIA
ESTRATEGIA CONTRA EL SOBREPESO Y OBESIDAD
(ANSA 2010-2014), UNA MIRADA SOCIOLÓGICA DESDE
LA VIDA COTIDIANA. UN CASO DE LA PRIMARIA EN LA
DELEGACIÓN GUSTAVO A. MADERO.**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN SOCIOLOGÍA

P R E S E N T A:

HERNÁNDEZ CHÁVEZ RICARDO ARMANDO

ASESORA:

MTRA. MARÍA DEL ROSARIO MELGAREJO AGUILAR



MÉXICO 2015

Ciudad Nezahualcóyotl, Estado de México



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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 esta 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.

AGRADECIMIENTOS.

A mis padres, con todo cariño por darme la vida, su apoyo incondicional y estar presente en todas las etapas de mi vida, desde las más difíciles hasta las mejores. Gracias.

Mi hermana Karla, por su cariño, trato y cuidados.

Mi hermana Ximena por sus cuidados, apoyo y darme la bendición de ser tío.

A mi sobrina Michelle, por ser la bendición más grande en mi hogar y por enseñarme que la sonrisa de un infante, es la manifestación de la felicidad más sincera.

A mis familiares por estar presentes en mi vida.

Al Sr. Cirilo y la Sra. María, por abrirme las puertas de su hogar.

Mi amigo Uriel García, como si fuera un hermano, por estar en los momentos más difíciles y alegres de mi vida, por ser un gran compañero dentro y fuera de la cancha.

Mi amigo Ángel Sánchez Pérez, por su apoyo, ánimo y comprensión para fortalecer mi desempeño académico.

A la Maestra Directora de la escuela primaria por permitir llevar a cabo la investigación, que por motivo de ética profesional no se menciona su nombre.

A la Mtra. María del Rosario Melgarejo Aguilar, por ser una gran docente y motivación a ser un profesionista, y aprovechar este medio para felicitarla por la bendición más grande que le ha tocado tener, el ser madre.

Mtra. Isabel Chávez Garfias, por su dedicación, trabajo, comprensión y guía en la elaboración de esta investigación, así como en clases.

Lic. Librada Moreno Castro, por sus observaciones, consejos y dedicación en la revisión de la investigación.

Lic. Israel Fernando Lara Vázquez, por la dedicación prestada a esta investigación.

Mtra. Tania Lizbeth Meléndez Elizalde, gracias por sus observaciones.

Al profesor Jaime Cuesta, por apoyarme y permitirme seguir jugando, así como darme la oportunidad de experimentar el ser entrenador deportivo, lo cual fue motivación para seguir estudiando, por ser un guía fuera y dentro de la cancha, un gran amigo y un segundo padre.

Finalmente a ti Miriam Martínez Zúñiga, por ser el apoyo incondicional, motivación para ser mejor cada día, por ser mi más grande tesoro, por tu cariño, amor y comprensión. Por estar en el final de las dos mejores etapas de mi vida y estar en el comienzo de las nuevas, así como el fiel apoyo para poder culminar con este proyecto de investigación. Te amo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.	1
CAPÍTULO 1	
LA CONSTRUCCIÓN DE LA VIDA COTIDIANA.	19
1.1.-Agnes Heller y la construcción de la vida cotidiana.	20
1.2.-Erving Goffman y la actuación de la vida cotidiana.	30
1.3.- Alejandro Spiegel y la vida cotidiana como instrumento didáctico: en la cotidianidad escolar.	40
CAPÍTULO 2	
ACUERDO NACIONAL DE SALUD ALIMENTARIA: EDUCACIÓN FORMAL EN EL CONTEXTO ESCOLAR DENTRO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA.	45
2.1.- Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad 2010.	46
2.2.- Una guía para docentes y directivos: promoción y educación para la salud y un fomento de la actividad física.	60

2.3.- Educación básica frente al reto de incidir en la familia dentro de la vida cotidiana. Estudio del manual para padres.	68	
2.4.- Escenario, utilería y actores tercera llamada: acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta.	80	
CAPÍTULO 3		
SOBREPESO Y OBESIDAD INFANTIL.		
LA VIDA COTIDIANA EN EL ENTORNO FAMILIAR Y ESCOLAR: UN CASO DE LA PRIMARIA EN LA DELEGACIÓN GUSTAVO A. MADERO.		91
3.1.- Un análisis de la realidad práctica del ANSA en la vida cotidiana.	92	
3.2.- Los conocimientos adquiridos de la promoción y educación de la salud por parte de la institución de educación básica primaria.	97	
3.3.- Activación física como modelo estructural de la educación formal en la construcción de hábitos saludables.	104	

3.4- El acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta dentro del contexto escolar.	107
3.5.- Educación formal frente a la cotidianidad escolar.	115
3.6.- Entorno obesigénico escolar.	121
3.7.- Cotidianidad familiar: hábitos alimenticios y actividad física.	127
3.8.- Entorno obesigénico familiar.	131
CONCLUSIONES.	136
ANEXOS	
Anexo 1: Glosario médico.	144
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos.	147
FUENTES CONSULTADAS	156

ÍNDICE DE CUADROS, FIGURA Y MAPAS.

Cuadro 2.1	
Principales causas de muerte en mujeres, México, 2005.	47
Cuadro 2.2	
Principales causas de muerte en hombres, México, 2005.	48
Cuadro 2.3	
Población con sobrepeso y obesidad en México, 2006-2008.	50
Cuadro 2.4	
Objetivos de las bases técnicas del ANSA 2010 y sus responsables.	54
Cuadro 2.5	
Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria y sus manuales.	59
Cuadro 2.6	
Principales empresas mexicanas.	75
Cuadro 2.7	
Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en el desayuno.	84
Cuadro 2.8	
Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en la comida.	85
Cuadro 2.9	
Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en la cena.	86

Cuadro 3.1	
Primero lugares de sobrepeso y obesidad en México.	96
Cuadro 3.2	
Sobrepeso y obesidad infantil por estratos de edad.	96
Figura 1	
El plato del bien comer	64
Mapa 3.1	
Promoción y educación para la salud.	102
Mapa 3.2	
Disponibilidad de alimentos.	119

**EL ACUERDO NACIONAL DE SALUD ALIMENTARIA ESTRATEGIA CONTRA
EL SOBREPESO Y OBESIDAD (ANSA 2010-2014), UNA MIRADA
SOCIOLOGICA DESDE LA VIDA COTIDIANA. UN CASO DE LA PRIMARIA EN
LA DELEGACIÓN GUSTAVO A. MADERO.**

INTRODUCCIÓN.

La presente investigación tiene como inquietud principal analizar el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria estrategia contra el sobrepeso y obesidad del año 2010 (ANSA), asimismo, el cómo se lleva lo propuesto en el acuerdo, en la cotidianidad en sus sujetos de acción, en poco más de cuatros que lleva de su implementación. Todo esto, desde una mirada sociológica como es la vida cotidiana. Presentándose el sobrepeso y la obesidad como un problema social, donde la cultura de los individuos puesta en práctica de los hábitos alimenticios, activación física, los tiempos de trabajo, los tiempos escolares, entre otros, por mencionar solo algunos, son factores que fomentan el sobrepeso y obesidad, que son transmitidos de individuo a individuo por generaciones, siendo que los individuos más grandes son los que enseñan a los más jóvenes, es decir, a las nuevas generaciones cómo se deben de comportar y reaccionar frente a las diferentes esferas de la vida.

De esta manera, se han puesto en marcha diversos programas y políticas públicas para poder disminuir, controlar y erradicar este problema, encontrando aquí la creación del ANSA, en coordinación de la Secretaria de Salud (SSA) y la Secretaria de Educación Pública (SEP), que surge como resultado del aumento de sujetos con sobrepeso y obesidad, que 20 años atrás de la publicación del acuerdo se ha incrementado.

Donde, se pretender crear nuevos y mejores hábitos alimenticios, aumentar la actividad física, que dará como resultado hábitos saludables, distinto a los que existen antes de la creación del acuerdo. De esta manera, el acuerdo se dirige a

los individuos más jóvenes de la sociedad mexicana que se encuentran dentro de un contexto escolar, que es la educación básica (escuelas primarias).

Siendo para esta investigación importante el estudio de los hábitos que los individuos reproducen, fomentan y facilitan el aumento de sujetos con sobrepeso y obesidad, donde estos individuos adquieren, al tener esta condición, diversas enfermedades que los pueden llevar, desde tener una baja calidad de vida, hasta la muerte, entre las que se encuentran; enfermedades isquémicas del corazón, cerebro-vasculares y diabetes¹, por dar algún ejemplo. Ya que estas encabezan las principales causas de muerte en México.

Es por esto, que se retoma el ANSA para la investigación siendo el referente institucional inmediato como solución del problema por parte del Estado, de los problemas de la condición de sobrepeso y obesidad, como se menciona en las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

En la actualidad, es cada vez más frecuente observar estos casos de enfermedades crónicas y se prevé que en los próximos años, estas patologías tendrán un repunte, por una parte como resultado de una mayor expectativa de vida, resultado de mejores condiciones sanitarias y una mejor capacidad resolutoria de los sistemas de salud, y por la otra, a una serie de exposiciones derivadas de patrones de comportamiento, hábitos no saludables como las dietas ricas en grasas y sal, el consumo de tabaco y el abuso de alcohol, así como los ritmos de vida acelerados generadores de estrés, exposiciones que tienen grandes impactos negativos, tanto desde el punto de vista de la salud como en el económico y el social y que afectan el desarrollo y potencialidades de la población. (p.7)

De esta manera, se presentan algunos antecedentes del sobrepeso y la obesidad. Ya que el sobrepeso y la obesidad no siempre ha tenido el mismo significado ni la misma carga social, como se puede apreciar en la actualidad, donde el poseer esta condición física es padecer de algún tipo de enfermedad y no forma parte de un estereotipo ideal a seguir y mucho menos una meta a lograr, puesto que los cuerpos delgados son la construcción social a seguir, siendo estos últimos casi sinónimos de bienestar.

¹ La conceptualización médica de las enfermedades nombradas a lo largo de esta investigación, se presentan dentro del anexo 1 glosario médico.

Aquí se toma como referencia el papel que ha jugado en otros períodos de tiempo el sobrepeso y la obesidad, se puede empezar por identificar los orígenes de la palabra obesidad y el significado de ésta, como hace referencia el autor “La palabra obeso proviene del latín ‘obedece’. Está formado de las raíces ‘ob’ (que abarca todo) y ‘edere’ (comer), cuya traducción es alguien que se lo come todo.” (Pallaruelo, 2012, p.9).² Una vez mencionado lo anterior se hizo una revisión histórica de la perspectiva del sobrepeso y la obesidad, recuperando algunos casos en sus respectivos contextos³, como se presenta en el siguiente orden, donde los seres humanos, en primera instancia, por procesos aun de evolución y de supervivencia del más fuerte, adquieren mecanismos de almacenamiento de energía, para poder aguantar los periodos de hambruna, por escases de alimentos y las inclemencias del tiempo como lo dice Mario Foz (2014):

Este hecho produjo, a través de un proceso de selección, el progresivo predominio en el genoma humano de aquellos «genes ahorradores» que favorecían el depósito de energía y permitían que estos individuos tuvieran una mayor supervivencia y alcanzaran la edad de la reproducción. (p.4)

Ya que para estos momentos los seres humanos vivían de la recolección y de la caza, es decir, eran nómadas; dentro la vida cotidiana de estos sujetos la prevalencia de actividad física era constante y la dieta con mayor contenido eran semillas y plantas que la carne, provocando este tipo de alimentación y actividad física que no se acumulara tanto la grasa, solo la necesaria para la supervivencia.

Además, al ser individuos nómadas, no es posible encontrar o tener más referencias de sobrepeso y obesidad, ya que se encuentra aleatoriamente alguna evidencia de la forma física de esos seres del pasado, no como en el caso donde se convierten en seres sedentarios y surge las civilizaciones en un lugar

² Para esta investigación, no se usara ésta definición, ya que carece y limita al objeto de estudio a seres que son glotones, lo cual para lo que se vive hoy en día es insuficiente, ya que no solo el comer produce obesidad, son diversos factores que influyen para el surgimiento de este padecimiento, los cuales se verán más adelante. Solo se retomará este concepto como mención del vestigio más antiguo de la definición de obesidad, no como el soporte teórico.

³ Con esto, no se quiere decir, que se tome como verdad universal o regla general, para el contexto en el que se presenta la perspectiva social del sobrepeso y obesidad, en cada uno de los periodos de tiempo que se van nombrando dentro de esta investigación hasta el año de la publicación del ANSA, son sólo algunos casos de esta problemática en los diferentes momentos históricos de la humanidad.

establecido, por ejemplo en Egipto⁴, donde se pueden encontrar rasgos culturales muy contrarios a los actuales, y la obesidad se ve como un estatus y no como una enfermedad, aquí la obesidad no es una característica biológica, es un rasgo meramente social⁵, como lo dice Foz (2014) al recuperar del texto bíblico, un fragmento del antiguo testamento en especial del Salmos XCII, 13:

La consideración de que la corpulencia u obesidad era un signo de ahorro de energía y de poder, y por tanto, un estado deseable, no está ausente en las culturas antiguas. Así, en el Antiguo Testamento el Faraón agradecido promete a José «toda la grasa de la Tierra» o se señala que «el virtuoso florecerá como el árbol de la palma... ellos traerán abundante fruto en la edad avanzada: ellos serán gordos y florecientes»... (p.4)

Estas son estructuras sociales que responden a periodos y tiempos diferentes a los actuales, sin embargo, aunque se esté hablando de una misma civilización no se concibe de la misma manera el sobrepeso y la obesidad. Ya que se encuentra aquí una ambivalencia entre dos grandes poderes de la época, como es el estatus social alto del faraón y los factores religiosos como lo refiere Foz (2014):

No obstante, en el Imperio Medio egipcio (siglos XXI-XVII a.C.), en las enseñanzas del Kagemni, puede leerse por primera vez en la historia una asociación de la glotonería con la obesidad y una condena y estigmatización del comer con exceso. Así, en este texto se señala: «La glotonería es grosera y censurable. Un vaso de agua calma la sed. Un puñado de vegetales fortalece el corazón. Toma una sola cosa en lugar de manjares. Un pedazo pequeño en lugar de uno grande. Es despreciable aquel cuyo vientre sigue codiciando después de que pasó la hora de comer. Se olvida de aquellos que viven en la casa cuando devora. Cuando te sientes con un obeso glotón, come una vez que se le haya pasado el apetito». (p.4).

Esto hace notar a la obesidad como un mal, es decir, al momento que dice que un puñado de vegetales calma el hambre, hace referencia de que el apetito por necesidades biológicas, es sólo el necesario para que el cuerpo funcione y pueda realizar sus actividades diarias, más aun cuando se dice que un vaso de agua calma la sed, hace hincapié en la importancia de conseguir agua en el desierto y que ese líquido vital debe ser tomado con medida ya que hay más quienes tienen

⁴ Aquí los individuos dejan de ser nómadas y se convierten en sedentarios, a partir de la agricultura.

⁵ Este puede ser el vestigio más antiguo de obesidad como construcción social.

necesidad de él, se puede decir que el comer como un glotón y la apariencia de un obeso representa la avaricia.

Posteriormente los griegos con Hipócrates asocian la obesidad con la muerte, es decir, comienzan a observarse los efectos, en este caso enfermedades que la obesidad genera y terminan con la muerte del individuo, como lo expresa la autora “En la antigua Grecia fue Hipócrates el primero que asoció la obesidad y la muerte súbita hace más de 2000 años, cuando afirmó: ...quienes por naturaleza engordan demasiado son más propensos a una muerte repentina que los delgados...” (Pallaruelo, 2012, p.10). Se puede decir también que éste sería el vestigio más antiguo de un estudio que revela los problemas de la obesidad, y la enfermedades derivadas de ésta, y la relación por la cual se trata de prevenir este padecimiento en la actualidad es el mismo de aquella época, es decir, tener una mejor calidad de vida y no aumentar los índices de mortandad y no disminuir la longevidad del individuo, a lo cual se le suman los estudios de la civilización romana, siguiendo las bases griegas donde basan estudios en el sobrepeso y la obesidad no solo como una condición biológica sino con la relación de los hábitos alimenticios como se puede ver en palabras de Pallaruelo (2012):

Galeno fue fiel a la medicina hipocrática aunque también trabajó acerca de la obesidad. Identificó dos tipos de obesidad: moderada (natural) e inmoderada (mórbida). Encontró una relación entre la obesidad y un estilo de vida inadecuado, en el entrenamiento de los generales (militares) poco activos y perezosos. (p. 10)

De aquí se pueden desprender dos vestigios 1) la separación de la condición de sobrepeso y obesidad, puesto que el sobrepeso es una etapa anterior para llegar a la obesidad y 2) de observar que los hábitos del sedentarismo son condiciones que aumentan la probabilidad de contraer la condición de sobrepeso y después se llega a tener obesidad.

Ahora bien, llegando a la cultura cristiana la obesidad es uno de los pecados capitales, como se hace referencia “Tanto San Agustín en el siglo V, como Gregorio I en el siglo VII, incorporaron la glotonería como uno de los siete pecados capitales.” (Foz, 2014, p.6), es decir, es asociado esto a la destrucción del hombre

por el hombre, se trata de una coerción social para el sometimiento de los hombres a Dios⁶, y así como las anteriores civilizaciones el sobrepeso y la obesidad es un mal.

También encontramos la percepción de si está socialmente aceptada la belleza física de una persona obesa, donde es mal vista en la actualidad pero que no siempre ha sido así, en cierto momento de la historia, en particular en la edad media, y para algunos pintores, era el cuerpo más hermoso para plasmar en un lienzo. Pero de igual manera en esta etapa de la historia, la iglesia católica veía esta condición como pecado. Así lo reafirma Pallaruelo (2012):

En la edad Media la glotonería era signo de nobleza, riqueza y bienestar. Los artistas pintaban un cuerpo obeso como algo bello. Aunque la iglesia católica pensaba que la glotonería era un pecado ya que el Papa Inocencio III despreció a la gula y castigó a todos los monjes, curas y sacerdotes obesos. (p. 10)

Esto es un claro ejemplo del control de la iglesia sobre los hombres aun siendo parte de esta institución, se manifiesta una forma de coerción social.

Ahora bien, como se ha mencionado respecto del sobrepeso y la obesidad, se pueden recuperar cuatro aristas diferentes, 1) como construcción social de un estatus alto, 2) como enfermedad, 3) como medio de control social y 4) como un estereotipo de la belleza que no está socialmente aceptado.

Se puede notar que estas investigaciones, recomendaciones, y enfermedades son estudiadas desde el comienzo de los seres humanos, pero principalmente en civilizaciones avanzadas, esto quiere decir que para poder llevar a cabo un estudio es porque el número de habitantes de cualquier civilización fue aumentando con el tiempo, lo que da como resultado que la población a nivel mundial se incremente, dentro de los factores que permitieron este aumento es primero el sedentarismo (la agricultura) y después se puede decir que la revolución industrial como lo dice Montero (2001):

⁶ En este periodo de tiempo la obesidad ya no es un estatus, ni una enfermedad, es un castigo de dios, es decir, pasa ser un mecanismo para lograr el sometimiento de los hombres.

La obesidad no existió significativamente para la especie humana hasta hace unos 10.000 años. Con el advenimiento de la agricultura y, más intensamente, con la llegada de la Revolución Industrial, la obesidad se convierte en la primera de las “enfermedades de la civilización”. (p. 3)

Esto género que el problema de la obesidad hoy en día tenga mayor efecto, ya que en épocas pasadas si bien existía el problema, no era foco de llamar la atención puesto que la población era menor, simplemente existían caso aislados.

De la misma manera, que iba en aumento los casos de sobrepeso y obesidad, junto con los diferentes tipos de estudios, se comienza una especialización de las técnicas para poder indicar cuando es sobrepeso u obesidad y es aquí cuando a mediados del siglo XVIII, se construye lo que hoy se conoce cómo IMC⁷, en palabras de Foz (2014):

El estadístico, matemático y sociólogo belga Adolphe Quételet (1796-1874) publicó en 1835 la obra *Sur l'homme et le développement de ses facultés: essai de physique sociale*, en la que establece la curva antropométrica de distribución de la población belga y propone que el peso corporal debe ser corregido en función de la estatura (kg/m²). Este índice de Quételet, hoy día conocido como índice de masa corporal (IMC) y absolutamente generalizado como medición de la obesidad en estudios epidemiológicos y clínicos, fue olvidado, tras su descripción por su autor, hasta muy avanzado el siglo XX. (p. 13)

Ya para el siglo XX, se observa una separación del tratamiento para revertir el sobrepeso y la obesidad, de lo médico a lo social, es decir, que no tiene una lógica clínica, y se le otorga una responsabilidad social “«El obeso adulto, constituido, debe tener en cuenta que un adelgazamiento no será obra de un plan médico, sino de un cambio total de régimen de vida».” Gregorio Marañón (citado en Foz, 2014). Un poco más entrado en nuestro tiempo el sobrepeso y la obesidad se ha considerado una pandemia, es decir, una enfermedad no transmisible que está en aumento como se puede ver en los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015):

...desde 1980, la obesidad se ha más que doblado en todo el mundo...en 2014, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 600 millones eran obesos...En 2014, el 39% de las

⁷ Se hablará con detalle del IMC más adelante, solo es de importancia resaltar quien construyó esta medición y el ¿por qué?

personas adultas de 18 años o más años tenían sobrepeso, y el 13% eran obesas...La mayoría de la población mundial vive en países donde el sobrepeso y la obesidad se cobran más vidas de personas que la insuficiencia ponderal...En 2013, más de 42 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso...La obesidad puede prevenirse. (2015)

Así pues, se da una mirada a los datos que representan a nivel mundial los individuos que padecen de obesidad, y que si en este momento un 39% de personas adultas de 18 años o más son quienes tiene sobrepeso, quiere decir que hay 1900 millones de posibilidades de que en un lapso no muy lejano existan un 39% de personas adultas con obesidad, y un 39% de incremento de mortandad en personas mayores de 18 años, recordando que el sobrepeso es sólo un paso para llegar a la obesidad, cómo lo confirma Pallaruelo (2012):

En el año 2002 la OMS desarrolló la Estrategia Mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, aprobada en el año 2004 (57ª Asamblea Mundial de la salud) por los estados miembros; donde se declaró y etiquetó a la Obesidad como la “Epidemia del siglo XXI” a nivel mundial, liderando junto a otras instituciones una llamada internacional para luchar contra el sobrepeso y la obesidad. Dicha lucha debe implicar a los profesionales sanitarios, a los servicios de Salud Pública, a los gobiernos, a la industria alimentaria, a los técnicos en urbanismos y a toda la población en general. (p. 13)

Así pues, se debe entender que una pandemia es una enfermedad que aumenta y debe de ser controlada ya que se corre el riesgo de que toda la población, en este caso la población mundial, contraiga el padecimiento y las enfermedades que se derivan de éste, aunque ya se ha mencionado que es una enfermedad no transmisible, tampoco es particular de un cierto número de sujetos ya que todos son candidatos a padecerla, ya sea por los ritmos de vida, las formas de alimentación, la nula actividad física, etc.

En el caso de México, en el años de 1988 se genera la primera Encuesta Nacional de Nutrición (ENN), con el fin de conocer el estado de salud de la población, dentro de estos datos, se encuentra con un aumento de la población infantil con sobrepeso y obesidad. Diez años después, se realiza una segunda Encuesta Nacional de Nutrición (1999), para actualizar los datos enfocado en tres muestras, (preescolares, escolares y mujeres) encontrándose una constante en

los escolares con edades de 5-11 años con sobrepeso y obesidad nuevamente, como lo dice la Encuesta Nacional de Nutrición de 1999 (1999):

Al analizar la información por regiones, de acuerdo al patrón de referencia de la población estadounidense, se observó que la Región Norte y la Ciudad de México tuvieron una prevalencia de sobrepeso de 35.1% y 33.4%, respectivamente, mientras que en el Centro y el Sur fue menor (25.4% y 21.9%). (p.10)

En este periodo de tiempo (1988-1999), no hay una regulación en los medios masivos de comunicación y en la propaganda de alimentos producidos por la industria alimentaria⁸. Donde los infantes pueden consumir y conseguir de forma sencilla los alimentos chatarras fuera y dentro de las escuelas, generando un desorden alimenticio en la dieta de los escolares, existiendo también una disminución de la actividad física, sea por no tener espacios adecuados para dichas actividades dentro de las escuelas o fuera de ellas, así como pasar mayor parte de su tiempo en internet o en los video juegos.

Para una nueva encuesta nacional de salud realizada el año 2006, llamada Resultados de Nutrición de la ENSANUT 2006 (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición), menciona el ENSANUT (2006):

La prevalencia nacional combinada de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años, con el uso de los criterios de la IOTF, se aproximó a 26%, para ambos sexos, 26.8% en niñas y 25.9% en niños, lo que representa alrededor de 4 158 800 escolares en el ámbito nacional con sobrepeso u obesidad... (p.94)

Esto muestra un aumento de sobrepeso y obesidad que sigue siendo una constante en la población infantil de escolares hasta el año 2006, donde la Secretaría de Educación Pública en coordinación con la Secretaría de Salud, crea el *Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad. Programa de Acción en el Contexto Escolar*, con el fin de enseñar a los niños buenos hábitos de salud. Siendo la educación básica, el comienzo para generar conciencia en la calidad de vida que uno puede alcanzar cuando sea

⁸ Esta industria viene a desplazar y a modificar los tiempos de la ingesta de alimentos, de la misma forma de contar con ellos de manera natural, puesto que, en la actualidad todo está procesado y por lo mismo es más fácil ingerirlo a cualquier hora y lugar.

adulto, puesto en marcha en el año 2010, donde, el objetivo general del Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad. Programa de Acción en el Contexto Escolar (2010) es el siguiente:

Promover una nueva cultura de la salud mediante el desarrollo de competencias para una vida saludable, entre las que destacan las referentes a prevenir, revertir y disminuir el avance en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los alumnos de educación básica y, con ello, ofrecer mayores oportunidades para alcanzar mejores logros de aprendizaje. (p.10)

Por lo cual, el ANSA, está constituida por tres componentes principales para su funcionamiento dentro de las instituciones educativas primarias “1) Promoción y educación para la salud, 2) Fomento de la activación física regular,3) Acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta”. (Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad. Programa de Acción en el Contexto Escolar, 2010, p.11)⁹. Tres dinámicas que le permitirán a los niños adquirir conocimiento acerca de buenos hábitos de salud y que la institución educativa cumpla con su función de crear individuos más funcionales a la sociedad, en este caso, individuos más sanos. Ya que los individuos que gozan de buena salud, disminuyen el uso de los servicios de salud, de manera que el gasto económico hacia este sector se reduce, esto por citar algún ejemplo.

Pero hay que tener en cuenta que México para el año 2012 “ocupa el cuarto lugar en obesidad infantil, superado por Grecia, Estados Unidos e Italia. El 70% de la población adulta en México sufre de sobrepeso.” (Asociación Mexicana Naciones Unidas, 2012, ¶ 1). Esto datos son alarmantes ya que esto provoca un impacto en la sociedad en ámbitos de salud, economía, política y educación, por mencionar algunos.

⁹ Recordando que el objeto de estudio cuanta con el rango de edad de 5 a 11 años, como se hace mención al principio de esta investigación.

Por lo tanto, al llevar cuatro años de la creación del ANSA, es necesario saber cómo se llevan a la práctica lo establecido en el acuerdo.

De manera que se ubica el siguiente problema, el sobrepeso y obesidad, es producto de factores hereditarios, hábitos alimenticios adquiridos, influenciados o por imitación que se transmiten principalmente en los primeros dos grupos sociales en la formación de la personalidad del individuo como son la familia y las instituciones educativas.

El primer grupo social al que pertenece los individuos, es la familia, y tiene como motor cultural y de aprendizaje a los padres, puesto que estos son encargados de enseñar consciente o inconscientemente los hábitos que los hijos reproducirán durante gran parte de su vida hasta que posteriormente enseñen a sus descendientes los hábitos, formas de comer, vestir, jugar, valores, etc. Por ejemplo una madre que tiene que realizar sus tareas domésticas y que son interrumpidas constantemente por su hijo, busca como una solución para tener al niño distraído mientras ella termina sus obligaciones poner al niño a ver la televisión y la misma madre, a la hora de la comida al ver que su hijo no quiere comer sus verduras lo incentiva diciéndole que al término de este guisado recibirá un plato el doble de grande con helado que el de verduras y este niño así lo hace. Este ejemplo cotidiano presenta la influencia de hábitos sedentarios que llevan a tener sujetos con sobrepeso y obesidad, que para este caso es un sujeto con obesidad infantil.

Mientras que los infantes encuentran en un segundo grupo como la institución educativa (primaria), aspectos que promueven e incrementan el sobrepeso y la obesidad en este sector de la población, ya que dentro de las escuelas existen establecimientos donde se les proporcionan a los infantes alimentos con alto contenido calórico, existe la falta de agua potable para poder consumir, no hay una cotidianidad de la actividad física etc.

Por lo tanto, si su rol dentro de estas instituciones es ser alumno, su función es de aprender, es decir, ellos interactúan con el entorno que está a disposición de ellos (docentes, libros, alimentos, compañeros etc.), y si dentro de este entorno no se enseña o se tiene una constante en promocionar una educación para la salud, los hábitos cotidianos actuales dentro de esta institución genera un aumento en el número de caso de infantes con sobrepeso y obesidad, puesto, que no es necesario que los infantes aprendan de lo que se expresa explícitamente, ya que lo no explicito también es aprendido y reproducido “Como asevera la ONG mexicana El [sic] poder del consumidor, el sobrepeso y la obesidad en niños entre cinco y once años en México aumentó un 40 por ciento entre 1999 y 2006.” (Asociación Mexicana Naciones Unidas, 2012, ¶ 5). De esta manera se muestra cómo los índices de población con sobrepeso y obesidad infantil siguen en aumento.

Provocando de esta manera, que el comportamiento de las enfermedades crónicas derivadas de la condición de sobrepeso y obesidad, que han favorecido a una creciente demanda en los servicios de salud, genere un mayor gasto hacia este sector y disminuyendo la calidad de vida de las personas, de igual manera disminuyendo la vida económicamente activa de las personas con respecto a su aportación al Estado y aumentando los índices de mortandad como lo afirma las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

Ante estos hechos, el país tiene importantes costos que asumir y que se generan a través de los servicios de salud por los elevados costos de la atención médica por esos padecimientos que este año estimamos suman más de cuarenta y seis mil millones de pesos; se estima que para el 2017 seguramente estos costos se duplicarán. (p. 10)

De manera es de importancia el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, Programa de Acción en el Contexto Escolar, (ANSA), dirigido a los alumnos de las escuelas primarias, para controlar, disminuir y erradicar el sobrepeso y obesidad, ya que son potencialmente vulnerables a convertirse en niños con obesidad infantil y con el paso del su crecimiento serán jóvenes obesos y luego adultos obesos con una baja calidad de

vida haciendo que los índices de mortalidad sean muy altos y la esperanza de vida muy corta. Así pues, el ANSA surge para que se evite el incremento del gastos en el sector salud, el incremento de los índices de mortandad, y un mejoramiento en la calidad de vida en la población mexicana, es decir, los infantes de las escuelas primarias juegan el papel fundamental en la prevención y control de este padecimiento hasta su erradicación en el mejor de los casos, ya que ellos son sujetos que están en edad de aprender una educación para la salud, que genere hábitos saludables y de esta manera cambiar los hábitos poco saludables de sus generaciones pasadas, haciendo de esta manera una sociedad más sana.

Utilizando como estrategia sus tres componentes principales dentro de la institución educativa, desprendiendo de ellas dos manuales y una guía que serán las herramientas para poder llevar a cabo estas acciones, destinadas a sus sujetos de acción como lo son padres de familias, vendedores de alimentos dentro de la primaria y docentes respectivamente. Mejorando con estas acciones los entornos donde los sujetos se desenvuelven, teniendo como finalidad promover una educación para la salud que mejore los hábitos saludables de los infantes y así producir sociedades con hábitos saludables.

Por lo tanto, se debe identificar el sobrepeso u obesidad, como el sobrepeso u obesidad infantil. Para alcanzar este entendimiento, se presentan las siguientes categorías de análisis, respectivamente.

Para poder hablar de sobrepeso y obesidad, se rescata el concepto de la OMS (2015):

...el sobrepeso y la obesidad se define como la acumulación anormal o excesiva de grosor que puede ser perjudicial para la salud...el índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos, se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m^2)...un IMC igual o superior a 25 determina sobrepeso...un IMC igual o superior a 30 determina obesidad... (¶ 1)

Por lo tanto, se confirma que el sobrepeso es la etapa antes de llegar a la obesidad, en esta etapa de sobrepeso el individuo comienza con la acumulación

anormal de grasa, en la cual según el IMC no debe de pasar de 25 kg/m^2 , es decir, cada individuo tiene un IMC específico, para tener una buena calidad de vida por ejemplo: un hombre que mide 160 cm de altura y pesa 55 kilos tiene como IMC 21.4 kg/m^2 lo cual es una persona sin sobrepeso, pero en el caso que llegue alcanzar un rango de 25 a 29.9 kg/m^2 , se encuentra dentro de la calidad se sobrepeso y si llega alcanzar sumar más de 30 kg/m^2 se considera una persona con obesidad.

Así pues, para poder dar respuesta al sobrepeso y obesidad infantil, se debe considerar lo anterior, es decir, el IMC, pero aquí se le aumenta una característica la cual es el rango de edad que es de 5 a 11 años, los individuos que son niños que entren en esta escala de edad y tengan un IMC con 25 a 29.9 tendrán sobrepeso infantil y los que tengan 30 o más serán dotados de obesidad infantil.

De esta manera se desprende el siguiente supuesto, ya que de la puesta en marcha del ANSA a la actualidad han transcurrido más de cuatro años:

Por lo tanto El Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad. No es de conocimiento de todos los actores involucrados en él y no ha mejorado la calidad de vida ya que su incidencia en los hábitos de sus sujetos de acción con respecto a realizar hábitos saludables son poco practicados, pues esta cotidianidad no es posible generarla en tan poco tiempo, y menos si no se difunde y utilizan las herramientas para tener hábitos saludables, ya que son más impactantes los hábitos pocos saludables y practicados que promueven el aumento de sobrepeso y obesidad, y sus similares infantiles.

Para explicar la preocupación presente en esta investigación, es necesario contestar lo siguiente. Dónde se dividen las siguientes preguntas en cuestiones cuantitativas y cualitativas. De esta manera, se puede ilustrar de mejor manera el problema social a partir de datos estadísticos y se rescata las experiencias de la vida cotidiana de los sujetos que lo conforman.

¿Cuáles son los medios sociales que promueven el aumento del sobrepeso y obesidad infantil en el Distrito Federal (DF) cotidianamente?

¿Qué pasa con los índices de sobrepeso y obesidad en México?

¿Qué pasa con los índices de sobrepeso y obesidad infantil del DF?

¿Qué es y cómo surge el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad?

¿Cómo y cuáles son las medidas que se han adoptado para constituir hábitos saludables en la cotidianidad de los infantes?

¿Cuál es el papel que juegan los sujetos de acción del ANSA para controlar, disminuir y erradicar los problemas de obesidad infantil?

¿Cómo es que ha incidido el ANSA en la vida cotidiana de sus sujetos de acción?

¿Qué tipo de hábitos alimenticios tienen en la vida cotidiana los infantes?

¿Cómo son y cómo interactúan los sujetos de acción del ANSA en el entorno escolar y familiar?

Asimismo se persigue alcanzar el siguiente objetivo general:

Analizar el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad, y la incidencia de este en la constitución de hábitos en la vida cotidiana de los infantes del Distrito Federal a través de 3 entornos sociales: la familia, la escuela y el papel que juegan en los escenarios inmediatos donde se presenta el individuo.

De esta manera se dio cumplimiento a los siguientes objetivos particulares:

1. Identificar cómo se genera el sobrepeso y la obesidad infantil en el entorno escolar y familiar.
2. Analizar los índices de sobrepeso y obesidad en México.
3. Analizar los índices de sobrepeso y obesidad infantil en el DF.

4. Establecer qué problema social trae la obesidad infantil.
5. Estudiar el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad.
6. Verificar a través de datos estadísticos los casos de sobrepeso y obesidad después de la puesta en marcha del acuerdo.
7. Describir cómo se aplican los tres componentes principales del Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la Obesidad.
8. Verificar las condiciones materiales con las que se cuentan y fomentan los hábitos saludables en la vida cotidiana escolar y en la cotidianidad familiar.
9. Identificar a cada uno de los sujetos de acción a los que va dirigido el ANSA.
10. Identificar cómo es la relación del docente y los infantes para una promoción de hábitos saludables.
11. Analizar cómo se lleva a cabo el acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas dentro del contexto escolar.
12. Identificar como es la relación de la familia y los infantes para una promoción de hábitos saludables.
13. Conocer cómo influye la familiar para una mayor integración y desarrollo de hábitos saludables.
14. Analizar por medio de entrevistas los hábitos alimenticios y de activación física de los sujetos de acción del ANSA en el entorno escolar y familia dentro de su vida cotidiana.
15. Identificar por medio de entrevistas como son los espacios donde los sujetos se desenvuelven cotidianamente.

De esta manera, la importancia de analizar el ANSA, responde la problemática que se aborda entorno a el tema de sobrepeso u obesidad y sus similares infantiles en México, puesto que es uno de los temas muy poco trabajados desde el ámbito sociológico, particularmente desde la sociología de la salud, la educación, políticas públicas, pero ante todo esto se presenta como un problema cultural, donde no existen atención a este tipo de temas, pues se presenta una confusión de separar lo que respecta a las cuestiones médicas a las sociales,

donde los individuos en esa incertidumbre le dejan la responsabilidad a un médico y no a modificar los hábitos cotidianos.

Como ejemplo está también la poca documentación acerca del sobrepeso y obesidad, desde la parte social y cualitativa¹⁰, y la facilidad del acceso a la que existe, y bajando un poco más la categoría de análisis del objeto de estudio se encuentran los infantes con este padecimiento, que hace más escasa la información.

Dentro de los datos que se pueden encontrar como herramienta cuantitativa (principalmente encuestas) para un análisis, se puede apreciar cómo ha sido constante un aumento de la población con obesidad, y las enfermedades que se derivan de esta condición, donde el sector salud ha centrado más su análisis, pero la parte cualitativa se encuentra con pocos estudios, donde la forma de comer y la falta de actividad física es parte de una vida cotidiana que genera esta condición de obesidad en sí mismos por sus entornos, usos y costumbres, sedentarismo, hábitos alimenticios etc., que son resultado de vidas urbanizadas donde los ritmos de vida se modifican y son más rápidos en comparación con la zonas rurales, como es el caso del Distrito Federal (DF).

Por lo tanto, se hace uso de la teoría de vida cotidiana desde tres puntos de vista, la institución familiar, la institución escolar y la interacción de los individuos con sus hábitos alimenticios y sedentarios a partir del conocimiento de la poca o mucha educación para la salud que adquiere los infantes dentro de los escenarios inmediatos en los que están presentes, lo cual se refleja en el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad.

Presentando la mirada sociológica de Agnes Heller, Alejandro Spiegel y Erving Goffman, cada una de estas teorías desde su propio enfoque, en el primer capítulo. Para el segundo capítulo, se analiza el ANSA y sus manuales en el contexto escolar, con el enfoque teórico correspondiente. En el tercer capítulo, se

¹⁰ El sobrepeso y la obesidad, desde la parte cuantitativa tiene más documentación, pero esta misma está relacionada a los aspectos médicos, clínicos, nutricionales, por mencionar algunos, donde existen solo cifras que van desde la edad, sexo, región, mortalidad, etc.

analizan los testimonios recuperados de los entrevistados, utilizando la técnica de análisis de contenido. Por último, se presentan las conclusiones de la investigación.

De manera que, la presente investigación es de corte cualitativo, ya que se trata de recuperar aspectos como son cualidades, experiencias, comportamientos, interacciones sociales, de manera inductiva, puesto que permite tratar a los sujetos directamente para conocer la naturaleza de las cosas, a través de sus experiencias en la vida cotidiana. De esta misma manera, se puede rescatar aspectos que no tiene que ver con las interacciones cara a cara entre los sujetos, puesto que los individuos también interactúan con sus diferentes entornos, recuperando de esta manera la forma en que lo hacen.

Utilizando como sujetos específico los involucrados en el ANSA, los cuales son un infante, uno de los padres del infante, un profesor de la institución educativa y una persona que se dedique a la venta de alimentos dentro de la primaria.

Usando como herramienta de recolección de datos la entrevista estructurada, para la comprensión de aspecto de la vida cotidiana de los sujetos antes mencionados. Y con la ayuda del Software ATLAS.TI, que servirá para el análisis del resultado obtenido de las entrevistas mediante la técnica de análisis de contenido.

Donde estos sujetos de acción del ANSA, se encuentran en el DF, ya que este es el primer lugar de sobrepeso infantil, condición que está a un paso de convertirse en obesidad infantil.

Así pues, se hace notar que no se puede usar el nombre del plantel educativo, así como de los entrevistados, por ética investigativa y profesional. Como de igual manera por cuestiones de seguridad y políticas de la SEP, que no permite el acceso a personas ajenas de la institución, y la única escuela que permitió el avance de esta investigación se encuentra dentro del territorio de la Delegación Gustavo A. Madero. La cual accedió a que se recuperaran los testimonios, por motivos de que el investigador tenía una relación laboral de manera indirecta con esta institución.

CAPÍTULO 1

LA CONSTRUCCIÓN DE LA VIDA COTIDIANA.

Hablar de la vida cotidiana de los individuos, es referirse a la interacción que llevan a cabo los hombres con los hombres, con el rol que adoptan de acuerdo a su entorno, su estructura, su clase social, sus pensamientos, sus valores, su moral, su espontaneidad, gustos, disgusto. Aspectos abstractos que sólo se pueden capturar y materializar en un texto escrito, una pintura, una fotografía, una canción etc. que forma parte de la esencia de la sociedad.

Aspectos tan pequeños y tan amplios al mismo tiempo, que sólo se pueden pensar en el tenor de particularidades específicas de análisis, de circunstancias extraordinarias, donde no hay más que simple cosas ordinarias, del alcance de todos los individuos de una sociedad, a través, de sus hábitos que son acciones cotidianas, que se desarrollan dentro de los espacios a los que pertenecen los individuos.

Hábitos que se reproducen diariamente, que llegan hacer actos mecánicos, de los cuales producen estructuras sociales, que se mantiene en el tiempo formando individuos, para el mantenimiento de ésta, hasta el momento que se comienza con un pequeño cambio, que comienza a generar nuevas estructuras.

Por este motivo, el análisis de la vida cotidiana de los individuos, involucrados para el control y la erradicación de la obesidad infantil, es menester de análisis, en la conformación de una sociedad con sobrepeso y obesidad.

Para lo cual se recuperan los aportes de Agnes Heller, como la estructura de la vida cotidiana, de Alejandro Spiegel por la cotidianidad escolar y Erving Goffman por los aportes de la construcción de la vida cotidiana, a través, de los entornos en que se desenvuelven los individuos. Cada una de las aportaciones teóricas se presenta por separado, es decir, con su propio enfoque. De esta manera se aprecia en un primer momento los aportes teóricos de Agnes Heller.

1.1.- AGNES HELLER Y LA CONSTRUCCIÓN DE LA VIDA COTIDIANA.

Hablar de vida cotidiana o de la cotidianidad de los hombres, es remitirse a los aspectos más reales y al mismo tiempo más abstractos de la interacción del hombre con su entorno, con otros hombres, con los objetos, con sus pensamientos, ideales, ética, la moral, etc. Que no siempre son objetos materializados (físicos) que se aprecien a simple vista o que se puedan tocar, también es referirse a lo no visto, lo intangible (lo invisible) pero que existe y conduce las reglas de la interacción social, permitiendo crear las estructuras sociales que rigen el contexto histórico al que pertenecen dichos hombres, que sin olvidar que los individuos son quienes construyen las estructuras sociales¹¹.

Para poder entender con mayor claridad el concepto de vida cotidiana se rescata lo dicho por Agnes Heller¹², estudiosa de tema desde los años setenta, donde presenta dentro del transcurso de sus obras lo que nombra *El marco estructural de la vida cotidiana* o *La estructura de la vida cotidiana*¹³, es decir, trata de armar una visión de este concepto desde las diferentes esferas en las que se encuentra lo que ella denomina *Hombre*, y su interacción en cada una de ellas. Así como lo mencionado en el párrafo anterior con respecto a que cada hombre nace dentro de una estructura establecida a la que debe, con el transcurso del tiempo adaptarse, reproducirla y transmitirla. Mejor dicho, en palabras de la autora “Los hombres son portadores de la objetividad social, y a ellos exclusivamente compete la construcción de cada estructura social y transmisión” (Heller, 1985, p. 21). El hombre se reproduce según el lugar que ocupa en la estructura social, no son las

¹¹ Con esto se pone de manifiesto que los hombres nacen para insertarse en estructuras determinadas que le son enseñadas por otros individuos y posteriormente las reproducirá y las transmitirá a las nuevas generaciones.

¹² Dentro de sus obras con referencia a la vida cotidiana encontramos; sociología de la vida cotidiana, la revolución de la vida cotidiana e historia y vida cotidiana.

¹³ El primero título dentro de su obra sociología de la vida cotidiana y el segundo en historia y vida cotidiana, muestra en forma clara aspectos básico de lo que se debe entender por vida cotidiana, no con esto quiere decir que la definición de la vida cotidiana se centre en estos temas, es cierto que se concentra en gran parte de ellos, pero no se puede tomar como verdad absoluta sólo en esta parte ya que dentro del contenido de estas obras encontramos el complemento de este concepto.

mismas necesidades de un obrero a un campesino, un estudiante o un licenciado, un burgués a un vagabundo. Según dice la autora "...la vida cotidiana es el conjunto de actividades que caracterizan la reproducción de los hombres particulares, las cuales, a su vez, crean la posibilidad de la reproducción social." (Heller, 1994. P. 19). ¿Pero dónde comienza esta reproducción? Pues la respuesta es un poco obvia en el momento cuando se menciona que cada hombre nace en una estructura social determinada, pues dentro de estas estructuras existen estructuras pequeñas que forman parte de una más compleja, es decir, partiendo del nacimiento como acto natural del desarrollo biológico de los seres humanos¹⁴, donde pertenecen y forman parte de la inmediata estructura social, la familia, que es una micro representación de la sociedad.

Asimismo, la familia es la estructura social por excelencia donde los seres humanos aprenden y se estructuran como seres sociales para poder ser parte de una estructura mayor, la sociedad, en ella, se aprenden valores, normas, ideologías, oficios, hábitos, gustos, etc. Como lo dicho por esta autora "Pero es la familia la que <<educa>> a la nueva generación los tipos de actividad necesarios en la vida cotidiana...esta transferencia de la actividad cotidiana representa la parte más importante de la educación familiar" (Heller, 1982, p. 31). Por lo tanto, será menester detenerse a reflexionar sobre la relación de la familia con el individuo para su integración en la estructura social, como una educación informal, tomando como referencia de comparación la educación formal de las escuelas,¹⁵ a lo cual Rojas y Ruiz (1991), expresan casi de forma similar o de afirmación lo dicho por Agnes Heller, al hablar de la educación que los padres dan a los hijos como una educación informal:

El proceso de educación informal de los hijos que se da en el mundo cotidiano de la familia representa un campo para extraer innumerables reflexiones que desafían constantemente las construcciones teóricas,

¹⁴ Es conveniente para poder explicar la formación como un ciclo a la vida cotidiana que se comience desde el principio, es decir, desde el nacimiento del ser humano y se siga una línea conforme va creciendo o/y madurando como un ser social.

¹⁵ Las escuelas son responsables de la educación formal, de la cual el Estado espera obtener individuos con un conocimiento científico, profesional, lógico y no espontáneo como lo es la educación informal aprendida de la vida cotidiana.

mejor elaboradas...Participar en el proceso de formación de los hijos implica sumergirse en la realidad cotidiana en la que a diario confrontamos nuestras ideas sobre educación y, a la vez, aprendemos cosas nuevas. Sin duda, al educar a los hijos los padres también nos educamos esto puede representar para muchos de nosotros un esfuerzo mayor que asistir a clases de la Universidad (p. 25)

Por lo tanto, el ser humano inmerso en este entorno es guiado por los valores y la moral de la estructura familiar que forma parte, dependiendo el contexto del que se esté adscrito, piénsese en un primer momento, cómo eran las relaciones sociales en grupos, tribus, clanes etc., donde tomando de ejemplo dentro de los valores y la reglas morales en este periodo era la felicidad lo que regía la cotidianidad de los hombres, en comparación con el sistema capitalista¹⁶, donde la propiedad privada permite que el valor de mayor importancia sea la libertad.

Para alcanzar un mayor entendimiento del concepto de valores y de moral encontramos lo siguiente dicho por la autora “Ante todo: ¿A qué llamaremos valor? A todo lo que pertenece al ser específico del hombre y contribuye directa o medianamente el despliegue de ese ser específico” (Heller, 1985, p. 23) y por moral lo siguiente según Heller (1985):

...la moral es el sistema, de las exigencias y costumbres que consiguen que el hombre convierta más o menos intensamente en necesidad interior...el levantarse por encima de las necesidades inmediatas...las cuales se pueden expresar como deseo, cólera, pasión, egoísmo o incluso fría lógica egocéntrica...de modo que las particularidades se identifiquen con las exigencias, las aspiraciones y las acciones sociales que existen más allá de las casualidades de la persona propia...esa función de <<elevar>> la particularidad a especificidad o genericidad... (p. 25)

Además, son estos actos la relación entre la actividad humana, es decir, la existencia de la particularidad a tener razón con la generalidad específica, en otras palabras con la estructura social. Es necesario hacer en este momento una pausa sin perder de vista la línea entre la aclaración de los conceptos de valor y moral, ya que estas categorías contienen dentro de ellas dos aspectos de los cuales es necesario su entendimiento como lo son el ser-particular y el ser-específico.

¹⁶ No es el interés de esta investigación el análisis del sistema capitalista o de una comparación con su sistema antagónico el socialismo, sólo se toma como ejemplo la comparación de los valores, y para mayor detalle de esa comparación de la que habla la autora será pertinente revisar la obra de *La revolución de la vida cotidiana*.

Así pues, la distinción entre ser-particular y ser-específico es la siguiente, parafraseando a Agnes Heller se entiende que ser-particular son todas aquellas actitudes relacionadas hacia el “YO¹⁷”, es decir, todos los pensamientos y/o actos como los celos, la rabia, el coraje, la envidia, etc., forman partes donde el ser importante es el individuo hacia el individuo mismo, a su propia persona, mientras que el ser-específico, pues, es el producto y expresión de sus relaciones y situaciones sociales, es un heredero y preservador del desarrollo humano, en otras palabras, es la forma de manifestarse ante la sociedad, de forma más específica es la conciencia del nosotros, de pensar en el otro individuo y desprendiéndose un poco del sí-mismo, e incluso pensado en las consecuencias que sus acciones tendrán ante la sociedad, sean socialmente aceptadas o no (buenas o malas).

Pero esto no significa, que el ser-específico y el ser-particular se deban entender por separado, ya que no es posible un divorcio entre ellos dos y ni uno ni otro pueden existir por separado, pueden presentarse según la ocasión uno en mayor medida que otro, pero como dice la autora “La vida cotidiana es la vida del individuo. El individuo es siempre y al mismo tiempo ser particular y ser específico” (Heller, 1985, p. 42). Ya teniendo clara la distinción entre ser-específico y ser-particular, es decir, entre una conciencia del nosotros y la del “YO”, se puede entender el papel que los valores y la moral juegan en la cotidianidad de la vida de los hombres, como una dicotomía valor y ser-particular con moral y ser-específico, partiendo de la premisa que los valores son las expectativas socialmente aceptadas, correctas etc., Que permiten el control social y que están presentes en la psique del individuo en actos morales¹⁸, que no son más que duelos internos entre el deseo del “YO” y la conciencia del nosotros.

Asimismo, se debe reconocer que a pesar de que no son los mismos valores durante el largo de la historia en todas las sociedades, existen dentro de cada

¹⁷ En estudios psicológicos este “yo” que presenta Agnes Heller, es conocido como el ello, y la conciencia de nosotros, que es la coerción social de reprimir los sentimientos más pasionales, es el súper yo. En esta obra de la autora no se presenta el yo en términos psicológicos, sino al yo como ente separado de los demás individuos de su colectividad, es decir, un ser individual, aislado del colectivo.

¹⁸ Que también son conocidos como actos éticos o ética.

periodo una jerarquización de los valores y reglas morales, que son determinados por dos factores principales: A) por lo modos de producción y, B) el lugar que ocupa el individuo dentro de la estructura social¹⁹, como lo afirma la autora “Lo que ocurre es que, a diferencia del hecho mismo de la heterogeneidad, la forma concreta de la jerarquía no es eterna e inmutable, sino que se modifica de modo según las diferentes estructuras económico-sociales” (Heller, 1985, p. 40).

Así pues, con las jerarquías vienen de la mano las esferas heterogéneas de todos los aspectos de la vida cotidiana²⁰ guiada por las diferentes actividades de los individuos como lo menciona Heller (1985):

...la vida cotidiana es en gran medida heterogénea y ello desde varios puntos de vista, ante todo desde el contenido y la significación o importancia de nuestros tipos de actividad. Son partes orgánicas de la vida cotidiana la organización del trabajo y de la vida privada, las distracciones y el descanso, la actividad social sistematizada, el tráfico y la purificación.
(p. 40)

Estas actividades y, en especial, la organización del trabajo está en la cima de las jerarquía como valor moral, es decir, el hombre que es trabajador es socialmente aceptado, es un modelo a seguir para otros hombres y es reflejo de la excelencia, a la cual todo hombre debe pertenecer. Para poder entender con mayor claridad será necesario desmenuzar un poco más acerca de estos conceptos. Es necesario reflexionar lo siguiente: como se ha mencionado con anterioridad en la comparación de los valores y la moral en diferentes épocas, tomando como referencia las sociedades anteriores al sistema capitalista como ejemplo y la sociedad con el sistema capitalista²¹. Se desprende lo siguiente, en las primeras sociedades mencionadas se encuentra como valor predominante la felicidad, ya que en estas sociedades la división del trabajo era repartido entre la comunidad,

¹⁹ Ya sea como burgués, pequeño burgués, proletariado, campesino etc.

²⁰ La vida cotidiana es por si sola heterogénea, de igual modo que la estructura social, no se puede hablar de homogenización porque ningún ser humano es idéntico y piensa de la misma manera, ni los que son gemelos, que son un ejemplo de lo más cercano a la similitud.

²¹ Como se ha referido antes, no es el propósito de la investigación centrarse en el análisis del sistema capitalista ni tomar una postura positiva o negativa de éste, pero al hablar de estructura y jerarquías no se puede evadir el tema, es decir, solamente nos ocuparemos de la división del trabajo (los tipos de trabajo que se presenta para el hombre), para adquirir el capital necesario para sobrevivir, y la explotación del hombre por el hombre presentes en esta estructura económica-social.

tribu, clan etc., donde los recursos eran obtenidos en mayor parte de la naturaleza y eran para todo los miembros de la comunidad, entonces las necesidades inmediatas como el alimentos, ropa, protección entre otras eran cubiertas, es decir, la satisfacción que brindan estos recursos creaban estados de bienestar, mientras que en el sistema capitalista hay una transformación en la jerarquía de los valores, donde ya no es la felicidad la que encabeza la prioridad de los individuos, sino es la libertad, consecuencia de la nueva estructura económica, donde cada hombre ocupa un lugar en la división del trabajo, es el motor de este sistema la explotación del hombre por el hombre, donde este ser pasa la mayor parte de su tiempo trabajando para poder mejorar su estatus quo o para mantener su estado de vida, por más simple que sea este, a través de su fuerza de trabajo que se intercambia por un valor monetario.

Así pues, con la división del trabajo y con una mayor complejidad de la sociedad, es decir, con la especialización de cada uno de las esferas sociales a las cuales el ser humano tiene acceso o puede aspirar a ser parte, entre las cuales se destacan la religión, educación, familia, trabajo, recreación. Pone de manifiesto todas sus habilidades en cada una de ellas, recreando un rol²² específico para cada actividad haciendo su personalidad y forma de pensar heterogénea del mismo modo que la sociedad, es decir, diluyendo cada vez más la posibilidad de la homogenización, haciendo hincapié en la parte de la disolución de la homogenización ya que en pocas actividades se logra dicho fin, como lo dice Heller (1985):

¿Qué significa homogenización? Por una parte, que concentremos toda nuestra atención y <<suspendamos>> cualquier otra actividad durante la satisfacción de la anterior tarea; y, por otra parte, que apliquemos nuestra entera individualidad humana a la resolución de esa tarea...la homogenización en el sentido de lo específico, la suspensión completa de la particularidad, la transformación en <<hombre enteramente>> es del todo excepcional en la mayoría de los seres humanos. (p. 52)

Ahora bien, una vez identificado lo que son los valores, la moral, el ser-particular, el ser-específico, la heterogeneidad, la homogenización, el sistema económico-

²² Sobre el concepto de rol se hablará más adelante y con mayor claridad.

social y la familia, en especial recordando este último punto con el que se inició este apartado y no perdiendo la idea mencionada del hombre como ser biológico que crece dentro de un grupo social con parentesco consanguíneo o no, que le transmite todas estas esferas heterogéneas ya mencionadas.

Así pues, con todo lo ya mencionado se sigue la siguiente lógica, todo lo dicho hasta este momento se puede decir que es la estructura ya establecida hasta el momento del nacimiento del ser humano, con el mismo sentido del comienzo de su vida biológica inicia también la vida social, que es transmitida del primer grupo al que pertenece, la familia, que es también la primera comunidad de la que es parte, por lo tanto según Heller (1985) tiene el siguiente significado:

La comunidad es una unidad estructurada, organizada, de grupos, la cual dispone de una jerarquía homogénea de valores y a la cual pertenece necesariamente el individuo: esa necesidad se debe al haber nacido en la comunidad promueve luego la formación de la individualidad; o a una relación relativamente autónoma del individuo ya desarrollado. (p. 104)

Sin perder la lógica del desarrollo de este ente después de su nacimiento y estando en un seno familiar, se desenvuelve en la etapa de la niñez, donde este sujeto es capaz de comenzar a utilizar sus habilidades psicológica y físicas²³ para interactuar con su entorno y otros seres humanos, a través de dos principales actividades.

La primera es la llamada mimesis que lleva de la mano el juego, para entender este punto la autora nos dice "...pues el hombre es capaz de imitar no sólo momentos y funciones sueltas, sino también enteros modos de conducta y de acción. En la mimesis se basa también la asimilación de roles..." (Heller, 1985, p. 124). Así pues, si la característica central de la mimesis es la imitación, se deben considerar dos aspectos; el primero es para la existencia de la imitación, debe existir un modelo a imitar, el cual puede ser abstracto o empírico, poniendo como ejemplo de la abstracción los ideales que representan en este caso los héroes que

²³ Al hablar de la etapa del ser humano como niño y al decir que comienza a utilizar sus habilidades psicológicas y físicas para el desarrollo con su entorno y su interacción, no quiere decir que no las ocupe ya que desde su nacimiento se comunica socialmente a través del llanto, pero en la etapa de niño tiene más control y mayor interacción con su mundo así como se le prepara para adaptarse a un mundo social más grande que el entorno familiar.

deben de ser personajes bondadosos, fuertes, moralistas, atractivos, inteligentes, por mencionar alguno de los rasgos que conforma a estos seres y como ejemplo empírico y no alejado del discurso propio de la estructura familiar, encontramos a los padres encabezando los ideales, ya que estos sujetos son quienes se encargan de transmitir sus conocimientos a sus hijos, por lo tanto, los niños toman como verdad absoluta lo expresado por su padres y las acciones que tiene entre padres-hijos, padres-padres, padres-entorno, etc., Para entender mejor esto piénsese lo siguiente: el niño que ve que el papá golpea a su madre y le grita, tiende a reproducir esto en gritos y pequeños manotazos cuando desapruaba las decisiones de su madre, también si ve que los padres cuando van por la calle tiran su basura al suelo, el niño tira su basura del mismo modo. Por último, así como el niño aprende de las acciones que los padre realizan y no son explícitamente enseñadas pero que sí son aprendidas por el infante, están las que sí son explícitas, como la hora de dormir, bañarse, caminar, comer, vestirse, peinarse, por decir algo. Como se expresa en palabras de la autora “Los hijos imitan a los padres, los nietos a los abuelos, y ellos en todos los aspectos de la vida, desde las experiencias de la producción hasta la moral.” (Heller, 1985, p. 126). Pero aquí se muestran de forma implícita cómo interactúa el individuo con su entorno y la función que debe desarrollar, es decir, su rol.

Para poder hablar del rol están presentes las palabras de Heller (1985):

La sociedad sería incapaz de funcionar sino contara con sistemas consuetudinarios en cierto sentido estereotipados. Esos sistemas constituyen el fundamento del sistema de <<reflejos condicionados>> de los hombres, sistema que permite a los miembros de una sociedad mecanizar la mayor parte de sus acciones, practicarlas de un modo instintivo (pero instintivo por adquisición, no por restos de una estructura biológica), o sea, concentra el pensamiento, la fuerza moral, etc...Al generalizarse los comportamientos del rol modifican la función del deber ser en la vida cotidiana. En el deber ser se revelan la relación del hombre entero con sus <<deberes>> con sus vinculaciones, sean éstas económicas, políticas, éticas, morales o de otro tipo...Estos caso del deber ser se pueden referir a un hecho singular, a un solo asunto, y también a enteros complejos de comportamiento. (pp. 124-132)

De la misma manera, como existe una heterogeneidad de esferas que constituyen a una sociedad y que el hombre pertenece y forma parte en gran medida de ellas,

existen la misma cantidad de comportamientos y reacciones según las circunstancias en las que se encuentre involucrado, piénsese en los siguientes ejemplos sin perder el contexto de que los niños aprenden de los adultos a través de la mimesis y que los adultos también desarrollan diferentes roles dentro de la estructura familiar.

Por ejemplo, una mujer tiene dentro del seno familiar diferentes roles, como lo son el de madre, esposa, cocinera, ama doméstica, por mencionar algunos, el hombre como, esposo, padre, proveedor, guardián, por decir unos, entonces se encuentra la premisa al realizar dichos actos del deber ser, de la forma en que deben de comportarse según el rol al cual se está llevando a cabo, donde las actividades se realizan ya de manera mecánica con habilidades que se hacen hábito²⁴. Como lo menciona la autora "...significa que determinados tipos de acciones, tipos de decisiones, modos de comportamiento y modos de pensar aparecen como totalmente <<naturales>>, que su práctica ya no es puesta en discusión" (Heller, 1994, p. 288). Ya sea también de modo circunstancial, casual o espontáneo y el hijo tiene el rol de aprendiz, para lo cual la sociedad es tan compleja que enseña al individuo cómo se debe comportar en la estructura social de forma lúdica, es decir, a través del juego.

La segunda categoría, la del juego, respectivamente es para los niños, a lo cual se refiere la autora de la siguiente manera "Un aspecto común y esencial de todo juego es que desarrolla o moviliza capacidades humanas...la única moral del juego estriba en la observancia de las reglas" (Heller, 1994, p. 372). Es de esta forma lúdica como se comienza el acercamiento del niño con su estructura social, ya que el juego le hace responsable en el momento que acepta reglas, castigos, saber perder o ganar. Y de los juegos se desprenden tres categorías: los juegos de fantasía, juegos miméticos y juegos regulados.

Los juegos de fantasía es donde el niño pone en práctica sus habilidades mentales, separa lo que es posible hacer o no hacer, lo real de lo irreal, los juegos

²⁴ Existe una diferencia entre hábito y costumbre, que en muchas ocasiones se utilizan como sinónimos, el primero se trata del surgimiento de la práctica repetitiva de una acción y el segundo son las formas de uso.

miméticos tienen una mayor carga de significado, pues, dentro de estas representaciones lleva un modo de comportamiento, el cual debe ser seguido, de la forma más parecida a la realidad y finalmente los juegos regulados se caracterizan por ser juegos colectivos y en ocasiones de carácter competitivo, es aquí una comparación con los juegos miméticos, puesto que estos últimos pueden ser jugados solos, esto es la forma que se le presenta al niño de forma lúdica para aprender a aprender, como bien lo menciona Heller (1994):

En el mundo del niño, que aún no ha alcanzado el nivel de la conducta autónoma de la vida cotidiana, la libertad subjetiva tiene necesariamente mucho espacio. Para los niños, por tanto, el juego es una forma de vida <<natural>>, una forma inconsciente de preparación para la vida. (p. 375)

El juego para los niños es tratado como una actividad de integración social, mientras que para los adultos o los individuos con un grado mayor de conciencia de su realidad, es tratado de forma lúdica, como evasión de su realidad y válvula de escape de la presión social que se presenta en el sujeto que reprime sus deseos particulares o en términos del psicoanálisis, reprimen al *ello*, para lo cual es preciso lo apuntado por Heller (1994) con respecto al juego, tratándose de un hombre, siguiendo la idea que se va presentando en el texto de un ser biológico después de la etapa de la niñez:

El *homo ludens* no es más que la revelación del hombre entero en la actividad lúdica, donde puede, manifestarse, por tanto, toda su humanidad: en el juego puede ser celoso, envidioso, indiferente, apasionado, bondadoso, etcétera; puede jugar con o sin inventiva, con mayor o menor fantasía, de un modo lógico o ilógico. (p. 372)

Así pues, sin perder la lógica primera de la conformación de una estructura establecida antes del nacimiento de un ser humano, se observa después de su nacimiento cómo interactúa con la estructura y la comprende en la etapa de la niñez y después pasa al momento en que este niño se vuelve un adolescente y posteriormente un adulto y adquiere, entre la diversidad de roles, la de poder establecer una familia, es decir, volvemos al principio como si se tratara de un ciclo, que con el paso del tiempo tiene algunas variaciones. Tomando como ejemplo, se transforman los valores por el hecho de que la sociedad se está reconstruyendo a cada momento, pero aun así hay tres factores que no dejan de

prevalecer y son el motor de la vida cotidiana, 1) la acción cotidiana, 2) reproducción de actividades en un contexto dado con la ocupación de roles, y 3) la estructura económico-social donde se desenvuelve los hombres.

De manera que se pueden presentar estos roles como representaciones de actos socialmente aceptados, durante, de un medio, lugar, hora etc., adecuados donde se espere que el individuo cumpla una función, para lo cual, se puede tomar la analogía de Erving Goffman donde la vida cotidiana es una obra de teatro.

1.2.- ERVING GOFFMAN Y LA ACTUACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA.

Con relación a la vida cotidiana, he aquí la aportación de Erving Goffman rescatadas de su libro *La presentación de la persona en la vida cotidiana*²⁵, donde se muestra la interacción de los hombres como si fueran representaciones teatrales, una función puesta en marcha cada que los sujetos interactúan entre sí, no importando si son dos personas o un grupo de personas, de igual manera se puede identificar la siguiente dicotomía; actuante-auditorio, donde para identificar lo primero con respecto al actuante es conveniente usar las palabras de Erving Goffman (2009):

Se le pide que crean que el sujeto que ven posee en realidad los atributos que aparentan poseer, que la tarea que hacen tendrá las consecuencias que en forma implícita pretende y que, en general, las cosas son como aparentan ser...el individuo ofrece su actuación y presenta su función. (p. 31)

Piénsese en lo siguiente, para poder comprender mejor lo antes citado: es bien conocido por todos los que han pasado por la escuela primaria el primer comportamiento de los alumnos cuando el maestro o maestra deja el salón de clases, los alumnos se paran de su lugar, platican, corren, juegan, etc. Pero en el momento en que el maestro está próximo a regresar al aula, e incluso a veces ya estando dentro de ella, los estudiantes tratarán de regresar a sus lugares, guardar

²⁵ Es importante mencionar la analogía con respecto al teatro que guía toda su obra, donde presenta la vida de los individuos como una función teatral, asimismo representada como escenarios, actuaciones, roles, equipo, auditorio, etc.

silencio y fingir que han estado resolviendo la actividad que el profesor dejó antes de salir, y cuando este último le pregunta a los niños si ya terminaron, ellos responderán que no, por haber jugado en ese momento en que no se sentían observados y tenían que cumplir con sus obligaciones. Aquí se trata de fingir o llevar a cabo la acción de alumnos responsables, cómo puede ser que los niños en verdad hallan resuelto su actividad o realizado lo citado en el ejemplo. De igual manera, se trató de presentar las características de un grupo disciplinado y obediente.

Así pues, el ejemplo anterior pone de manifiesto que los actuantes son todos los niños y el auditorio es solo el profesor, es decir, la actuación de muchos a la expectación de uno, pero de igual manera se puede dar esta relación únicamente entre dos individuos como el siguiente ejemplo: dentro de las formas de cortejo que presentan los hombres hacia las mujeres se encuentran las cartas de amor, el baile, los detalles, el dinero, los modales etc. En toda la expresión y manifestación de cada uno de los puntos citados hay un margen de expectativa que la mujer espera del hombre (que se comporte como un caballero) que las está cortejando, en este momento el varón al llevar a cabo la demostración de esas acciones presenta una actuación de interés donde la mujer como espectadora decide si queda convencida con la función que el hombre está brindando.²⁶

Hay que hacer notar en los dos ejemplos anteriores, ambos actuantes pueden obrar de forma sincera o no sincera, como dice el autor “<<sincero>> para individuos que creen en la representación que fomenta su actuación” (Goffman, 2009, p. 40). En este caso, el ejemplo del hombre que corteja a la mujer puede ser sincero si lo hace para una sola mujer, pero también puede ser sincero si lo hace con otras mujeres, ya que el acto es sincero porque se busca obtener un fin²⁷ donde el sujeto cree en lo que hace, así como los niños tratan de representar que

²⁶ De igual manera si el hombre realiza estas acciones con otras mujeres al mismo tiempo, sigue siendo una acción entre dos sujetos, ya que no realiza estas actividades en el mismo tiempo y espacio que se encuentren tantas mujeres que él este cortejando.

²⁷ El acto que representa si un hombre o una mujer debe ser fiel a un solo individuo es otro tipo de actuación, ya que va más encaminada a una carga valorativa, donde la moral de cada sujeto hace reflexionar sobre si es bueno o malo.

son disciplinados ante su profesor, pero también encontramos a quienes no son sinceros.

Además, las actuaciones que nos son sinceras son de la siguiente manera, dicho por el autor "...cuando el individuo no deposita confianza en sus propios actos ni le interesan mayor mente las creencias de su público, podemos llamarlo <<cínico>>...<<intereses por sí mismo>> o ganancia privada o engañar a su público por bien de este "(Goffman, 2009 p. 32). Piénsese en lo siguiente: cuando una persona le pregunta a otra si se ve bien físicamente o si la combinación de ropa la hace ver más delgada, si a la persona que le pregunta es un amigo, novio, hermano o padres e incluso tal vez un desconocido, responderán que se ve bien y que aparenta estar más delgada aunque ese no sea el caso, se miente por quedar bien con la persona y no lastimar sus sentimientos, en este caso la actuación no es sincera.

Así pues, el actuante al representar una acción se le llamará actuación, que es como lo menciona el autor "...toda actividad de un individuo que tiene lugar durante un periodo señalado por su presencia continua ante un conjunto particular de observadores y posee cierta influencia sobre ellos" (Goffman, 2009, p. 36). Pero no sólo son las acciones que el sujeto o los sujetos realizan con motivo de manifestarse ante un auditorio, ya que el espacio donde se realiza dicha actividad es la creadora de estas acciones, como una relación simbiótica la una de la otra²⁸, donde el individuo partiendo del lugar, momento, estado emocional, entre otros, adquiere ciertas cualidades o habilidades que le permiten manejar la situación, una de estas herramientas es la denominada así fachada. Hay que pensar de nuevo en el ejemplo de los niños y el profesor.

Los alumnos se comportan como alumnos porque es lo que les corresponde ser, para poder entender mejor es necesario un análisis más minucioso del entorno en que se desenvuelven como alumnos, por esta razón se hará un listado de partes que conforman este escenario al que denominaremos medio²⁹

²⁸ Simbiótica por el hecho de que determinada actuación solo tiene lugar en determinado momento.

²⁹ Se podría denominar al escenario como un espacio geográfico.

parafraseando a Erving Goffman; es el mobiliario, el trasfondo escénico, la utilería, el disfraz, y así, sucesivamente. Por lo tanto, esta lista, que se presenta a continuación, pretende abrir un panorama del entorno escolar, como son: la escuela, profesores³⁰, alumnos, útiles escolares, pupitres, escritorios, gises, pizarrón, mochilas, horario de clases, entre otros. Estos ejemplos nos permiten comprender la fachada que se desprende al estar dentro de este entorno.

Así pues, dentro del hogar, el parque, el cine, la feria, el mercado, no podemos encontrar un pizarrón, un pupitre, o simplemente nos son espacios para el aprendizaje riguroso de materias como español o matemáticas, que a pesar de su uso no es exclusivo de la escuela, es en esta última, donde, se aprende su correcto uso y mejoramiento de las materias antes mencionadas, e incluso el alumno dentro del aula de clases tiene mayor número de herramientas para interactuar y poder adquirir de forma dinámica el conocimiento, así como puede contar con un sujeto que puede disipar las dudas del niño y ampliar la información.

Es un lugar que durante un periodo de tiempo, por ciertas horas al día y por ciertos días, se enfoca en tareas que en otro lugar no se pueden realizar, piénsese en la sala de cine, donde el niño adquiere capital cultural pero es sólo una mirada de un punto de vista que una persona quiere transmitir a su público y si el niño se enfrenta a las preguntas ¿por qué? ¿Cómo? ¿Dónde? ¿Qué se debe? ¿Cuándo? No podrán ser contestadas e incluso no habrá una interacción cara a cara, es decir, que dependiendo del lugar la actuación de los sujetos está determinada por estructuras sociales construidas, de las cuales se pueden encontrar aquellas que son socialmente aceptadas y las que no lo son, como el comportamiento demostrado en los ejemplos anteriores o piénsese en un último ejemplo las salas de cine.

Las salas de cines tienen como objetivo la presentación de una función, donde se reúne un cierto número de sujetos a presenciarla durante un periodo de tiempo establecido, una película. Por lo tanto, mientras dura la función los sujetos deben

³⁰ Aunque el profesor sea también un rol de la misma manera es parte del escenario escolar para los alumnos y de la misma forma los alumnos son partes del escenario del profesor.

guardar silencio y sólo contemplar la pantalla, pero esto no sucede así, ya que durante la secuencia de la película se presentan diversas acciones que los actores transmiten a su público, como son alegrías que provocan que los espectadores rían, y la risa es colectiva y en ese momento es socialmente aceptada, en cambio sí se ríe fuera de la sincronización grupal, el sonido es molesto y es del desagrado de la mayoría haciendo que esta acción no sea socialmente aceptada.

Así pues, dentro del medio podemos encontrar las regiones y que de ésta se desprenden dos vertientes, pero antes de hablar de ellas hay que entender qué es una región. En palabras, del autor "...puede ser definida como todo lugar limitado, hasta en cierto punto por barreras antes puestas de la percepción" (Goffman, 2009, p. 124). Pueden ser de manera física, como el comportamiento en los ejemplos antes ya citados que tiene como característica una función específica o la simple interacción de los sujetos. Como se pone de manifiesto cuando hablamos de las regiones anteriores y las regiones posteriores.

Por región anterior debe entenderse lo siguiente por Goffman (2009):

...una actuación particular...de un individuo en una región anterior puede percibirse como un esfuerzo por aparentar que su actividad en la región mantiene y encarna determinadas normas. En términos generales, estas normas parecerían reunirse en dos agrupamientos. Uno de ellos se refiere a la actitud del protagonista hacia el auditorio mientras mantiene su diálogo con él o realiza un intercambio de gestos que sustituyen a la conversación. El otro grupo de normas se refiere a la conducta del protagonista mientras es percibido en forma visual o auditiva por el auditorio, sin que entre ambos exista necesariamente un diálogo. (p. 125)

La cita anterior pone de manifiesto, así como los ejemplos del cine y de la escuela, la forma en que los individuos aparentan su representación apropiada según el espacio donde se encuentren. Pero qué pasa con la región posterior la cual es para Goffman (2009) lo siguiente:

...puede definirse como un lugar, relativo a una actuación determinada, en el cual la impresión fomentada por la actuación contradicha a sabiendas como algo natural. Existen, por supuesto, muchas funciones características de tales lugares. Es aquí donde la capacidad de una actuación para expresar algo más allá de sí misma puede ser cuidadosamente elaborada; es aquí donde las ilusiones y las impresiones son abiertamente proyectadas. Aquí la utilería y los detalles de la fachada personal pueden

ser almacenados en una especie de acumulación compacta de repertorios completos de acciones y caracteres. (p. 130)

Un ejemplo claro de esto es la comunicación por teléfono, donde los sujetos no tienen una interacción cara a cara, y los gestos a la hora de hablar no pueden ser observados, entonces el otro sujeto no puede ver el impacto de sus palabras en el otro, o de la misma manera el tono de las palabras o el uso de ciertas palabras que no se dirían frente a frente condicionan un buen o mal entendimiento, en este ejemplo el escenario va más allá del trasfondo escénico, más allá de lo que los sujetos pueden apreciar a simple vista.

¿Pero qué rige que las acciones de los individuos hacia sus semejantes sean de manera cordial, amables, bien vistas, mal vistas, groseras? Pues bien, hasta este momento hemos hablado de los actuantes y de los escenarios, así como de la forma en la que actúan o deben de actuar según el espacio al que se encuentran inmersos como si fueran condiciones predeterminadas, acciones mecánicas pero ¿en dónde queda el sujeto como sujeto mismo, propio de una identidad, o es que acaso no tiene identidad y sólo cumple funciones determinadas de un puesto? Para poder dar respuesta se encuentra lo siguiente. Dentro de las actuaciones de los sujetos puesta en escena encontramos lo que denomina el autor como fachada “es la dotación expresiva de tipo corriente empleada intencional o inconscientemente por el individuo durante su actuación” (Goffman. 2009, p. 36). Se puede decir que, esta fachada tiene como característica ser de uso personal, es decir, está dotada por las siguientes partes; sexo, lenguaje, vestimenta, por mencionar algunos.

Como se ha dicho, en forma en cual cada actuante se moviliza dentro de su escenario, este también se mueve no sólo por lo socialmente establecido, sino como si fuera una actuación mecánica, aunque el objetivo o la función del papel actuado siga siendo el mismo, ya que un actor adopta un rol socialmente establecido, por lo general, que ya se le ha asignado una fachada particular, es decir, también reacciona a estímulos los cuales pudieran ser por modales o de pura apariencia.

En el caso de que fueran por estímulos de buenos modales como en el caso que se presenta en la vida de todo individuo encontramos el saludo, por lo tanto, es pertinente hacer una reflexión hacia esta acción.

Durante un día normal un individuo puede saludar a sus familiares, vecinos, amigos, pareja, profesores, etc., que puede ir desde un buenos días expresado por palabra, hasta manifestar más afecto desde tomarse la mano como saludo o dar un beso como prueba más afectiva, e incluso cuando el sujeto aborda el transporte público puede saludar con un buenas tardes y él puede desconocer a todos los usuarios del transporte, y este saludo es socialmente aceptado, por manifestar buenos modales. En comparación con su contraparte la apariencia, siguiendo el ejemplo del saludo, existen muchos de ellos que son sólo como un requerimiento formal o son obligados a realizar dicho saludo como en el caso de las recepcionistas y cajeras de los supermercados, que son presionadas por la función de su trabajo a saludar a cada uno de los clientes ya que se presenta la apariencia de amabilidad que es forzada por el rol³¹ que está desempeñando dicho individuo.

Asimismo, como el saludo que es expresado por palabras o acciones con una carga afectiva, en el momento en que se lleva a cabo dicha manifestación del acto, se pueden apreciar gestos que verifican la autenticidad de la acción o que incluso pueden poner de manifiesto el descontento hacia el otro, y son tomados como falta de respeto, como grosería, tal es el caso, de la ansiedad por realizar dicha acción, e incluso se pueden tergiversar estos actos, para poder entender con mayor claridad ¿qué es la tergiversación? Son de utilidad las palabras empleadas por el autor "...mentira <<manifiesta>>, <<categórica>> o descarada aquella en la que puede haber pruebas irrefutables de que el autor sabía que mentía y que así lo hizo premeditadamente." (Goffman, 2009, p. 76). Pero estas acciones no son reflejo en lo que hasta este momento se han señalado como

³¹ Más adelante se hará un análisis del concepto rol, que no es el mismo concepto que se ha utilizado con anterioridad en el apartado pasado por Agnes Heller.

interacciones cara a cara, es decir, entre una pareja de sujetos o la representación de una persona con su escenario y los demás individuos que lo rodean.

Así pues, se ha hablado hasta este momento de individuo y público como actuantes y auditorio, es decir, una persona escenifica ante un público, pero esto no es únicamente así, ya que también existen la función de varios actuantes que se transforma en un equipo de actuación, donde cada integrante asume su rol para que la escenificación se consagre. Pongamos de ejemplo lo siguiente para aclarar un poco más, pero no sin antes dejar en claro que es un equipo de actuación para el autor "...emplearé el término <<equipo de actuación>> o simplemente <<equipo>> para reafirmar a cualquier conjunto de individuos que cooperan a los fines de representar una rutina determinada" (Goffman, 2009, p. 95). Una vez comprendido esto revisemos lo siguiente.

La familia, como primer grupo social, es de igual manera el primer equipo de actuación en que puede formar parte un individuo, y su auditorio son todos esos individuos ajenos a la familia, como amigos, compañeros de trabajo, trabajadores domésticos de la familia, extraños, entre otros, es decir, este grupo puede formular la imagen de una familia de estatus alto, guardando las apariencias con modales refinados, poder adquisitivo, tiempo de ocio, por mencionar algunos, estas cualidades que intentan aparentar son fachadas mostradas a su auditorio cuando este interactúa con los miembros del equipo y se presenta dentro de su escenografía, piénsese cuando se tiene invitados en la casa, en ese momento los hijos no pelean, no son groseros, el señor de la casa es muy cordial y atento con su esposa, mientras la señora pretende demostrar que su casa es la más limpia, e incluso en estas representaciones se puede mostrar lo que es la tergiversación en todo su esplendor, pero incluso cabe la posibilidad de que exista un grupo que en verdad realice estas funciones de forma sincera, es decir, que la actuación sea convincentemente verdadera. Por lo pronto, si la actuación de este grupo es sincera o sónica, cada miembro de la familia trata de cumplir con su rol.

Para lo cual es importante señalar el papel que juegan los roles para los cuales tenemos como referencia nuevamente una actuación particular como dice Goffman (2009) donde se puede citar las siguientes funciones del rol:

...tres roles decisivos sobre la base de la función...los individuos que actúan...los actores tiene conciencia de la impresión que producen y suelen poseer, asimismo, información destructiva acerca de la representación...los individuos para quienes se actúa...el auditorio conoce lo que se le permite percibir, modificado por lo que puede recoger extraoficialmente por medio de la observación atenta...y los extraños...no conocen ni los secretos de la actuación ni la apariencia de realidad fomentada por ella. (p. 165)

Piénsese entonces en lo siguiente, si el individuo o un miembro del equipo quiere sacar ventaja de su rol, es decir, de su lugar que ocupa en la interpretación manifestando acciones que van en contra de las que el grupo expresa o en el caso de un ser individual, quiere engañar a su auditorio ya que el actor posee información que el auditorio no conoce, póngase de ejemplo el desconocimiento de las leyes en el siguiente caso:

En los grupos indígenas alejados de la urbe en el territorio mexicano los niños no tiene acceso a la educación; sin embargo, dentro de su escenario no cabe la posibilidad de una escuela, y esto no quiere decir que no puedan asistir a ella, si de entrada no van a la escuela menos van a saber de leyes. Sin embargo, aun que desconocen de que existe un artículo constitucional³² donde el Estado tiene la obligación de dar educación gratuita y laica hasta el nivel medio superior, lo dice en su artículo tercero: “Todo individuo tiene derecho a recibir educación...La educación preescolar, primaria, secundaria conforman la educación básica; ésta y la media superior serán obligatorias” (Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 2014, p. 16). El desconocimiento de las leyes no impide su aplicación, es decir, el hecho de que no conozcan sus derechos no hacen que no puedan

³² Dentro de la Constitución Política Mexicana el artículo tercero para la educación y el cuarto para la salud, reafirman la obligación del Estado a controlar, disminuir y erradicar el problema de sobrepeso, obesidad y sus similares infantiles, cómo de la misma manera, sustentan que al ser la educación básica obligatoria, todos los individuos del territorio mexicano, tendrán conocimiento de una educación para la salud para realizar hábitos saludables, homogenizando esta cotidianidad, para lo cual el ANSA es creado.

gozar de ellos, pero estos individuos como auditorio no puede percibir más allá de lo que los actuantes le dejan percibir.

Así pues, entonces veamos lo que son los roles discrepantes según Goffman (2009):

...la congruencia entre función, información disponible y regiones de acceso raras veces es completa. Suelen aparecer posiciones ventajosas adicionales relativas a la actuación, que complican la relación simple entre función, información y región, algunas de estas posiciones ventajosas específicas son asumidas con tanta frecuencia y su significado para la actuación es comprendido con tanta claridad que podemos considerarlas como roles. (p.165)

Con esto no se quiere decir que los roles son manifestaciones ventajosas de los individuos o equipos para trastornar la realidad, son sólo actos que poseen construcciones sociales definidas para circunstancias previamente establecidas, con las cuales los individuos pueden interactuar con su entorno y con otros individuos.

En otras palabras, el rol es el personaje que el actuante representa, es así como dentro de la cotidianidad de los individuos se manejan diferentes roles en diferentes escenarios, que permiten el funcionamiento del sujeto en la sociedad.

De esta manera los infantes que asisten a la escuela primaria, tienen a responder a un rol de estudiantes, de aprendices, mientras que los profesores a enseñar, puesto que se espera que la actuación dentro de esta institución sea la de educar y prepara a los individuos para su funcionamiento dentro de la estructura, por este motivo los aportes de Alejandro Spiegel, al ocupar la vida cotidiana como un instrumento didáctico forman parte del mejoramiento de ese aprendizaje, desarrollándose entonces una cotidianidad escolar, aporte teórico que explica a continuación.

1.3.- ALEJANDRO SPIEGEL Y LA VIDA COTIDIANA COMO INSTRUMENTO DIDÁCTICO: EN LA COTIDIANIDAD ESCOLAR.

Este apartado muestra la relación existente entre la educación y la vida cotidiana de los individuos para lo cual es de notar el concepto que presenta Alejandro Spiegel (2003) de vida cotidiana:

Para entender mejor, imaginemos a la sociedad como un conjunto anidado de engranes de distinta medida...Los de menor tamaño representan a cada persona y en su entorno más cercano, el que puede percibir y el que concibe como próximo bien, cada mínimo movimiento de estos pequeños engranajes provoca-al menos-un efecto en el más grande. Así, cada pequeña historia cotidiana tiene impactos, mucho más lejanos y diversos de los que sus propios protagonistas pueden imaginar. Sus ecos las trascienden de manera tan magnífica como inexorable. (p. 15)

De esta manera, sí la vida cotidiana es inherente al ser humano y se retoma la analogía en cuanto a cada persona es un engranaje que permite el funcionamiento de una maquinaria, a lo cual dicha maquinaria en esta analogía representa a la sociedad. Es de pensarse que cada hombre con sus acciones y con el lugar que le corresponde dentro de la sociedad³³ permite el funcionamiento de esta. ¿Pero cómo hacer que estos individuos sepan el lugar que les corresponde dentro de esa maquinaria? Pues bien, los seres humanos no nacen con un conocimiento que les permita posicionarse dentro de la estructura social a la que pertenecen, por lo tanto, es la sociedad quien les brinda a los sujetos herramientas para colocarse dentro de ella, dotándolos de actitudes, aptitudes, gustos, conocimientos, experiencias, solo por mencionar algunos.

Así pues, la sociedad para poder dar estas herramientas a los individuos tiene espacios determinados para estos fines, es decir, cuenta con las instituciones

³³ El espacio que ocupa cada individuo dentro de la sociedad, es el que le corresponde dentro de la estructura social, es decir, si es estudiante, medicado, docente, carpintero, mendigo etc.

educativas, pasando por el preescolar, primarias, secundarias, preparatorias, bachilleratos, universidades³⁴, etc.

De esta manera, se pueden apreciar dos formas de adquirir conocimiento, uno que se le puede llamar educación formal, es decir, es la educación que se brinda dentro de las instituciones educativas, y que tiene como base un conocimiento científico y escolarizado, mientras que por otra parte existe una educación informal, la que se puede adquirir fuera de esos lugares establecidos socialmente como educación formal, y que principalmente se transmiten en el entorno familiar, pero también los centros sociales como clubes deportivos, culturales, poéticos, entre otros, influyen en la personalidad de los sujetos, y el lugar que ocuparan en la estructura social o que ya ocupan, pero aun así la sociedad deja en mayor medida la responsabilidad de educar a sus individuos a las instituciones educativas, y estas dejan de lado aspectos importantes de la vida de los hombres como lo dice Spiegel (2000):

La escuela ha venido privilegiando algunos contenidos sobre otros: hay algunos válidos científicos, etc., y hay otros que siempre han sido de menor valor, "lo cotidiano", surgido a partir de la convivencia de todos los días, de los medios de comunicación, de la producción cultural, de la familia, etc. (p. 12)

Por ejemplo, en la escuela se piden las cosas por favor y en caso de no pedir las así se cuestiona, ¿qué en tu casa no te enseñan a pedir las cosas por favor?, Estas son cuestiones de valores, que no son más que interpretaciones de trato hacia otro individuo, pero están también los casos prácticos cuando uno aprende a no meter las manos a la lumbre porque sabe que se va a quemar.

Por lo tanto, se puede entender que entre la educación formal y la informal hay un puente que les permite unirse, el cual es la vida cotidiana, es decir, piénsese en el siguiente ejemplo: en la escuela se aprende a sumar, si tenemos 2 más 2 son 4, entonces también sabemos que si en casa hay 3 manzanas en el frutero y 1 en la bolsa hay 4 manzanas en total, entonces se pone de manifiesto lo aprendido en la

³⁴ Sólo se hace referencia a estos lugares como fuentes de conocimiento tradicionales, ya que también existen lugares como los talleres que se transmiten conocimientos y posicionan a los individuos dentro de la estructura social.

escuela, pero en el momento que se tiene que sumar el precio de 100 diferentes productos en el supermercado de manera rápida es más difícil de hacer la operación, no por el hecho de no saber sumar, sino por el hecho de no hacer este tipo de ejercicios de forma cotidiana.

Piénsese en algo que no sea una ciencia dura cómo en el caso de las ciencias sociales que son más abstractas, concretamente en el caso del estudio de los valores³⁵. Por ejemplo, en la materia de cívica y ética se pueden apreciar contenidos relacionados a la verdad, la mentira, lo correcto, la bondad, lo socialmente aceptado, etc., existe un contraste entre lo teórico (lo aprendido en el aula) y la praxis, como el siguiente caso: a las niñas y a los niños durante las clases de cívica y ética se les enseña la igualdad de género, en la clase están presentes Sofía y Pedro que son hermanos gemelos, a ellos se les enseña que ambos niños y niñas deben ayudar con las tareas domésticas, pero al llegar a casa después de comer, la mamá de estos niños solo le dice a Sofía que recoja y lave los trastes porque esas son cosas de niñas, mientras que el niño no las hace. Aquí se puede observar el contraste que existe entre lo que se aprende en clase con lo que se aprende en casa y que dentro de la vida cotidiana sólo funciona dependiendo el escenario.

Pero aun así los individuos y la sociedad esperan que la escuela cumpla con las siguientes funciones como lo dice Spiegel (2000):

Mencionemos dos grandes posturas antitéticas. Según ellas, la escuela: 1. Debe ser funcional a la sociedad en la que está inserta, la que propone que la escuela reproduzca fielmente, extienda a los niños la característica, creencias y códigos de comportamiento de los adultos que la componen...2.- es en sí misma una oportunidad para el cambio, para favorecer otra realidad distinta a la que le da origen. (p.59)

Es de notar que, la institución que concentra por mayor tiempo a los individuos es la primaria, donde los sujetos pasan un mínimo de 6 años a los que se le denomina educación básica, esto en el caso mexicano, pero no solo se les brindan

³⁵ En el capítulo de Agnes Heller, con relación a los valores, se debe tener en cuenta que los valores no son lo mismo para todas las sociedades y que no son los mismos en el transcurso del tiempo, así como existe una jerarquización de los valores, como nos dice la autora.

herramientas para tener un conocimiento científico, ético, histórico, artístico etc., sino también se les acerca a ver por su estado de salud, psíquico, moral, por mencionar algunos, y que en conjunto con las experiencias fuera de la escuela forman el comportamiento, el carácter de los individuos, así, como los desenvuelve dentro de una actividad específica que aporta a la sociedad y le proporciona un lugar dentro de la estructura social a la que pertenece, ya sea como bombero, químico, docente, cartero, ingeniero entre otros. Pero, como ya se ha dicho, no es capaz de acaparar la escuela todos los aspectos de la vida, pero sí proporciona la otra mitad que se necesita en la formación de sujetos funcionales para la sociedad, aunque esto no garantice el fin de los problemas sociales como también nos dice el autor “Sin embargo sería ingenuo sostener que los problemas de la sociedad (discriminación, la guerra, la pobreza, el deterioro ecológico, etc.) se va a solucionar exclusivamente en –o desde- la escuela.” (Spiegel, 2000, p. 57).

Por lo tanto, se rescata de este autor el uso de la vida cotidiana como instrumento didáctico para el aprendizaje dentro del aula, es decir, aspectos cotidianos deberían de retomarse para el análisis, la comparación, como ejemplos, para hacer más didácticas las clases y así mejorar el entendimiento de los alumnos. Por ello, se presenta a lo que Spiegel (2000) llama cotidianeidad escolar:

Una actividad como la docente, en la que un adulto tiene una autoridad considerable sobre un grupo de niños durante muchas horas a la semana...Veamos un ejemplo: un maestro enseña historia. Los contenidos son aprendidos por cada alumno de diferente manera (según lo relevante que sea el tema para cada uno, según como fue enseñado, etc.). Ahora bien: además hay otras enseñanzas dadas por cuanta atención le presta ese docente a los intereses y a las opiniones de cada alumno, al modo en que aprenden... (p. 62)

Así pues, el autor hace referencia a los momentos dentro del aula, pero la cotidianeidad escolar va más allá de las cuatro paredes donde se presenta una gran cantidad de conocimientos generales (básicos), ya que la convivencia con los compañeros en la hora del recreo y la interacción con su entorno (salones, bancas, patio de juegos, cooperativas, otros docentes, el director etc.) e incluso el recorrido de su casa a la escuela forman parte de su cotidianeidad escolar.

De manera que, se pretende utilizar la vida cotidiana dentro de la cotidianidad escolar como un instrumento didáctico, para mejorar el aprendizaje de las materias, que de acorde al año escolar deben de aprender los infantes, formando a partir de este conocimiento, individuos, que sin perder la analogía de los engranes y la maquinaria, sean sujetos que a partir de su mínima interacción produzca un efecto en la sociedad, es decir, antes de que el engrane contribuya al funcionamiento de la maquinaria, es necesario crearlo.

Por este motivo, la institución educativa funciona como la creadora de engranes para la sociedad, donde actualmente las materias como el Español, Matemáticas, Geografía, etc., que responden a un conocimiento general y científico no son absolutamente la prioridad de enseñanza, como lo eran hace poco, puesto que los temas relacionados a las ciencias sociales, como la salud, la actividad física, la educación alimentaria, entre otros, forman parte hoy día, de una preocupación institucional, puesto que se trata de incidir en realizar hábitos saludables, a través de una educación formal, que se debe llevar a la práctica en todas las esferas donde se encuentre el individuo.

Actualmente para poder llevar a cabo esta educación existe el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria (ANSA), y como hace mención Alejandro Spiegel, este acuerdo es un instrumento didáctico que se propone incidir en los hábitos saludables de los infantes, a través de la enseñanza de una educación para la salud, en prácticas que se pueden llevar a cabo en la cotidianidad de los niños fuera y dentro de la escuela, creando engranes saludables para una maquinaria sana.

CAPÍTULO 2

ACUERDO NACIONAL DE SALUD ALIMENTARIA: EDUCACIÓN FORMAL EN EL CONTEXTO ESCOLAR DENTRO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA.

El Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad en el Contexto Escolar (ANSA), es el esfuerzo por parte del Estado por controlar, prevenir y erradicar el sobrepeso y la obesidad, así como la obesidad infantil, puesto que esta condición va de la mano con enfermedades, de las cuales son las primeras causas de muerte en la población mexicana.

El ANSA, es el resultado del impacto social del sobrepeso y la obesidad, a raíz de los hábitos alimenticios de los individuos, es por este motivo que se presenta este acuerdo como un ente formador de una educación para la salud, a partir de tres ejes temáticos, la promoción y educación para la salud, fomento de la actividad física regular y Acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta.

A partir de esto tres componentes, se materializan manuales y herramientas para dotar a los niños de esta educación, puesto que la institución educativa es la encargada de formar individuos para que se integren a la sociedad, es esta institución la responsable de crear individuos con buen estado de salud que se refleje en su calidad de vida, a través de hábitos saludables. De esta manera se realiza dentro de este capítulo un análisis del ANSA y sus manuales, con relación a la vida cotidiana que viven los individuos del territorio mexicano.

2.1.- ACUERDO NACIONAL PARA LA SALUD ALIMENTARIA. ESTRATEGIA CONTRA EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD 2010.

Las enfermedades como diabetes mellitus, hipertensión, problemas del corazón entre otras, son derivadas de la condición de sobrepeso u obesidad que los individuos presentan, condición que se alcanza por diferentes factores, los cuales van desde los hereditarios, los hábitos alimenticios, el sedentarismo, la falta de actividad física, entre los más importantes. Dichas enfermedades conllevan de primera mano, una mala condición de salud, provocando de igual manera una mala calidad de vida, además de que estas enfermedades tienen un impacto económico importante, no solo dentro del sector salud, sino dentro de las familias que tiene sujetos con alguna de estas enfermedades, que de igual manera tienden a modificar su calidad de vida, cómo lo dice Verduzco y Morín (2013) en la revista *AAPAUNAM Academia, Ciencia y Cultura*:

...las personas con obesidad tienen más problemas ortopédicos, insuficiencia pulmonar e insuficiencia cardiaca, que contribuirá finalmente a una mayor mortalidad. También presentan mayor reflujo gastroesofágico, aumento de la presión del líquido cefalorraquídeo, mayor posibilidad de enfermedad vascular cerebral, además de los problemas psicológicos y sociales con los que se enfrenta a diario...Existen otros costos no medibles que derivan de las dificultades que el sujeto con obesidad enfrenta en su vida cotidiana en todas las áreas, familiar, académicas, laboral y social. (pp. 183-184)

Pero, en el peor de los casos y en cifras estas enfermedades están dentro de las primeras 5 causas de muerte en México, como también lo hace notar la cita anterior, y las podemos apreciar en los siguientes cuadros 2.1 y 2.2, según el sexo de los individuos.

Cuadro 2.1

Principales causas de muerte en mujeres, México, 2005.

CAUSA	DEFUNCIONES	%
Diabetes mellitus tipo 2	36 280	16.3
Enfermedad isquémicas del corazón	23 570	10.6
Enfermedad cerebro-vascular	14 500	6.5
Enfermedad pulmonar obstructiva crónica	9 087	4.1
Cardiopatía hipertensiva	7 552	3.4
Infecciones respiratorias agudas bajas	7 076	3.2
Cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado	6 720	3
Nefritis y nefrosis	5 269	2.4
Desnutrición calórico-proteica	4 303	1.9
Tumor maligno del cuello del útero	4 273	1.9
Tumor maligno de la mama	4 234	1.9
Asfixia y trauma al nacimiento	4 209	1.9
Tumor maligno del hígado	2 545	1.1
Tumor maligno del estómago	2 524	1.1
Accidentes de vehículos de motor (ocupantes)	2 365	1.1

Fuente: DGIS. Secretaría de Salud. PROGRAMA 2007-2012 (SSA 2007), (citado en las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010, p.29).http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/Bases_tecnicas_acuerdo_nacional_obesidad_29_mar_10_completo.pdf

Cuadro 2.2

Principales causas de muerte en hombres, México, 2005.

CAUSA	DEFUNCIONES	%
Diabetes mellitus tipo 2	30 879	11.3
Enfermedad isquémicas del corazón	23 570	10.9
Cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado	20 864	7.6
Enfermedad cerebrovascular	12 896	4.7
Enfermedad pulmonar obstructiva crónica	11 183	4.1
Agresiones (homicidios)	8 610	3.2
Accidentes de vehículos de motor (ocupantes)	8 450	3.1
Infecciones respiratorias agudas bajas	7 912	2.9
Nefritis y nefrosis	6 135	2.2
Asfixia y trauma al nacimiento	5 560	2
Enfermedades hipertensivas	5 336	2
Tumor maligno de tráquea, bronquios o pulmón	4 817	1.8
Tumor maligno de próstata	4 800	1.8
Desnutrición calórico-proteica	4 139	1.5
Peatón lesionado en accidente de vehículo de motor	3 998	1.5

Fuente: DGIS. Secretaría de Salud. PROGRAMA 2007-2012 (SSA 2007) (citado en las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010, p.30).http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/Bases_tecnicas_acuerdo_nacional_obesidad_29_mar_10_completo.pdf

Como se puede apreciar en estas tablas, las dos primeras causas de muerte para el año 2005 para hombres y mujeres son las enfermedades como la diabetes mellitus tipo 2 en primer lugar, donde esta enfermedad tiene prevalencia en las mujeres con un 16.3%, una prevalencia de 5% mayor que los hombres, y la segunda enfermedad son las enfermedades isquémicas del corazón, para el caso de los hombres con un 10.9%, es decir, un 0.2% mayor que el caso de las mujeres.

Dentro de las primeras 5 causas de muerte para el año 2005 para hombres y mujeres, existe una prevalencia de 4 casos iguales, las cuales son la diabetes mellitus tipo 2, las enfermedades isquémicas del corazón, enfermedad cerebrovascular y enfermedad pulmonar obstructiva crónica, y sólo para el caso de las mujeres con un 3.4% se ocupa en el quinto lugar, la cardiopatía hipertensiva, y en el caso de los hombres con un 7.6% está ocupando el tercer lugar, la cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado.³⁶

Ahora que se conoce las consecuencias de los problemas de salud que trae la condición de sobrepeso y obesidad, se tiene que abrir un panorama de cuánta población padece estos caso, partiendo del año 2006, como dice el acuerdo, “se muestran las estimaciones de sobrepeso y obesidad, a partir de datos de la ENSANuT [sic] 2006 y proyecciones de crecimiento del Consejo Nacional de Población (CONAPO).” (Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010, p. 22). Lo cual se muestra en el siguiente cuadro 2.3.³⁷

³⁶ Con estos datos de tipo médico no quiere decir que solo se hablará de una perspectiva médica de tipo clínica, sólo se retoman los datos para poder dar un acercamiento a los efectos de estas enfermedades, desarrolladas por la condición de sujeto con sobrepeso u obesidad.

³⁷ Se recupera esta tabla puesto que los datos que presentan son elaborados para las bases Técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad 2010, y sirve para ilustra la población que tiene este padecimiento.

Cuadro 2.3

Población con sobrepeso y obesidad en México, 2006-2008.

Grupo	2006	Año 2007	2008
Escolares (5 a 11 años)	4 158 800	4 203 765	4 249 217
Adolescentes (12 a 19 años)	5 757 400	5 930 799	6 109 420
Adultos (20 años o más)	41 142 327	41 768 669	42 222 003
TOTAL	51 058 527	51 813 233	52 580 639

Fuente: ENSANUT 2006 y Proyecciones de la Población de México 2005-2050 (CONAPO). Estimación elaborada por la Dirección General de Promoción de la Salud. (citado en las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010, p.22).http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/Bases_tecnicas_acuerdo_nacional_obesidad_29_mar_10_completo.pdf

Para el año 2006 encontramos a 51, 058, 527 individuos con sobrepeso y obesidad de los cuales el 8.14% están en el rango de edad de 5 a 11 años, los adolescentes representan el 11.27% y el 80.57% tiene 20 años o más, es decir, la población adulta para el año 2006 es quien padece más enfermedades derivadas del sobrepeso y obesidad, para el año 2007, se proyecta un incremento de 44, 965 individuos en edad escolar, representando para ese año el 8.11%, es decir, a pesar del aumento en la población dentro de este rango, hay una disminución de 0.3% en la categoría respecto al año anterior, esto no quiere decir que el problema se esté erradicando, simplemente el sujeto con el padecimiento al aumentar su edad pasa a otra categoría como lo es la de los adolescentes.

Para los adolescentes para el año 2007 hay un incremento de 173, 399 sujetos con sobrepeso y obesidad, lo cual representa un 0.17% de incremento en este sector con respecto al año 2006, lo que será el mismo caso para el año 2008, es decir, habrá una constante del 0.17% de incremento en los individuos que tengan entre 12 a 19 años, esto no quiere decir que el problema se esté controlando, ya que si vemos el incremento de personas con este padecimiento es de 5, 222 para el año 2008, es decir, aunque porcentualmente parezca que todo está igual se

encuentra un aumento total de adolescentes para el año 2008 con sobrepeso y obesidad de 178,621.

Estos datos tienen como repercusión en los adultos, porque a pesar que hay una disminución del años 2006 de 0.13% para el año 2007, y del 2007 al año 2008 se encuentra una baja del 0.15%. No es por controlar o terminar con la condición de sobrepeso y obesidad, solo estos sujetos pasan a ser datos por mortandad según el tipo de enfermedad que terminó con sus vidas, debido a que tenían sobrepeso y obesidad, y aun así, no importando que parte de terminar con el sobrepeso y la obesidad es la muerte, el número de sujetos con estos padecimientos sigue aumentando. Por ejemplo, del año 2006 con un total de individuos con sobrepeso y obesidad de 51, 058, 527 aumenta en 754, 706 habitantes con sobrepeso y obesidad dando un total de 51, 813, 233, cifra que para el 2008 da un total de 52, 580, 639 sujetos dado el aumento del 2007 a 2008 de 767, 406 caso con sobrepeso y obesidad registrándose un aumento mayor cada año aproximadamente de 700,000 personas (1.4% por año).

Datos que reflejan esa proyección, ya que en la actualidad existe “la prevalencia de sobrepeso y obesidad en México en adultos mexicanos de 20 años o más fue de 71.3%” (Barquera, Campos, Hernández, MC, Pedroza, Rivera, 2013, p. 153). Demostrando que la obesidad tiene una incidencia mayor en mujeres que en hombres, con 38.6% y 28% respectivamente, y para los adolescentes y escolares se presentó con respecto a la proyección de ENSANUT y la CONAPO, un aumento como lo dice la revista “de 2% en adultos, de 3% en adolescentes y de 4% en preescolares y escolares.” (Barquera et al. 2013, p.152).

Debido al aumento de los casos de sobrepeso y obesidad en los sujetos de la población mexicana y las enfermedades derivadas de esta condición, el Estado mexicano ha tomado medidas como la que se presenta en el periodo del presidente Felipe Calderón a través de sus instituciones en particular el sector salud promueve medidas como el programa *Un kilo de ayuda, Muévete, El plato del bien comer y la creación de bases Técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010*. Pero en

este mismo acuerdo pone de manifiesto que el sector salud no tiene la capacidad necesaria para controlar, detener y prevenir el sobrepeso y la obesidad, y las enfermedades que se deriven de esta, puesto que existen dos premisas importantes.

La primera es que el sobrepeso y la obesidad no es una enfermedad que se transmita, es una enfermedad crónica no transmisible; por lo tanto, no se puede administrar una cura o aislar al sujeto con este padecimiento para evitar el contagio con otro sujeto para terminar con el problema.

Y la segunda es que no es un problema único del sector salud,³⁸ por lo tanto no es el único que debe poner atención y trabajar para mejorar la calidad de vida de los mexicanos, así pues, se vuelve un problema donde múltiples actores deben participar como lo son según las de bases Técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

Entre los principales además de la Secretaria de Salud, se encuentran: COFEPRIS, IMSS, ISSSTE, Secretaria de Economía, Secretaria de Educación Pública, PROFECO, CONADE, Secretaría de Hacienda y Crédito Público, SAGARPA, SEDESOL, DIF, INMUJERES, organizaciones no gubernamentales, sindicatos, medios de comunicación, industria alimentaria y la academia, entre otros (p. 86)

Como se puede apreciar, se encuentran instituciones que permitan el funcionamiento de este acuerdo, siempre que una se apoye de la otra, pues, como ya se ha mencionado, una sola institución no puede con todo el problema, incluso con los actores mencionados en el párrafo anterior se le agregan en suma de esfuerzo para disminuir los problemas de sobrepeso y obesidad, la Secretaria de la Defensa Nacional (SEDENA), la Secretaria de Marina (SEMAR), la Secretaria del Trabajo y Previsión Social (STPS) y PETRÓLEOS MEXICANOS (PEMEX).

Entonces, a partir de la participación de todos estos actores se presentan los 10 principales objetivos de este acuerdo, los cuales son, según las bases Técnicas

³⁸ No necesariamente por que el cuerpo sufra un deterioro y este termine con la muerte en la mayoría de los casos quiere decir que es un problema de salud exclusivamente de la medicina, ya que el entorno donde el sujeto se desenvuelve, su educación, su economía, los tipos de consumo que realice y los medios de comunicación influyen en que los individuos tengan sobrepeso u obesidad.

del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

- 1.- Fomentar la activación física en la población en los entornos escolar, laboral, comunitario, y recreativo en la colaboración de los sectores público, privado y social.
- 2.- Aumentar la disponibilidad, accesibilidad y el consumo de agua simple potable.
- 3.- Disminuir el consumo de azúcar y grasas en bebidas.
- 4.- Incrementar el consumo diario de frutas y verduras, leguminosas, cereales de granos enteros y fibras en la dieta, aumentando su disponibilidad, accesibilidad y promoviendo su consumo.
- 5.- Mejorar la capacidad de toma de decisiones informadas de la población sobre una dieta correcta a través de un etiquetado útil, de fácil comprensión y del fomento del alfabetismo en nutrición y salud.
- 6.- Promover y proteger la lactancia materna hasta los seis meses de edad, y favorecer una alimentación complementaria adecuada a partir de los 6 meses de edad.
- 7.- Disminuir el consumo de azúcares y otros edulcorantes calóricos añadidos en los alimentos, entre otros aumentando la disponibilidad y accesibilidad de alimentos reducidos o sin edulcorantes calóricos añadidos.
- 8.- Disminuir el consumo diario de grasas saturadas en la dieta y reducir al mínimo las grasas trans de origen industrial.
- 9.- Orientar a la población sobre el control de tamaños de porción recomendables en la preparación casera de alimentos, poniendo accesibles y a su disposición alimentos procesados que se lo permitan, e incluyendo en restaurantes y expendios de alimentos, tamaños de porción reducidas.
- 10.- Disminuir el consumo diario de sodio, reduciendo la cantidad de sodio adicionado y aumentando la disponibilidad y accesibilidad de productos de bajo contenido o sin sodio. (p. 84)

Para poder entender mejor cómo es que estos actores, a través, de los objetivos antes mencionados pretenden construir mejores hábitos alimenticios, fomentar la actividad física y así controlar la pandemia de sobrepeso y obesidad en México, se presenta el siguiente cuadro 2.4, donde se muestran las acciones correspondientes a cada actor.

Cuadro 2.4

Objetivos de las bases técnicas del ANSA 2010 y sus responsables.

PRINCIPALES OBJETIVOS DELAS BASES TÉCNICAS DEL ANSA 2010	ACTORES RESPONSABLES
1.-Fomentar la activación física en la población en los entornos escolar, laboral, comunitario, y recreativo en la colaboración de los sectores público, privado y social.	<i>DIF, IMSS, ISSSTE, PEMEX, SEDENA, SEDESOL, SEP, CONADE, SEMAR, SSA y STPS.</i>
2.- Aumentar la disponibilidad, accesibilidad y el consumo de agua simple potable.	<i>COFEPRIS, CONAGUA, DIF, IMSS, PEMEX, SEDENA, SEP, CONADE, SSA y STPS.</i>
3.- Disminuir el consumo de azúcar y grasas en bebidas.	<i>COFEPRIS, DIF, IMSS, ISSSTE, PEMEX, SEDENA, SEDESOL, SEP, CONADE, SHCP, SEMAR y SSA,</i>
4.- Incrementar el consumo diario de frutas y verduras, leguminosas, cereales de granos enteros y fibras en la dieta, aumentando su disponibilidad, accesibilidad y promoviendo su consumo.	<i>DIF, IMSS, ISSSTE, PEMEX, SAGARPA, SEDENA, SEDESOL, Secretaria de Economía, SEMAR, SSA y STPS.</i>
5.- Mejorar la capacidad de toma de decisiones informadas de la población sobre una dieta correcta a través de un etiquetado útil, de fácil comprensión y del fomento del alfabetismo en nutrición y salud.	<i>COFEPRIS, DIF, IMSS, ISSSTE, PEMEX, SAGARPA, SEDENA, Secretaria de Economía, SEP, CONADE, SEMAR, SSA y STPS.</i>
6.- Promover y proteger la lactancia materna hasta los seis meses de edad, y favorecer una alimentación complementaria adecuada a partir de los 6 meses de edad.	<i>COFEPRIS, DIF, PEMEX, SSA y STPS.</i>
7.- Disminuir el consumo de azúcares y otros edulcorantes calóricos añadidos en los alimentos, entre otros aumentando la disponibilidad y accesibilidad de alimentos reducidos o sin edulcorantes calóricos añadidos.	<i>Secretaria de Economía, SEP, CONADE, SSA y STPS.</i>
8.- Disminuir el consumo diario de grasas saturadas en la dieta y reducir al mínimo las grasas trans de origen industrial.	<i>COFEPRIS, SEDESOL, SEP, CONADE, SHCP y SSA,</i>
9.- Orientar a la población sobre el control de tamaños de porción recomendables en la preparación casera de alimentos, poniendo accesibles y a su disposición alimentos procesados que se lo permitan, e incluyendo en restaurantes y expendios de alimentos, tamaños de porción	<i>COFEPRIS y SSA,</i>

reducidas.	
10.- Disminuir el consumo diario de sodio , reduciendo la cantidad de sodio adicionado y aumentando la disponibilidad y accesibilidad de productos de bajo contenido o sin sodio	<i>COFEPRIS, SSA y STPS.</i>

Creación propia a partir de la información de las bases Técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, 2010.

Los 10 principales objetivos de las Bases Técnicas del ANSA, son un esfuerzo multisectorial de las distintas dependencias del gobierno en acciones para contrarrestar el aumento de sobrepeso y obesidad, que aun así necesita del apoyo de la cooperación de la industria alimentaria, puesto que hoy en día cualquier alimento se encuentra de manera industrializada, ya no se consume tanto de forma natural, es decir, este tipo de alimentos ha llevado durante su preparación un sinnúmero de procesos químicos para su empaquetado. De igual forma, los medios masivos de comunicación juegan un papel importante en el consumo de estos alimentos como lo demuestra un estudio realizado por el Instituto Mora citado en las Bases técnicas del Acuerdo Nacional de Salud Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

En México, un estudio realizado por el Instituto Mora llamado ‘Las relaciones que se establecen con la televisión y como afectan el desarrollo de la infancia’ obtuvo los siguientes resultados: los niños y jóvenes ven televisión de 3 a 5 horas diarias en promedio y en el caso de los preescolares el tiempo se incrementa de 4 a 7 horas el tercer gran factor en la información de los infantes además de la familia y la escuela, es la programación de internet, debido a esto los niños convierte a la programación en una de sus primeras vías de socialización...De acuerdo con la información disponible, México es el país con mayor cantidad de anuncios de comida con alto contenido energético por hora en televisión. Con un promedio de dos horas diarias de televisión un niño mexicano habrá visto más de 12, 400 anuncios de esta comida en un año y ninguno de orientación nutricional...Otra modalidad es el acompañamiento de los productos y comidas de alta densidad energética y bebidas azucaradas de juguetes, figuras, caricaturas, juegos, superhéroes, personajes deportivos, etc., que incitan a los niños y adolescentes a la compra y consumo continuo de esos productos. (pp. 60-62)

Piénsese en la programación del canal 5 de la televisión mexicana, que se transmite en la señal abierta para los habitantes de este territorio, donde la mayor

parte de sus contenidos son caricaturas y en los cortos de los patrocinadores de dichos programas se anuncia una variedad de galletas, pastelillos, dulces, refrescos, papas fritas, comidas rápidas etc. Pero no sólo la televisión es el único medio donde se presenta este fenómeno, en el caso del cine los cortos presentan una variedad de dulces que se pueden encontrar en las dulcerías del mismo establecimiento, los refrescos, las palomitas, los nachos, los hot-dogs, los helados, por mencionar algunos. Así como la misma industria de comidas rápidas, utilizan para la venta y consumo de sus productos, personajes de gran carisma para los niños como el caso de utilizar a un payaso y dar dentro de la compra de los alimentos una caja con un juguete.

Así mismo, utilizando un personal para sus establecimientos que no son ni adultos ni niños, creando así un ambiente fantástico sin adultos y sin olvidar los juegos dentro del establecimiento.

Así pues, también el uso de eslogan que se ha vuelto parte del argot de los mexicanos, como el caso de las frases *recuérdame y a que no puedes comer sólo una*, publicidad donde en un juego de palabras se encuentra inmerso el nombre del producto y la incitación al consumo de este, por ejemplo *pelón pelo rico o bubulub buena*. Y anuncios donde se exagera la realidad y se explota la fantasía de la felicidad, al beber un líquido negro que incluso cubre con su producto al mundo entero.

De esta manera los medios masivos de comunicación se convierten en formadores de sujetos con sobrepeso y obesidad infantil, como lo menciona Verónica Gil (2012):

Los medios masivos de comunicación son elementos a considerar en la formación de los niños ya que los utilizan para el desarrollo de sus conocimientos que les favorecen al incrementar sus relaciones sociales, sin embargo, al ser un sujetos activos consumen lo que satisfacen sus necesidades personales. Las mass media se encuentran cada vez más cerca de los menores convirtiéndose en factores indispensables para la infancia.” (p. 56)

Es por esto que se pretende, a partir de la integración de múltiples esfuerzos de diferentes componentes de la sociedad crear entornos, hábitos e información con

contenidos saludables que le permitan a la población realizar acciones para mejorar su calidad de vida, como lo menciona el propósito de las Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad (2010):

Contribuir a la sustentabilidad del desarrollo nacional al revertir la epidemia de enfermedades crónicas no transmisibles que enfrenta el país, derivado del sobrepeso y la obesidad, mediante el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria: Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, con acciones dirigidas especialmente a los menores de edad, en forma individual, comunitaria y nacional, que permitan mejorar la oferta y el acceso de alimentos y bebidas favorables para la salud, así como la promoción de la práctica de actividad física constante a lo largo de las diferentes etapas de la vida. (p. 76)

El Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria, Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, es un esfuerzo por parte del Estado para modificar los hábitos alimenticios y físicos, a través de la comunicación y la información que se proporciona como vía de una educación para la salud de los habitantes del territorio mexicano, buscando en sus sujetos más jóvenes la creación de una sociedad más sana, que la que existe hoy en día.

De esta manera, la SSA y SEP presentan el Programa de Acción en el contexto escolar 2010, que tiene dos características particulares, las cuales son el resultado del propósito y los objetivos de las bases técnicas, en primer lugar está el objetivo general, el cual es el siguiente según el Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria estrategia contra el sobrepeso y la obesidad, Programa de acción en el contexto escolar (2010):

Promover una nueva cultura de la salud mediante el desarrollo de competencias para una vida saludable, entre las que destacan las referentes a prevenir, revertir y disminuir el avance de la prevalencia de obesidad en los alumnos de educación básica y, con ello, ofrecer mayores oportunidades para alcanzar mejores logros de aprendizaje (p.10)

Para poder alcanzar este objetivo se necesita de la cooperación de toda la comunidad educativa, desde los profesores, directivos, padres de familia, las personas que venden productos alimenticios dentro y fuera de las escuelas, de la industria alimentaria, y sobre todo de los estudiantes de las escuelas primarias.

Por lo tanto, el ANSA en el Programa de acción en el contexto escolar presenta los tres componentes que serán el eje y soporte para modificar los entornos, hábitos sedentarios y alimenticios, que promueven el sobrepeso y la obesidad, así como de sus similares infantiles, proporcionando a los profesores y padres de familia, información para llevar una educación para la salud, que les permita realizar hábitos saludables. Y a los comercios dentro de las escuelas, reglamentándolos a vender alimentos en cantidades adecuadas para el consumo de los infantes, los tres componentes son: la Promoción y educación para la salud, el Fomento de la activación física regular y Acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta. Para el apoyo de estos componentes se han creado tres tipos de manuales exclusivos para el uso en la escuela, el hogar y el comercio.

Los manuales son los siguientes:

- Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes (Guía).
- Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia (manual para padres).
- Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica (manual para la preparación de alimentos)

Para poder entender e ilustrar y ser más clara la relación de estos textos con los componentes del acuerdo se presenta el siguiente cuadro 2.5.

A partir de este cuadro se puede apreciar más claramente cómo se van a llevar a cabo los componentes del ANSA, puesto que los dos primeros ejes, tiene una relación con la guía y manual para padres de familia, es decir, está dirigido, como su nombre lo dice a los docentes y directivos de la institución primaria, donde estos tienen que llevar a cabo la educación para la salud de manera formal, del mismo modo que la activación física. Al mismo tiempo que los padres, quienes tendrán como herramienta formal, un manual que le indique qué tipo de

alimentación y prácticas de activación física pueden desarrollarse en casa, para realizar o mejorar los hábitos saludables de sus integrantes.

Cuadro 2.5

Acuerdo Nacional de Salud Alimentaria y sus manuales.

COMPONENTES DEL ANSA	RELACIÓN CON LOS TEXTOS
Promoción y educación para la salud.	<i>Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica guía para directivos y docentes.</i> <i>Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta Manual para madres y padres y toda la familia.</i>
Fomento de la activación física regular.	<i>Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica guía para directivos y docentes</i> <i>Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta Manual para madres y padres y toda la familia.</i>
Acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta,	<i>Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica</i>

Creación propia a partir de la información del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad Programa de Acción en el Contexto Escolar y sus manuales, 2010.

Con esto se trata de incidir, por parte de la educación formal en la educación informal de la familia, realizando prácticas cotidianas saludables.

Mientras que el tercer componente está dirigido a las personas que venden dentro de la primaria, mejorando con esto la preparación de alimentos en comidas saludables y disminuyendo el acceso de alimentos con un alto contenido calórico, de la misma manera, en que se mejora y supervisa la higiene en la preparación de los alimentos, así como, de las personas que venden dentro de la institución y el espacio donde se vende los productos al público infantil. Y, finalmente, mejorando el acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas saludables.

Por último estos manuales y guía muestran la iniciativa de mejorar los entornos donde los infantes se encuentran inmersos. Para mayor entendimiento de esto manuales se hace un análisis de cada uno comenzando con la guía dirigida a los docentes y directivos.

2.2.- UNA GUÍA PARA DOCENTES Y DIRECTIVOS: PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y UN FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

La institución familiar, es el primer acercamiento de los individuos con la sociedad, pues, ya que los individuos nacen dentro de un seno familiar, es donde se enseña y reproduce los valores, costumbres, hábitos etc., que posteriormente pasa a un segundo grupo, donde los individuos tienen la mayor parte del tiempo después de la familia, la escuela, que de igual forma que la familia, se puede observar cómo es fomentadora y formadora de hábitos alimenticios saludables o no saludables.

No con esto se quiere decir que no hay una educación para la salud, o no se trate la enseñanza de una correcta alimentación y sí de una mala. Es decir, el entorno y los hábitos alimenticios actuales propician una mayor tendencia a la obesidad, como son las frituras que se venden a la hora del recreo y en el momento que los niños entran y salen de las escuelas, donde los puestos ambulantes tienen dentro de su menú, dulces, refrescos, pastelillos, galletas, papas, etc., alimentos con un alto contenido calórico y de azúcar.

Pero también, los padres contribuyen en la mala alimentación de los infantes, al poner en los alimentos que sus hijos consumirán en el recreo, productos pocos saludables, como el caso de las galletas y un refresco, por mencionar algunos como lo afirma García Carola (2011):

...no sólo dentro de los planteles educativos ocurre el consumo de alimentos chatarra; la oferta se extiende a las tiendas y supermercados (donde se ubica el mayor porcentaje de venta) y en los sitios que se instalan a la salida de las escuelas o en las inmediaciones, que venden refrescos, botanas, dulces, paletas, chicharrones y helados. (p. 173)

Pero, ¿es el único factor determinante en la obesidad? Pues, la culpa no solo es de los alimentos chatarra y de que existan espacios dedicados, cerca de las escuelas, a la venta de este tipo de productos así llamados “chatarra”, como cómplice también está el sedentarismo (la falta de actividad física), y el exponerse demasiado tiempo frente de un televisor, los videojuegos y el internet. Por ello, dentro de las instituciones educativas se trata de informar, concientizar y reflexionar, sobre los hábitos que permitan tener una mejor calidad para la salud.

Basado en un contexto donde la población mexicana padece de sobrepeso y obesidad, y las diferentes enfermedades derivadas de esta condición, se ha puesto un eje temático para la prevención, disminución, control y, en el mejor de los casos erradicar el sobrepeso y la obesidad de la población adulta y sobretodo en su población infantil, poniendo a los sujetos más jóvenes como base para el mejoramiento de la calidad de vida de la sociedad a futuro.

Así pues, el trabajo en conjunto de la SSA y la SEP se han encargado de informar, capacitar y actualizar a los docentes y directivos de las instituciones de educación básica para que sean ellos quienes informen y pongan en práctica actividades que sirvan como herramientas para mejorar los hábitos alimenticios e incrementar una mayor actividad física a través de la *Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes* (2010) el cual tiene como objetivo lo siguiente:

A partir de su contenido, se pretende orientar el análisis y la discusión en las escuelas para identificar lo que corresponde realizar a cada integrante de la comunidad educativa y la manera en que se pueden organizar en función de las características y necesidades de cada contexto...El conocimiento y manejo de la Guía requiere del trabajo conjunto entre directivos y maestros; por ello, es necesario garantizar espacios y tiempos para realizar las actividades propuestas, así como para tomar decisiones sobre las acciones que se llevarán a cabo en la escuela y en los salones de clases...La Guía está organizada en tres apartados. El primero, a manera de contextualización, hace referencia a la situación actual que prevalece en nuestro país en relación con el sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente...En el segundo apartado se mencionan los factores clave para lograr que la gestión escolar y la intervención docente sean efectivas para prevenir o revertir el sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente...En el tercer apartado se describen las tareas y responsabilidades de los integrantes de la comunidad educativa, con el

propósito de ayudar a reconocer los aspectos básicos de la participación de cada uno en la promoción y educación de la salud del escolar. (p. 6)

Dentro de las primeras medidas que se toman en esta guía es identificar el ¿por qué de la creación de esta? Ya que de esta manera, se concientiza primero al docente de los problemas de sobrepeso y obesidad infantil, puesto que antes de que el profesor pueda proporcionar información necesaria sobre el tema, él debe conocer la problemática y reflexionar sobre cómo se desenvuelven en el entorno escolar sus alumnos, y después cómo es que debe presentarles la problemática que se derivan de la condición del sobrepeso y obesidad, ya que se puede prestar a realizar talleres de nutrición, de activación física, charlas durante las clases o extra clases etc. En este sentido, son convenientes las aportaciones de Alejandro Spiegel, en los siguientes dos puntos, primero, cuando dice que la escuela lleva el peso de construir buenos ciudadanos, en este caso tiene la obligación de crear hábitos saludables en su población partiendo de los sujetos más jóvenes, como lo reafirma la Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes (2010):

La escuela constituye un entorno propicio para contribuir a prevenir, detener y revertir el incremento del sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente, al favorecer el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes en niñas, niños y adolescentes, y la competencia para enfrentar problemas relacionados con el cuidado de la salud, de acuerdo con lo establecido en el currículo de educación básica, así como generar acciones que posibiliten dentro y fuera de la escuela la elección y el consumo de alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta. (p. 10)³⁹

En segundo punto, y con relación a la obligación que tiene la institución educativa de generar individuos más sanos, a través, de la información que se les brinda dentro de las aulas, y la reflexión de las consecuencias de los diferentes hábitos de salud sanos e insanos, para que creen conciencia de cuál será la forma o la calidad de vida que ellos quieran llevar, encontramos la forma en que esta información debe de ser impartida, para que se tenga consecuencias favorables para los niños. Dice Alejandro Spiegel, que se debe rescatar como un instrumento

³⁹ Este manual está creado para la educación básica, es decir, para los niños de preescolar, primaria y secundaria, por eso en ciertos momentos del texto de los manuales aparece la categoría de preescolares y jóvenes, ya que el manual no es creado exclusivamente para la institución primaria.

didáctico de aprendizaje la vida cotidiana, pongamos como punto de comparación y ejemplo los siguientes dos casos donde los contextos y los hábitos alimenticios son diferentes, pero como mismo fin es educar, llevar un correcto hábito alimenticio a su población según su contexto en la sociedad española de la ciudad de Valencia y la sociedad mexicana en el caso del Distrito Federal (DF).

La Pirámide de Alimentación, constituye un método, como patrón didáctico para la enseñanza y recomendaciones a los ciudadanos, ya que es práctica, sencilla y además expresa de forma gráfica las raciones recomendadas para el consumo de cada grupo de alimentos, ayudándolo a conseguir una dieta sana todos los días. Sobre esto se aprecia lo siguiente, como se dice en la Sección de Programas de Salud de la Concejalía de Sanidad del Ayuntamiento de Valencia (2009) sobre la pirámide de la alimentación:

Es importante recordar que el estado de salud de cada persona depende en gran medida de cómo sean sus hábitos alimentarios. Aprender a comer de manera saludable, y adaptándose a sus preferencias personales, es la primera medida preventiva que debe practicar cualquier persona. (p. 2)

No existe ningún alimento que contenga todos los nutrientes esenciales, por eso es necesario conocer la manera correcta de combinar varios de ellos para lograr una alimentación equilibrada, que aporte las proporciones adecuadas de todos los nutrientes que necesita el organismo.

Así pues, la didáctica de utilizar la pirámide alimentaria es que los individuos equilibren su alimentación en las diferentes comidas que consuman al día, pero el hecho de que los individuos tengan el conocimiento del valor nutricional e identifiquen todos los alimentos y las combinaciones saludables y variadas que puedan realizar para mejorar su ingesta alimenticia, no significa que la puedan llevar a cabo al 100%. Existen diferentes factores como el económico, es decir, que el individuo no tenga el poder adquisitivo para la compra de los alimentos necesarios, el geográfico, que no deja, por la zona en que vive adquirir de forma tan ágil los alimentos o no los pueda conseguir. Estos son sólo algunos ejemplos que no permiten que se cumpla con todo el paquete nutricional, como el caso de los habitantes de Valencia. En el caso mexicano se encuentra *El plato del bien*

comer, como dice el Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica (2010):

El Plato del Bien Comer se diseñó con base en los alimentos propios de la cultura mexicana, lo cual permite disponer de ellos de manera fácil y económica. Su propósito es explicar a la población en qué consiste una dieta correcta; no solamente hace referencia a lo que se debe comer, también señala en qué proporción se deben consumir los alimentos. (p. 34)

El plato del bien comer se divide en tres grupos, los cuáles son “Grupo I. Verduras y frutas, de preferencia crudas, regionales y de la estación... Grupo II. Cereales, de preferencia integrales o sus derivados, y tubérculos... Grupo III. Leguminosas y alimentos de origen animal.”(Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes, 2010, p. 11). Que para mayor entendimiento se muestra en la siguiente figura 1.

Figura 1

El plato del bien comer



Fuente: Diario Oficial (Secretaría de Salud, 2006, p. 43).
<http://wholegrainscouncil.org/files/MexicoNOM043.pdf>

De donde se pueden apreciar los tres grupos de alimentos, cada uno de un color diferente, el primer grupo identificado de color verde es aquel que suministra vitaminas y minerales al cuerpo, previniendo enfermedades; el segundo y de color amarillo son la fuente de energía y de fibra con las cuales el cuerpo se mantiene activo y; finalmente de color rojo las leguminosas y productos de origen animal, que son las encargadas de dar proteínas al cuerpo, que sirven para recuperar tejidos, músculos, huesos, pelo etc.

De esta manera se puede hacer la siguiente analogía, es decir, piénsese en *El plato del bien comer* como si fuese este un semáforo y el cuerpo de cada individuo un automóvil. Entonces, cuando vean alimentos que se encuentran dentro del color verde, debe seguir sin algún problema el consumo, en cambio cuando tienen productos del grupo de los amarillos, hay que disminuir un poco la ingesta de estos. En otras palabras, comer moderadamente, y para el color rojo no es necesario que se detenga la ingesta o ya no consumir estos alimentos, simplemente ingerirlos a conciencia y no en exceso.

De igual manera, se presenta dentro de la Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes (2010) seis maneras de llevar a cabo a través del plato del bien comer una alimentación que puede ser denominada correcta:

Completa. Que incluya todos los nutrimentos: carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales. No existe un solo alimento o grupo de alimentos que proporcione al individuo todas las sustancias que necesita...Equilibrada. Que los alimentos que se consuman contengan los nutrimentos en una proporción adecuada...Suficiente. Consumir alimentos que tengan la cantidad de sustancias nutritivas recomendadas para cada grupo de edad, según sexo, talla, actividad física y estado fisiológico...Variada. Incluir alimentos de cada grupo en las comidas, de diferentes sabores, colores, olores y consistencias, para evitar la monotonía y asegurar el consumo de los diferentes nutrimentos que requiere el organismo...Inocua. Que su consumo habitual no implique riesgos para la salud porque están libres de microorganismos patógenos, toxinas y contaminantes, por lo que se deben preparar con la limpieza necesaria para prevenir enfermedades; además, se debe moderar su consumo...Adecuada. Acorde a los gustos, la cultura–tomando en cuenta que la alimentación es distinta en las diferentes regiones del país– y los

recursos económicos de quien la consume, sin que por ello se deban sacrificar las otras características de una dieta correcta. (p. 12)

Como se puede apreciar, estas 6 diferentes formas de llevar una alimentación correcta, son pensadas para las diferentes posibilidades de poder llevar acabo el consumo de estos productos que permitan una mejor calidad en la alimentación de los individuos, según su contexto. Es decir, su entorno geográfico, edad, sexo, posición económica, por mencionar algunas.

De esta manera se pudiera presentar como forma didáctica la enseñanza de *El plato del bien comer*, pero no solo es la forma y la cantidad de alimento que el individuo debe administrar a su cuerpo, sino también fomentar hábitos con mayor actividad física y así disminuir los hábitos sedentarios, para lo cual la Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica. Guía para directivos y docentes (2010) presenta el siguiente plan de trabajo de activación física dentro de la escuela:

Respecto al papel de la escuela, se propone que, con independencia y de manera adicional a la clase de Educación Física, se active a los alumnos en tres momentos distintos de la jornada escolar. Con ello se podría rebasar la finalidad de tener 30 minutos diarios de activación física en la escuela: Primer momento de activación física: puede darse al arrancar o al finalizar la jornada escolar... Segundo momento de activación física: desarrollar la activación física dentro del salón de clases, como actividad lúdica que forme parte del proceso didáctico al tratar los diferentes contenidos... Tercer momento o "recreo activo": se realiza durante el tiempo del recreo, con actividades como jugar pelota, resorte, avión, brincar la cuerda, entre otras. (p. 24)

De esta manera, se presenta de forma dinámica y como el mismo Alejandro Spiegel dijera, se está ocupando a la vida cotidiana como un instrumento didáctico para la actividad física, en este caso la cotidianeidad escolar, como el recreo, las horas de clase, etc.

Pero no sólo se trata de cambiar los hábitos de consumo en alimentos sólidos, y el sedentarismo, por mayor actividad física, sino también el consumo de líquidos, donde se encuentra el consumo de refrescos, jugos, entre otros. Por lo tanto, la SEP y la CONAGUA, para fomentar el consumo de agua simple han colocado dentro de las escuelas bebederos.

Así pues, la escuela juega un factor importante, pues como ya se mencionó más arriba, es después de la familia el lugar donde pasa la mayor parte del tiempo inmerso el individuo, esta institución tiene el peso de deber instruir y formar individuos con un vasto conocimiento que debe ser aplicado, en este caso para su salud. Pero aquí hay algo muy importante, el choque de ideologías, pensamientos y de hábitos que todos los individuos contienen y que al final deben de compartir al interactuar con otros y, por lo tanto, el docente debe regir de forma convincente y única para logra la integración de los niños para el funcionamiento de un ambiente que sea propicio para la enseñanza de hábitos más sanos, como lo dice el autor “En el momento de la acción, más allá del propio registro de los protagonistas, hay muchas otras personas que participan en otros engranajes, para quienes la iniciativa, la acción concreta, hace la diferencia.” (Spiegel, 2003, p. 15). Es decir, el caso de la escuela como transmisora de valores, morales, conductas socialmente aceptadas, que el Estado enseña para que los individuos en edades tempranas, asimilen, funcionen, reproduzcan y acepten, generen hábitos o patrones de conductas saludables, a través, de los profesores que son los encargados de enseñar.

Mientras que, por el otro lado, fuera de la institución educativa, se encuentran los padres de familia, quienes dentro de una educación informal cumplen con el rol de docentes en la vida cotidiana, es decir, son ellos quienes enseñan de forma directa o indirecta los hábitos que inciden, en la salud de los infantes, quienes con el paso del tiempo reproducen lo aprendido y enseñan de la misma manera a las nuevas generaciones.

Por este motivo se pretende a través de un modelo formal como lo es el manual llamado; *Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia*, tener una incidencia en la educación informal para mejorar y promover, los hábitos saludables, del cual se habla más detalladamente en el siguiente apartado.

2.3.- EDUCACIÓN BÁSICA FRENTE AL RETO DE INCIDIR EN LA FAMILIA DENTRO DE LA VIDA COTIDIANA. ESTUDIO DEL MANUAL PARA PADRES.

La investigación expone dentro de este apartado, cómo los individuos son quienes a través de su acontecer diario, reproducen y construyen las estructuras sociales en las que nacen inmersos, son ellos quienes tienen impacto en la consolidación o transformación de sus sociedades. De igual forma que las acciones más mínimas de un individuo, son parte del impacto social, que se produce de forma lenta, como se construye una pared de ladrillos, colocando uno por uno y al final después de cierto periodo de tiempo, se puede apreciar el muro terminado, los hombres son quienes a través de sus experiencias, vivencias, errores, aciertos, descubrimientos, etc., ordenan la sociedad en la cual están inmersos. Cómo lo dice Heller (1985):

La vida cotidiana es la vida del hombre entero, o sea: el hombre participa en la vida cotidiana con todos los aspectos de su individualidad, de su personalidad. En ella se <<pone en obra>> todos sus sentidos, todas sus capacidades intelectuales, sus habilidades manipulativas, sus sentimientos, pasiones, ideas, ideologías. (p. 39)

Piéñese en lo siguiente: póngase de referencia a una persona adulta y a un niño de 4 años, el ser adulto con el transcurso de los años ha capturado en su ser un sin fin de experiencias como lo son, valores, normas, roles, maneras de hablar, etc., que forman parte de su ser-particular y su ser-específico, el primero representa sus deseos, lo que el en verdad quiere y pretende ser, y el segundo su lugar, a la sociedad y la forma en cómo debe ser, con lo que ha podido interactuar con otros individuos y tener un lugar dentro de la sociedad. Como ejemplo, puede ser un docente de una universidad, un padre de familia, un buen amigo, un hermano mayor, entre otros roles.

Mientras que el niño con tan sólo 4 años de edad es un ser al cual se le debe de enseñar a ser parte de la sociedad, que durante el transcurso de su vida hasta llegar a la edad adulta como el primer sujeto, debe ser enseñado y moldeado por

gente mayor, para lo cual se enfrenta con diversas dinámicas que le permitirán obtener las armas necesarias para ser parte de su sociedad.

Ahora bien, para los sujetos con sobrepeso y obesidad, en particular de los infantes con obesidad, todo lo que lo rodea desde su nacimiento y las vivencias que obtiene durante toda su vida, son reflejadas en su cuerpo, su imagen y estado físico.

Por lo que se refiere a los problemas de salud generados por la obesidad, como se menciona en un principio, los individuos se insertan en sociedades con características propias, es decir, en la sociedad mexicana, particularmente en el Distrito Federal (DF), se puede apreciar cómo las acciones de un individuo generan ambientes obesigénicos⁴⁰ los cuales son, según las Bases técnicas del Acuerdo para la Salud Alimentaria Estrategia Contra el Sobrepeso y la Obesidad (2010):

El ambiente obesigénico es aquel caracterizado por la abundancia de comodidades, sedentarismo y mayor acceso a alimentos de alta densidad energética y bebidas con alto contenido de azúcar. Este ambiente de constante desarrollo tecnológico y comodidad para la vida cotidiana afecta de forma directa a la incidencia de obesidad...Las horas que pasan las personas frente a aparatos electrónicos han ido aumentando con el paso del tiempo. Existe una diversidad de alimentos con mayor densidad energética a bajo costo, el tiempo destinado a la preparación de alimentos es menor, el uso de los aparatos motorizados ha disminuido el tiempo de actividad física. (p. 64)

En primer lugar, el DF ha vivido una transición demográfica de lo rural a lo urbano, propiciada por la creciente demográfica y el aumento de las industrias, esto genera una mayor complejidad para poder vivir, aumentan los bienes y servicios, como las comunicaciones, pasando desde la televisión, prensa y radio, como medios tradicionales de comunicación masiva, a poder adquirir teléfonos fijos y celulares, internet, acceso a cines etc.

⁴⁰ Para esta investigación, nos referiremos a los entornos que fomentan la obesidad de los individuos que se encuentran inmersos en ellas, cómo entornos obesigenicos u obesigenico, siendo que en el ANSA así hace referencia a este entorno (así se le llama dentro del ANSA), aunque en estudios europeos, cómo los realizados por Mabel Gracia, se utiliza el nombre de entorno Obesogénico.

Por el lado de los transportes, se agiliza el traslado de los individuos en colectivo o de forma individual de un lugar a otro en menor tiempo y con el menor desgaste y mayor comodidad, haciéndose notar que durante el trayecto o se está todo el tiempo parado o todo el tiempo sentado, lo que refleja una nula actividad física. Y lo que hacen estos medios es modificar los tiempos y espacios para la ingesta de alimentos y su preparación, y en ciertos casos se sustituyen esos espacios y alimentos por unos menos sanos. Con estas condiciones sólo se genera que los sujetos se conviertan o pasen a ser parte de individuos con sobrepeso y obesidad.

Así pues, estos aspectos previamente mencionados, contienen una carga de acciones rutinarias que los individuos realizan de forma mecánica en los entornos en que se movilizan, generando un hábito de su cotidianidad sedentaria de los tipos de alimentación y de actividad física que pueden realizar, reproducir, adquirir y manifestar en su estado físico.

Estas actividades donde los individuos están inmersos, producto de los rápidos y cortos tiempos que hoy en día se viven, permiten la aceleración de los tiempos de las comidas, como de no tener un determinado horario para la ingesta de esta y el tiempo necesario para la quema de calorías.

De esta forma se puede apreciar, como si fueran eslabones de una cadena, los acontecimientos que el individuo realiza y tienen impacto uno sobre el otro, teniendo como consecuencia un resultado que modifica su aspecto, entorno y sociedad, presentando un ser-particular con características no saludables.

¿Pero dónde se reproducen y enseñan los hábitos que tiene mayor prevalencia en la sociedad? Para responder la pregunta, la institución familiar, al ser el primer grupo social donde los individuos pertenecen, funciona como mecanismo integrador de la sociedad, al ser ésta una micro representación de la misma, permite al individuo acercarse a las leyes, la moral, los valores, reglas, sanciones, acciones, motivaciones, entre otros, que ordenan a la sociedad, de la cual es cómplice del funcionamiento de esta última, donde se rescata cómo, ese día a día,

esa interacción con interacción, esa insignificante y no muy importante acción reflejan un hecho social, concretamente la obesidad del Distrito Federal (DF).

Para poder entender mejor esto, piénsese en los siguientes ejemplos. En el caso uno, se tiene a un niño que no para de llorar, entonces sus padres para hacer que el niño deje de llorar le dan un dulce, el niño de inmediato se detiene y se pone feliz para disfrutar de su golosina.

Para el caso dos, donde el niño no deja de llorar, los padres le dan un juguete (una pelota), para que el niño se entretenga y cese de llorar.

Como se puede ver en el caso uno, los padres fomentan de manera inconsciente y/o consiente hábitos que tienen efecto en la salud del infante, que de igual forma, en el caso dos se puede incentivar a un hábito saludable, lo que en realidad no se sabe a ciencia cierta, ya que no existe un ente que diga, enseñe, prepare o forme a los padres de familia en una educación para la salud. Así lo refiere la autora “-El problema es que no enseñamos a comer adecuadamente a la familia” (Aguirre, 2013, p.51). Los hábitos alimenticios adquiridos por los individuos son vivencias propias acorde a su ubicación geográfica, gastronomía tradicional, poder adquisitivo etc., donde está inserto el individuo.

Es momento de hablar cómo, en la vida cotidiana, la institución familiar es la encargada de transmitir el conocimiento más básico de supervivencia que existe para los seres humanos: “alimentarnos”. Este conocimiento lo transmiten los padres a los hijos, no precisamente en la forma de conocer los nutrimentos necesarios que los infantes deben de consumir al día con una relación acorde a su actividad física, peso, altura, hora del día, o una variedad de platillos durante la semana, como un especialista recomendaría según el caso del individuo e incluso con la existencia de *La pirámide alimenticia* o *El plato del bien comer*, los padres pueden o no fomentar la práctica de estas actividades sanas, ya sea por el desconocimiento de la existencia de la misma o el no poder llevarla a cabo por diversos factores entre ellos el más importante el: “económico”.

De igual forma que el caso de la pirámide alimentaria en España, México trata de fomentar estilos de vida saludables a través de *El plato del bien comer*, usando alimentos que son de la canasta básica de la sociedad mexicana.

Por un lado, según la autora “Los padres de familia hacen que los niños coman a la par de ellos y hay niños de 10 a 13 años que comen más que el padre” (Aguirre, 2013, p.51). Estos son hábitos donde los padres fomentan conductas alimentarias insanas, ya que no es igual una porción de alimentos para un adulto como para un niño, pero estas actitudes que los padres fomentan son adquiridas por los infantes y reproducidas a lo largo de su vida, y una vez más transmitidas a las nuevas generaciones.

Y por otro lado, no obstante, con que lo padres presionen a comer a los infantes de manera que fueran adultos, también se encuentra que a la hora de comer se transmiten estos hábitos alimenticios, donde en prácticas de la familia al motivar o castigar a los individuos por sus actitudes, se les entrega para su ingesta alimentos de alto contenido calórico.

Como al mismo tiempo se asocian actividades con cierto tipo de alimentos para la ocasión, es decir, en fiestas de cumpleaños que importa elevar de forma excesiva la ingesta calórica al ingerir refrescos, dulces, gelatinas, helado, postres, y sin olvidar ese platillo más importante en la reunión, donde solo el festejado es quien puede partir y dar una gran mordida “el pastel”.

Pero cómo no mencionar las fechas más representativas para reunir a toda la familia, navidad y año nuevo, dicho de otra forma, 24 de diciembre y el 31 del mismo mes para amanecer primero de enero, donde en la gastronomía mexicana esos días no solo es excesiva en calorías, sino también desgastante económicamente y es donde se aprecia un mayor número de individuos que aumentan de peso. Pero, ¿qué alimentos se consumen en los días ya mencionados? Pues aquí solo algunos ejemplos; pavo, pierna, lomo, bacalao, romerito, dulces, ponche, refresco, bebidas alcohólicas, tortas de camarón, pozole, tinga, cochinita pibil, pollo, tamales entre alguno de ellos. es decir, hábitos

alimenticias con alto contenido de azúcares, grasas, sales etc. Los cuales según *El plato del bien comer*, están en la zona roja.

Luego hay actividades familiares más cotidianas que se asocian con cierto tipo de alimentos “para la ocasión”, al realizar juegos de mesa, al ver la televisión, ver una película, por mencionar algunos, donde es muy común al realizar estas actividades, el tener a la mano algún tipo de botana que va desde tener cacahuates, papas, palomitas, refrescos etc., es decir, comida chatarra, para hacer más amena la convivencia y el tiempo frente al televisor, que sólo esto genera, que se pierda la noción del tiempo y de la cantidad que se consume de estos alimentos como lo dice Aguirre (2013):

Hace 15 años al ir al cine comprábamos una bolsa de palomitas chica. Hoy compramos el paquete VIP, una cubeta y un refresco extra grande, porque piensas que no te lo vas a comer pero al concluir la película lo terminaste. La recomendación: mientras veas una película ya sea en el cine o por la televisión no comas porque pierde la noción al hacerlo y aumentas de peso. (p.52)

Además, se puede apreciar que estas actividades están relacionadas con la nula actividad física ya que para los padres el poco tiempo que le brindan a sus hijos es el que les sobra para descansar, en el mejor de los casos, es como les brindan atención a los niños y al mismo tiempo los padres descansan, el caso de cómo se enseñan o se transmiten los hábitos alimenticios de los padres a los hijos, es un caso muy particular. En palabras del autor es “Hacer de los procesos cognoscitivos, corpóreos, relacionales, un campo de intervención consciente, significa transformar el comportamiento en mensaje, en palabra significativa” (Melucci, 2002, p. 158). Los padres de estos niños ya tienen establecidas diversas características para la ingesta de los alimentos que son consumidos a las horas y tiempos socialmente establecidos, de los cuales se hablará en un apartado más adelante, que son producto de su monotonía, sus tiempos y sus gustos, es decir, su vida cotidiana.

Asimismo, cuando se transmiten de padres a hijos los hábitos alimenticios, también se transmiten de igual forma actitudes como la actividad física, las horas

de dormir, de estudiar, de hablar, de comer, las cuales pueden llevar a que los individuos tengas vidas sanas o no.

Así pues, la ingesta de alimentos en la cotidianidad de estos individuos contiene una carga calórica elevada, aunado a que la mayoría de los productos para el consumo alimenticio provienen de la industria alimentaria, que se ha apoderado de este mercado en México, donde los productos como el pan, las tortillas, los jugos naturales, las verduras y los diferentes tipos de carne, ya no son tan naturales, es decir, han pasado por una transformación química para su mayor conservación⁴¹, entre los productos que se encuentran en esta rama de la industria, están los siguientes, con sus respectivas empresas en el cuadro 2.6.

Como se puede observar, prácticamente cualquier alimento ya se encuentra en una forma industrializada, es decir, enlatada, embotellada, refrigerada, deshidratada, empaquetada, etc. Asimismo se encuentran en sus diferentes presentaciones⁴² y a los diferentes públicos, jóvenes, niños, adultos y ancianos, donde los medios de comunicación son quienes fomentan el consumo de estos productos⁴³, como lo menciona el autor "...independientemente de que la función educativa de la televisión no es asumida de modo explícito y responsable por el gobierno y los empresarios la programación y los comerciales están educando a los niños –y a los adultos–"(Rojas y Ruiz, 1991, p. 46). En pocas palabras cubre a toda la población la industria alimentaria y su publicidad, lo que permite que dentro de la cotidianidad de cada una de los individuos se consuman estos productos, a cualquier hora del día y de cualquier forma que se quieran preparar los alimentos ya que también hay alimentos que no necesitan ninguna preparación, es decir, se pueden ingerir directamente de su recipiente.

⁴¹ No se tratará de explicar dentro de este apartado la industria de alimentos en México, pero si se hará notar la influencia de esta en la cotidianidad de los individuos para alimentarse.

⁴² Artículos por KG o litro (medios kilos o medios litros) etc.

⁴³ La televisión dentro de la familia es una herramienta más de educación informal.

Cuadro 2.6

Principales empresas mexicanas.

Empresa	Venta 2010 (md)	Empleados	Línea de negocio
Grupo Bimbo	9,281	108,000	Panificación, botanas y confitería.
Grupo Industrial Lala	4,220	35,000	Lácteos y derivados, bebidas, postres.
Gruma	3,800	19,825	Harina de maíz, harinas preparadas, botanas, tortillas y tostadas, pastas, lácteos, condimentos y especias.
Alfa-Sigma	2,621	27,923	Carnes procesadas y lácteos.
Industrias Bachoco	1,958	23,473	Carne de pollo congelada, huevos, animales.
Alpura	886	4,693	Lácteos y derivados, bebidas, postres.
Grupo Hérdez	703	6,500	Pasta, café, salsas y aderezos, jarabes y miel, verduras y frutas enlatadas, pescados enlatados, bebidas, frijoles, mole, carne procesada, postres, empaques.
Grupos La Moderna	504	4,766	Pastas, galletas, harinas, comida preparada, empaques.
Grupo Bafar	414	7,806	Carnes procesadas y derivados lácteos.
Grupo Minsa	358	1,405	Tortillas, pastelería, botanas.
Quialtia Alimentos	350	7,500	Carnes procesadas y derivados lácteos.
Grupo PINSA	332	1,000	Pescado enlatado.
Grupo Marítimo Industrial	163	1,271	Pescado enlatado.
Chilchota Alimentos	143	750	Derivados lácteos.
Grupo altex	ND	550	Panificación, frutas y verduras procesadas, harina de trigo.
Sabormex	ND	1,200	Aderezos y salsas, café, verduras y frutas enlatadas, comida preparada, comida enlatada, bebidas energéticas, cosméticos.
La Costeña	ND	ND	Frutas y verduras conservadas, salsas, comidas preparadas enlatadas, sopas, mermeladas.

Fuente: CNN Expansión. (Citado en Pro México, 2012, p. 16).
http://mim.promexico.gob.mx/work/sites/mim/resources/LocalContent/72/2/Alimentos_procesados_ES.pdf

Como se observa en la tabla anterior, en el caso de Grupo Bimbo, donde en el año del 2010 fue el mayor productor en la industria de alimentos, con una venta de 9,282 MMDD, en productos como pan, confitería⁴⁴ y botanas, seguido del Grupo Industrial Lala, con ventas de 4,220 MMDD, en mercancía como lácteos y derivados, bebidas y postres, y en tercer lugar Gruma, con ganancias de 3,800 MMDD, en productos como harina de maíz, harinas preparadas, botanas, tortillas

⁴⁴ La confitería son dulces, gomitas, galletas, paletas, chocolates, etc, para este caso proveniente del grupo Bimbo.

y tostadas, pastas, lácteos, condimentos y especias, donde éstas tres principales empresas que encabezan el cuadro, son alimentos con un alto contenido en harinas, calóricos, en sal, en azúcares, en condimentos y grasas, que son propios del consumo cotidiano de los individuos en la ingesta como alimentos de la gastronomía tradicional.

Es aquí donde, el ser-específico forma parte de las construcciones sociales de alimentarse con los productos industriales o con las comidas rápidas, con las cuales se identifica con toda la población.

Esto al venir suscitándose día con día, de una forma en cierto momento mecánica de consumir alimentos y de conseguirlos, es resultado de su entorno, su ritmo de vida y su ubicación geográfica, siendo para este último punto, que alimentos que acapara la industria alimentaria, son tan accesibles, que en zonas remotas donde sólo existen comunidades rurales o grupos indígenas, esta industria está presente, así como, permite que en lugares donde no se puede conseguir de forma natural y ágil, alimentos, la industria los proporcione llevándolo hasta estas zonas, como el caso del atún, camarón, el agua, entre otros.

Siendo los individuos adultos los responsables de transmitir, a las nuevas generaciones estos entornos y prácticas como bien hace referencia Meléndez (2010):

La industria alimentaria, junto con grandes corporativos que se vinculan en las distintas fases del sistema alimentario, ha ido trastocando las bases de las que ha dependido por varias generaciones la dieta tradicional. Junto a ello se observa un rápido proceso de urbanización, de homogeneización y de la aparición de distintos tipos de espacios sociales alimentarios. (p. 1134)

Ya que se pueden ver estas prácticas de consumo en la vida diaria, y de la forma como se han fomentado su reproducción y preferencia de estos productos como nos dice Meléndez (2010):

Entre los alimentos que los niños y niñas entrevistados consumen, existe una gran preferencia por las pizzas, la comida china, el sushi, los tacos de carne asada, las hamburguesas y el pollo tipo Kentucky, entre otros productos que

ahora forman parte del repertorio alimentario cotidiano, tanto dentro como fuera del hogar. (p. 1142)

Este tipo de prácticas alimenticias, sumadas a una vida sedentaria y con poca o nula actividad física, están generando individuos con problemas de sobrepeso y el siguiente paso es la obesidad, terminando con un producto lleno de enfermedades que son hoy un problema de salud pública. Para lo cual la SEP y SSA han unido esfuerzos en la creación del ANSA y en especial en un manual dirigido a los padres de familia en el 2010, el cual lleva por *nombre Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia.*

Este manual tiene como propósito "...brindarte algunas recomendaciones básicas para la selección de alimentos saludables, la preparación de refrigerios y sugerencias de menús que podrás utilizar y compartir en familia." (Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia, 2010, p. 3). Este se basa en las cantidades de alimentos y el grupo de ellos que se muestran en *El plato del bien comer*, tratando de fomentar una correcta alimentación y fomentando la reflexión y la realización de lo siguiente, según el *Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia (2010)*:

Conversar sobre la conveniencia de tener una alimentación correcta para estar sanos y prevenir enfermedades.

Mejorar los hábitos alimentarios con el esfuerzo de todos los integrantes.

Cuidar lo que comen y cuántas comidas realizan al día para estar sanos.

Organizar la preparación de comidas con alimentos y bebidas que favorezcan una alimentación correcta.

Preparar refrigerios saludables para la familia.

Desayunar antes de salir de casa.

Algunas prácticas alimentarias sugeridas para beneficiar la salud de tu familia son:

Aumentar el consumo de verduras y frutas.

Consumir agua simple potable como bebida principal.

Organizar las comidas en cinco tiempos: desayuno, refrigerio, comida, refrigerio y cena.

Mantener los horarios de los cinco tiempos de comida.

Comer y masticar despacio.

Disfrutar y moderar la cantidad de alimentos que consumen.

Aprovechar el tiempo de comida como un espacio para la convivencia familiar.

Ofrecer en las reuniones o celebraciones familiares platillos como jícamas, zanahorias, pepinos, palomitas hechas en casa, sin sal, o bien, cuidando que su uso sea limitado a una pizca.

Escoger alimentos o bebidas bajos en grasas, azúcares y sal cuando los consuman fuera de casa. (p. 5)

De esta manera, se trata de fomentar dentro de la familia hábitos de consumo saludables, en los espacios donde las prácticas cotidianas actuales encontramos un alto contenido calórico, de grasas, sin fibra, que son factores que promueven el sobrepeso y obesidad infantil.

Para poder lograr modificar hacia hábitos saludables, manual para madres. Sugiere la incorporación en la preparación de las comidas, a los niños, así utilizándola como vehículo de convivencia ya que también sugiere “Que por lo menos realicen un tiempo de comida en familia. Hay que apagar la televisión en ese momento y favorecer la conversación” (Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia, 2010, p. 6). Así pues, los refrigerios escolares y los complementos alimenticios no sustituyen el desayuno⁴⁵, y favorece la idea de que los niños deben, antes de empezar las clases, tener un desayuno en casa y así poder conocer y saber más de lo que los niños consumen dentro y fuera del hogar.

Finalmente, propone lo siguiente para aumentar la actividad física y la relación con los hijos el manual de Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta. Manual para madres y padres y toda la familia (2010):

⁴⁵ Ya que como su propio nombre lo dice son complementos y suplementos al desayuno no sustituto.

Procura que los traslados a lo largo del día se hagan caminando, de preferencia con pasos largos y rápidos.

Usa como medio de traslado la bicicleta o los patines.

Sube escaleras, si existe la posibilidad, en lugar de utilizar elevadores.

Reduce el tiempo destinado a ver televisión, a los videojuegos o al uso de la computadora; de preferencia no les dediquen en total más de dos horas al día.

Practica algún deporte. Juega con tus hijos por lo menos 30 minutos diariamente. (p.18)

Usando la cotidianidad, como es el traslado de la casa a la escuela y de la escuela a la casa, se promueve la actividad física, pues hay padres de familia que llevan y traen a los hijos en carro, e incluso esta medida puede ahorrar un poco en el gasto de pasajes y combustibles, así como al mismo modo incentiva el cuidado del medio ambiente al utilizar vehículos que no contaminen como la bicicleta y los patines, por dar algún ejemplo, ya que son más atractivos para los niños.

También se utiliza la cotidianidad de subir y bajar escaleras, reducir el tiempo de ver televisión que podría ser utilizado para llenar los 30 minutos de actividad física que se recomiendan, y de esta manera se mejoran los hábitos alimenticios y disminuyen los hábitos sedentarios, provocando que los índices de sobrepeso y obesidad infantil también disminuyan.

Todas estas recomendaciones son para favorecer y fortalecer lo aprendido en clase, poniéndolo en práctica en la vida cotidiana de los infantes, pero dentro de la institución educativa también se trata de mejorar no únicamente dentro del aula, sino también en los alimentos que están a disposición de los infantes dentro de la escuela, a través del *Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica*, del cual se hablará en el siguiente apartado.

2.4.- ESCENARIO, UTILERIA Y ACTORES TERCERA LLAMADA: ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILITEN UNA SANA ALIMENTACIÓN.

El presente apartado de esta investigación muestra los diferentes escenarios creados socialmente para la ingesta de alimentos y el tipo de alimento que, acorde al tiempo y lugar, son socialmente aceptado; es decir, de acuerdo a ciertos momentos del día se tiene el hábito de ingerir un determinado grupo de alimentos e incluso estos últimos son reconocidos para cierta ocasión, de los cuales se hablará más detalladamente. De igual forma, existen los espacios para la actividad física y los roles que se juegan dentro de estos espacios para darles usos.

A partir del uso de estos escenarios y la acción de los individuos, se genera la cotidianidad alrededor de la ingesta de alimentos motivada por tiempos que giran a raíz de la vida urbana de los individuos que radican en el DF.

Con respecto a lo anterior, es conveniente hacer notar que dentro de la sociedad mexicana se encuentra una estructura ya establecida en un orden cronológico, es decir, durante el periodo del día se divide en tres partes para poder dar el suministro energético al cuerpo, como son el desayuno, la comida y la cena, que se pueden llevar a cabo en diferentes escenarios, es decir, el hogar, la calle, un restaurante, el transporte público, etc. Estos horarios y estas locaciones conllevan a que el individuo, dentro de este entorno, actúe de acuerdo a la circunstancia. En otras palabras se adopta un rol, como lo dice el autor “En definitiva, nuestra concepción del rol llega a ser una segunda naturaleza y parte integrante de nuestra personalidad.” (Goffman, 2009, p. 34). Por lo tanto, el individuo a través de su acontecer diario realiza la práctica de la ingesta de alimentos, por la mañana

(desayuno), comida (en el periodo de 14 a 16 hrs de la tarde) y la cena (después de las 19 hrs)⁴⁶.

Para poder desmenuzar lo anterior, se dividirá este apartado en dos partes las cuales son los siguientes:

A) En los momentos del día establecidos estructuralmente y sus posibles escenarios ⁴⁷ para la ingesta de alimentos.

B) Los espacios relacionados para la actividad física y tiempos.

Para explicar lo anterior, el punto A, partiendo del primer alimento que debe recibir el cuerpo al comienzo del día, es el desayuno, así lo dicen en Dietas & Nutrición Nutrición (2015):

El desayuno ha sido tradicionalmente en nuestro país una comida ligera. Hace décadas en las zonas rurales realizaban un desayuno poco abundante antes de comenzar las tareas del campo, pero el almuerzo completaba entonces la necesidad del organismo de nutrientes y no faltaban en la pausa a media mañana embutidos, queso, huevos, pan, vino y/o aguardiente...Hoy, sin embargo, muchas personas consideran que han desayunado tras haber tomado únicamente café, zumo o galletas (¶ 2-2)

Éste tipo de alimentos son muy concurrido por las personas que no cuentan con los tiempo necesarios para la elaboración de alimentos y el tiempo suficiente para la ingesta de estos en casa, ya que sus actividades a esa hora del día no lo permiten, como puede ser ir al colegio o el trabajo.

Pero ¿por qué es tan importante el desayuno? ¿Y por qué es necesaria su mención en la investigación? Para poder dar una respuesta es muy oportuno citar lo dicho en el programa Perseo (2014):

El desayuno es la primera comida del día, separada de la anterior por muchas horas. Tras esas horas de ayuno es fundamental proporcionar al

⁴⁶ Es común que la mayoría de los habitantes del DF, y de gran parte de la República mexicana, el desayuno sea el primer alimento después de despertar, se consume la comida a las 14 hrs, y la cena sea la última ingesta de alimento antes de dormir.

⁴⁷ Se mencionaran algunos escenarios de acuerdo al momento del día, ya que no se puede generalizar un escenario específico para cada momento del día, puesto que depende las circunstancias del individuo, es decir, si estudia, trabaja, se dedica al hogar, etc.

organismo la energía y los nutrientes necesarios para hacer frente a todas las actividades que se realizan en esta parte del día. De no ser así, se obliga a recurrir a las reservas, lo cual no es deseable, ya que esta situación favorece la tendencia al “ahorro” y, por tanto, al sobrepeso. (¶ 1)

Pero dentro de la cotidianidad de los individuos son distintos los tipos de alimentos que se consumen en esta práctica, como lo dice la revista “Un desayuno puede incluir toda clase de alimentos, aunque la cultura alimentaria de una población marca las costumbres y selecciona aquellas que le parecen propias de esta hora de la mañana” (Nure Investigación, 2006.¶ 10), por eso se pueden encontrar los siguientes alimentos, leche, café, fruta, tamales, pan, cereal, jugo, yogurt, etc. pero estos son por mencionar alguno de los alimentos que se pueden ingerir al desayunar ya que depende mucho de diversos factores como lo dice Dieta y Salud Órgano Informativo del Instituto de Nutrición Kellogg’s (2011) sobre la relación entre la nutrición y la salud del desayuno:

Se han hecho estudios sobre el desayuno tanto desde el punto de vista nutricional como desde perspectivas socioeconómicas y antropológicas. Sabemos que los hábitos de consumo y la composición del desayuno varían con la edad, el género, las costumbres locales y el nivel socioeconómico, entre otros. Por ejemplo, se sabe que los hijos de padres y madres que acostumbran desayunar tienen más probabilidades de incluir al desayuno entre sus comidas diarias; esto ocurre aún cuando los hijos hayan abandonado el hogar paterno-materno. Por otro lado se sabe que hay personas que desayunan diariamente pero que reducen la frecuencia del desayuno después de la adolescencia y vuelven a incrementarla cuando tienen hijos y en la madurez. (p. 6)

Con respecto a esto último, se demuestra que las condiciones de vida de cada individuo es diferente a sus circunstancias, dentro del DF no toda la sociedad tiene el mismo poder adquisitivo, ni el nivel educativo para poder llevar una buena salud alimentaria, es decir, el tipo de alimento que consume y el lugar donde lo hace, influye en su estado de salud, y que los hábitos de alimentación son transmitidos de los padres a los hijos, y estos los siguen reproduciendo, para lo cual se ejemplifica, como lo dice Sandra Aguilar (2009) en el siguiente caso:

Esperanza Sortibrán, nacida en 1934, creció cerca de La Villa, al norte de Ciudad de México¹¹[sic]. Además de vivir con sus padres y hermanas lo hizo junto a la familia extensa de su padre hasta 1955, año en que sus padres se separaron, tras lo cual Esperanza y sus hermanas se fueron a vivir con su madre a un departamento. Cuando era niña desayunaba café

con leche y pan. La leche, que era un producto consumido sólo por los niños, era barata, costaba dos centavos por litro, señala Esperanza, pero siempre la bebía mezclada con otras bebidas como el café caliente. El pan costaba cinco centavos por la mañana, cuando estaba recién horneado y tres centavos por la noche. En 1955 el padre de Esperanza comenzó a comprar café soluble y leche condensada, regalos que llevaba a sus hijas cuando las visitaba. (p. 57)

Así pues, se entienden dos cosas de lo siguiente, primero para que se realice el acto de la ingesta de alimento, hay una construcción de un escenario donde se realiza la acción y lo segundo es el rol, es decir, la actitud y cómo se debe manifestar el individuo dentro de ese entorno, como lo dice Goffman (2009):

En primer lugar, se encuentra el medio (*setting*), que incluye el mobiliario, el decorado, los equipos y otros elementos propios del trasfondo escénico, que 'proporcionan el escenario y utilería para el flujo de acción humana que se desarrolla ante, dentro o sobre de él. (p.36)

Asimismo los alimentos, la mesa, el horario, cubiertos, el ingerir los alimentos, la cantidad de comida consumida, el calor, el frío, la luz, religión, edad, sexo, nivel de estudios, son agentes que contribuyen a una alimentación que puede ser sana o insana y a que estos hábitos se reproduzcan, es decir, los padres a través del día a día, transmiten estas acciones a los hijos que después ellos adquieren y reproducen.

Para ser más claro, el tipo de alimento que se consume en el desayuno, se usará el siguiente cuadro 2.7.⁴⁸

Como se puede apreciar, el primer alimento, la leche, es el mismo del ejemplo antes citado, es decir, a pesar de haber una distancia de 74 años, éste producto sigue siendo el más importante dentro de una identidad con el desayuno, es decir, que éste tiene que ver con una estructura establecida para presentar un escenario que indica el acto del desayuno, acción que cotidianamente los individuos realizan, dentro o fuera de casa, ya que la industria alimentaria se ha encargado de producir diferentes presentaciones de este artículo.

⁴⁸ Esta muestra se tomó de mujeres embarazadas, se rescata ya que ellas son quienes a partir del consumo que realizan, posteriormente transmitirán esos mismos hábitos a sus hijos. Aunque no sea un caso del DF, se rescata por el hecho, de que las madres en el territorio mexicano son en mayor medida, las encargadas de cuidado de los hijos.

Cuadro 2.7

Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en el desayuno.

Lugar	Alimento	Número de Menciones	Porcentaje
1	Leche	31	57
2	Huevo	26	48
3	Frijoles	17	31
4	Pan dulce	16	30
5	Hojuelas de maíz	13	24
6	Licudo de leche con fruta	12	22
7	Jugo de naranja	9	17
8	Yogurt	8	15
9	Refresco	7	13
10	Papaya	6	11
11	Hojuelas de maíz azucaradas	6	11
12	Frijoles refritos	6	11
13	Galletas	6	11
14	Manzana	6	11
Análisis de consenso			
Modelos considerados	Varianza estimada	% de la varianza total cubierto por cada modelo	Razón de variabilidad
1°	15.01	65.9	3.56
2°	4.2	18.5	1.8
3°	3.5	15.6	
Promedio de Conocimiento Grupal = 0, 30 +/- 0, 316			

Fuente: Consenso Cultural sobre Alimentos en Adolescentes Embarazadas de Guadalajara, México (Herrera, 2008, p. 726). <http://www.redalyc.org/pdf/422/42210505.pdf>

Los primeros 5 artículos de esta lista, con excepción de los frijoles, son alimentos relacionados con el ambiente para el desayuno, ya que para la comida se identifican también el consumo de estos, como se ve en el cuadro 2.8.

Es importante señalar que en este cuadro se muestran los alimentos que se mencionaron con más frecuencia y reflejan el hábito alimenticio que con cotidianidad los individuos ingieren. Estos primeros cinco alimentos son altos en carbohidratos, azúcares y grasas: en otras palabras, se ve a este segundo momento de alimentarse durante el día como la comida fuerte, la más pesada, que se realiza después del desayuno y por lo general después de las 14 horas. Para el

consumo de la comida tiene el acto y el escenario una similitud, el rol es el de consumidor, pero el escenario cambia, por la hora, los víveres y el espacio⁴⁹. En palabras del autor es lo siguiente “Además de la previsible compatibilidad entre apariencia y modales esperamos, como es natural, cierta coherencia entre medio, apariencia y modales” (Goffman, 2009, p. 39). Por último se puede notar en la cena, lo siguiente según el cuadro 2.9.

Cuadro 2.8

Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en la comida.

Lugar	Alimento	Número de Menciones	Porcentaje
1	Carne	31	57
2	Agua fresca	26	48
3	Rebanadas de papa fritas	24	44
4	Refrescos	21	39
5	Caldos	20	37
6	Pollo	19	35
7	Pastas	16	30
8	Papa	14	26
9	Tortilla	13	24
10	Mango	11	20
11	Zanahoria	11	20
12	Frijoles	10	19
13	Sopa de arroz	9	17
14	Mole	8	15
15	Ensalada	8	15
16	Calabaza	8	15
17	Melón	7	13
18	Chayote	7	13
19	Manzana	7	13
20	Atún	6	11
Análisis de consenso			
Modelos considerados	Varianza estimada	% de la varianza total cubierto por cada modelo	Razón de variabilidad
1°	10.4	60.3	2.3
2°	4.5	26.2	1.9
3°	2.3	13.5	
Promedio de Conocimiento Grupal = 0.22 +/- 0.29			

Fuente: Consenso Cultural sobre Alimentos en Adolescentes Embarazadas de Guadalajara, México (Herrera, 2008, p. 727). <http://www.redalyc.org/pdf/422/42210505.pdf>

⁴⁹ Si el individuo se encuentra en el trabajo comerá en el comedor o en la calle, si es estudiante lo hará en casa o en la cafetería de la escuela o simplemente fuera del escenario dentro del hogar.

Cuadro 2.9

Estructura semántica de los principales alimentos consumidos en la cena.

Lugar	Alimento	Número de Menciones	Porcentaje
1	Leche	37	69
2	Pan dulce	24	44
3	Hojuelas de maíz	12	22
4	Frijoles	11	20
5	Hojuelas de maíz azucaradas	8	15
6	Lonches	7	13
7	Huevo	7	13
8	Carne	6	11
Análisis de consenso			
Modelos considerados	Varianza estimada	% de la varianza total cubierto por cada modelo	Razón de variabilidad
1°	12.5	74.8	3.0
2°	4.2	25.2	
Promedio de Conocimiento Grupal = 0.32 +/- 0.32			

Fuente: Consenso Cultural sobre Alimentos en Adolescentes Embarazadas de Guadalajara, México (Herrera, 2008, p. 728). <http://www.redalyc.org/pdf/422/42210505.pdf>

Como se puede observar, los primeros cinco alimentos tienen una similitud con el desayuno en cuatro de cinco productos, pero estos son más ligeros que en el desayuno, ya que después de esta ingesta, que es la última del día el individuo se dispone a descansar, aquí el escenario es un poco más homogéneo socialmente, puesto que se realiza con mayor frecuencia en la casa, y el rol no cambia, es el de consumidor.

Por lo tanto, la SEP y la SSA en un trabajo conjunto han elaborado el ANSA y basado en su tercer lineamiento se crea el Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica (2010), el cual tiene como objetivo:

ofrecer a la comunidad educativa información relacionada con las características de una dieta correcta; proporciona, de manera particular, a los responsables del establecimiento de consumo escolar orientaciones para la selección, preparación, conservación y manejo higiénico de alimentos. Además, formula algunas recomendaciones prácticas para elaborar refrigerios escolares e incluye una serie de menús saludables

como opciones para combinar los alimentos, conforme a los criterios nutrimentales definidos en el Anexo Único de los Lineamientos...El documento es un material de apoyo que brinda tanto a los responsables del establecimiento como a los integrantes del Comité del Establecimiento de Consumo Escolar elementos básicos para el conocimiento, la comprensión y aplicación –gradual y obligatoria– de los criterios nutrimentales que deben cumplir los alimentos y las bebidas que se ofrezcan en las escuelas de educación básica, en función del reconocimiento del contexto estatal, regional y local. El propósito fundamental es generar una cultura para la salud alimentaria que favorezca la prevención y disminución del sobrepeso y la obesidad en la población escolar. (p. 8)

De esta manera, se trata de modificar los espacios de consumo y el tipo de ingesta que los niños dentro de la institución educativa han practicado sin ningún control, provocado un aumento en los índices de sobrepeso y obesidad infantil.

Con estas nuevas medidas, las personas encargadas de la venta de productos alimenticios dentro de la escuela tiene la obligación de vender y promover alimentos saludables, dentro de los cuales las verduras y las frutas deben de ser prioridad, así como de checar los índices de la porción recomendada por la SSA para la ingesta de calorías que los productos industrializados deben de tener, cuando están a la venta en la institución educativa, para el público infantil, ya que también la industria ha tenido que adecuarse a los lineamientos.

Como parte del entorno, a la hora de la ingesta el manual promueve que debe ser un lugar en condiciones higiénicas, esto quiere decir, que el comedor no debe de estar cerca del lugar donde se deposita la basura de la escuela, no debe de estar al aire libre y en caso de estarlo debe de contar con un techo que proporcione sombra a los niños, el piso debe ser de concreto, así como deben de tener la obligación las personas que venden y proporcionan alimentos a los niños, de seguir normas de seguridad en su persona como los son, el utilizar guantes, cubre bocas, cofia y lavarse las manos.

Así pues, como se promueve un escenario con las mejores medidas de higiene el actuante, en este sentido los niños, son quienes interactúan con su entorno, desde sentarse hasta consumir sus alimentos saludables van promoviendo un pequeño cambio para mejor su calidad de vida, es decir, si existían primero un entorno

(escenario), que generaba hábitos que promovían el incremento del sobrepeso y la obesidad infantil, con este manual se pretende crear entornos saludables.

Ahora bien para, el inciso B (los espacios relacionados para la actividad física y tiempos), se ejemplifica con lo siguiente:

Dentro de los espacios socialmente identificados para la actividad física se encuentran, los parques, bosques, gimnasios (GYM), pistas de atletismo, circuitos de bicicletas, campos de futbol, deportivos, etc. Cada uno de ellos tiene sus objetos que permiten realizar la actividad a escoger, es decir, son el material de utilería para realizar el acto *ad hoc*, pero no siempre los individuos poseen del tiempo necesario y el espacio para poder realizar alguna de estas acciones, aquí el rol es el de deportista, para tener una vida saludable.

Por lo tanto, se puede concluir en palabras de Goffman (2009):

Será conveniente dar el nombre <<fachada>> (*front*) a la parte de la actuación del individuo que funciona regularmente de un modo general y prefijado, a fin de definir la situación con respecto a aquellos que observan dicha actuación...Si tomamos el término <<medio>> para referirnos a las partes escénicas de la dotación expresiva, se puede tomar <<fachada personal>> para referirse a los otros elementos de esa dotación, aquellos que debemos identificar íntimamente con el actuante mismo y que, como es natural, esperamos que lo sigan dondequiera que vaya...cuando un actor adopta un rol social establecido, descubre, por lo general, que ya se le ha asignado una fachada particular. (p. 36)

De esta manera, la institución educativa dota de herramientas tales como clases de actividad física a sus infantes, donde los niños al mando de un profesor capacitado y exclusivo de esa materia y con conocimiento de la misma lleva a la práctica diferentes actividades deportivas, que fomentan hábitos de rutinas de ejercicios que los niños pueden o no ponerlos en práctica en su cotidianidad o simplemente realizarlas en el espacio y tiempo establecido en la escuela. Pero dentro de esta institución educativa se presenta la iniciativa de hábitos saludables.

Ahora bien, fuera de las escuelas y fuera de la presión que se ejerce de cumplir con un requisito académico, son los individuos quienes deciden poner en práctica o no lo aprendido. Y para la actividad física fuera de la escuela también son importantes las condiciones con las que se cuentan en casa, es decir, si dentro de la vivienda existe espacio donde se pueda realizar ejercicio, ya que no todas las viviendas cuentan con patio.

En la actualidad las casas y los departamentos, son más pequeños provocando que, por falta de espacio no se produzca alguna actividad física. De la misma manera, si cerca de la vivienda no existen parques, deportivos o condiciones de seguridad para la práctica deportiva esta no se realiza, en pocas palabras si no existe el escenario para la práctica deportiva, la actuación no se puede llevar a cabo.

En este apartado solo se habló del comportamiento del individuo para el consumo de alimentos frente a su entorno a partir de la estructura social establecida de los horarios de comida y el tipo de alimentos para cada una, pero se puede decir que esos entornos son más del hogar, lugar donde el sujeto se encuentra la mayor parte de su vida y como segundo lugar se encuentra la escuela, que también tiene espacios y formas destinadas para el consumo de alimentos y de la actividad física, que fomenta los hábitos de la salud, que hoy por hoy son parte del entorno obesigénico en que los niños de primaria se desarrollan. Como nos dice Gracia (2013):

Se parte de la hipótesis según la cual las ideas que soportan la definición de la obesidad como enfermedad crónica evitable conducen a los clínicos, y en general a la mayoría de agentes sociales, a conocer y pensar su evolución en términos de mal global –pandemia– y a considerar ciertos factores culturales como sus principales causantes -ambiente obesogénico-. Los constructos acerca de la regulación del peso y la dieta ofrecen información privilegiada sobre la particular concepción de los estilos de vida y la cultura, y dan cuenta, también, de cómo se producen, estandarizan y aplican los actuales patrones de promoción de la salud. (p. 63)

De esta manera, los hábitos alimenticios y los espacios donde los infantes se desarrollan cotidianamente, como la escuela y su hogar, forman entornos y roles, es decir, funciones dentro de los diferentes escenarios, encaminados al sobrepeso y la obesidad, puesto que dentro de todas estas regiones existen los medios que fomentan este padecimiento, aunque dentro de las instituciones educativas y por parte del ANSA, se creen fachadas de una educación para la salud que intentan provocar cambios en los hábitos encaminados a una mejor calidad de vida.

De esta manera, para conocer la realidad de la práctica actual de los sujetos de acción del ANSA, y abstraer la vida cotidiana de estos, se desarrolla el siguiente capítulo, donde se toma el caso de una escuela primaria de la Delegación Gustavo A. Madero, en el DF.

CAPÍTULO 3

SOBREPESO Y OBESIDAD INFANTIL. LA VIDA COTIDIANA EN EL ENTORNO FAMILIAR Y ESCOLAR: UN CASO DE LA PRIMARIA EN LA DELEGACIÓN GUSTAVO A. MADERO.

El Estado mexicano, para controlar, prevenir y erradicar el sobrepeso y obesidad, así como sobrepeso y obesidad infantil, en el marco del *Plan Nacional de Desarrollo (PND) del año 2007-2012*, elabora el ANSA, aplicado en su contexto escolar en las escuelas primarias de todo el país, es por este motivo, que se recuperan los siguientes testimonios de la práctica que se ha presentado en este periodo de tiempo (2010-2014), para realizar hábitos saludables, a través, de una educación para la salud, en la vida cotidiana.

Los testimonios son de un niño con obesidad infantil, su madre, el profesor de cuarto año de primaria, que está a cargo del niño con obesidad infantil y una vendedora de alimentos dentro de la escuela en horario de recreo, siendo estos los sujetos de acción del ANSA. Donde se rescatan las siguientes 6 categorías de análisis; 1) la promoción y educación para la salud, 2) fomento de la activación física regular 3) el acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta, 4) la cotidianidad escolar, 5) la cotidianidad familiar y 6) el entorno obesigénico⁵⁰.

Testimonios recuperados a partir de entrevistas a profundidad. Donde a cada categoría le representa un punto de análisis, dentro de los cuales se puede identificar cómo es que funciona cada una para el control del sobrepeso y obesidad infantil o el aumento de éste. Dentro de los escenarios socialmente establecidos como son las escuelas primarias, para dotar a los individuos de una educación formal, y la familia como portadora de una educación informal. Por este motivo se utiliza el análisis de contenido, con ayuda del Software ATLAS.TI.

⁵⁰ El entorno obesigénico para su mayor análisis se separa en entorno obesigénico escolar y entorno obesigénico familiar.

3.1.- UN ANÁLISIS DE LA REALIDAD PRÁCTICA DEL ANSA EN LA VIDA COTIDIANA.

La presente investigación es de carácter cualitativo, ya que se trata de describir, entender y recuperar cualidades, donde los individuos, en sus casos particulares y acciones permiten la construcción de un hecho social, y a pesar de que esta investigación es de corte cualitativo, se rescatan cuestiones cuantitativas, las cuales, permiten abrir un panorama, donde se puede apreciar el impacto de estos hechos en la sociedad, lo cual es, realizar un análisis de manera estructural del problema del sobrepeso y obesidad infantil en México. Es decir, a partir de datos cuantitativos se respalda el interés de esta investigación en conocer cómo es que los sujetos que forman el hecho, lo construyen con sus vivencias día con día, de manera cualitativa, para lo cual Babbie (2000) dice lo siguiente:

Dicho de manera más simple, la distinción entre datos cualitativos y cuantitativos en la investigación social es la distinción entre datos numéricos y no numéricos. Cuando usted encomia la belleza de alguien está emitiendo una afirmación cualitativa...Algunos estudiosos han adoptado un ángulo más íntimo para considerar la vida. La microteoría trata de cuestiones de la vida social en el nivel de los individuos y los grupos pequeños. El comportamiento en las citas, las deliberaciones de los jurados y las relaciones entre estudiantes y maestros son sujetos adecuados para el punto vista de una microteoría. Como ya habrá anticipado, estos estudios suelen acercarse al campo de la psicología, pero mientras que los psicólogos se concentran en lo que hay en nuestro interior, los científicos sociales estudian lo que pasa entre nosotros (pp. 23-30)

Por lo tanto, se parte de un modelo inductivo a lo deductivo, de manera que Florestan (1986) dice:

...la inferencia inductiva: no es el número de casos o de instancias, sino el modo de tratarlos, lo que permite conocer la naturaleza de las cosas, lo que da a la razón los medios para representar lo que es esencial y lo que es accidental en las acciones humanas y en su encadenamiento... (p. 137)

De esta manera, las acciones de los individuos es lo que se recupera en esta investigación para poder entender el hecho social, pero no como un todo, más bien desde ¿Cómo es?, partiendo de las particularidades de sus casos aislados.

Como lo menciona al autor, antes citado, esos accidentes o como Agnes Heller refiere, la espontaneidad de los seres humanos son los aspectos que importan ya que son estos últimos la esencia del hombre.

Pero no sólo hay que ocuparse de la relación entre individuos como lo dicen los autores que se cita más arriba, ya que la interacción con el entorno forma parte también de la relación social con los demás individuos aunque esta interacción no se dé face-to-face.

Para lo cual es prioridad de esta investigación, para poder entender el fenómeno del sobrepeso y la obesidad infantil sujetos específicos, es decir, se recuperarán los siguientes sujetos, los cuales vienen dentro del ANSA, un alumno de educación básica, el cual es un estudiante de cuarto grado de primaria ya que el acuerdo, es puesto en marcha, el 25 de enero del 2010, es decir, que los alumnos de primer año de las escuelas primarias comenzaron su curso desde agosto del año 2010. Y para el año presente que es 2014, el infante se encuentra en cuarto año, siendo factor que él ha sido durante cuatro años parte de la acción de este acuerdo.

También se toma, como sujeto al padre que se encarga del cuidado del niño, con mayor importancia aquel que es el encargado de la preparación de los alimentos de toda la familia. De igual manera, un profesor de educación básica, para la investigación es de gran importancia que el maestro sea el profesor actual del niño con obesidad, de manera que permite saber qué tipo de educación es la que se le imparte al infante y finalmente puesto que el acuerdo menciona a las personas que venden dentro de la escuela, se toma el testimonio de uno de estos sujetos, para revisar el tipo de alimento que se le vende al público infantil dentro de la escuela.

Por lo tanto, para la recolección de información se usa una herramienta, como es la entrevista estructurada como Mendicoa (2003) dice:

...método de investigación cualitativa, que se caracteriza por reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistado y los informantes, encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los

informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como la expresan con sus palabras... (p.125)

De esta manera, al abstraer por medio de la entrevista estructurada un fragmento de realidad, y materializarla en un texto escrito, se realiza con la técnica de análisis del contenido, la interpretación del discurso de los entrevistados, como lo dice el autor “El análisis de Contenido no es otra cosa que una técnica para leer e interpretar el contenido de toda clase de documentos y, más concretamente (aunque no exclusivamente) de los documentos escritos” (Ruiz, 2003, p. 192). De esta forma se puede realizar el análisis de la realidad cotidiana que viven los sujetos de acción del ANSA, partiendo de categorías de análisis las cuales según Ruiz (2003), refiere lo siguiente:

...el análisis de contenido, (entendido como una «metodología que utiliza una serie de procedimientos para efectuar inferencias válidas -sobre el autor, el mensaje, la audiencia- de un texto») en dos momentos clave: el de la codificación (esto es, la reducción de las muchas palabras del texto mediante su clasificación en un número mucho menor de categorías, principalmente a través del ordenador) y el del tratamiento informático de los datos clasificados (a base de recuento de frecuencias, de palabras, listado de palabras claves en su contexto, concordancias, clasificación de palabras en categorías de contenido, recuento de categorías de contenido, reelaboración basada en categorías y concurrencias, análisis factoriales exploratorios y confirmatorios ...No conviene olvidar, sin embargo, que el análisis de contenido es una técnica semejante, en lo fundamental, al resto de las técnicas de investigación explicadas. Por consiguiente: Los pasos o fases del análisis son fundamentalmente los mismos (marco teórico, hipótesis, muestreo, recogida de información, control de fiabilidad, validez. (p. 199)

Por lo tanto, para el análisis del testimonio recuperado a través de las entrevistas se utilizan las siguientes categorías de análisis:

1. La promoción y educación para la salud.
2. Fomento de la activación física regular.
3. El acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que faciliten una alimentación correcta.
4. La cotidianidad escolar.
5. La cotidianidad familiar.
6. El entorno obesigénico.

Las primeras tres categorías de análisis son los ejes fundamentales del ANSA, y los últimos tres, son respuesta al marco teórico, puesto que la vida cotidiana familiar y escolar, responden a las teorías de la vida cotidiana de Agnes Heller y Alejandro Spiegel, respectivamente. Y finalmente el análisis de los entornos corresponde a Erving Goffman. Donde se utiliza el software *ATLAS.TI*⁵¹ como herramienta tecnológica para el análisis de las entrevistas e ilustración del contenido analizar.

El lugar, al ser ANSA en su contexto escolar, para la educación básica, se toma que debe ser cumplido en todo el territorio mexicano, por lo tanto cualquier escuela de educación básica primaria puede ser tomado como caso de estudio, pero se rescata utilizando datos de INEGI⁵², al Distrito Federal, ya que es el primer lugar en sobrepeso infantil con 47.9% y 22.4% sujetos con obesidad, por cada 100 habitantes, como se muestran en el cuadro 3.1, elaborada a partir de los datos de INEGI de sobrepeso y obesidad por estado, señalando solamente los diez primeros lugares respectivamente.

De esta manera, se toma el Distrito Federal para poder realizar el estudio de caso, ya que el sobrepeso es una etapa antes de llegar a la obesidad, por tanto las medidas del ANSA son para evitar llegar a ser el Distrito Federal el primer lugar en obesidad infantil en los próximos años y disminuir los caso ya establecidos de obesidad infantil.

También a partir de los datos estadísticos recolectados por INEGI y su relación con el sobrepeso y obesidad infantil, se considera a un alumno de cuarto año de primaria, puesto, que este tipo de alumnos cuenta con una edad de 9 años de edad y cuyo estrato es el primero en sobrepeso en todo el territorio nacional y el segundo lugar en obesidad infantil, apenas 1.7% por cada 100 habitantes, debajo del primer lugar que son edades de 8 años, esto se puede apreciar en el cuadro 3.2.

⁵¹ Para mayor comprensión de los esquemas, revisar el manual de ATLAS.TI versión 2.4, llamado *Análisis cualitativo de datos textuales con ATLAS/ti*.

⁵² Los datos del INEGI son revisados para esta investigación en el año 2014, donde la página oficial de internet de esta institución muestra los datos más actuales hasta el año 2010.

Cuadro 3.1**Primero lugares de sobrepeso y obesidad en México.**

PRIMEROS DIEZ LUGARES DE SOBREPESO Y OBESIDAD INFANTIL EN MÉXICO			
ESTADOS	SOBREPESO	ESTADOS	OBESIDAD
Distrito Federal	47.9%	Yucatán	30.1%
Baja California	45.4%	Colima	28.7%
Baja California Sur	43.7%	Baja California Sur	27.7%
Yucatán	42.6%	Chihuahua	26.1%
Edo. de México	42.1%	Baja California	25.7%
Campeche	39.9%	Tamaulipas	24.7%
Jalisco	39.7%	Nayarit	24%
Tamaulipas y Nayarit	38.6%	Sinaloa	23.8%
Quintana Roo	35.6%	Distrito Federal	22.4%
Nuevo León	34.8%	Campeche	22.4%

Creación propia a partir de INEGI. Secretaría de Salud, INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, 2006. Procesó INSP. Fecha de actualización: Miércoles 1 de diciembre de 2010. Por cada 100 habitantes.

Cuadro 3.2**Sobrepeso y obesidad infantil por estratos de edad.**

Prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población de 5 años y más por edad según sexo, 2006						
(Por 100 habitantes de 5 años y más)						
Edad desplegada	Sobrepeso			Obesidad		
	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
Población de 5 a 11 años	16.5 %	18.1 %	34.6 %	9.4 %	8.7 %	18.1 %
5 años	12.9 %	12.6 %	25.5 %	4.8 %	8.6 %	13.4 %
6 años	14.5 %	13.7 %	28.2 %	9.8 %	7 %	16.8 %
7 años	13.4 %	16.1 %	29.5 %	7.8 %	10 %	17.8 %
8 años	13.9 %	17.5 %	31.4 %	12.3 %	8.9 %	21.2 %
9 años	21.2 %	23.2 %	44.4 %	11 %	8.5 %	19.5 %
10 años	17 %	20 %	37 %	8.6 %	10.3 %	18.9 %
11 años	21.2 %	21.8 %	43 %	11.3 %	7.7 %	19 %

Creación propia a partir de INEGI. Secretaría de Salud, INSP. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, 2006. Procesó INSP. Fecha de actualización: Miércoles 1 de diciembre de 2010, por cada 100 habitantes.

Por lo tanto, dentro de esta investigación por cuestiones de seguridad y privacidad, al igual que ciertas normas oficiales que tiene la SEP del contacto de personas ajenas a la escuela con los alumnos, y por ética profesional, no se usa el nombre de los entrevistados y el nombre de la escuela. De esta manera, la escuela donde se realizó el trabajo de investigación estas dentro de la Delegación Gustavo A. Madero, y se logró realizar las entrevistas, por el contacto laboral que tenía el investigador dentro de la primaria.

Para el instrumento que se utilizó para la recolección de datos, como fueron cuatro entrevistas estructuradas, se pueden ver el guion de entrevista en el anexo 2.

3.2.- LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS DE LA PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN DE LA SALUD POR PARTE DE LA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN BÁSICA PRIMARIA.

Para esta investigación es vital el saber cómo en la práctica se lleva a cabo la educación de la salud en cuestiones para prevenir, disminuir y erradicar los problemas de sobrepeso y obesidad, así, como de la obesidad infantil, dentro de las aulas de las escuelas primarias. Puesto que, ellos aún se encuentran en plena formación de conocimientos, habilidades, valores, etc. como lo afirma Gil (2012):

los niños entre cinco y 11 años de edad están en plena etapa formativa con una plataforma de valores no definidas, contrapuesto por lo que le ofrece sus padres y la televisión, al detectar este enfrentamiento de valores, las estructuras educativas deben de participar mediante el diálogo.
(p. 58)

Por lo tanto, se recupera el testimonio de los siguientes cuatro actores en cuestiones de promoción y educación para la salud:

PROFESOR: en la materia de ciencias naturales (...) cuatro horas a la semana (...) de nutrición, de alimentación, lo que es El plato del bien comer, el (*sic*) (*silencio*) La jarra del buen tomar, el clasificación de alimentos (*sic*) (...) pues que hay cierta porción de para desayunar como puede ser cereal, leche, este un pan tostado, m (silencio y piensa), un juguito, o hasta huevitos,

para la comida ya es un poquito más lo que es pus (*sic*) la tortilla llevar un poquito de carnes pollo, huevo, o pescado, y para la cena nada más podría ser lo que es este, la leche, un vaso de leche y un pan (...) más que nada para evitar la obesidad y saber, o sea llevarlo con los niños para que sepan ellos qué es lo que deben de comer y evitar el sobrepeso (...) pues de los productos industrializados es para conocer la (*silencio y piensa*), la porción que contiene cada uno y el saber si está bien comerlos o no (...) no nosotros namás (*sic*) nos basamos lo que es en el libro (...) bueno más que nada les trato de evitar lo más que se pueda que coman comida chatarra, siempre que les pido alguna comida para, (*silencio y piensa*) para algún convivio este si nos enfocamos haber tacos de guisados o pero evitando casi, un poco la grasa (...) dependiendo cuando se le cita al papá, para venir hacer la actividad, por decir, lo (*sic*) hacemos un instructivo ellos vienen y traen esta comida saludable, o cómo preparar cierto alimento y ellos viene (*sic*) explicando, y si participan (...) disponibles porque de hecho traen hasta (*silencio y piensa*) en una clase, pusimos qué niño tenía que traer lo que desayunaba, otros que comían, y otros que cenaban, entonces (*sic*) este con toda la disposición trajeron el alimento, en un plato y aquí, bueno lo explicaban y después se lo comieron.

NIÑO: nueve años (...) este e cuarto (*sic*) cuarto A (...) sí nos ha dicho de nutrición en el primer bloque (...) que hay que cuidar bien nuestro cuerpo (...) solo lo hicimos una vez en ese bloque pero ya pasamos al dos (...) es un plato que trae cereales verduras, frutas, alimentos de origen animal y leguminosas (...) es café, verde, azul y creo que rojo (...) es que, si hay que comer mucha fruta y verdura.

MADRE: gran parte de donde trabajo (...) yo trabajo en el poli (*sic*) (...) y llegan del mismo Politécnico nos llegan dar (*sic*) este pláticas (...) porque sí hay por ejemplo hacemos El plato del buen comer (...) porque es una guardería para niños, niños (*hace énfasis*) y les hacemos la comida yo estoy en la cocina.

VENDEDORA: eh, más o menos como por ahora no han venido los médicos pero viene como por fin de año (...) sí, viene (*sic*) varios médicos les enseñan a los niños a lavarse las manos eh (está pensando), le enseñan a cepillar los dientes, les enseñan varias cosas (...) en que por ejemplo ahora se vigila lo que coma el niño porque, porque antes los niños comían y no sabía uno ni qué comían, no, ellos compraban y digo nunca habíamos tenido una regla de que, por ejemplo se vigilara qué es lo que comen los niños. Por lo mismo, no para vigilar que el niño esté bien, esté sano e inclusive aquí hay un programa que se llama Saludarte. Entonces nosotros terminamos normal es hasta las dos y media, y ya los niños con los talleres que siguen en la tarde de parte de la delegación les traen la comida, por eso se llama salud, porque ellos les traen la comida arte (*sic*), arte porque por los eh (*piensa*), trabajos manuales que hacen y salud porque ellos les traen comida que ellos puedan comer los niños (...) más que nada, como le digo, para que haya más

higiene a los niños mejores alimentos que coman y pus (sic) haya más salud, porque un niño obeso esta propenso a cualquier enfermedad.

Como se puede apreciar el profesor imparte clases de educación para la salud solamente cuando es la materia de ciencias naturales, en ella es donde puede impartir clases de nutrición. En este libro hace referencia a *La jarra de buen beber*, que es una medida de concientizar al alumno de la importancia y la cantidad de agua natural que debe consumir, disminuyendo de esta manera el consumo de bebidas azucaradas, como son los refrescos y aguas de sabor, por mencionar algunas.

También habla de la clasificación de alimentos, es decir, el que son verduras, productos de origen animal, semillas, frutos, leguminosas etc., que esto viene con relación al aprendizaje de *El plato del bien comer*, el cual está dividido en una clasificación de alimentos, donde, a cada clasificación le corresponde un color, como son el verde, amarillo y rojo, de tal modo que se puede hacer una analogía de estos colores de *El plato del bien comer* como si este fuese un semáforo. De esta manera, el aprendizaje para saber en qué medidas se debe consumir los alimentos con la relación del color que tiene, se hace de una manera dinámica por lo cual, como nos dijera Alejandro Espiegel, de esta manera el conocimiento, al relacionarlo con cosas cotidianas hacen mayor su aprendizaje y su práctica.

De esta manera se pretende cambiar los hábitos alimenticios donde existe una elevada carga de contenido calórico, de grasas, de sales, entre otros, que llevan a los individuos con este tipo de hábitos, lleguen a padecer de sobrepeso u obesidad, y en este caso los infantes a padecer sobrepeso y obesidad infantil.

También como otro tipo de herramientas que no sea el libro de Ciencias Naturales, aunque el docente diga que solo se apega a lo que dice el libro, también utiliza otras técnicas como el etiquetado de los productos de los alimentos industrializados, para enseñar cómo se debe utilizar y consumir los alimentos por la porción de contenido calórico que el producto presente. Como otra medida utiliza los días en que se realiza algún tipo de convivio dentro de la escuela, para que en los platillos que los padres llevan para el consumo de los estudiantes, sean

alimentos lo más sano posible, es decir, que no se lleven para el consumo productos como son hamburguesas, papas fritas, hot dogs, quesadillas, etc., sino que se utilice para el consumo alimentos como son los guisados, alimentos que son de la cotidianidad del consumo de los infantes, al igual que se intenta que el consumo de alimentos industrializados, que es también de forma cotidiana, ahora tenga un uso más sano, al medir el consumo del producto por la porción de calorías que en verdad se deben consumir.

Por último, el profesor hace mención de una dinámica, donde los padres y los niños participaron, utilizando alimentos que consumen en su cotidianidad, ya sea a la hora de desayunar, comer o cenar, los padres y niños llevaron a la escuela los platillos que ingieren e hicieron una exposición y al final ingirieron el platillo.

De esta manera se presenta una autenticidad de la educación de la salud y su práctica, haciendo referencia de Spiegel (2003) diciendo:

Una experiencia es auténtica para un alumno si al mismo tiempo refiere a temas relevantes para las diferentes disciplinas, la sociedad y los intereses del chico. Es una vivencia que, a su vez, genera motivación genuina en los alumnos y en el docente...Así, la autenticidad esta en lo simultáneo: la escuela es auténtica si lo es para todos los alumnos, si es respetuosa, atiende y aprovecha la diversidad de cada uno, al tiempo que ofrece experiencias significativas para ello, para la sociedad y para la disciplina. (p.33)

Con esto se hace notar que el ANSA en su contexto escolar está funcionando, puesto que se lleva a cabo las medidas que está proponiendo, y como Alejandro Spiegel dice, se hace uso de la cotidianidad para poder aprender, entonces se puede inducir que hay bases sólidas para poder erradicar el problema de sobrepeso y obesidad infantil, sin embargo, el testimonio del niño refleja lo contrario, una sola clase de educación alimentaria al año, días espontáneos para realizar activación física en el aula y un descontrol en la venta e ingesta de productos alimenticios fuera y dentro de la escuela, son una realidad cotidiana, lo cual permite hábitos diarios que favorecen el sobrepeso y la obesidad infantil.

Por lo tanto, aún no tiene mayor práctica los hábitos saludables, es decir, sin una mayor incidencia de hábitos saludables, el sobrepeso y la obesidad infantil, no se pueden detener, en un primer momento.

Lo cual se puede ilustrar en el siguiente mapa 3.1, donde del lado derecho representa lo aprendido por el niño y el izquierdo lo enseñado por el profesor.

El niño dice y afirma lo que el profesor ha relatado, de cómo se lleva a cabo la educación de la salud por medio de la materia de Ciencias Naturales, como se observa en el cuadro [2:7][9], y como indicador de que en verdad se ha llevado esto a la práctica, el reconocer la existencia de *El plato del bien comer*, también menciona que esta educación es para cuidar de su cuerpo y debe comer muchas frutas y verduras, como afirma que lo hace en el cuadro [2:9][11].

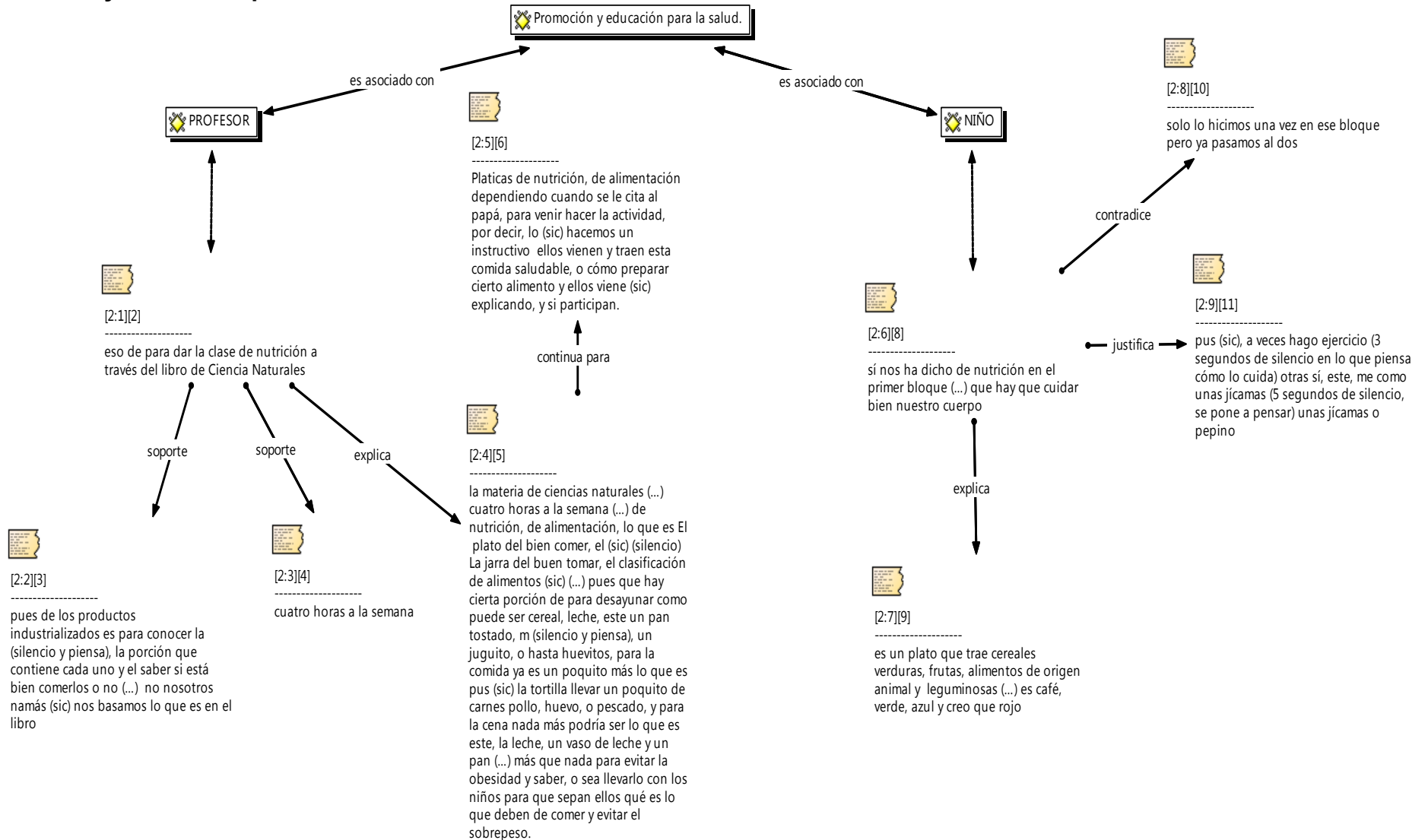
Pero lo importante es, cuando asegura en su discurso que solo lo han visto una vez como se aprecia en el cuadro [2:8][10], es decir, que dentro del libro existe un bloque donde se le presenta al niño este tipo de información, y una vez que pasan al siguiente bloque los temas cambian, y esto se queda en el pasado. En este momento hay una ruptura de lo que es la educación simplemente como dato informativo y como requisito del ANSA para que sede dé dentro de las escuelas y lo que es la práctica, pues bien diría Spiegel (2000):

De estas vivencias de incomunicación aprendemos la importancia de que los chicos perciban y reconozcan en nuestra enseñanza de valores que hay una intención en lo que se incluye y en lo que no; que hay una decisión de hacer las cosas de una manera determinada: qué no se trate de cumplir horarios, sino de una actitud comprometida. (p. 65)

De esta manera, al dejar en un solo tema visto la educación de la salud, y aunque el niño la conozca, y dentro de la escuela en los días en los que se llevan a cabo los diferentes tipos de convivio a lo largo del año escolar y se presenten alimentos sanos, hay un lapso de tiempo entre cada fecha demasiado grande para poder llamar esta actividad de forma cotidiana, por lo tanto es muy difícil llevar estos hábitos a la praxis.

Mapa 3.1

Promoción y educación para la salud.



Elaboración propia a partir del discurso del profesor y el niño entrevistados.

Entonces, aun cuando existan los lineamientos y la intención de cambiar los hábitos alimenticios por parte de una educación formal, no se presenta de forma determinada, por lo tanto, el alumno lo percibe y si no tiene esa credibilidad hacia su maestro y su institución, la educación no se vuelve cotidiana.

Asimismo, si el profesor desconoce la *Guía para directivos y docentes*, que es una herramienta elaborada por el ANSA, entonces no se puede hacer didáctico el aprendizaje, en palabras del autor se menciona "...para que un recurso sea utilizado en clase, el docente tiene que disponer del mismo. Esto ocurre cuando simultáneamente: sabe de la existencia del material...reconoce en él una herramienta útil para su tarea...puede utilizarlo cuando lo necesita." (Spiegel, 2000, p. 29). Cosa por la cual no se puede llevar a cabo lo estipulado por el ANSA.

Pero, dentro del ANSA y sus esfuerzos multisectoriales en contra de los problemas del sobrepeso y la obesidad, así como de la obesidad infantil, se encuentra el testimonio de la madre del niño, cuando dice que ella conoce de *El plato del bien comer* por parte de su trabajo, ella al trabajar en una guardería y estar pendiente de la alimentación de niños de corta edad necesita tener el conocimiento de qué deben consumir, pero ese conocimiento simplemente se queda para la hora de trabajar ya que a pesar de su conocimiento, en su vida cotidiana no lo realiza.⁵³

Por último, se rescata el testimonio de la vendedora, ya que ella menciona que una vez al año asisten médicos a la escuela para proporcionar información y diversas técnicas de higiene, esto hace notar la participación de la SSA en la promoción y educación para la salud dentro de la institución educativa. Y finalmente menciona que las personas que venden dentro de las escuelas tienen un reglamento.⁵⁴ El programa Saludarte es un proyecto implementado en escuelas de tiempo completo, hasta el momento son solo algunas escuelas del DF que cuentan con él, también tiene medidas para el problema de sobrepeso y obesidad

⁵³ De esto se hablará más tarde y con detalle en el apartado de cotidianidad en la familia.

⁵⁴ De este se hablará más, en el apartado de disponibilidad de alimentos.

haciendo que esto sea por sí solo sociológico, y es tema de otra investigación, por lo tanto, no se profundizará en esto.

3.3.- ACTIVACIÓN FÍSICA COMO MODELO ESTRUCTURAL DE LA EDUCACIÓN FORMAL EN LA CONSTRUCCIÓN DE HABITOS SALUDABLES.

El deporte como parte formadora e integradora de la sociedad contemporánea implementado por la educación lo podemos encontrar en tres vertientes, como recreación, por salud y estética, y una práctica competitiva. Esto permite una convivencia entre los individuos, formador de carácter, valores y de prácticas socialmente aceptadas.

Se presenta en esta investigación, un punto de análisis de la salud y estética que se produce a partir de realizar activación física, pero primordialmente la salud. Encontrando que las prácticas deportivas no son únicamente momentos de recreación física y mental sino de salud, al realizar una actividad con un ritmo constante encontramos beneficios como: un mejoramiento en las vías respiratorias, en los huesos, en la estética del cuerpo, en la autoestima del individuo, por mencionar algunos, esto permite que se reduzca y en el mejor de los casos no se concentre un exceso de grasa en el cuerpo, provocando primero sobrepeso y después obesidad.

En el ámbito escolar, y a partir de la puesta en marcha de ANSA se recatan los siguientes testimonios de los actores que son sujetos a la práctica de la enseñanza y la acción de realizar la actividad física dentro de la escuela, los cuales son el profesor y el niño.

PROFESOR: activación física en el salón (...) la activación son ejercicios que hacemos a través de una canción y dura de cinco a diez minutos, lo que duran una, dos canciones pues (...) diario (...) después de las doce (...) porque es cuando los niños ya están bien cansaditos y estresados (...) entonces es como relajarse y de cómo que se vuelven activar otra (*sic*) un poco más (...) a

activación física pus (*sic*) bueno es una indicación que el (*sic*) lo tomamos en junta de consejo para realizarlo, cada maestro con su grupo (...) tiene maestro de educación física, con dos horas a la semana (...) en el patio no pues es toda (*sic*) el patio de la escuela, suficiente espacio para realizarlo (...) yo he observado, lo que son cuerdas, aros, este pelotas, balones, este eh conos, que más tienen, resortes (...) tenemos el recreo activo el futbol (...) otros practican lo que es este básquet, otros juegan a la cuerda, otros juegan lo que es el memorama juegos de mesa.

NIÑO: pus (*sic*) nos dice la maestra que corramos, y corro, jugamos atrapadas a veces nos quedamos en el salón y agarramos algún material (...) aros, pelotas, cuerdas, hay unos tubos como para armar cosas m (*se pone a pensar*), que otra cosa, otra cosa, este (*se queda pensando*) (...) pero antes hacíamos activación física en el salón, él nos ponía música y empezábamos a brincar y eso (...) pus (*sic*) antes hacíamos activación física, pero ahora.

Como se puede apreciar, dentro de la escuela se lleva acabo dos formas de actividad física, 1) la que el profesor de aula (PA)⁵⁵ realiza con los alumnos dentro del salón en distintos momento del horario de clases, cuando no es el horario oficial de la materia y 2) el profesor especializado en la materia, el profesor de educación física (PE).

De esta manera, el profesor relata que durante su horario de clases, diario realiza activación física dentro del salón con un promedio de cinco a diez minutos, que cotidianamente lo hace después de las doce del día, con el fin de relajar y activar a los infantes que hasta este momento han acumulado cuatro horas de clases, no de manera corrida. De esta forma, sólo han sido tres horas antes del recreo que es a las once de la mañana, es decir, de ocho de la mañana a once, y cuando ha puesto en práctica la activación solo ha pasado poco más de treinta minutos del recreo, entonces ese tipo de actividad, es en gran medida, un medio de control de grupo para poder seguir con las dos horas y media que faltan de clases.

Pero, a pesar de que realiza estas acciones porque son indicaciones de la junta de consejo que realizan sin acepción cada viernes último de fin de mes, en todas las instituciones educativas (primarias) del país, no lo realiza de manera adecuada, ya

⁵⁵ Se le denominará profesor de aula al profesor entrevistado, ya que no es el quien imparte la materia de educación física de manera curricular, para este tipo de clases existe un profesor especializado en la materia, que por lo general es egresado de la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) o de la Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (ENED).

que en el ANSA se establece que, a pesar de las horas a la semana de la materia de educación física y del recreo, y en especial del recreo activo, que también realiza, y no lo hace con todos sus alumnos, ya que al decir que hace fútbol por cuestiones de espacio, tiempo, y preferencia de los niños, no todos participan, y al decir que los niños juegan memorama, y otros tipos de juegos de mesa, solo menciona de manera implícita que no realizan actividad física, de esta manera no cumple con rebasar más de treinta minutos diarios de actividad física los infantes a su cargo.

En lo que respecta al (PE), tiene al grupo del profesor por dos horas a la semana, dichas actividades las realiza en el patio de la escuela y cuenta con una diversidad de materiales, de los cuales los niños disponen. Como lo expresa el niño al relatar que dentro de las actividades que realiza, corre, usan aros, pelotas, cuerdas, etc., afirman que existe rutinariamente en la hora asignada de educación física, actividad física, mientras que al preguntarle si en el salón realiza alguna actividad, dice que antes sí y que ahora no.

A partir de esto, se puede inferir lo siguiente de él (PA): 1) no tiene conocimiento de qué tipo de actividades puede realizar dentro del salón de clases para la activación física, ya que sólo utiliza la grabadora como herramienta 2) a pesar de que es una indicación de la junta de consejo, no le proporcionan las herramientas necesarias para su realización y: 3) por lo tanto, también desconoce la guía que la CONADE crea para que los profesores realicen diversas actividades, con diferentes materiales que son del dominio cotidiano de los infantes, como son pelotas, botellas, mascadas, aros, entre otros, haciendo de esta forma más fácil la realización de la actividad física en cualquier ámbito de la vida cotidiana fuera de la escuela.

Y sí se utilizara algún recurso didáctico para la enseñanza de estas actividades, como dice el autor “Recurso didáctico puede ser cualquier cosa a la que el docente le reconozca utilidad para la clase” (Spiegel, 2000, p. 28). De esta manera, el alumno al asociar estos objetos con algún tipo de ejercicio no se limitaría a los gimnasios, los deportivos, salones de baile, por mencionar algunos

ejemplos, que son de cierta manera excluyentes de los tiempo y el alcance económico de los individuos, ya sean niños, jóvenes, adultos o personas de la tercera edad, y sobretodo presentando la actividad física de manera lúdica como lo dice en sus objetivos la guía “Promover la activación física de los alumnos a través de la realización de acciones lúdicas que acerquen a los estudiantes al conocimiento de la importancia de asumir un estilo activo de vida.” (CONADE, 2010, p. 7). Todo esto para realizar hábitos saludables.

Es por esto, que a edades tempranas los individuos tienen una mayor actividad física, en su mayoría de forma recreativa y en menor medida de forma organizada y competitiva, pero con el aumento de la edad y de los estilos de vida más urbanizados y sedentarios, estas actividades se reducen o se anulan. Y si, dentro de la educación formal y a temprana edad, no se le da las herramientas y se facilitan el realizar estas actividades, no se pueden generar hábitos saludables, por lo tanto, esta guía presenta una gama de oportunidades para modificar eso hábitos, es decir, para cambiar por hábitos sanos.

3.4.- EL ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILITEN UNA ALIMENTACIÓN CORRECTA DENTRO DEL CONTEXTO ESCOLAR.

El ANSA, establece cómo se debe desarrollar *El plato del bien comer* para poder tener el hábito de una alimentación correcta, para esto hay seis tipos diferentes de hacerlo⁵⁶, como son la alimentación completa, equilibrada, suficiente, variada, inocua, adecuada, todas estas se adaptan a las circunstancias, socio-económicas, de género, edad, etc., a la que los individuos están sujetos.

De esta manera, lo que importa a esta investigación es cómo los individuos involucrados como sujetos de acción del ANSA, llevan a cabo su alimentación

⁵⁶ Estas formas de alimentación ya se ha hecho mención detalladamente en el apartado de una guía para docentes y directivos: promoción y educación para la salud y un fomento de la actividad física.

poniendo especial atención en los infantes de las escuelas primarias, por esto se recupera los siguientes testimonios del profesor, del niño, su madre y una vendedora de la escuela, particularmente de la alimentación que se consume dentro de la institución educativa, la cual se dividirá en las siguientes categorías, para el acceso y disponibilidad de alimentos en el transcurso escolar: 1) la alimentación que el niño consume dentro de la escuela proporcionada por los padre (lunch); 2) los alimentos que se ofrecen a la venta dentro de la escuela (cooperativas); 3) los alimentos gratuitos que se distribuyen a los alumnos dentro de la institución educativa (AG); 4) se rescata el dinero que le dan a los niños para consumir dentro de las escuelas, como dinero para gastar (DPG) ya que esto sustituye al lunch en ciertos casos; 5) se encuentran los que tiene lunch y los que tienen dinero para gastar (LDPG); 6) y finalmente los que no tienen ni lunch ni dinero para gastar (NLDPG). Por lo tanto, se analizan los siguientes testimonios.

PROFESOR: nada más en la hora del recreo, es lo que comen, en la mañana, este, se toman nada más su leche y su cereal (...) dentro de la escuela de ocho a ocho diez (...) por parte (...) el DIF (...) de lunes a viernes (...) los papás les ponen comida chatarra, algunos (...) este eh, Sabritas, chicharrones, eh que otro, chocolates, dulces, o sea sí les ponen un poquito de (*se pone a pensar*) de comida chatarra (...) siento que los niños la *piden* (...) les ponen su sándwich (...) jugo o agua natural (...) no nada más son contaditos porque a los demás les ponen dinero para hacer consumo aquí en cooperativa (...) la mayoría de los papás trabajan, se les hace más fácil darles *dinero* (...) en la escuela pueden encontrar (...) comida eh, rica en frutas, en verduras, sin grasas, nada *capiado* (*sic*) nada empanizado, este casi es todo al *vapor* (...) muy buenos, son muy buenos para la salud, más que nada para evitar las enfermedades y las grasas (al decir grasas, lo dice con asco y hace gestos de asco) (...) comida están dos puntos de venta, de frutas este un punto, y de helados otro punto (...) helados también y pus (*sic*) dulces, pero los dulces son como lo que es palanquetas, obleas, este productos de, de amaranto.

NIÑO: es que hay como manzana deshidratada que no me gusta (...) *la* manzana deshidratada, una barra de granola, esa sí me la como una naranja también me la como y la leche la guardo porque (*se pone a pensar*) porque a mi hermano le *gusta* (...) solo me da mi dinero (...) me dan veintidós pesos (...) este eh me como, me compro este unos pepinos con chile y unas palomitas (...) pero o a veces me compro un agua simple yo (...) venden m (*piensa*) habas, pepitas, cacahuates, palomitas, fruta, melón, sandía, papaya, pepino, jícamas, venden gomitas,

quesadillas, pay de limón, hoy cakes y gomitas de pingüino, huevos que traen Choco Krispis adentro, que más, venden tacos, enchiladas.

MADRE: bueno en la mañana desayunó aquí (...) mando agua y este no sé algo que se compre.

VENDEDORA: vendiendo aquí en la escuela alimento para los niños (...) bueno yo les traigo arroz eh (piensa), frijoles refritos y les traigo ya sea guisado de verduras con carne o pollo con ensaladas, es lo que les *traigo* (...) son este, naturales (...) no, no yo coso el frijol y yo la (sic) sazono y yo lo traigo así (...) bueno yo pus (sic) productos naturales se puede decir que las verduras eh, el (*piensa dos segundos*), eh aquí no les podemos traer nada, cosa de que banderillas o productos embutidos nada de esos (...) eh, pus (sic) yo les traigo un día pollo, otro día les traigo carne, otro día les traigo huevo o, o sea voy variando (...) eh, les traigo arroz, frijol y ya sea huevo cocido o guisado o algún guisado de verdura, porque tengo que traer verdura (...) los maestros me encargan refresco, a los niños no se les vende refresco (...) sí, sí yo guiso en la mañana, ahorita todo lo que viene, viene caliente, viene fresco eh (*piensa*), los niños casi por lo regular son dos tacos, casi la mayoría hay quien se llega a comprar tres, hay quien nada más compra uno, pero es lo que compran los niños (...) eh, pus (sic) yo pienso que sí al dinero, porque hay papás que les dan más a los niños para gastar y hay quien les dé poco (...) mi hija vende frutas, vende esquites, elote, y pepita, cacahuete, palomitas (...) cada uno tenemos un cargo, por ejemplo yo soy de alimentos eh, como le vuelvo a repetir, mi hija trae las frutas, otras personas traen los postres, igual son postres que no sean dañinos para los niños y la otra señora que vende comida pero la verdad, pos (sic) hora sí que como estamos diferentes yo no veo qué trae ella y no este y ella no (...) eh (*piensa*), *bueno aquí, hay reglas (toso en lo que responde)* eh, tenemos una carta, este compromiso que la hacemos cada año, en comprometernos a traer cosas, que no sean dañino para los niños, qué sean verduras, qué sean cosas que no sean de grasa ni nada de eso, ¿no?, entonces aquí nosotros tamos (sic) comprometidos a eso, inclusive hay vigilantes, que vean que nosotros no traigamos, por ejemplo yo como ahora que les traje pollos, los traigo con verdura, con ensalada y así los maestros revisan qué es lo que trae uno (...) eh, bueno somos de cooperativa y lo (*piensa*), y hay maestros en cooperativa que son los que nos supervisan (...) sí, tenemos una carta, o sea, un papel donde nos dice qué podemos vender y qué no podemos vender (...) eh, mire la verdad la procedencia no sé qué, pero aquí los maestros no los entregan e inclusive o (sic) yo traigo mi papel que me dieron porque, porque en el momento que a mí me digan esto no se puede vender yo aquí tengo lo que puedo vender y lo que no puedo vender (...) yo cargo mi papel que me dieron, no los entregan aquí en la escuela no sé si ellos lo elaboran o de la SEP se los dan, pero ellos a (sic) los de cooperativa no los entregan (...) en que por ejemplo ahora se vigila lo que coma el niño porque, porque antes los niños comían y no sabía uno ni que comían, no, ellos compraban y digo nunca habíamos tenido una regla de que por ejemplo se vigilara qué es lo que comen los niños, por lo mismo, ¿no? para vigilar que el niño esté bien, esté

sano e inclusive aquí hay un programa que se llama Saludarte. Entonces nosotros terminamos normal, es (*sic*) hasta las dos y media, y ya los niños con los talleres que siguen en la tarde de parte de la Delegación les traen la comida, por eso se llama salud por que ellos les traen la comida arte, arte porque por los eh (*piensa*) trabajos manuales que hacen y salud porque ellos les traen comida que ellos puedan comer los niños (...) claro que sí, aquí hay encargados de eso, los niños tiene sus lavabos eh, (*piensa*) tienen aparte donde toman el agua, hay un control para sanidad.

Se analiza de forma cronológica desde el comienzo de las actividades escolares, la rutina que los infantes llevan en la práctica de la ingesta de sus alimentos dentro de la escuela. Así es como el profesor dice que ellos desayunan de ocho a ocho diez, una pequeña porción de alimentos que les proporciona el DIF, el cual consta de una leche y cereal, lo cual el niño afirma y complementa la alimentación dicha por su profesor, diciendo que ese cereal es una barra de granola, también le proporcionan una manzana deshidratada, y una naranja.

Esta forma de proporcionarle a los niños una alimentación sana, y permitirles tener un espacio para realizar esta acción dentro de la institución educativa, permite fomentar este tipo de cotidianidad como un recurso didáctico, en el aprendizaje de los hábitos alimenticios, como lo dice el autor “Si logramos que nuestros alumnos tomen conciencia de esta relación entre cajitas chicas y grandes, entre engranajes anidados, entre escena y escenario, también estaremos habilitando y facilitándoles la construcción de un nuevo modelo...” (Spiegel, 2003, p. 17). Por lo tanto, esta dinámica permite establecer como conocimiento qué tipo de alimentos y en qué horarios consumirlo, como parte de una alimentación llamada desayuno.

De esta manera, también se cumple por parte de las instituciones el distribuir alimentos que proporcionen una alimentación correcta, ya que se observa que tienen un producto de cada grupo de alimentos que *El plato del bien comer* presenta, por lo tanto, este desayuno es una alimentación denominada por el ANSA como “suficiente”, y asimismo, se aprecia el esfuerzo multisectorial. Y al realizar esta práctica de forma cotidiana, ya que el profesor dice que esto es diario, es decir, de lunes a viernes, que son los días que los niños asisten a clases, no existe un día en el que no se desayune antes de comenzar las clases, aunque, los infantes no desayunen en casa, lo hacen en la escuela, como es el

caso del niño entrevistado, donde se supone que él simplemente desayuna en la escuela, a pesar de que no es recomendable mandar al infante sin consumir alimentos antes de salir de casa. Para este periodo de tiempo y de alimentación se le reconoce como la alimentación gratuita dentro de la institución educativa.

Siguiendo el orden cronológico de un día de clases normal, se encuentra el siguiente espacio designado estructuralmente para la ingesta de alimento, donde también se presenta un espacio de ocio para los infantes, que es tratado de utilizar también como un espacio para realizar actividad física, pero en este momento es menester el análisis de la ingesta.

Como se presenta al inicio de este apartado, la alimentación dentro de la escuela se divide en seis categorías, hasta este momento solo se ha hablado de (AG), que es al inicio de las clases y antes del recreo, así pues, en este último se encuentran durante su espacio distribuidas las demás categorías de la alimentación, como pasa en el discurso del profesor entrevistado donde se pueden identificar el (lunch), (DPG) y (LDPG).

Primeramente, dentro del discurso del profesor entrevistado se identifica los diferentes alimentos que conforman el (lunch) que con cotidianidad consumen los infantes, como son el sándwich, jugos, aguas, Sabritas, chicharrones, chocolates, dulces, por mencionar algunos. De esta manera, los infantes que consumen estos alimentos, ingresan a su cuerpo productos altos en azúcares, calorías, sales, grasas, etc., que son dañinos para su salud.

Todo esto es proporcionado por los padres, que son alimentos que permiten el aumento de individuos con sobrepeso infantil que posteriormente consiguen tener obesidad infantil, siendo que en el ANSA y en sus manuales, se recomienda el uso de otro tipo de alimentos, donde las verduras y las frutas son predominantes, así también, los alimentos cocinados en casa para el lunch de los niños y no productos industrializados.

Dentro del tiempo del recreo, no solo existen infantes que consumen su (lunch), ya que existen sujetos que aparte de su lunch les proporcionan los padres dinero

para gastar (LDPG), fomentando de esta manera un consumo mayor de alimentos dañinos para la salud.⁵⁷

De esta forma, a pesar de que el profesor entrevistado dice que en las (cooperativas) el niño puede encontrar alimentos sanos, también hace mención que dentro de la escuela existen puestos de helados y de dulces, estos dos últimos puestos, según el ANSA, no deberían estar dentro de la escuela.

A pesar de esto, el niño entrevistado, dice que dentro de la escuela él puede consumir, aparte de una gran variedad de frutas, una gran variedad de alimentos poco saludables, como son las gomitas, huevos con Choko Krispis y quesadillas, contradiciendo de esta manera los argumentos de su profesor, al mencionar él, que los dulces que se venden son tradicionales y elaborados de materiales más naturales.

De esta manera, los infantes que tiene un (lunch) que no es saludable, más la posibilidad de consumir más alimentos dentro de la escuela por tener el poder adquisitivo, que los padres les proporciona (LDPG), encuentran una alimentación como son frutas picadas, guisados y golosinas “naturales”, como lo dice la vendedora, y lo afirma el profesor, al decir que son alimentos sanos, y de la misma manera lo confirma el niño , cuando dice que dentro de la escuela puede consumir frutas, haciendo esto, que se cumplan los lineamientos de poder tener acceso a una alimentación correcta dentro de la escuela, según el ANSA, pero no así, se ha eliminado por completo la venta de productos chatarra y no se ha regularizado las porciones que cada individuo debe consumir, ya que la vendedora lo afirma diciendo, que por lo general, los niños consumen dos tacos o hasta tres, según el dinero que tengan.

Asimismo, si los infantes que tiene un (lunch) que no es saludable y no miden sus porciones de comida que compran dentro de la escuela, aunque estas sean las más sanas posibles, el consumo en exceso también produce infantes con

⁵⁷ Para poder realizar el siguiente análisis de los sujetos en la categoría de (LDPG), se encuentran las (cooperativas) que son las que están dentro de las escuelas y los puestos ambulantes (PA), por lo tanto para no entrar en confusión primero se analizaran las (cooperativas) con este tipo de sujetos.

sobrepeso infantil que posteriormente al continuar con estos hábitos, se convertirá en obesidad infantil.

Pero al mismo tiempo que esto sucede con los sujetos que consumen dentro de la escuela (lunch) y (LDPG) y su interacción con las (cooperativas), están los sujetos que no tiene (lunch) y solo se les da dinero para gastar (DPG), como es el caso del niño entrevistado, ya que su madre solo le da dinero para gastar y un agua, y así lo afirma él, argumentando que solamente le dan \$22.00, pero él contradice lo dicho por su madre, al mencionar que luego no le ponen agua y él la tiene que comprar, es decir, que solo se le da esa cantidad de dinero para conseguir alimentos, aunado a que no desayuna en casa, y que parte de ese dinero es destinado al gasto de agua, su alimentación es muy limitada, y pobre, ya que no se puede decir que realice algún tipo de alimentación según el ANSA. Asimismo, el no ingerir alimentos durante lapsos muy grande de tiempo genera casos de sobrepeso y obesidad.

Además, también se encuentra los sujetos que no lleva lunch y no tiene dinero para gastar, y solo llegase a consumir los alimentos gratuitos, solo realizan una alimentación suficiente según el ANSA, que del transcurso de ocho diez de la mañana, a dos treinta de la tarde, que salen de la escuela los infantes, existen cinco horas con cincuenta minutos, sin ingerir alimentos, provocando también sujetos con sobrepeso y obesidad infantil, al llevar este tipo de cotidianidad.

Así pues, hasta este momento ya se ha mencionado a los sujetos en todas sus categorías para el consumo de alimentos dentro de la escuela, que solo se presenta durante el recreo y antes del comienzo de clases, ahora es menester analizar la estructura de la organización de la venta de estos productos dentro de esta escuela primaria.

En el caso de esta escuela, dice la vendedora entrevistada que cada persona que vende dentro de ella, ofertan diferentes cosas según el cargo, entre los que podemos encontrar, los que venden comidas (dos puestos), el de frutas (un puesto), y postres (dos puestos).

Como se puede apreciar existen el doble de establecimientos de alimentos denominados postres, en los que se pueden consumir, pay, helados, hot cakes, entre otros, que de los que venden frutas, de la misma manera los establecimientos de guisados son mayoría, de esta manera los alimentos aunque se consideren sanos, propician un consumo mayor en *El plato del bien comer*, de cereales y leguminosas y alimentos de origen animal, es decir, los colores más consumidos son el amarillo y el rojo, colores que según la analogía del semáforo, son los que en menor medida se deben de consumir.

Así pues, el consumo de alimentos del segundo (color amarillo) y tercer grupo (rojo), propician una alimentación con tendencia a producir sobrepeso y obesidad infantil, dentro de las escuelas primarias, y este tipo de alimentos existen en su mayoría a pesar del conocimiento de los vendedores, ya que dice la vendedora, que ellos cada año firman un documento que les brindan las personas encargadas de la cooperativa, que está supervisada e integrada por profesores de la escuela y personas que venden dentro de estas, deben de ofrecer al público infantil alimentos sanos, e incluso hasta ella, al vender comida está obligada, a traer verduras, y a pesar de que no sabe la procedencia exacta de quien elabora el papel, se cumple con los lineamientos del ANSA, al proporcionar de forma accesible alimentos sanos a los niños, pero en mayor medida se siguen vendiendo alimentos dañinos para la salud, es decir, que a pesar que se intenta hacer un cambio en los hábitos alimenticios encaminados al sobrepeso y la obesidad, desde el consumo de los alimentos al alcance de los niños, la nueva propuesta de hábitos alimenticios sanos se ve derrotada por la cotidianidad actual.

3.5.- EDUCACIÓN FORMAL FRENTE A LA COTIDIANIDAD ESCOLAR.

Para esta investigación el hecho de recabar y analizar el ANSA, en sus tres ejes fundamentales en la práctica de la escuela primaria, a través del testimonio de sus sujetos de acción, limita la comprensión y el hecho del aumento de los individuos con sobrepeso y obesidad infantil, en el territorio mexicano y en especial el DF.

De manera que, si solo se observaran los aspectos como el reglamento que se le impone a la vendedora para poder vender dentro de la escuela, la información establecida en todos los libros de primaria de ciencias naturales del país, de la importancia de la actividad física y del *El plato del bien comer*, como también las indicaciones que se dan cada fin de mes de llevar acabo actividad física dentro del aula, la existencia de los manuales por parte del ANSA y la CONADE, para capacitar docente de cómo se debe llevar una calidad de vida que gire alrededor de hábitos saludables y el esfuerzo multisectorial entre el DIF, la SEP, la CONADE, SSA, CONAGUA, por mencionar algunos, se pudiera decir que, con todo esto los índices de sobrepeso y obesidad infantil, disminuirían, y los hábitos dentro del espacio de la institución primaria son saludables.

Por lo tanto, se recuperan los testimonios de los siguientes sujetos, profesor, niño y madre, de manera que, aunque ya se han hecho mención de ciertos fragmentos de la entrevista, dentro de las categorías de análisis pasadas, no se pueden separar radicalmente en este apartado, puesto que algunas forman parte de la cotidianidad escolar como se aprecia a continuación. Al preguntarles sobre lo siguiente: ¿cuáles son los hábitos alimenticios, de activación física y los entornos donde se desenvuelven los infantes dentro de la escuela primaria, para analizar la incidencia de la educación para la salud en la cotidianidad escolar?

PROFESOR: cuarto grado, y edades entre ocho y nueve años, seis horas y media dentro de la escuela (...) lo que es la materia de ciencias *naturales* (...) cuatro horas a la semana (...) de nutrición, de alimentación, lo que es El plato del bien comer, el (*sic*), La jarra del buen tomar, el (*sic*) clasificación de alimentos (...) pues que hay cierta porción de (*piensa dos segundos*), para

desayunar como puede ser cereal, leche, este un pan tostado, m (*piensa*), un juguito, o hasta huevitos, para la comida ya es un poquito más lo que es, pus (*sic*) la tortilla, llevar un poquito de carnes, pollo, huevo, o pescado, y para la cena nada más podría ser, lo que es este, la leche, un vaso de leche y un pan (...) más que nada para evitar la obesidad y saber, o sea, llevarlo con los niños para que sepan ellos qué es lo que deben de comer y evitar el sobrepeso (...) desayunan dentro de la escuela de ocho a ocho diez (...) de lunes a viernes (...) pues no toda la consumen, porque no les gusta la leche (...) en el recreo comida eh, rica en frutas, en verduras, sin grasas, nada capiado (*sic*), nada empanizado, este casi es todo al vapor (...) muy buenos, son muy buenos para la salud, más que nada para evitar las enfermedades y las grasas (*al decir grasas, lo dice con asco y hace gestos de asco*) (...) comida están dos puntos de venta, de frutas este un punto, y de helados otro punto (...) helados también y pus (*sic*) dulces, pero los dulces son como lo que es palanquetas, obleas, este productos de (*piensa*), de amaranto (...) la mayoría de los papás trabajan, se les hace más fácil darles dinero (...) la activación son ejercicios que hacemos atreves de una canción y dura de cinco a diez minutos, lo que duran una, dos canciones pues (...) diario (...) después de las doce (...) entonces es como relajarse y de cómo que se vuelven activar otra (*sic*) un poco más (...) si algunos (...) gorditos (...) sí, sí, este sí los hieren, ¿no? porque están gorditos y sí este los insultan, bueno aquí hasta ahorita hemos evitado eso, pero bueno de envés (*sic*) en cuando si se escapa una palabrita por hay (...) no les da igual, (*con su mano y sus gestos faciales hace notar que no les importa*) mff (*se ríe*) sí, sí les da igual. De hecho este, nosotros aquí los cuidamos mucho y salen de la escuela y vuelven a lo mismo, llegan a casa y les compran todo lo que les piden, pus (*sic*) entonces como que todo sale muy contradictorio (...) sí existen puestos, pero la verdad no he observado qué es lo que vendan, porque, este yo llego muy temprano, cuando llego, los puestos no se ponen.

MADRE: bueno en la mañana desayunó aquí.

NIÑO: nueve años (...) este eh, cuarto, cuarto A (...) sí nos ha dicho de nutrición en el primer bloque (...) que hay que cuidar bien nuestro cuerpo (...) solo lo hicimos una vez en ese bloque pero ya pasamos al dos (...) no, no desayuno los desayunos que dan, es que no me gustan (...) la manzana deshidratada, una barra de granola, esa sí me la como, una naranja también me la como y la leche la guardo porque, porque a mi hermano le gusta (...) venden m (*piensa*), habas, pepitas, cacahuates, palomitas, fruta, melón, sandía, papaya, pepino, jícamas, venden gomitas, quesadillas, pay de limón, hot cakes y gomitas de pingüino, huevos que traen Choco Krispis adentro, que más, venden tacos, enchiladas (...) me compro, este, unos pepinos con chile y unas palomitas (...) pus (*sic*) nos dice la maestra que corramos, y corro, jugamos atrapadas a veces nos quedamos en el salón y agarramos algún material (...) aros, pelotas, cuerdas, hay unos tubos como para armar cosas m (*piensa 4 segundos*), qué otra cosa, otra cosa, este (*piensa*) (...) pero

antes hacíamos activación física en el salón, él nos ponía música y empezábamos a brincar y eso (...) pus (*sic*) antes hacíamos activación física, pero ahora.

Como se muestra, dentro de la escuela primaria, el horario establecido es de ocho de la mañana a dos treinta de la tarde, periodo de tiempo en el cual los sujetos dentro de esta institución realizan diferentes actividades, pero como objetivo principal es el de formar individuos con los conocimientos generales más básicos, entre los cuales se encuentran el fomento de hábitos saludables, los cuales son menester de esta investigación, encontrando dos premisas importantes para poder llevar esto a cabo, el de enseñar y aprender, según sea docente o alumno, respectivamente, donde este tipo de aprendizaje se realiza dentro de un periodo más grande de tiempo, que el sólo hecho de las horas de clases por día, pues el transcurso de acreditar la educación básica es de seis años, y es la institución educativa pública y obligatoria que tiene tanto tiempo dentro de ella a los individuos de la población mexicana.

De esta manera, se ha distribuido el transcurso del tiempo donde los sujetos están inmersos, en años, cada año para acreditarlo en bimestres, cada bimestre en semanas, esas semanas en horas (seis horas), y esas horas en materias, donde se le presentan a los infantes diversas materias, como Matemáticas, Español, Geografía, Ciencias Naturales, etc., esta última es donde el profesor entrevistado le corresponde enseñar lo expuesto en el libro, materia que tiene cuatro horas a la semana, y él dice que se presentan referente a la educación de la salud, temas como *El plato del bien comer* y *La jarra del buen beber*, herramientas de las cuales se desprenden clases de nutrición, y que es reforzado lo enseñado con la alimentación proporcionada por el DIF y el papel, que obliga a vender frutas y verduras a la vendedora, haciendo de esta manera práctico el conocimiento de los hábitos saludables.

Sin embargo, existen prácticas dentro de la escuela que superan las ya mencionadas, haciendo de esta manera una tergiversación de la realidad que debe presentarse a un auditorio, el cual es la sociedad como nos dice autor “Cuando pensamos en aquellos que presentan una falsa fachada o <<sólo>> una

fachada, en aquellos que fingen, engañan y defraudan, pensamos en una discrepancia entre las apariencias fomentadas y la realidad.”(Goffman, 2009, p. 74). Es decir, se presenta el ANSA con todo su deber ser, pero la realidad expresa el no poder ser.

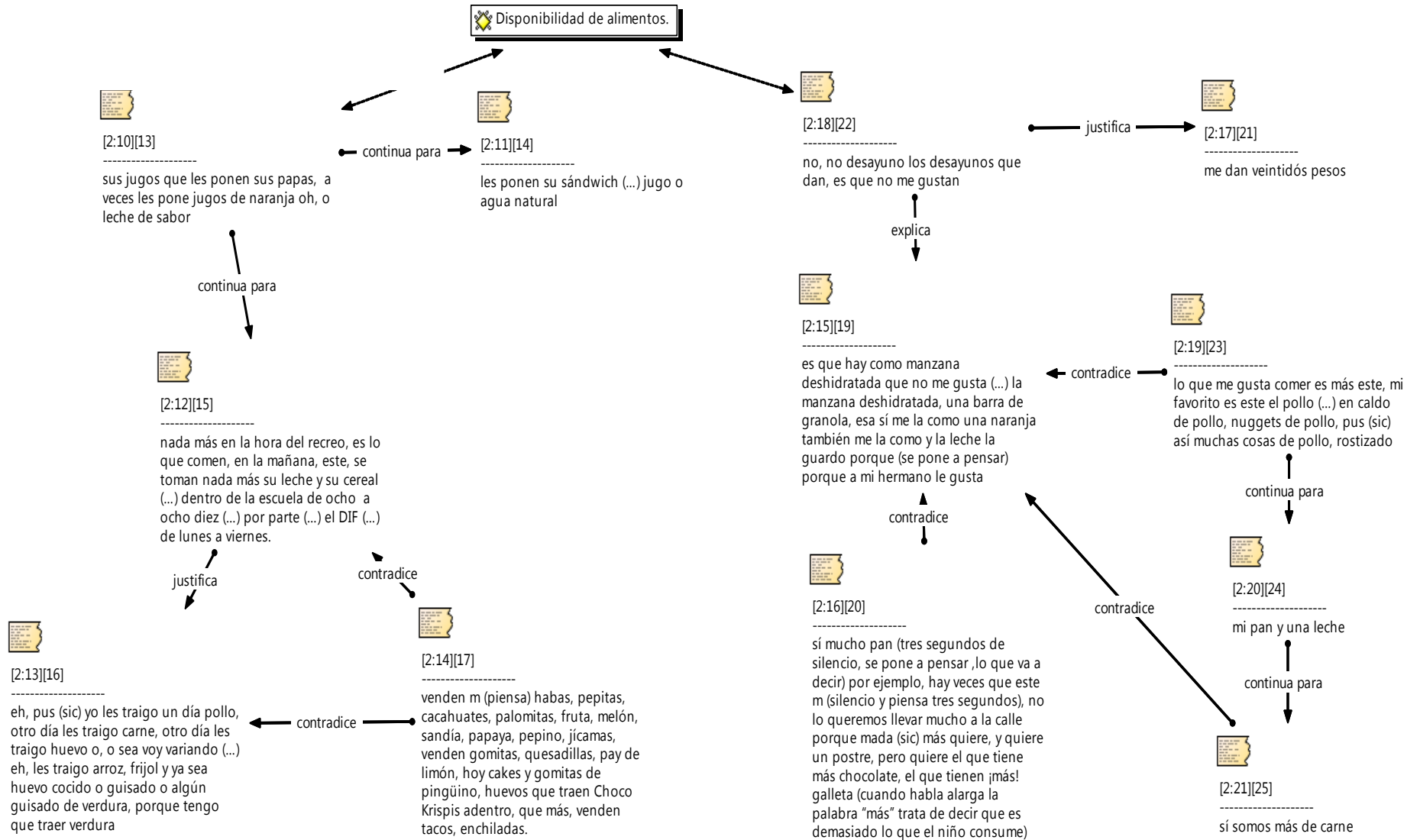
Como ejemplo, a pesar de que se les proporciona alimentos gratuitos, los infantes no los consumen, por lo que se infiere lo siguiente: 1) dentro de sus hábitos alimenticios no están este tipo de alimentos; 2) y este tipo de alimentos gratuitos no son consumidos porque no contienen la cantidad de azúcar que ellos acostumbran, pues estos alimentos tiene un contenido específico que es dirigido a los infantes. Como sucede en la cotidianidad escolar del niño, donde la madre supone y deja la responsabilidad del desayuno a la institución educativa, mientras que el niño entrevistado en realidad no desayuna de manera saludable, ya que él guarda la leche para su hermano. Esto hace que su ingesta, al faltar un ingrediente, realiza una alimentación denominada inocua⁵⁸ según el ANSA, que a pesar de eso genera sobrepeso y obesidad, en este caso obesidad infantil, que es una enfermedad crónica no transmisible. Por lo tanto, sus hábitos alimenticios, a pesar del conocimiento que tiene a partir de lo enseñado en clase, no son reproducidos a pesar de tener el acceso y disponibilidad de una alimentación sana. Para ilustra esto, véase el mapa 3.2.

Partiendo también de lo siguiente no se puede llevar acabo un cambio en sus hábitos alimenticios: 1) dentro de la institución educativa existe la contradicción de los alimentos saludables que se presentan en las clases, con los que se pueden comprar a la hora del recreo como se ve en el cuadro [2:14][17], ya que a su venta existen también productos altos en contenidos calóricos y él tiene acceso a ellos, y los que son adecuados para tener una alimentación saludable, no tiene un control de consumo, y el exceso de estos es dañino para la salud.

⁵⁸ Simplemente es una alimentación donde no se corre riesgo de contraer alguna enfermedad y su distribución cumple con las normas sanitarias.

Mapa 3.2

Disponibilidad de alimentos.



Elaboración propia a partir del discurso del profesor, el niño, la madre y la vendedora entrevistada.

Sin embargo, para las personas que los venden, lo importante es vender todo el producto, de esta manera la ganancia es mayor, y no existen pérdidas y; 2) como se puede apreciar del lado derecho del mapa, se encuentran los alimentos que el niño entrevistado prefiere consumir, alimentos que, según *El plato del bien comer* se debe ingerir moderadamente.

Lo que permite observar que se presenta por parte de la institución educativa, una fachada de una actuación cínica, puesto, qué parece que el ANSA funciona como debe pero la realidad presentada es encaminada, por hábitos que producen sobrepeso y obesidad, en palabras del autor “La coherencia expresiva requerida para toda actuación señala una discrepancia fundamental entre nuestros <<sí mismos>> demasiado humanos y nuestros <<sí mismos>> socializados.” (Goffman, 2009, p. 71). Esto se puede apreciar, en el cuadro [2:19][23] dicho por el niño entrevistado, donde, contradice sus gustos alimenticios, con la cotidianidad ofrecida por las instituciones.

Pero dentro de la práctica del niño entrevistado, prefiere guardar ese dinero para comprar un juguete a la salida, en los puesto ambulantes⁵⁹, y aunque no use ese dinero para una alimentación poco saludable, independientemente de lo que compra en golosinas, como las gomitas, el destinar ese recurso para algo que no puede consumir sea sano o no, también es un factor que produce sobrepeso y obesidad infantil, ya que si no desayuna en casa, ni en la escuela y menos durante el transcurso del horario escolar establecido para el consumo de alimentos, al término de la jornada, él habrá pasado un promedio mayor de seis horas sin alimentarse.

También, se encuentra dentro de la escuela, la educación para realizar hábitos más activos, como es el ejercicio, y siendo que el niño entrevistado recibe esa educación obligatoriamente dos horas a la semana, y se divierte al hacerlo, es muy poco tiempo para tener un impacto en la conformación de estos tipos de

⁵⁹ De estos puestos no se hace mención como acceso y disponibilidad de alimentos, porque a pesar de que sí están al alcance y disponibilidad de los infantes, esa categoría según el ANSA solo corresponde a los establecimientos dentro de la escuela, pero no por eso no se tomará en cuenta, puesto que estos son parte de un entorno obesigénico de lo cual se hablará con más detalle, en un apartado próximo.

hábitos saludables y alejados del sedentarismo. Siendo también que al profesor entrevistado, se le dice cada mes que realice esta actividad, le deja toda responsabilidad a la materia obligatoria, pues el niño dice que antes lo hacían, respuesta que contradice al discurso del profesor y resta tiempo y práctica de hábitos saludables, de esta forma se presenta la realidad de la cotidianidad escolar en esta primaria.

3.6.- ENTORNO OBESIGÉNICO ESCOLAR.

Para que los sujetos de acción del ANSA, puedan llevar a cabo una educación para la salud como se lo propone el acuerdo, y que permita modificar sus hábitos en promoción de realizar hábitos saludables, es necesario utilizar diferentes herramientas y espacios, que estos incluyen en la actualidad aspectos dentro de la institución educativa, que contradicen y limitan el funcionamiento de éste, haciendo que el implementar un cambio en los hábitos poco saludables y que llevan al sobrepeso y la obesidad infantil, sea lento y poco funcional.

Para poder analizar dentro de este aparatado de la investigación, lo que respecta al entono obesigénico, piénsese como Erving Goffman, como si fuera una obra de teatro y el espacio en que los sujetos se desenvuelven dentro del escenario (medio), y en cada medio le corresponde un rol a los sujetos dentro de este, donde se realice una acción acorde a ella (actuación), donde en esta escenografía existe una gran variedad de utilería para su interacción entre sujetos y entorno, para poder llevar a cabo una “función”, que para motivos de esta investigación es llevar acabo hábitos saludables, dentro de la cotidianidad de cada individuo.

Con esta lógica se presentan las siguientes experiencias de vida dentro de la institución educativa, para ilustrar mejor cómo se compone el entono obesigénico en el contexto escolar.

PROFESOR: los papás les ponen comida chatarra, *algunos (...)* este eh, Sabritas, chicharrones, eh que otro, chocolates, dulces, o sea sí les ponen un poquito de, de comida chatarra (...) siento que los niños la piden (...) no nada más son contaditos porque a los demás les ponen dinero para hacer consumo aquí en cooperativa (...) la mayoría de los papás trabajan, se les hace más fácil darles dinero (...) comida están dos puntos de venta, de frutas este un punto, y de helados otro punto (...) helados también y pus (*sic*) dulces, pero los dulces son como lo que es palanquetas, obleas, este productos de, de amaranto (...) fuera de la escuela (...) sí existen puestos, pero la verdad no he observado qué es lo que vendan, porque, este yo llego muy temprano, cuando llego los puestos no se ponen (...) en el recreo activo (...) bueno no todos porque hay niños que, na (*sic*) más les gusta estar sentado y comiendo (...) que quitara todos los puestos de allá fuera (...) pus (*sic*) los comentarios que yo he escuchado es que sí venden mucha comida este e capiada (*sic*), comida chatarra, este jugos de sabores, y eso no les ayuda a los niños (...) por parte de la Delegación (...) no pues no podemos hacer nada ya que eso es en él, es fuera del área de la escuela (...) los niños con obesidad (...) sí algunos sí, sí, este sí los hieren, ¿no? porque están gorditos y sí este los insultan, bueno aquí hasta ahorita hemos evitado eso, pero bueno de envés (*sic*) en cuando sí se escapa una palabrita por hay (...) no les da igual, (*con su mano y sus gestos faciales hace notar que no les importa*) mff (*se ríe*) sí, sí les da igual. De hecho este, nosotros aquí los cuidamos mucho y salen de la escuela y vuelven a lo mismo, llegan a casa y les compran todo lo que les piden, pus (*sic*) entonces como que todo sale muy contradictorio.

NIÑO: Nutrición en la escuela (...) pus (*sic*) es que solo lo hacemos una vez (...) solo lo hicimos una vez en ese bloque pero ya pasamos al dos (...) no, no desayuno los desayunos que dan, es que no me gustan (...) me compro este unos pepinos con chile y unas palomitas (...) pus (*sic*) na (*sic*) más (...) dos pesos de gomitas (...) solo me da mi dinero (...) me dan veintidós pesos (...) en la escuela venden (...) venden m (*piensa*), habas, pepitas, cacahuates, palomitas, fruta, melón, sandía, papaya, pepino, jícamas, venden gomitas, quesadillas, pay de limón, hot cakes y gomitas de pingüino, huevos que traen Choco Krispis adentro, que más, venden tacos, enchiladas (...) pus (*sic*) antes hacíamos activación física, pero ahora no.

MADRE: pus (*sic*) luego que con los niños, porque luego hasta nos mandan hablar porque nada más andan corriendo.

VENDEDORA: los maestros me encargan refresco, a los niños no se les vende refresco (...) eh, claro que si porque por ejemplo ah oh (*sic*), antes vendía uno tortas vendía unos sanguish (*sic*), vendía uno banderillas, vendía uno cosas que pudieran ir fritas, tacos dorados, quesadillas, y ahora ya no se vende nada de eso (...) pues mire, mi opinión es, que está bien, porque más que nada es para la salud ¿no? que no allá niños obesos, pero lo que sí yo veo, en mí, y debe no sé si yo esté mal, pero debe de haber una supervisión tanto a dentro como a fuera, porque, porque a nosotros

aquí adentro nos vigilan que no traigamos cosas fritas, que no traigamos cosas que les hagan daño a los niños, nada de chicharrones, nada de frituras, en cambio aquí na (sic) más atraviesan la puerta y todo eso les venden (...) mmf, ahí les venden chicharrones, les venden eh los estos chetos, les venden de todo y los papás adentro de la escuela, se ponen muy exigentes con nosotros y afuera ellos mismo les compran (...) eh, pus (sic) yo les traigo un día pollo, otro día les traigo carne, otro día les traigo huevo o, o sea voy variando.

Como ya se ha hecho mención, fragmentos de los discursos de los individuos se repiten en las diferentes categorías de análisis, puesto que no es posible su separación exclusiva de un apartado, pero sí su análisis en la lógica correspondiente. Ya que su carga de significados es demasiada y es menester una análisis a profundidad de cada una.

De tal manera, se identifican dentro del medio (escuela primaria), las siguientes regiones; el desayuno antes del comienzo de clases, el aula (salón de clases normales), clases de educación física, recreo y espacio fuera de la escuela.

El esfuerzo sectorial por parte de las instituciones, provee a los infantes de un desayuno dentro de la escuela, el cual cumple con las normas establecidas por el ANSA, de esta manera la fachada de las instituciones es bien vista. Pero, a pesar de dicho escenario saludable, no todos los individuos cumplen con su rol, como el caso del niño entrevistado, que no ingiere por completo dicho desayuno, ya sea por sentimentalismo, aprecio, gusto etc.

En este orden, se puede identificar que dentro del salón de clases se lleva a cabo la educación de la salud, por medio del libro y la clase de Ciencias Naturales, en este espacio y con los materiales adecuados se lleva la función de educar y tener hábitos saludables, así se realizan los tres diferentes tipos de roles, los individuos que actúan (profesor y alumnos), para quienes se actúa (auditorio) que es el ANSA, y los extraños, el resto de la sociedad.

De esta manera, la fachada toma forma, puesto que sí, dentro de la educación básica, la educación para la salud es una realidad, en cuanto información, ya que en práctica se realiza en menor medida, como lo dijo el niño entrevistado, esto solo lo hicieron una sola vez, y el hecho de no ser siempre de forma cotidiana no

produce un cambio en la cotidianidad que fomenta el sobrepeso y la obesidad infantil, ya que la cotidianidad que no es sana siempre se realiza.

El mismo caso de la actividad física, por parte de un profesor especializado en la materia, ya que la actividad se realiza de forma normal, dentro de su espacio y tiempo, pero no es suficiente, puesto que la región donde el profesor de aula, no realiza dicha actuación, como lo manifiesta el niño, entonces si no se realiza esta cotidianidad de actividad física, se realiza entonces una cotidianidad sedentaria, ocasionado por un escenario donde no existe actividad física, y como resultado se fomenta el sobrepeso y la obesidad infantil.

Ahora bien, el profesor entrevistado dice, que a pesar de que existen medidas dentro de la escuela primaria, de conformar hábitos saludables a partir de una educación formal, promoviendo el consumo de alimentos saludables como lo son el consumo en mayor medida de alimentos del grupo uno, como *luch escolar* o en todo caso una porción adecuada para los infantes de todos los componente de *El plato del bien comer*, con la cual realice una alimentación correcta para su salud, los padres proporcionan alimentos chatarra, que son consumidos en la escuela, durante el recreo.

De esta manera, dentro del medio se encuentran como *utilería* los alimentos chatarra, que los infantes utilizan para llevar acabo la actuación de alimentarse, que se puede identificar como una acción dentro de una región anterior (recreo), puesto que su actuación aparenta seguir las normas de alimentarse dentro del espacio destinado a esta actividad, y sí lo realiza, pero el contenido de esa ingesta es dañina, propiciando un actuación *sínica*, que aunque el fin que buscan para ellos mismos no es el de padecer sobrepeso y obesidad infantil, sí es el de ingerir alimentos del dominio popular, y gusto personal, provenientes de la industria alimentaria que produce para el público infantil. Ya que este tipo de alimentos dice el profesor entrevistado, lo piden los niños a los padres.

De esta manera, dentro del medio se encuentran alimentos chatarra, que a pesar de que no todos la consumen están en el escenario, provocando una interacción, la cual es, el querer consumir productos que el resto de los demás consumen.

De la misma manera, los infantes con poder adquisitivo en esta región anterior, ya sea que tengan lunch y dinero o este último sustituya al primero, pueden consumir alimentos dentro del medio, por parte de las cooperativas, donde las herramientas para realizar la función de alimentarse sean sanas, según el reglamento que obliga a los vendedores, a ofrecer frutas y verduras, también se encuentran productos pocos sanos y no existe algún ente o reglamento, que limite el rol de consumidor dentro de esta región.

Dentro de los productos que hoy día se venden en la primaria, en palabras de la vendedora entrevistada, ha habido un cambio, ya que antes se vendían productos llamados chatarra o fast foods, alimentos que tiene en su preparación un alto contenido de grasas, sales etc., que son cambiados por productos establecidos por el ANSA, como sanos y a pesar del cambio de utilería en el escenario, los hábitos al consumo y al exceso de ingerir alimentos que dentro de sus ingredientes se encuentran en el tercer grupo de *El plato del bien comer*, no han cambiado.

Aparte de la ingesta de alimentos, dentro de esta región anterior, se promueve la actividad física por medio del recreo activo, pero esta acción tiene dos contradicciones en la práctica, la primera es que no todos cumplen el rol de esta actividad, pues no se disponen a realizar su ingesta o no les agrada la actividad y se prefiere otra más sedentaria, como los juegos de mesa y la segunda es que los docentes no permiten que los niños corran como dice la madre entrevistada, que la han mandado a llamar por esa acción de su hijo, actividad que de forma lúdica permite la actividad física. Esto, de manera indirecta, provoca que los infantes busquen alternativas más sedentarias.

También dentro de este medio se encuentran regiones que promueven un entorno obesigénico, como es el caso de los puestos ambulantes⁶⁰ que se ubican fuera de las escuelas, donde el tipo de alimentos que se venden son chatarra. Este tipo de establecimientos existen a pesar del conocimiento de la Delegación del contenido de estos alimentos y los daños que provocan, pues son ellos mismo quienes autorizan su establecimiento tan cerca de la escuela, como lo afirma el profesor y la vendedora entrevistados.

A pesar de que existen las medidas para generar entornos más sanos, la cotidianidad de los entornos obesigénicos, superan las expectativas del programa, puesto que la cotidianidad saludable tiende, por parte de sus actantes a no reproducir los roles correspondiente, ya que tampoco los escenarios son acordes para realizar hábitos más saludables.

Por lo tanto, como dice el autor "...mediante la disciplina social se puede mantener con firmeza una mezcla de modales..." (Goffman, 2009, p. 72). De ser de esta manera, se comenzará con la reconstrucción del entorno escolar, por uno saludable.

⁶⁰ Este tipo de establecimientos que no se encuentran dentro de la escuela, son parte del entorno obesigénico de ella, puesto que al cruzar la puerta los infantes encuentran estos puestos, y al estar tan cerca a unos cuantos pasos, se consideran parte de la primaria, aunque el ANSA solo reconoce como escenarios los que se encuentran dentro de la institución educativa.

3.7.- COTIDIANIDAD FAMILIAR: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA.

Dentro de este apartado, se analiza la cotidianidad de la madre y el niño entrevistados, de manera que se pueda entender como realizan sus hábitos alimenticios y de actividad física, a través de una educación de tipo informal. Ya que esta educación se transmite a través de usos y costumbres ya establecidas, haciendo pensar como Agnes Heller, a través de la estructura familiar, ya que esta estructura es una micro representación de la sociedad, es decir, para esta investigación a través de los padres el infante aprende los hábitos ya establecido que permiten el aumento de una sociedad con sujetos en sobrepeso y obesidad, obteniendo a su corta edad obesidad infantil o hábitos que le permitan tener una buena calidad de vida.

Recuperando los siguientes testimonios, al preguntar acerca de sus hábitos alimenticios y de activación física,⁶¹ de la madre entrevistada y su hijo.

MADRE: cuarenta y cinco (...) ajá trabajo en un, en, en una escuela (...) siete a dos (...) ya en la tarde, ya en la comida y yo ya desde la, la comida y la cena yo ya, ya que estamos los dos (lo dice en tono más bajo y refiriéndose al padre y ella, cuando dice los dos) ya me encargo yo (...) gran parte a la familia, a mi familia, a mi abuelita (...) pus (sic) carne por lo regular casi como asado pechuga, bistec asado mff (...) agua (...) pus (sic) a veces ya procuro pro-cu-ro (*quiere no equivocarse al hablar y deletrea la palabra*), ya no darle tanto pan porque siempre, sí mucho pan (*tres segundos de silencio, se pone a pensar, lo que va a decir*) por ejemplo, hay veces que este m (*silencio y piensa tres segundos*), no lo queremos llevar mucho a la calle porque mada (sic) más quiere, y quiere un postre, pero quiere el que tiene más chocolate, el que tienen ¡más! galleta (*cuando habla alarga la palabra "más" trata de decir que es demasiado lo que el niño consume*), y entonces ya no, no lo sacamos tanto para que no coma tanto, aparte que él viene de descendencia gordita, mi esposo es gordito (...) todos son muy gorditos, entonces le dije no, le digo, es que ya no podemos estarle dando tantas cosas, le dije, se va enfermar y le va hacer, daño y él ya como que sí medio (...) no, lo que sí me cuesta mucho trabajo, pero sí le doy este, lechuga o sea ahora sí

⁶¹ Al referir a la activación física, es toda aquella que se realiza o no se realiza, es decir, si son individuos con prácticas cotidianas de activación física o son individuos con poca activación física, ya que sus hábitos giran alrededor de actividades sedentarias.

que le busco, no, no, no lo regañó ni nada (*duda al decir que no lo regaña*) y de refresco por ejemplo, si llegamos a comprar uno, le digo, te tomas la mitad. Y ya le doy la mitad del vaso o el jugo, y por ejemplo, le dí la mita (*sic*) del jugo y le eché agua (...) por (*sic*) no le gusta este, por ejemplo, le tengo que buscar ora sí que lo que le guste. Por ejemplo, le doy la carne asada pero le pongo, a él no le gusta este, la verdura cocida ni al vapor, entonces (*sic*) se la hago con zanahorias ralladas (*alarga la palabra ralladas*), hay veces que le pongo los pepinos en palito, le pongo los pepino en rodajas o sea algo así más, ¡más! (*hace énfasis*) eso es lo que más come para que se, ahora sí como dijera, le mate el hambre y le, y no le caiga tan pesado, tortilla casi no le doy (...) no pero también o sea no, procuro por ejemplo no echarle tanto aceite (...) le quito el pellejo al pollo y ya con eso, ¡ay! (*lo dice en tono de preocupación*), se le (*sic*) quito un poco la grasa mff (sonido, que afirma el sí que dice) (...) sí somos más de carne (...) no, la leche sí diario, el huevo casi no, no mucho, pero sí lo comemos como tres veces a la semana mff (*sonido con el que afirma lo que dice*) (...) pus (*sic*) no, yo mada (*sic*) más le digo que le va a hacer daño porque le digo te va hacer daño, ya no estés comiendo tanto (...) lo tuve un tiempo en natación (...) como cuatro meses (...) a veces lo saco en la bicicleta, pero no, es diario, para que digo, no, no es diario, porque hay veces que no tengo tiempo (...) él prefiere ver la tele (*sic*) (...) caricaturas todo el tiempo (...) hay veces que se ha aventado unas tres, cuatro horas (...) no casi Xbox no juega mucho (...) no él casi no le gusta ni la computadora tanto (...) sí es más la tele (*sic*) (...) puestos fuera de la escuela (...) son como tres, cuatro de los que venden en la tarde (...) cerca de casa (...) también de lo que vamos de aquí a allá, sí, como unos cuatro otra vez.

NIÑO: lo que me gusta comer es más este, mi favorito es este el pollo (...) en caldo de pollo, nuggets de pollo, pus (*sic*) así muchas cosas de pollo, rostizado (...) más o menos como a las cinco (...) lo que más hace es este (*4 segundo de silencio, en lo que piensa*) carne no, hace bisteces pero con chile y papas (...) ella lo hace (...) agua primero, me dice mi mamá, que primero agua y después agua de sabor (...) mi pan y una leche (...) alrededor de las diez (...) m (*piensa*), juegos, no este (*3 segundos de silencio, en lo que piensa qué hace*), cuando llego a mi casa este, pus (*sic*) juego con el Xbox de mi hermano, m (*pensando*), no voy, después de mis veinte minutos veo la tele una media hora, y después me voy con mi mamá, a la casa de mi abuelita (...) me gusta más jugar con mis primos, escondidas o a veces atrapadas (...) sí voy diario, solo que los sábados y domingos, bueno los domingos sí pero los sábados no, voy a la casa de mi otra abuelita (...) pus (*sic*), me gusta, este, pus (*sic*) me gustan juegos así de que te tienes que esconder y de que nadie te tiene que alcanzar, ah, también me gusta estar, correr mucho y andar en mi bicicleta, a veces sí me la llevo (...) pus (*sic*), a veces hago ejercicio (*3 segundos de silencio en lo que piensa cómo lo cuida*) otras sí, este, me como unas jícamas (*5 segundos de silencio, se pone a pensar*) unas jícamas o pepino.

Como se mencionó al principio, es menester de esta investigación los hábitos alimenticios y de actividad física que realizan los individuos, en el caso particular de la madre y el niño entrevistados, donde se puede apreciar que su alimentación dentro de la casa, está cargada de ingredientes del grupo dos y tres de *El plato del bien comer*, y lo afirma la madre al decir, que sí que ellos son más de carne, donde este tipo de alimentación debe de ser consumida en pocas porciones y moderadamente, ya que es el principal motor que conduce al sobrepeso y la obesidad.

Este tipo de alimentación es resultado en palabras de la madre entrevistada, de la forma en que ella aprende a cocinar de su abuela, que a pesar de conocer *El plato del bien comer*, por medio de su trabajo y las capacitaciones que recibe por parte de éste, su forma de cocinar, es por el hecho de encontrarse dentro de su escala de valores, y de manera jerárquica en lo más alto, los hábitos alimenticios como ella comía y ahora de esta manera los prepara, desplazando la educación formal que tiene. Como dijera la autora “El pensamiento cotidiano abunda en pensamientos fragmentarios, material cognoscitivo y hasta juicios que no tienen nada que ver con la manipulación de las cosas ni con nuestras objetivaciones cósicas, sino que se refiere exclusivamente a nuestra orientación social.” (Heller, 1985, p. 58). Es decir, la reproducción de los hábitos aprendidos de los padres.

De la misma manera en que está capacitada para llevar cabo *El plato del bien comer*, no puede hacer que su hijo ingiere alimentos como son las verduras dentro del guisado, entonces utiliza otros medios para que el infante pueda consumir alimentos del grupo uno de *El plato del bien comer*, de la misma manera busca que su hijo deje de consumir refresco, puesto que si ve el refresco solo bebe ese tipo de líquidos, y en caso de que esté presente el refresco en la mesa no consume agua simple. Siempre consume jugos rebajados con agua o aguas de sabores, que de cualquier forma hacen que sea mayor el consumo de bebidas azucaradas, que el saludable. De la misma manera, ella, da cuenta de que el consumo que realiza su hijo es de pan, galletas, helados, entre otros, por lo que determina que es demasiado, motivo por el cual prefieren dejarlo en casa que

sacarlo a la calle, pues esto implica un gasto en ese tipo de alimentos para su consumo.

Todos estos hábitos y formas de comer, así como, que su hijo esté obeso para la madre entrevistada son producto de una herencia de la familia del padre, ya que ella menciona que toda la familia de su esposo es gordita, por lo que hace suponer que los estilos de vida que el padre tiene fueron aprendidos por su familia y él enseña estos hábitos que su hijo ya reproduce, estos hábitos se aprenden en forma de imitación, y para lograr esto debe tener un modelo a seguir.

Como ejemplo se toman los hábitos alimenticios que afirma el niño entrevistado, al decir que su comida favorita es pollo, pero en nuggets y rostizado, dos formas que están elaboradas con un alto contenido de grasas, el caldo es la única forma saludable en que lo come, pero es el doble la ingesta poco saludable.

Y las únicas medidas que ha tomado para que el infante deje de consumir alimentos en grandes cantidades, es el decirle que le hará daño esa forma de comer. Y a la hora de preparar los alimentos, utilizan técnicas como usar poco aceite y quita las partes más grasosas de la carne, y realizar las comidas con un lapso de 5 horas entre cada una de ellas como lo establece el ANSA. Sin embargo, para la actividad física, las clases de natación son la única forma en que su hijo ha realizado una actividad organizada fuera de la escuela, y por un corto periodo de tiempo.

Pero no sólo, la alimentación de estos individuos está dirigida al sobrepeso y la obesidad, también la falta de actividad física, puesto que en la cotidianidad de la madre entrevistada no cabe la posibilidad de realizar ningún tipo de activación física, puesto que sus tiempos laborales y de ama de casa, no se lo permiten. El padre tampoco realiza actividad física, de esta manera se transmite hacia el hijo la nula actividad física, como lo dice el niño entrevistado, llegando de la escuela a la casa juega Xbox, y ve con mayor frecuencia la televisión, e incluso muy noche. Argumentando que no puede realizar actividad física en su casa porque el patio es muy pequeño, y aunque de forma periódica vayan a casa de la abuela del infante,

y exista el gusto por realizar juegos donde se presente la actividad física, no se lleva a cabo los 30 minutos diarios de activación física, puesto que también hace mención el niño entrevistado, de que no siempre lleva su bicicleta, herramienta lúdica y de casi dominio popular de los infantes.

De esta manera, se puede percibir que dentro de esta estructura microsociedad, dentro de la escala de valores se encuentra con mayor grado jerárquico, los hábitos cotidianos de la educación informal, que la educación formal, como dice la autora “Esta actitud tiene efectos negativos, y hasta destructivos, cuando nuestra percepción del precedente nos impide captar lo nuevo, irrepetible y único de una situación” (Heller, 1985, p. 63). Por este motivo es que no ha podido romper con los hábitos cotidianos de la familia, lo propuesto por el ANSA a través de la institución educativa.

3.8.- ENTORNO OBESIGÉNICO FAMILIAR.

Como ya se ha hecho mención, en otros apartados, la repetición de las experiencias vividas y recolectadas por medios de las entrevistas, no pueden ser de uso exclusivo de una categoría de análisis, puesto que su carga de contenido necesita un análisis minucioso para su mayor comprensión, como lo es, el separar el entorno obesigénico del niño entrevistado, ya que éste se encuentra dentro de la escuela y dentro de una estructura familiar con sus características particulares. Aunque el entorno obesigénico es de manera general todos los escenarios donde el infante se desarrolla, es necesario su separación para mayor análisis.

De esta manera se encuentran los testimonios de la madre y del niño entrevistado. Cuando dan respuesta de cómo llevan a cabo sus hábitos alimenticios, dentro y fuera de casa, horarios, alimentos, recreación, compras, por mencionar algunos, que resultan en un entorno obesigénico familiar.

MADRE: sí mucho pan (*tres segundos de silencio, se pone a pensar ,lo que va a decir*) por ejemplo, hay veces que este m (*silencio y piensa tres segundos*), no lo queremos llevar mucho a la calle porque mada (*sic*) más quiere, y quiere un postre, pero quiere el que tiene más chocolate, el que tienen ¡más! galleta (*cuando habla alarga la palabra "más" trata de decir que es demasiado lo que el niño consume*), y entonces ya no, no lo sacamos tanto para que no coma tanto, aparte que él viene de descendencia gordita, mi esposo es gordito (...) por (*sic*) no le gusta este, por ejemplo, le tengo que buscar ora sí que lo que le guste. Por ejemplo, le doy la carne asada pero le pongo, a él no le gusta este, la verdura cocida ni al vapor, entonces (*sic*) se la hago con zanahorias ralladas (*alarga la palabra ralladas*), hay veces que le pongo los pepinos en palito, le pongo los pepino en rodajas o sea algo así más, ¡más! (*hace énfasis*) eso es lo que más come para que se, ahora sí como dijera, le mate el hambre y le, y no le caiga tan pesado, tortilla casi no le doy (...) todos son muy gorditos, entonces le dije no, le digo, es que ya no podemos estarle dando tantas cosas, le dije, se va enfermar y le va hacer, daño y él ya como que sí medio (...) no, lo que sí me cuesta mucho trabajo, pero sí le doy este, lechuga o sea ahora sí que le busco, no, no, no lo regaña ni nada (*duda al decir que no lo regaña*) y de refresco por ejemplo, si llegamos a comprar uno, le digo, te tomas la mitad. Y ya le doy la mitad del vaso o el jugo, y por ejemplo, le dí la mita (*sic*) del jugo y le eché agua (...) sí somos más de carne (...) jugo que agua sí, casi no le gusta el agua (...) sí antes sí lo hacía, antes todo el día llegaba y estaba y hasta le decía yo que era como un oso, estaba, así, no sé, era una mañana de estas come y come y come y nada más abría el refrigerador pero para ver (...) que se encontraba y se lo llevaba en lo que yo estaba haciendo la comida o los traste o algo, pero él era ya una mamá que tenía que ya nada más quería estar come y come (...) si él se encontraba un plátano una, le gusta mucha la fruta también, eso sí come mucha fruta, pero también en exceso les hace daño (...) si compraba puras, este, ora sí que puras cosas que ni debía de comer, papas y todo eso comía, pero ahorita ya no les venden tanto, entonces ya no come tanto de, se cómo creo que luego dice que un taco de arroz o un taco de arroz con albóndigas (*se empieza a reír, cuando dice un taco de albóndigas*) (...) refresco (...) no si no ve por ejemplo si no ve no, no se lo toma (...) los dos (...) pero eso sí o sea sí le decimos que le va hacer daño, que ya no debe de comer, de hecho él ya tiene como (*2 segundos en silencio en lo que piensa*) un año (*3 segundos de silencio*), que le dolió un tiempo la cabeza y le lleve al doctor y él está propenso a que le de diabetes (...) el doctor ya me dijo, la doctora y de ahí que cree que sí tiene, sí tiene como un año y ya un poquito más le ha bajado pero antes no podía (...) él prefiere ver la tele (*sic*) (...) caricaturas todo el tiempo (...) hay veces que se ha aventado unas tres, cuatro horas (...) no casi Xbox no juega mucho (...) no él casi no le gusta ni la computadora tanto (...) a veces lo saco en la bicicleta... pero no, es diario, para que digo no, no es diario, porque hay veces que no tengo tiempo (...) son como tres, cuatro de los que venden en la tarde (...) cerca de casa (...) también de lo que vamos de aquí a allá, sí, como unos cuatro otra vez.

NIÑO: más o menos como a las cinco (...) lo que más hace es este (4 segundo de silencio, en lo que piensa) carne no, hace bisteces pero con chile y papas (...) ella lo hace (...) agua primero, me dice mi mamá, que primero agua y después agua de sabor (...) mi pan y una leche (...) alrededor de las diez (...) es que a veces sí vamos a cenar a unos tacos o algo m (piensa), juegos, no este (3 segundos de silencio, en lo que piensa qué hace), cuando llego a mi casa este, pus (sic) juego con el Xbox de mi hermano, m (pensando), no voy, después de mis veinte minutos veo la tele una media hora, y después me voy con mi mamá, a la casa de mi abuelita (...) me gusta más jugar con mis primos, escondidas o a veces atrapadas (...) sí voy diario, solo que los sábados y domingos, bueno los domingos sí pero los sábados no, voy a la casa de mi otra abuelita (...) pus (sic), me gusta, este, pus (sic) me gustan juegos así de que te tienes que esconder y de que nadie te tiene que alcanzar, ah, también me gusta estar, correr mucho y andar en mi bicicleta, a veces sí me la llevo.

De la misma manera en que se encuentra el análisis del entono obesigénico escolar, a partir de escenarios, roles, escenografía, entre otros., existen dentro de la estructura familiar, un lugar donde dicha actuación de la interpretación de una familia se lleva a cabo, un escenario denominado casa, donde se pueden encontrar diversas regiones, como son el dormitorio, la cocina, la sala, el patio, por mencionar algunos, para cada uno de estas regiones hay una escenografía que se identifica a partir de su utilería, donde los individuos realizan el rol establecido dentro de este espacio para llevar a cabo una función, acción que se puede complementar como dice Agnes Heller, actividades mecánicas y rutinarias.

De esta manera se identifica en el discurso de la madre entrevistada, el escenario para la comida donde se encuentran alimentos (utilería) que sirven para realizar la actuación de comer, entonces a partir de esta función los individuos ingieren los alimentos proporcionados, alimentos identificados con ingredientes, de los cuales se debe tener precaución en su consumo según ANSA y *El plato del bien comer*, que a pesar de los esfuerzos de la madre entrevistada, de que su hijo consuma alimentos saludables y estén dentro del escenario, es muy poca la interacción con estos ingredientes y el consumo del infante, y como resultado se fomentan el sobrepeso y la obesidad, en el caso del niño entrevistado, en obesidad infantil, diagnosticado aproximadamente hace un año de la realización de la entrevista, por un médico.

Pero de la misma manera que existe una región llamada comedor y se realiza la ingesta de alimentos, está la cocina, lugar donde se elabora la comida, y en este espacio se encuentra el refrigerador, que tiene la finalidad de guardar alimentos, que en su totalidad se guardan dentro de este electrodoméstico cosas que se pueden ingerir de forma inmediata, sin una preparación previa, que como dice la madre entrevistada, su hijo se asoma a ver qué hay para comer, y en palabras de esta madre, esta acción le imagina ver en su hijo a un “oso”, analogía con la que físicamente se expresa que el infante padece obesidad.

De esta manera se identifica que la actuación de comer en el comedor es socialmente aceptada, de modo que el consumo aunque no sea saludable está bien realizarlo en esta región, fuera de ella no, e incluso existen horarios establecidos para este fin, como lo son para esta familia, el comer a las cinco de la tarde y cenar a las diez de la noche, según el niño entrevistado, y que fuera de este horario no es socialmente aceptado.

En la casa, dentro de la escenografía existen aparatos como la computadora, videojuego y la televisión, que son instrumentos donde el rol del sujeto con esto es el observar y está frente a ellos al estar sentados, sin realizar actividad física, de manera que este tipo de acción no tiene un límite de tiempo establecido, como ejemplo están las más de cuatro horas que a veces realiza el niño entrevistado viendo televisión. Esto también fomentado por la falta de una región o la limitación de espacio, donde se pueda llevar la actividad física, en este caso el patio, es muy pequeño para poder interactuar en él.

De esta manera, al no encontrarse dentro de la casa regiones adecuadas para la actividad física, se encuentran opciones para este fin fuera de ellas que están en la cotidianidad del infante, como son el parque y la casa de su abuelita.

Dentro del escenario para realizar actividad física, como es el parque, a pesar de que está cerca de su casa, esta familia no hace uso de éste, ya que el niño entrevistado está a expensas de los horarios de su madre, de lo cual ella no tiene tiempo, puesto que su rol de trabajadora y de ama de casa, no le permiten este

tipo de actividades. Y como otro medio fuera de casa para la activación física, se encuentra la casa de la abuela del niño entrevistado, donde los juegos que hace permiten una actividad física, pero el hecho de realizar de manera cotidiana esta actividad es poca comparada con su entorno que le permite realizar una cotidianidad sedentaria y poco saludable.

De manera no saludable, también se encuentra el consumir alimentos fuera de casa, que a pesar de no sacar al infante a la calle para que no consuma más alimentos chatarra, está bien hacerlo cuando se llega a una establecimiento para realizar la cena, donde los alimentos son elaborados con un alto contenido de grasas, e ingredientes en su mayoría del tercer grupo de *El plato del bien comer*, como son los tacos. Estos son factores que establecen un entorno obesigénico en la cotidianidad familiar. Motivo por el cual el niño entrevistado, es un caso de obesidad infantil.

CONCLUSIONES

Después de revisar la práctica de los hábitos de los sujetos de acción del ANSA durante su cotidianidad, en particular la del infante, con la relación de sus entornos dentro de los cuales lleva su cotidianidad escolar y familiar, se encuentra un choque cultural entre la educación formal, propuesta por el ANSA, de realizar hábitos saludables, con la práctica misma con la que se enseña esta educación y los hábitos actuales dentro de la escuela y la educación informal, de la cotidianidad vivida fuera de la institución.

Este choque cultural no permite que se lleve por completo el funcionamiento del ANSA, aparte, de que el propio acuerdo tiene limitaciones estructurales y de organización, ya que en un primer momento la promoción y la educación de la salud, se encuentra con dos limitaciones de manera estructural en su planeación, 1) el profesor, la madre, el niño y la vendedora que fueron entrevistados no conocen la existencia de los manuales y guías elaborados para el programa de acción en el contexto escolar y 2) a pesar de que existe dentro del libro de Ciencias Naturales un apartado de la educación para la salud, y cumple con los requisitos del ANSA, su práctica cotidiana y su fomento a través de este libro e incluso de una materia, queda rezagadas a un simple apartado durante todo el año escolar

De esta manera, para Alejandro Spiegel, ese material no puede ser una herramienta didáctica, puesto que, no cumple con lo siguiente: el profesor conozca el material, sea una herramienta práctica y disponga de ella en el momento que lo requiera.

Ahora bien, las instituciones como la SSA y la SEP, a través de ANSA, permiten una educación hacia hábitos saludables, la CONAGUA, instala los bebederos dentro de la escuela y el DIF, proporciona una alimentación correcta de manera inocua diario a las ocho de la mañana. Esfuerzo multisectorial que tiende a realizar una actuación cínica, ya que solo cumplen con la pura formalidad, es decir, sí existen la educación de la salud por medio de un libro, que solo contiene un

apartado sobre esto, los bebederos instalados no funcionan correctamente ya que la escuela sufre demasiado de la falta de agua, motivo por el cual en ocasiones, no hay clases y finalmente los alimentos gratuitos no son del gusto del niño entrevistado, por lo tanto, no los consumen, interrumpiendo la realización de la alimentación. De esta manera la actuación trata de engañar a su auditorio.

Como consecuencia, las herramientas para poder llevar a cabo un cambio en los hábitos que los niños traen desde casa, con respecto a su alimentación y la activación física que realizan en poca o en gran medida, es también muy limitada. Y de poco sirven la indicación que cada fin de mes recibe el profesor de llevar a cabo activación física en el salón, porque no lo hace de forma cotidiana y cuando se lleva a cabo no cumple ni con el mínimo de tiempo establecido.

De la misma manera, la clase de educación física en la materia correspondiente, cumple con la carga de ser en este espacio el único lugar para la práctica física, dentro de esta materia efectivamente se cumplen los objetivos, pero la reproducción y el aumento de este tipo de actividades en el espacio familiar (casa), no pueden ser llevados a cabo, por cinco factores que se identifican como lo son; 1) la falta de espacio para poder realizar actividad física; 2) la falta de iniciativa de los padres para el fomento de este tipo de actividades hacia el niño y la existencia del modelo sedentario de los padres es reproducido por el infante, aunque a este último sí le agrada la actividad física de forma lúdica; 3) la falta de tiempo para esta actividad, ya que a esta edad los hijos dependen del tiempo de los padres, si éstos no tiene tiempo para llevarlos al parque o jugar con ellos esta práctica se anula; 4) por el entorno obesigénico en casa, que facilita la falta de actividad física y propicia el consumo de alimentos chatarra y con alto contenido en azúcar, sal, grasas, por mencionar algunos; 5) y finalmente, por el desconocimiento de los manuales en especial el creado por la CONADE u otro tipo de herramientas y materiales para la promoción y fomento de la educación para la salud en casa, de manera que el niño entrevistado no puede utilizar herramientas cotidianas que sirven para la realización de la actividad física.

Ahora bien, dentro de la institución educativa los infantes pueden consumir el lunch escolar más lo que quieran comprar en la cooperativa, o sólo consuman los alimentos de la cooperativa, todo esto a la hora del recreo.

De esta manera, en el discurso del profesor entrevistado, se aprecia que, los infantes que llevan lunch a la escuela no cuenta con las medidas establecidas para la elaboración del lunch escolar, en especial con los productos como son: Sabritas, chocolates, chicharrones y jugos, alimentos chatarra que los niños consumen de manera cotidiana aunque conozcan que este tipo de ingesta es dañina para su salud y no es correcta, de manera que el consumo de estos alimentos, más la posibilidad de encontrar dentro de la escuela dulces y postres, aumenta la posibilidad de una mala alimentación dentro de la escuela. No importando que exista un reglamento donde establece qué tipos de alimentos sí pueden venderse al público infantil dentro de la escuela.

Identificando de esta manera, los hábitos alimenticios de los infantes dentro de su estructura familiar, haciendo que tengan más pesos estos hábitos que la educación formal que reciben en la escuela, donde el factor principal es que los hijos dependen de los tiempos de los padre y, si éstos no tiene tiempo para preparar alimentos para ellos, es más práctico comprar productos de la industria alimenticia que pueden encontrar de camino a la primaria, o simplemente dar dinero para gastar como le sucede al niño entrevistado, que con ese poder adquisitivo solo depende de lo que se ofrece en la escuela.

Así pues, dentro de la disponibilidad de alimentos en el discurso del profesor y la vendedora entrevistados, se coincide con el acceso a una alimentación sana, lo cual por parte del reglamento cumple a medias lo propuesto en el ANSA, porque en mayor cantidad se encuentran el acceso a una alimentación que no es saludable a la hora del recreo.

De esta manera a pesar de que la vendedora tiene un reglamento como lo dice ella, donde se establece que debe vender alimentos sanos, entre ellos está obligada a la venta de verduras en sus guisados, no se establece un consumo

límite por porción de acuerdo a la edad de los niños, donde los sujetos con poder adquisitivo pueden comer todo lo que deseen aunque el exceso de alimentación no sea saludable. De esta manera, el niño entrevistado, al sólo disponer de su dinero, puede consumir lo que sea y en las cantidades que le alcance con sus \$22.00, entre lo que consume, son en su mayoría golosinas. Siguiendo este orden de ideas, se pueden reconstruir los hábitos alimenticios que tiene el niño entrevistado dentro de la escuela, los cuales son hábitos con una falta de ingesta de alimentos por un lapso muy grande de tiempo.

Así pues, el niño entrevistado, no desayuna los alimentos gratuitos dentro de la escuela, y no desayuna antes de salir de casa, por lo tanto pasa desde que sale de casa hasta su regreso y para su ingesta de alimentos a las cinco de la tarde más de 8 horas sin ingerir algún tipo de alimentación según el ANSA. Esta cotidianidad fomenta el sobrepeso y la obesidad infantil, la cual el niño padece.

Además, si el niño entrevistado regresa a casa entre las dos treinta y las tres de la tarde, debería llegando a casa comer, pero no sucede esto, puesto que la madre sale a las dos de la tarde del trabajo y saliendo va por el infante a la escuela, teniendo tiempo de cocinar en cuanto regresan, de esta manera se consume en esta familia los alimento llamados comida, que es la alimentación después del desayuno y antes de la cena, a las cinco de la tarde, transcurso de tiempo, de la llegada a casa a la comida, qué el niño entrevistado dedica a ver televisión y jugar Xbox.

Después de la comida, realiza la alimentación llamada cena alrededor de las diez de la noche, es decir, si el niño no desayuno antes de ir a la escuela y no desayuna los alimentos gratuitos, y mucho menos gasta su dinero en alimentos, ha pasado desde su última ingesta hasta la hora de la comida aproximadamente 19 horas sin realizar alguna ingesta. Identificando que solo realiza dos comidas al día.

Asimismo, como no tiene una alimentación correcta y tiene una vida sedentaria por falta de espacio en casa para la actividad física, encontramos que vive dentro

de un entorno obesigénico, generado por los hábitos cotidianos. Que a partir de que la madre dice, que él es de descendencia gordita, por parte del padre, se puede inducir que no es una herencia genética, sino una herencia cultural.

Por tal motivo, el niño entrevistado tendrá una calidad de vida donde su obesidad, le permitirá acceder a enfermedades crónicas, como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, por mencionar algunas, y a la par traerán consecuencias socioeconómicas, para el Estado, el individuo y su familia. Teniendo una calidad de vida menor y más desgastante que, el de una persona con hábitos saludables.

Por lo tanto se puede concluir que el ANSA, no ha cumplido con el fin establecido, puesto que, el niño entrevistado y sus hábitos cotidianos por parte de la estructura familiar pesan más que la educación formal, ya que los padres son quienes enseñan los hábitos que fomentan el sobrepeso y la obesidad. Piénsese en el siguiente ejemplo de forma cuantitativa.

Tomando como referencia una semana escolar, se encuentran en un día seis horas, a las cuales le corresponde un horario determinado, en este caso educación física y ciencias naturales, que son las materias identificadas, en las cuales se promueve la educación para la salud, la primera de éstas sólo tiene 2 horas a la semana, es decir, se da dos días por semana, y la segunda, con cuatro horas, y sus respectivos días. Por lo tanto, se puede apreciar una existencia de 6 horas a la semana de hábitos saludables, esto es, una realidad cotidiana escolar donde los sujetos de acción del programa se encuentran, pero también viven treinta minutos diarios de recreo (dos horas con treinta minutos por semana), entonces tenemos un total de 8 horas con 30 minutos de cotidianidad saludable, y sí durante toda esa semana el profesor realizó actividad física en el salón existen un total de 9 horas con 20 minutos.

Pero la realidad del niño es que la educación por parte del libro de Ciencias Naturales se restringe a un apartado, que se deben enseñar otro tipo de información, entonces si este apartado dura un bimestre al fin de este tendrá 16

horas de educación por medio de un libro, más 8 horas de actividad física, y 20 horas de recreo activo. Pensándose que todo el bimestre se realizó activación física dentro del salón, se suman 3 horas con 20 minutos da un total de 47 horas con 20 minutos de una cotidianidad saludable, que en comparación con la cotidianidad fuera de la escuela, esto sólo es una cuarta parte, ya que tres cuartas partes restantes son hábitos no saludables, es decir, existen un mayor impacto y tendencia al sobrepeso y la obesidad infantil. Ya que además ese tiempo de horas de cotidianidad saludable no se cumple, y se reduce más cuando el profesor entrevistado no realiza actividad física de manera cotidiana, junto que el niño no participa en el recreo activo y no se alimenta correctamente.

Por lo tanto, el supuesto planteado en la presenta investigación, se cumple parcialmente. Resultado de la forma en que fue elaborado y llevado a cabo el ANSA, pues, al realizar el investigador prácticas profesionales en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), contacta a una nutrióloga que formo parte de la elaboración del documento, y explicando que este se elaboró quince días antes de su publicación, por órdenes de presidencia. Y que dentro de la elaboración del documento, no hubo coordinación entre las secretarías (SEP y SSA), para la elaboración de este. Demostrando por que las fallas estructurales, dando ella como ejemplo, que los manuales sólo se publicaron para las personas que asistieron a la presentación del acuerdo y nunca se llevaron a las instituciones educativas. Por este motivo ninguno de los sujetos de acción, conocían los manuales y guía.

Esta investigación es un aporte respecto a los problemas sociales emergentes, donde la sociología desarrollada en México, no tiene tanta documentación, en los casos de enfermedades crónicas no trasmisibles, ya que esto no solo le corresponde al sector salud, quien tiene la mayor fuente de información, desde la perspectiva clínica y cuantitativa, demostrando que el mejor remedio de las enfermedades no es una cura, por antibióticos, cuarentena, tratamientos terapéuticos, sino es la prevención social.

Con esta investigación se aporta a la documentación cualitativa, ya que lo existente con relación a este tipo de problemas en la sociología de la salud, educación, políticas públicas, son de corte cuantitativo, y es escasa la información aun de este modo, más aun cualitativamente en el sector infantil.

Proponiendo desde punto de vista particular, a través la experiencia laboral en el programa Saludarte, IMSS y la experiencia de vida gracias a esta investigación lo siguiente para reforzar la educación para la salud, impartida en las instituciones primarias.

1. Que se eliminen de forma radical la venta de productos dentro de la escuela con alto contenido calórico, de azúcar, grasas y sales, etc. También que, se regule la venta de alimentos fuera de la escuela, como de la misma forma que existe una ley que prohíbe la venta de bebidas alcohólicas cercas de las escuelas, se establezca una sobre los alimentos chatarras y las bebidas azucaradas.
2. Que sea obligatorio cumplir con los 30 minutos de actividad física dentro del aula diario, es decir, fuera de la materia de educación física y exista sanciones a los profesores que no cumplan con esta actividad.
3. Por último, que se elaboren ya sea de manera multisectorial o individual, herramientas didácticas en educación para la salud, utilizando aspectos de la vida cotidiana, en alimentación, activación física, con las cuales los profesores, alumnos, padres de familia y encargados de la venta de productos dentro de las escuelas, puedan basarse para realizar hábitos saludables.

De esta manera, se modifica el entorno obesigénico dentro de las escuelas, propiciando una mejor calidad de vida, al realizar una cotidianidad saludable dentro de la institución educativa, y por estos motivos se refuerza la confiabilidad y la credibilidad de la instituciones involucradas por el ANSA, en especial la SEP, como ente formador de ciudadanos para una sociedad saludable.

Finalmente dejando para próximas investigaciones el programa Saludarte, que es otro intento de incidir en la vida cotidiana, a través de una educación para la salud, implementado en algunas escuelas del DF, desde el año 2013.

ANEXOS

ANEXO 1

GLOSARIO MÉDICO.

Asfixia y trauma al nacimiento: "Asfixia del recién nacido", la dificultad que existe para la llegada de oxígeno al organismo de este, ya sea durante o poco antes del nacimiento. Hay un trastorno del mecanismo de la respiración, con detención o irregularidad de los movimientos respiratorios." (Gantes, 2015, p. 715)

Cardiopatía hipertensiva: "El incremento prolongado e incontrolado de la presión arterial genera un conjunto de alteraciones en el corazón y la circulación sistémica, que se abarcan bajo la definición de enfermedad hipertensiva del corazón o cardiopatía hipertensiva." (Vázquez, 2012, p. 387)

Cerebro-vasculares: "hace referencia a cualquier alteración, transitoria o permanente, de una o varias áreas del encéfalo como consecuencia de un trastorno de la circulación cerebral" (Martínez y Murie,, 2011, p. 4871)

Cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado: "La cirrosis es una afección en la que el hígado se deteriora lentamente y funciona mal debido a una lesión crónica" (National Institute of diabetes and Digestive and Kidney Diseases, 2015, ¶ 1)

Desnutrición calórico-proteica: "La desnutrición proteico calórica es "un estado patológico, inespecífico, sistémico y potencialmente reversible, que se origina como resultado de la deficiente incorporación de los nutrimentos a las células del organismo y se presenta con diversos grados de intensidad y variadas manifestaciones clínicas de acuerdo con factores ecológicos" (Consejo de salubridad general, 2015, p. 2)

Diabetes mellitus tipo 2: Trastorno que se caracteriza por concentraciones elevadas de glucosa en sangre, debido a la deficiencia parcial en la producción o acción de la insulina.” (OMS, 2012, p.13)

Enfermedades isquémicas del corazón o cardiopatía isquémica: “... ocasionada por la arteriosclerosis de las arterias coronarias, es decir, las encargadas de proporcionar sangre al músculo cardiaco (miocardio). La arteriosclerosis coronaria es un proceso lento de formación de colágeno y acumulación de lípidos (grasas) y células inflamatorias (linfocitos). “(Fundación española del corazón, 2015, ¶ 1)

Enfermedad pulmonar obstructiva crónica: “La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) se caracteriza por un bloqueo persistente del flujo de aire. Se trata de una enfermedad subdiagnosticada y potencialmente mortal que altera la respiración normal y no es totalmente reversible.” (OMS, 2015, ¶ 7)

Infecciones respiratorias agudas bajas: “Estas infecciones pueden graves implicaciones en recién nacidos cardiopatas, pacientes con enfermedades respiratorias crónicas e inmunosuprimidos.” (Comité Nacional de Medicina Interna, 2000, p. 204)

Nefritis y nefrosis: “La nefrosis o síndrome nefrótico es una enfermedad de los riñones que provoca la pérdida de proteínas en la orina (proteinuria). Esa pérdida se acompaña de edema, inapetencia y cansancio general... La nefritis es la inflamación de uno o de ambos riñones que puede dar lugar a daños renales” (Medicina Salud, 2012, ¶ 1)

Tumor maligno de la mama: “El cáncer de mama es el crecimiento descontrolado de las células mamarias.” (BREASTCANCER.ORG, 2014, ¶ 1)

Tumor maligno de próstata: “En general los cánceres de próstata son silenciosos, crecen lentamente, invaden primero la cápsula prostática, luego ganglios pelvianos (obturatrices e iliacos) y dan metástasis preferentemente al hueso.” (Secretaria de Salud, 2001, p.18)

Tumor maligno de tráquea, bronquios o pulmón: “El cáncer de pulmón de células no pequeñas es una enfermedad por la cual se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos del pulmón.” (Consejo de salubridad general, 2015, p. 2)

Tumor maligno del cuello del útero: “El cáncer de cuello uterino se origina cuando las células normales de la superficie del cuello uterino cambian y proliferan sin control, y forman una masa llamada tumor. Un tumor puede ser canceroso o benigno. Un tumor canceroso es maligno (lo que significa que puede diseminarse a otras partes del cuerpo). Un tumor benigno significa que el tumor no se diseminará” (cáncer.ten, 2014, ¶ 3)

Tumor maligno del estómago: “El cáncer de estómago, también denominado cáncer gástrico, comienza cuando las células del estómago se vuelven anormales y crecen sin control” (cáncer.ten, 2014, ¶ 3)

Tumor maligno del hígado: “Un tumor de hígado maligno (canceroso) que se origina en el hígado se llama cáncer de hígado primario.... Un cáncer que empieza en otra parte del cuerpo y se propaga al hígado se llama cáncer de hígado secundario. Un cáncer que se propaga al hígado, por lo general, se origina en el pulmón, el seno, el colon, el páncreas o el estómago.” (Care Firts, 2013, ¶ 1-49)

ANEXO 2

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

GUIA DE ENTREVISTA A UN PROFESOR

INDICADORES DE LA PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD
<p>¿De dónde es egresado?</p> <p>¿Ha impartido clases sobre hábitos alimenticios?</p> <p>¿Podría explicar cómo han sido esas clases o qué es lo que imparte cuando da esas clases?</p> <p>¿Qué puede decir del plato del bien comer?</p> <p>Como instrumento didáctico ¿Cómo utiliza el plato del bien comer?</p> <p>Cuando se trata de estos tipos de tema, ¿Lo maneja de forma cotidiana, es decir, existe alguna materia o un horario designado a la semana?</p> <p>¿Cómo es la participación de los niños frente a estos temas?</p> <p>Aparte de estas herramientas, ¿qué otras técnicas utiliza? Por ejemplo, hay productos industrializados donde traen una etiqueta de nutrición, ¿ha ocupado para dar clases o maneja algún otro tipo de instrumentos?</p> <p>¿Los padres llegan a participar en estas clases o hay algún taller exclusivo para ellos? ¿o no se integran?</p> <p>¿Podría decir de dónde toma la referencia para dar ese tipo de clases de nutrición y de qué manera lo capacitan a usted?</p> <p>¿Usted ha tenido una guía donde se le capacite a usted sobre estos temas?</p>
INDICADORES DE LA ACTIVACIÓN FÍSICA REGULAR
<p>¿Los niños tienen un maestro de educación física, aparte de usted? ¿o usted es el encargado de impartir esa materia?</p> <p>¿Cuántas horas a la semana tienen la materia de educación física?</p> <p>¿Podría describir cómo es el espacio destinado a esa actividad física?</p> <p>¿De qué materiales disponen los niños para la clase de educación física?</p> <p>Dentro del aula. ¿los niños realizan actividad física?</p>

¿Cuánto tiempo dura la activación física en el aula y qué actividades realiza?
¿Cuántas veces a la semana realizan actividad física dentro del aula?
Durante el recreo, ¿qué tipo de actividades realizan los niños?

INDICADORES DEL ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILITEN UNA ALIMENTACIÓN CORRECTA

¿Cuántas veces pueden comer dentro de la escuela los niños?
¿Ha observado lo que consumen los niños que los padres les mandan en el lunch?
¿Qué es lo que los niños pueden consumir de alimentos dentro de la escuela?
¿Cuántos puntos de venta existen donde el niño pueda consumir dentro y fuera de la escuela?
¿Ha observado si dentro de la escuela los niños consumen agua natural?
¿Existen bebederos dentro de la escuela y funcionan?
¿Todos los niños llevan lunch a la escuela o existen niños que en vez de lunch les den dinero para comprar alimentos dentro de la escuela?

INDICADORES DE COTIDIANIDAD ESCOLAR

¿Actualmente qué grado imparte y entre qué edades tienen los niños a su cargo?
¿Cuánto tiempo lleva dedicándose a la docencia?
¿Cuántas veces comen dentro de la escuela los niños?
¿Ha notado si existe alguna contradicción entre lo que se enseña de hábitos saludables en la escuela con lo que se realiza en casa?
¿En el recreo todos los niños realizan algún tipo de actividad física o hay niños que realicen otra cosa?
¿De qué manera fomenta los hábitos alimenticios sanos y de qué manera los realiza?

INDICADORES DE ENTORNO OBESIGÉNICO ESCOLAR

Dentro de la escuela y fuera de ella, ¿vende alimentos chatarra?
Dentro de la escuela y a sus alrededores, ¿venden refrescos?
¿Cuántos lugares hay donde vendan alimentos chatarra?
¿Cuántos niños con sobrepeso u obesidad identifican que hay en la escuela?

GUIA DE ENTREVISTA A UN NIÑO CON OBESIDAD

INDICADORES DE LA PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD
<p>¿En qué grado de primaria vas?</p> <p>¿Cuántos años tienes?</p> <p>¿Me puedes decir qué materias llevas o que clases tienes?</p> <p>¿Cuál es tu materia favorita?</p> <p>¿Tienes clases de nutrición o alguna materia de nutrición?</p> <p>¿Qué has aprendido de comer?</p> <p>¿Conoces el plato del bien comer, cuéntame qué sabes sobre él?</p> <p>¿Cuántas veces comes al día?</p>
INDICADORES DE LA ACTIVACIÓN FÍSICA REGULAR
<p>¿Tienes maestro para la materia de educación física o es el mismo maestro de todas las otras materias? Por ejemplo, de español, matemáticas, ¿quién te da educación física?</p> <p>¿Cuántos días y horas tienes clases de educación física?</p> <p>¿Qué materiales, juegos, o instrumentos tienen para realizar actividad física? (colchones, grabadores, cuerdas, aros etc.)</p> <p>¿En tu salón hacen ejercicio?</p>
INDICADORES DEL ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILITEN UNA ALIMENTACIÓN CORRECTA
<p>¿Dentro de la escuela qué tipos de alimentos puedes comer y quién te los proporciona o vende?</p> <p>¿En qué momentos puedes conseguir alimentos dentro de la escuela?</p> <p>¿Me puedes describir como es el lunch que tu mamá te pone cotidianamente? ¿o no te pone?</p> <p>¿Te dan dinero para comprar cosas dentro de la escuela?</p> <p>¿Cuánto dinero te dan para comprar dentro de la escuela?</p> <p>¿Qué prefieres tú el lunch o el dinero?</p> <p>¿Dentro de la escuela hay bebederos?</p>

¿De qué manera o por qué haces uso de ellos? (si hay bebederos se pregunta)

INDICADORES DE COTIDIANIDAD ESCOLAR

¿Siempre te comes el lunch que te da tu mamá o qué haces cuando no lo comes? (lo regalas, lo compartes, lo tiras etc.)

¿Con el dinero que te dan para gastar en la escuela qué compras?

De todo eso que compras, ¿qué es lo que más te gusta?

¿Aparte del lunch y lo que venden a la hora del recreo, la escuela te da otro tipo de alimentos?

¿Cómo cuáles y a qué hora?

¿Entonces cuántas veces comes dentro de la escuela?

¿Hablan diario de nutrición en alguna materia o cada cuándo?

INDICADORES DE LA COTIDIANIDAD FAMILIAR

¿Desayunas antes de ir a la escuela?

¿A qué hora comes en tu casa?

¿Qué es lo que más te gusta comer en tú casa?

La comida que realiza cotidianamente tu mamá, ¿la prepara porque tú le dices?

¿Qué hay cotidianamente en tu casa a la hora de comer? ¿Agua simple, de sabor, el refresco o un jugo?

¿A qué hora cenas y qué es lo que cenas cotidianamente?

¿Eso que comes en tu casa es lo que te enseñaron a comer en la escuela?

¿Cómo a qué hora te paras para ir a la escuela?

Cuando llegas a tu casa, ¿ves televisión?

¿En tu casa juegas videojuegos?

¿En tu casa te gusta estar en la computadora?

¿En tu casa juegas con tus hermanos o hermano (a)? ¿O con quién jugas?

¿Qué tipo de juegos realizan?

¿Qué prefieres más jugar con ellos o con los aparatos? (televisión, videojuegos, computadora, etc.)

¿En tu casa tienes juegos como pelotas, bicicletas, patines etc., donde realices actividad física?

¿Por cuánto tiempo juegas y cada cuándo lo haces?

¿Lo que juegas en tu casa lo aprendiste en la escuela o quién te enseñó a jugar así?

¿Cómo es el patio de tu casa, es grande y puedes hacer toda clase de juegos ahí?

¿Te gusta salir al parque y qué juegos realizas?

Cuando vas al parque, ¿cuánto tiempo estas ahí y cada cuándo vas?

INDICADORES DE ENTORNO OBESIGÉNICO FAMILIAR

¿Cuánto tiempo ves televisión en tu casa?

¿Qué ves en la televisión?

¿Por cuánto tiempo juegas videojuegos?

¿Te gusta estar en la computadora? ¿por cuánto tiempo?

Cuando estás viendo televisión, jugando con la computadora o videojuegos, ¿te gusta ingerir alimentos o alguna bebida?, ¿como cuáles?

¿Cuántos puntos de venta de alimentos chatarra existen por el lugar donde vives?

¿Cuántas bolsas de frituras, galletas, pastelillos, golosinas consumen a la semana?

Cuando sales con tus papas, ¿te gusta que te compren cosas para comer?

¿como cuáles?

INDICADORES DE ENTORNO OBESIGÉNICO ESCOLAR

Fuera de la escuela, ¿hay puestos donde vendan cosas para comer y cuántos hay?

¿Qué es lo que más te gusta comprar de los puestos de afuera?

Dentro de la escuela y a sus alrededores, ¿venden refrescos?

¿Dentro de la escuela venden alimentos chatarra?

GUIA DE ENTREVISTA A UNA MADRE

INDICADORES DE LA PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD
<p>¿De dónde toma la referencia usted para cocinar, y cómo aprendió? (a través de talleres, manuales, guías, páginas de internet, la escuela)</p> <p>¿Cada cuándo asiste y cuánto tiempo?</p> <p>¿De dónde toma la referencia para identificar qué tipo de ingredientes son para el desayuno, la comida y la cena?</p> <p>¿Qué me puede decir del plato del bien comer?</p> <p>¿Cuántas comidas realizar al día?</p> <p>¿El niño desayuna antes de ir a la escuela?</p> <p>¿Conoce si los productos industrializados traen en su etiqueta el contenido calórico por porción y lo utiliza cuando prepara sus alimentos?</p> <p>¿Qué otras medidas utiliza para hacer más sana su alimentación?</p> <p>¿Usted le prepara lunch a su hijo o le da dinero para que compre comida dentro de la escuela?</p> <p>¿Usted de qué manera fomenta el tener buenos hábitos alimenticios?</p>
INDICADORES DE LA ACTIVACIÓN FÍSICA REGULAR
<p>¿El niño tiene clases de activación física en el horario de escuela?</p> <p>¿Sabe si su hijo tiene maestro de educación física exclusivo para esa materia?</p> <p>¿Cuántas veces a la semana?</p> <p>¿Qué tipo de actividades (juegos) realiza en la clase de educación física?</p> <p>¿Qué tipo de juegos le cuenta el niño que realiza en el recreo?</p> <p>¿Cómo es el espacio destinado para la activación física en casa?</p> <p>¿De qué material deportivo dispone en casa?</p> <p>¿Cuánto tiempo le dedica a la actividad física en casa a la semana?</p> <p>¿Practica algún deporte organizado?</p> <p>¿Cómo se capacita o se informa para que el niño tenga actividad física?</p> <p>¿Dentro de la actividad física del niño usted participa?</p>
INDICADORES DEL ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILTEN UNA ALIMENTACIÓN CORRECTA

¿La escuela qué tipo de alimentos le proporciona a su hijo?

¿Sabe si en la escuela existen bebederos y él hace uso de ellos?

¿Qué tipo de alimentos pone en el lunch escolar?

Aparte del lunch que le pone, ¿le da dinero para que gaste dentro de la escuela, o en vez de lunch sólo le da dinero?

¿Qué alimentos y bebidas le dice que consume dentro de la escuela?

¿Cuánto dinero a la quincena le destina a la compra de alimentos?

¿Qué tipo de alimentos es al que se le destina la mayor parte de ese ingreso?

¿Cuántas veces como carne a la semana?

¿Cuántas veces come productos de origen animal a la semana?

INDICADORES DE LA COTIDIANA FAMILIAR

¿Qué edad tiene usted?

¿Su hijo que edad tiene?

¿A qué se dedica usted?

¿Cuál es su horario de trabajo?

¿A qué hora desayuna el niño antes de ir a la escuela?

¿Qué tipo de alimentos identifica para desayunar cotidianamente?

¿A qué hora comen, es decir, comen todos en familia? ¿a qué hora?

¿Qué tipo de alimentos identifica para la preparación de la comida?

¿Qué beben a la hora de la comida? (agua simple, agua de sabor, refresco)

¿Qué tipo de ingredientes identifica para la cena y a qué hora la realizan?

¿Esta forma de cocinar e identificar los ingredientes para cada comida lo aprendió de los padres o es porque usted piensa que está bien?

¿Qué mecanismo utiliza cuando el niño no quiere comer algún tipo de alimento?

¿Esos juegos que hace en sus clases de educación física los reproduce en su casa?

¿Ustedes como padres consumen refresco?

INDICADORES DE ENTORNO OBESIGÉNICO FAMILIAR

¿Cuántos puntos de venta de alimentos chatarra existen por el lugar donde vive?

¿Cuánto horas le dedican al día, a la televisión los niños?

¿Qué ve en televisión el niño?

¿Cuántas horas al día le dedican a los videojuegos?
¿Cuántas horas al día le dedican al internet los niños?
Cuándo está viendo televisión, o jugando videojuegos, o en la computadora,
¿consume algún tipo de alimento?
¿Cuántos refrescos consumen a la semana los niños?
¿Cuántas bolsas de frituras, galletas, pastelillos, golosinas consumen a la semana?

GUIA DE ENTREVISTA A UNA VENDEDORA DE ALIMENTOS DE UNA ESCUELA PRIMARIA

INDICADORES DEL ACCESO Y DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS Y BEBIDAS QUE FACILITEN UNA ALIMENTACIÓN CORRECTA

¿Qué edad tiene?
¿Cuánto tiempo tiene dedicándose a la venta de alimentos en la escuela?
¿Me podría decir qué tipo de alimentos vende?
¿A parte de usted hay más personas que vendan dentro de la escuela y qué venden?
¿Los productos que usted vende son naturales o procesados?
¿En la preparación de esos alimentos utiliza productos enlatado o embutidos?
¿Usted u otra persona dentro de sus productos vende refrescos, chicharrones, papas, chetos, galletas dulces?
De los productos que usted vende, ¿cuáles son más fáciles de conseguir? y de ser así, ¿existe algún factor que lo permita? (por temporada del año, por cuestiones económicas, etc.)
De los alimentos que usted ofrece, ¿cuál es el que más se vende?
¿Qué tipo de bebidas ofrece?
Para vender ese tipo de productos, ¿sigue alguna norma, guía, recomendaciones por parte de la escuela?
¿En qué trae los alimentos?
¿Me puede describir como es el lugar donde vende sus productos?

¿Los alimentos a la hora de su venta son calientes o fríos?

¿Por lo general siempre termina de vender todos sus productos?

¿Dónde fue que usted aprendió a cocinar ese tipo de alimentos o quien le enseñó?

¿A usted quién la supervisa en la venta de sus productos dentro de la escuela?

¿A qué hora llega y a qué hora se retira de la escuela?

¿Me puede describir las medidas de higiene que realiza para la preparación y venta de sus alimentos?

¿A usted le han proporcionado un manual donde estén las medidas que deba seguir para la venta de alimentos dentro de la escuela?

¿Qué tipo de alimentos prefieren más los infantes?

FUENTES CONSULTADAS

BIBLIOGRAFÍA

- Babbie Earl, 2000, *Fundamentos de la investigación social*, México: International Thomson.
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 2014, México: editorial SISTA.
- Fernandes Florestan, 1986, *Fundamentos empíricos de la explicación sociológica*, México: Limusa.
- Goffman Erving, 2009, *la presentación de la persona en la vida cotidiana*, 2° Ed.-Buenos Aires: Amorroutu.
- Heller Agnes, 1982, *La revolución de la vida cotidiana*, Barcelona: península.
- Heller Agnes, 1985, *Historia y vida cotidiana*, México D.F: EDITORIAL GRIJALBO.
- Heller Agnes, 1994, *Sociología de la vida cotidiana*, 4° edición, Barcelona: editorial península.
- Medicoa Gloria, 2003, *sobre tesis y tesistas, "lecciones de enseñanza-aprendizaje"*, 1° ed.- Buenos aires, Espacio.

- Melucci Alberto, 2002, *ACCIÓN COLECTIVA, VIDA COTIDIANA Y DEMOCRACIA*, “V. Vida cotidiana y acción colectiva” (pp.131-161), El Colegio de México, Centro de Estudios Sociológicos.
- Rojas Raúl y Ruíz Amparo, 1991. *Apuntes de la vida cotidiana*, México D.F: Ed Plaza y Valdés Editores.
- Ruiz José Ignacio, 2003, *Metodología de la investigación cualitativa*, “Metodología de la investigación cualitativa” (191-210), Universidad de Deusto Bilbao.
- Spiegel Alejandro, 2003, *Héroes invisibles : historias de la vida cotidiana para educar en valores*, Rosario, Argentina: Ed. Homo Sapiens.
- Spiegel Alejandro, 2000, *La vida cotidiana como recurso didáctico*, Rosario, Argentina: Ed. Homo Sapiens.

HEMEROGRAFÍA

- Aguirre Alejandrina, (noviembre 2013). 2013:, contenido, p. 48-53.
- Verduzco Wáscar, Morín Raúl. (2013). *Obesidad: epidemia global, panorama nacional*, AAPAUNAM, Revista AAPAUNAM Académica, Ciencia y Cultura, (3), 173-148.

TESIS

- Gil Martínez Verónica, noviembre 2012, *Estructura organizacional de la educación y la obesidad infantil*, título de licenciada en comunicación, Universidad Nacional Autónoma de México, FES Acatlán Estado de México, México

CYBERGRAFIA

- Aguilar Sandra, 2009, *La mesa está servida: comida y vida cotidiana en el México de mediados del siglo XX**, Obtenido el 21 de Marzo de 2014 en Worl Wide Web: file:///C:/Users/EQUIPO-4/Downloads/222-708-1-SM.pdf
- Asociación Mexicana Naciones Unidas, 2014, México, *Cuarto lugar mundial en obesidad infantil*, obtenido el 21 de Diciembre de 2014 en Worl Wide Web:http://www.amnu.org.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=31:articulo-2&catid=10
- Barquera S., Campos I., Hernández L., Pedroza A., Rivera J., 2013, *Prevalencia de obesidad en adultos mexicanos, 2012*, obtenido el 14 de noviembre de 2014 en World Wide Web: <https://siid.insp.mx/textos/com-5356120.pdf>
- BREASTCANCER.ORG, 2014, *¿Qué es el cáncer de mama?*, obtenido en World Wide Web: http://www.breastcancer.org/es/sintomas/cancer_de_mama/que_es_cancer_mama
- Cáncer.ten, 2014, *Cáncer de cuello uterino: Panorama general*, obtenido en World Wide Web: <http://www.cancer.net/es/tipos-de-c%C3%A1ncer/c%C3%A1ncer-de-cuello-uterino/panorama-general>

- Cáncer.ten, 2014, *Cáncer de estómago: Panorama general*, obtenido en World Wide Web: <http://www.cancer.net/es/tipos-de-c%C3%A1ncer/c%C3%A1ncer-de-est%C3%B3mago/panorama-general>
- Care Firts, 2013, *Tumores del hígado*, obtenido el 25 de Mayo de 2015 en World Wide Web: <http://carefirst.staywellsolutionsonline.com/spanish/Encyclopedia/85,P03781>
- Comité Nacional de Medicina Interna, 2000, Infección respiratoria aguda baja, Arch argent_pedriat, 98 (3)
- CONADE, 2010, *Guía de activación física*, Educación primaria, obtenido el 27 de agosto de 2012 en World Wide Web: http://activate.gob.mx/Documentos/02_Guia_Activacion_Primeria.pdf
- Consejo de salubridad general, *Diagnóstico y tratamiento de la desnutrición en menores de cinco años en el primer nivel de atención*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/119_GPC_DESNUTRICION_MENOR/Ssa_119_08_grr_desnutricion_menor.pdf
- Consejo de salubridad general, *Guía de Práctica Clínica Para la Detección, Diagnóstico y Tratamiento del Cáncer Pulmonar de Células no Pequeñas*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/030_GPC_Ca_PulmCP/IMSS_030_08_GRR.pdf

- Dietas & Nutrición Nutrición, *La importancia del desayuno*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: <http://www.alimentacion-sana.org/informaciones/novedades/desayuno.htm>
- Dieta y Salud Órgano Informativo del Instituto de Nutrición Kellogs sobre la Relación entre la Nutrición y la Salud el desayuno, 2011. Obtenido el 28 de Marzo del 2014 en World Wide Web: https://www.insk.com/assets/files/RevistaDietaySalud_Desayuno_INSK.pdf
- Encuesta nacional de nutrición 1999, *Estado nutricional de niños y mujeres en México*, 1999. Obtenido de World Wide Web: <http://www.nutricionenmexico.com/encuestas/ENN-99.pdf>
- Foz Mario, *Historia de la obesidad*, recuperado el 10 de marzo del 2014 en el World Wide Web: <http://www.fundacionmhm.org/pdf/Mono6/Articulos/articulo1.pdf>
- Fundación española del corazón, 2015, *Cardiopatía Isquémica*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: <http://www.fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes/enfermedades-cardiovasculares/cardiopatia-isquemica.html>
- Gantes, *ASFIXIA DEL RECIEN NACIDO*, obtenido el 25 de mayo del 2015 en World Wide Web: <http://www.scielo.cl/pdf/rcp/v18n10/art01.pdf>
- García Carola, Mayo-Agosto 2011, *Los alimentos chatarra en México regulación publicitaria y autorregulación*, recuperado el 23 de septiembre en World Wide Web: http://www.derechoacomunicar.amedi.org.mx/pdf/num2/11-carola_garcia.pdf

- Gracia Mabel, *LA OBESIDAD COMO PROBLEMA SOCIAL: LA IDEACIÓN SOBRE SU CARÁCTER CRÓNICO, PLURIFACTORIAL Y EPIDÉMICO*, obtenido el 14 de febrero del 2013 en el World Wide Web: <http://www.ankulegi.org/wp-content/uploads/2012/03/0205Gracia-Arnaiz.pdf>
- Herrera Claudia, Diciembre 2008, *Consenso Cultural sobre Alimentos en Adolescentes Embarazadas de Guadalajara*, México, Obtenido el 21 de Marzo de 2014 en World Wide Web: <http://www.redalyc.org/pdf/422/42210505.pdf>
- IMSS, 2012, *Guía de Práctica Clínica*, México D.F., obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide web: http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/000GER_DiabetesMellitus.pdf
- INEGI, 2010, obtenido el 20 de agosto del 2014 en World Wide Web: <http://www.inegi.org.mx/>
- Martínez E. y Murie M., 2011, *Medicine, Enfermedades cerebrovasculares*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: <http://www.elsevierinstituciones.com/ficheros/pdf/62/62v10n72a13191296pdf001.pdf>
- Medicina Salud, 2012, *Nefrosis, síndrome nefrótico: tratamiento, causas, síntomas, diagnóstico y prevención*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en world Wide web: <http://medicinasalud.org/dolor-enfermedad-enfermedades-trastorno-mal-trastornos/nefrosis-s-ndrome-nefr-tico-tratamiento-causas-s-ntomas-diagn-stico-y-prevenci-n/>

- Meléndez María, Julio-Diciembre 2010, *Comportamiento alimentario y obesidad infantil en Sonora, México*, obtenido el 2 de Febrero del 2014 en World Wide Web: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77315155025>
- Montero Julio, 2001, *OBESIDAD:UNA VISIÓN ANTROPOLOGICA*, obtenido el 20 de agosto del 2014 en World Wide Web: <http://www.medurcar.com.ar/cursos/file/ANTROPOLOGIA.pdf>
- Muñoz Juan, 2003, *Análisis cualitativo de datos textuales con ATLAS/ti*, obtenido el 27 de abril del 2015 en World Wide Web: <http://www.ugr.es/~textinfor/documentos/manualatlas.pdf>
- Nure Investigación, Julio-Agosto 06, *ESTUDIO DESCRIPTIVO SOBRE HABITOS ALIMENTARIOS EN EL DESAYUNO Y ALMUERZO DE LOS PREADOLESCENTES DE VILADECANS (BARCELONA)*, obtenido el 21 de Marzo de 2014 en World Wide Web: http://www.fuden.es/FICHEROS_ADMINISTRADOR/ORIGINAL/Original_Nure_23.pdf
- OMS, 2015, *Obesidad y sobrepeso*, obtenido el 21 de abril del 2015 en el World Wide Web: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
- OMS, 2015, *Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)*, obtenido el 21 de Marzo de 2014 en World Wide Web: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs315/es/>
- Pallaruelo Sandra, 2012, *Prevención y educación en obesidad infantil*, obtenido el 10 de marzo del 2014 en el World Wide Web: <http://academicae.unavarra.es/bitstream/handle/2454/5683/OBESIDAD%20INFANTIL.pdf?sequence=1>

- Programa Perseo, 2014. obtenido el 21 de Marzo de 2014 en World Wide Web: <http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/es/index.shtml>
- Pro México, 2012, *INDUSTRIA DE ALIMENTOS PROCESADOS*, obtenido el 28 de agosto del 2013 en World Wide Web: http://mim.promexico.gob.mx/work/sites/mim/resources/LocalContent/72/2/Alimentos_procesados_ES.pdf
- Resultados de Nutrición de la ENSANUT 2006, Obtenido el 23 de Febrero del 2012 de World Wide Web: <http://ensanut.insp.mx/informes/ensanut2006.pdf>
- Secretaría de Educación Pública, 2010, *Cómo preparar el refrigerio escolar y tener una alimentación correcta Manual para madres y padres y toda la familia*, México D.F., obtenido el 1 de Diciembre del 2012 en world Wide Web: http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/1/mages/Manual_familia.pdf
- Secretaría de Educación Pública, 2010, *Manual para la preparación e higiene de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica*, México D.F., obtenido el 1 de Diciembre del 2012 en World Wide Web: <http://basica.sep.gob.mx/seb2010/pdf/escuelaYSalud/manualEstablecimientosDic.pdf>
- Secretaría de Educación Pública, 2010, *Orientación para la regulación del expendio de alimentos y bebidas en la escuela de educación básica guía para directivos y docentes*, México D.F., obtenido el 1 de Diciembre del 2012 en World Wide Web: http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/3/images/guia_dir.pdf

- Sección de Programas de Salud de la Concejalía de Sanidad del Ayuntamiento de Valencia, 2009, *La pirámide de la alimentación*, obtenido el 13 de octubre del 2013 en World Wide Web: [http://www.valencia.es/ayuntamiento/Sanidad.nsf/0/004DD7F111F0F31DC12575E6003BF9B2/\\$FILE/piramide_IMPR_reduc.pdf?OpenElement&lang=1](http://www.valencia.es/ayuntamiento/Sanidad.nsf/0/004DD7F111F0F31DC12575E6003BF9B2/$FILE/piramide_IMPR_reduc.pdf?OpenElement&lang=1)
- Secretaria de Salud, 2001, *Cáncer de Próstata*, obtenido el 25 de mayo del 2015 en World Wide Web: http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/cancer_prostata.pdf
- Secretaria de Salud, 2006, *NORMA Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación*, obtenido en World Wide Web: <http://wholegrainscouncil.org/files/MexicoNOM043.pdf>
- Secretaria de Salud, 2010, *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad, Programa de Acción en el Contexto Escolar*, México, obtenido el 1 de Diciembre de 2012 en World Wide Web: http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/635/1/images/prog_accion.pdf
- Secretaria de Salud, 2010, *Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategias contra el sobrepeso y la obesidad*, México D.F. obtenido el 1 de Diciembre del 2012 en World Wide Web: http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/Bases_tecnicas_acuerdo_nacional_obesidad_29_mar_10_completo.pdf
- Vázquez H., 2012, *Enfermedad hipertensiva del corazón*, obtenido el 25 de Mayo del 2015 en World Wide Web: <http://www.suc.org.uy/revista/v27n3/pdf/rcv27n3-hta-vazquez.pdf>