

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA POBLACIÓN CH'ORTI QUE RESIDE EN LA ALDEA TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN, CHIQUIMULA. GUATEMALA. MAYO-SEPTIEMBRE 2014.

TESIS DE GRADO

MARTHA DELFINA CONTRERAS CARDONA

CARNET 11582-04

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, OCTUBRE DE 2014
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA POBLACIÓN CH'ORTI QUE RESIDE EN LA ALDEA TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN, CHIQUIMULA. GUATEMALA. MAYO-SEPTIEMBRE 2014.

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD

POR

MARTHA DELFINA CONTRERAS CARDONA

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE NUTRICIONISTA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, OCTUBRE DE 2014
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: DR. CARLOS RAFAEL CABARRÚS PELLECCER, S. J.
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

DECANO: DR. CLAUDIO AMANDO RAMÍREZ RODRIGUEZ
VICEDECANO: MGTR. GUSTAVO ADOLFO ESTRADA GALINDO
SECRETARIA: MGTR. SILVIA MARIA CRUZ PÉREZ DE MARÍN
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. MARIA GENOVEVA NÚÑEZ SARAVIA DE CALDERÓN

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

LIC. ALICIA VERÓNICA RUÍZ ALONZO

TERNA QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. CARMEN ISABEL VELASQUEZ MONZON
MGTR. MARIA GENOVEVA NUÑEZ SARAVIA DE CALDERON
MGTR. MICHELE MARIE MONROY VALLE

Guatemala 19 de septiembre de 2014

Honorable
Comité de Tesis
Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Rafael Landívar
Presente

Respetable comité de tesis:

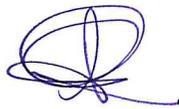
Luego de someter a revisión el protocolo de tesis titulada:

“Caracterización del patrón alimentario de la población que reside en Tunucó, Jocotán, Chiquimula”

Considero las correcciones de Informe Final llena los requisitos que debe de cumplir. Por consiguiente la estudiante **Martha Delfina Contreras Cardona**, con carné **11582-04** cuenta con mi aprobación para la presentación del mismo al comité de Tesis de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Rafael Landívar y continuar con su proceso de autorización.

Sin otro particular y quedando a su total disposición para cualquier observación, se suscribe de usted,

Atentamente,



Licda. Alicia Verónica Ruiz Alonzo
Colegiado activo No. 3,316
Asesora

*Licda. Alicia V. Ruiz A.
Nutricionista
Colegiada No. 3316*



Universidad
Rafael Landívar
Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
No. 09226-2014

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante MARTHA DELFINA CONTRERAS CARDONA, Carnet 11582-04 en la carrera LICENCIATURA EN NUTRICIÓN, del Campus Central, que consta en el Acta No. 09517-2014 de fecha 29 de septiembre de 2014, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA POBLACIÓN CH'ORTI QUE RESIDE EN LA ALDEA TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN, CHIQUIMULA. GUATEMALA. MAYO-SEPTIEMBRE 2014.

Previo a conferírsele el título de NUTRICIONISTA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 16 días del mes de octubre del año 2014.




MGTR. SILVIA MARIA CRUZ PEREZ DE MARIA SECRETARIA
CIENCIAS DE LA SALUD
Universidad Rafael Landívar

DEDICATORIA

A DIOS

Por ser mi refugio y fortaleza mí guía espiritual. Por largo que pareciera el camino en momentos de angustia clamar fervor ante ti y darme una respuesta a lo que haz trazado en mi vida profesional.

A MIS PADRES

Ronaldo Contreras Barrera (Q.E.P.D.), por dejar un legado de humildad y honestidad, por ser mi mayor inspiración, porque tú siempre deseaste tener hijos de bien que hasta el último momento de tu existir me apoyaste para que yo alcanzara mis metas de las cuales ahora se verán los frutos de tu esfuerzo que emprendiste día con día con tu trabajo honesto. Te amo papito.

Julieta Cardona Ramírez, por ser una mujer luchadora emprendedora de buen ejemplo que siempre me has apoyado, que siempre confiaste en mí y me apoyaste todos los años de estudio que a la vez de ser madre haz sido padre logrando los mejores frutos.

A MI ESPOSO

Jesus Alberto Figueroa Peñate, por su apoyo incondicional su amor y confianza para realizarme profesionalmente que mis triunfos y éxitos serán igual para los dos. (Te amo amor)

A MI HIJO

Rodrigo Alberto Figueroa Contreras, por ser el mejor regalo que Dios me dio, siempre haz sido mi mayor motivación, que de igual forma tu logres lo que te propongas en la vida con éxito. (Te amo eres mi vida).

A MIS HERMANOS

Víctor Ronaldo y Lesly Julieta por ser mi apoyo, brindarme su amor y cariño; siempre me motivaron a no perder la fe, y sé que serán los próximos profesionales. No romper nunca el legado que nuestros padres nos han inculcado y ser buenos hijos

A MI SOBRINA

Ariana Sophia Martinez Contreras, que con tu dulzura siempre seas una niña de bien que logres alcanzar tus metas en la vida profesional te amo mi chiquita.

A MI ABUELA

Marta Lidia Ramírez por su cariño amor, por sus consejos siempre brindados y así ser una mejor persona y una mejor nieta.

A MI FAMILIA

Que siempre me han apoyado y han sido motivo de inspiración para lograr esta meta propuesta en mi vida profesional.

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRINOS

Salvador Sandoval y Aurorita de Sandoval por brindarme su apoyo y haberme acogido en su hogar durante los años de estudio inculcando los mejores consejos y valores.

A MIS PRIMOS

Que los triunfos propuestos en la vida los logren alcanzar y nunca pierdan la fe, en especial Durdy Contreras y Ana Silvia Contreras por su apoyo brindado en esta investigación de Tesis.

Lic. Alicia Ruiz Alonso: por su amistad y cariño, por ser mi asesora de tesis darme su tiempo dedicado en este trabajo de investigación.

Lic. Nadia Tobar: por su apoyo incondicional al revisar esta investigación por su dedicación para que fuera éxito.

MGTR. MARIA GENOVEVA NUÑEZ SARAVIA DE CALDERON por su apoyo incondicional en estos años de estudio por ser una persona emprendedora motivadora a nunca desvanecer, el logro hoy alcanzado de todo corazón gracias.

Autoridades de la Universidad Rafael Landívar por ser mi casa del saber la que me inculco los mejores valores y enseñanzas a lo largo de mi carrera y por brindarme la oportunidad de alcanzar una de mis más grandes metas y siempre con orgullo ser landivariana de corazón. Agradezco en especial a las Autoridades de la Facultad de Ciencias de la Salud.

RESUMEN

Antecedentes: Estudios realizados revelaron que no existe información sobre el patrón alimentario de la población Ch'orti, poco interés de algunas instituciones siendo esta una población de necesidades prioritarias por encontrarse en el corredor seco del país, Probablemente nunca se ha tomado en cuenta en las propuestas el patrón alimentario de la cultura maya Ch'orti', para que esto genere una alternativa diferente para resolver la crisis alimentaria. Poblaciones como Tunucó abajo, donde es importante su cultura, debe abordarse en las nuevas propuestas desarrollistas y de fortalecimiento de la seguridad alimentaria.

Objetivo: Determinar el patrón alimentario de la etnia Ch'orti' que reside en la aldea de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula.

Diseño: Investigación de tipo descriptivo transversal y los sujetos de estudio Hogares de la etnia cho'rti que residen en la aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula

Lugar: aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala

Materiales y Métodos: Se tuvo una muestra de 57 hogares particulares Cho'rti's, residentes de la aldea Tunucó municipio de Jocotán Chiquimula Familias con integrantes de 5 a 8 miembros, El proceso de recolección de datos, estuvo conformado por distintas fases: fase Validación de instrumento, fase de entrevista en cada hogar.

Resultados: Las participantes de los 57 hogares, fueron principalmente las encargadas del hogar comprendidas entre las edades de 18 años a 59 años hogares de 5 a 8 integrantes. Dentro del patrón alimentario frijol, tortilla de maíz, huevo son los alimentos más consumidos en dichos hogares se puede notar una baja ingesta de alimentos de la población, y entre las bebidas el pinol, atol agrio o chuco. Un 60% de la población refirió gastar para la compra de alimentos Q100.00 a Q 300.00

Limitaciones: que las personas al ser entrevistadas se dependió de lo que respondieron y pueda que no haya respondido en un 100% con sinceridad.

Conclusiones: Se determinó que el patrón alimentario conforme al ingreso económico no es variado lo cual significa que la ingesta de nutrientes es baja.

Palabras clave: *Artículo Caracterización del Patrón Alimentario de la Población Ch'orti que reside en la aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala.*

INDICE

I. INTRODUCCION.....	1
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
III. MARCO TEORICO.....	4
A. Alimentación.....	4
B. Patrón alimentario	4
1. Determinación de Patrones alimentarios.....	4
2. Costumbres Alimentarias	5
3. Hábitos Alimentarios	5
4. Comportamiento Alimentario	5
a) Preferencias Alimentarias	6
5. Distribución Intrafamiliar de los Alimentos	6
2. Cultura.....	6
3. Conducta Alimentaria	7
C. Publicidad y cambios en estilo de vida	7
D. Acceso o Influencia Económica en la selección de alimentos de la población a los alimentos.....	8
1. Gasto asignado Alimentación de la población Guatemalteca.....	8
E. Patrones alimentarios de Guatemala.....	9
F. Seguridad Alimentaria y Nutricional	9
K. Pilares de Seguridad Alimentaria.....	10
1. Disponibilidad de los Alimentos	10
c. Manejo de cultivos y medios de producción.....	10

2. Acceso a los Alimentos	11
3. Consumo a los Alimentos	11
4. Utilización Biológica.....	12
L. Evaluación Dietética Poblacional	13
M. Región Cho'rti.....	13
1. Historia alimentaria de la región Ch'orti'	13
2. Ubicación Territorial del Municipio de Jocotán.....	14
3. Historia y cultura	14
IV. ANTECEDENTES.....	16
V. JUSTIFICACION.....	23
VI. OBJETIVOS	25
VII. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	26
D. Hipótesis.....	26
E. Definición de variables.....	26
1. Variable de Independiente	26
Variables Dependientes	27
DESCRIPCION DE LAS VARIABLES.....	27
VIII. METODOS Y PROCEDIMIENTO.....	33
X. RESULTADOS.....	38
XI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	70
XII. CONCLUSIONES	76
XIII. Recomendaciones	77
XIV.BIBLIOGRAFIA.....	78

I. INTRODUCCION

La alimentación es un proceso complejo y dinámico afectado por factores biológicos, económicos y socioculturales, Actualmente se reconoce la importancia de los cambios en la alimentación asociados a la globalización del estilo de vida.

Instituciones de carácter internacional como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) consideran de suma importancia conocer y mejorar las condiciones de seguridad alimentaria en poblaciones que necesite. (20). Según estas organizaciones, las poblaciones además de las modificaciones en la dieta, se enfrentan el problema del acceso económico a los alimentos. Se estima que los consumidores urbanos pobres gastan entre un 60-80% de sus ingresos en alimentación (FAO).

Un patrón alimentario se refiere al conjunto de productos que un individuo, familia o grupo de familias consumen de manera ordinaria, según un promedio habitual de frecuencia estimado en por lo menos una vez al mes; o bien, que dichos productos cuenten con una situación firme y duradera tal en las preferencias alimentarias que puedan ser recordados por lo menos 24 horas después de consumirse. (16)

En el transcurso de los años, debido al cambio climático, a menudo sucede que las familias con menos recursos y menor potencial de trabajo conservan un nivel alimentario bajo y que sus niños presentan desnutrición. Las personas con menos recursos no están preparados a cambios empeorando cada día con ello la carencia de las necesidades más básicas, siendo esto el deterioro de diversidad de factores afectan el estado nutricional de los niños donde el cultivo que existe en una población ubicada en un corredor seco vuelve las tierras infértiles y poco cultivables por temor a pérdidas en sus cosechas.

La cultura y la economía son factores que influyen y afectan el estado nutricional de una población o comunidad, situación que se ve reflejada en prevalencias de desnutrición que suceden en comunidades. Es frecuente ver que las

comunidades se van transformando y cambian su estilo productivo basado en diferentes aspectos.

Por la falta de acceso a alimentos e influenciados por la publicidad la población tiende a consumir alimentos energéticamente densos y procesados, lo que en las últimas décadas se están volviendo parte de los cambios, ocasionando enfermedades cardiovasculares, obesidad y la desnutrición.

En Guatemala se han creado variedad de programas y proyectos en algunos casos sin logro algunos porque no se ha enfocado en la cultura y en las costumbre de cada comunidad, el Gobierno invierte cada año, proporcionando alimentos a familias con necesidades diferentes, como atoles, maíz, frijol, donde su cultura que en la mayoría de casos no se toma en cuenta y estos son desaprovechados y algunas veces por la necesidad; dichos alimentos se venden, y no es que los alimentos sean mala calidad simplemente no existe ningún hábito de consumo de los mismos se desconocen. Es importante saber que al conocer un patrón alimentario estamos descubriendo las necesidades de una población.

No existen estudios relacionados con los patrones alimentarios de la etnia cho'rti,' por lo que se hace necesario realizar una investigación que permita determinar el patrón, para que los promotores en salud y bienestar social puedan planificar programas de alimentación con pertinencia cultural, actividades de intervenciones educación alimentario nutricional y recomendaciones que ayudarán a impactar en las acciones de seguridad alimentaria de estas comunidades con el fin de mejorar la salud de la etnia sin modificar su cultura.(3)

La cultura maya Ch'orti' está situada en la sección central del oriente de Guatemala, principalmente en el departamento de Chiquimula, La mayor parte de la población vive en los municipios de La Unión Zacapa, Jocotán, Camotán, San Juan Ermita, y Olopa; Chiquimula y será el sujeto de investigación en el presente documento.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las costumbres alimentarias sufren modificaciones a través del tiempo cuando se ven influidas por algunos factores económicos y culturales de las familias, en los últimos tiempos; han influido, en los estilos de vida y en los patrones de consumo alimentario de la población. (25)

Los patrones de consumo o alimentarios serán de gran utilidad tanto para la planificación y vigilancia alimentario-nutricional como para establecer guías alimentarias, en términos de alimentos y nutrientes ya que esta investigación se permite realizar intervenciones para esta población en específico, mejorando así hábitos alimentarios y previniendo enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la alimentación.

El antropólogo J. López ha realizado estudios del comportamiento de la etnia Ch'orti en cuanto a cultura y tradición, pero se desconoce el patrón alimentario, por lo que sería importante y de gran beneficio conocerlo por la influencia de cómo se va modificando el patrón alimentario a través del tiempo.

El Principal centro de ubicación etnia Cho'rti' es en Jocotán, por lo se hace evidente la necesidad de obtener información documentada que permita caracterizar el patrón alimentario de la población Tunucó abajo, siendo este una aldea de Jocotán donde su población residente en su mayoría son de la etnia maya cho'rti', lo cual permite una aproximación a la identificación de los alimentos utilizados, y con ello, se dispone de información necesaria para el diseño de intervenciones alimentarias y nutricionales orientadas a esta población específica. Por lo que surge la pregunta.

¿Cuál es el Patrón Alimentario de la etnia Ch'orti' que reside en la aldea Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula?

III. MARCO TEORICO

A. Alimentación

Material que provee al organismo las sustancias que requiere para satisfacer necesidades de mantenimiento, y restauración de tejidos corporales. Además, constituye desarrollo, trabajo un medio de placer y bienestar. (1)

La alimentación es un fenómeno, además, social, psicológico, económico, simbólico, religioso cultural en definitiva, en el más amplio sentido del término.

B. Patrón alimentario

Marco de referencia del consumo de alimentos de un grupo de población, que refleja el tipo y cantidades de alimentos usualmente consumidos por la mayoría de individuos en un periodo determinado. Refleja aspectos culturales y del contexto, de manera que pueden ser modificados por circunstancias tales como: cambios en los precios, escasez, información, publicidad, creencias y otros. (1)

Es el grupo de productos que se consumen en un hogar, comunidad o persona, donde se tiene una ingesta de manera normal según un promedio habitual por lo menos una vez al mes; o bien que se haya consumido por lo menos 24 horas luego de haber ingerido dicho alimento basándose en su preferencia

Determinación de Patrones alimentarios

Los patrones alimentarios se determinan por medio de dos factores importantes siendo estos la cultura y condición económica siendo estas razones las que influyen en los tipos de alimentos que consumen las diversas comunidades, sólo que en caso de comunidades marginadas el aspecto económico es el que en forma dominante determina un Patrón alimentario, deficiente tanto en cantidad como en calidad, ya que la marginación se refiere más que nada a la pobreza, la cual repercute directamente en la situación nutricional de los habitantes. En las comunidades el aspecto cultural aunque juega un papel muy importante, en cierto

momento queda independiente a la posibilidad material de conseguir el alimento.
(3)

Costumbres Alimentarias

Disposición adquirida por actos repetidos en la alimentación, relacionada con la manera de ser y de vivir”; la costumbre alimentaria está ligada con la identidad individual o grupal en la medida, suele ser a la vez biológico y cultural en cada persona.

Se entiende como el conjunto de acciones que lleva a cabo un individuo en respuesta a una motivación biológica, psicológica y sociocultural y todas estas vinculadas a la ingestión de alimentos, se aprecia dicha conducta se ve influida por factores de diversa naturaleza, mismos que rebasan por el valor nutricional y las necesidades dietéticas del individuo. (19)

3. Hábitos Alimentarios

Modalidades de elección, preparación y consumo de los alimentos, por un individuo o grupo, como respuesta a influencia, fisiológico, psicológico, cultural y social. (1)

Los hábitos alimentarios o patrones de alimentos indican la dieta usual de las personas, los hábitos alimentarios nacen en la familia, Pueden reforzarse en el medio. Los hábitos cambian y pueden ser influenciados en formas diferentes, el principal medio en la actualidad es el marketing y la publicidad, así como los cambios en el estilo de vida.

Comportamiento Alimentario

Forma manera o de comportase de una persona ante el alimento, el comportamiento guarda estrecha relación con el alimentación, es tan sólo un acto reflejo que evita la aparición de las sensaciones de hambre, sino que tiene una significación propia en la que intervienen experiencias previas, recuerdos, sentimientos, emociones y necesidades. (22)

a) Preferencias Alimentarias

Algunas veces la población cuenta con alimentos disponibles que no son aceptados o prefiere alimentos que no son nutricionalmente adecuados. La atención no solo debe centrarse en el tipo de alimentos que se consume sino también, en la cantidad de cada alimento que se consume y cómo se distribuyen los alimentos dentro de la familia. (22)

Distribución Intrafamiliar de los Alimentos

Al distribuir los alimentos en la familia se suele dar prioridad a algunos miembros, sin embargo, las necesidades nutricionales de cada uno son distintas.

La distribución de los alimentos entre los miembros de la familia muchas veces no se considera las necesidades de cada uno, algunas razones que contribuyen a que esta situación ocurra es que muchas veces es escasa disponibilidad de alimentos en el hogar, costumbres dentro de la familia que hacen que se brinde mejor alimentación al jefe de la casa o a los varones, falta de conocimientos sobre las necesidades de alimentos de cada uno de los miembros de la familia y creencias sobre el daño que algunos alimentos hacen a las personas, durante determinada edad o condición. (3)

Creencias y Valores

Una creencia atribuye al alimento algunos beneficios o prejuicios ante la presencia de una enfermedad. Las creencias y los valores que circulan en cualquier grupo social, determinan si los alimentos son objeto de tabú o no. Es decir, si al alimento le serán impuestas restricciones o prohibiciones basadas en concepciones dietéticas (alimentos que pueden ser dañinos a la salud) o religiosas (alimentos pecaminosos o práctica de ayuno). (22)

Cultura

Por medio de la transmisión cultural, los seres humanos adquieren, generación tras generación, el conjunto de saberes y habilidades prácticas que les permiten

identificar según la experiencia de sus antepasados, los alimentos a través de preferencias y aversiones. (3)

Conducta Alimentaria

Es un estímulo y la respuesta que genera el comportamiento alimentario, en el caso de la conducta alimentaria existen vínculos fisiológicos, psicológicos, socioculturales y morales.

La conducta alimentaria a nivel fisiológico se encuentra los nutrientes, a nivel psicológico, los alimentos con sus propiedades organolépticas de color, sabor y textura, a nivel sociocultural, la comida, constituida por diferentes tipos de alimentos. (22)

Es la expresión de los aspectos culturales del consumo de alimentos donde tienen que ver las normas sociales, los preceptos religiosos, la experiencia individual, la aceptación o rechazo de los alimentos e incluso las condiciones ambientales que afectan la disponibilidad de alimentos. Una conducta alimentaria puede convertirse en hábito, si se repite de manera tan frecuente que permanece en el individuo. (19)

C. Publicidad y cambios en estilo de vida

El aumento de televisores, tiendas locales y otros medios de comunicación puede convertirse en un problema, en primer lugar porque no siempre las campañas publicitarias promueven hábitos alimentarios adecuados; segundo, tienen un fuerte impacto en los niños y adolescentes quienes decidirán y guiarán las decisiones alimentarias de la siguiente generación. (22)

Los medios de comunicación social, en especial la televisión, contribuyen a una especie de educación informal, no siempre correcta, que influye efectivamente en la estructura del gasto del consumo alimentario de los diferentes grupos sociales. Otros factores como el nivel educacional y socioeconómico del consumidor son determinantes para contrarrestar cuando sea necesaria la propaganda comercial. (17)

Mantener un buen estado nutricional requiere que las personas tengan conocimientos, creencias, actitudes y prácticas adecuados para lograrlo. Para este

propósito la comunicación social es el conjunto de normas que determina cómo interactúan los individuos de una misma cultura. La modificación de estas normas es el fin último de la educación nutricional dirigida a las comunidades. La educación alimentaria y nutricional consiste en intervenciones dentro del campo de la comunicación social, con el propósito de lograr cambios voluntarios de hábitos nutricionales no deseables a fin de mejorar el estado nutricional de la población.

D. Acceso o Influencia Económica en la selección de alimentos de la población a los alimentos

Se refiere a la capacidad económica de la población para adquirir (comprar o producir) suficientes y variados alimentos para cubrir sus necesidades nutricionales. La capacidad adquisitiva de la población se refleja en el nivel de pobreza, que a su vez está dado por su nivel de ingreso y capacidad de consumo. En este componente se analizan los sistemas de información relacionados con: gastos del hogar en alimentación, precios de alimentos al consumidor, la evolución de estos precios y de otros bienes y servicios, los costos de un mínimo alimentario, y lo relativo a ingresos y fuentes de ingresos, como es el empleo. Según el INE el costo de la canasta básica de Alimentos en Febrero 2014 fue de Q2929.50 (2)

1. Gasto asignado Alimentación de la población Guatemalteca

La inseguridad alimentaria y nutricional de gran parte de la población está estrechamente ligada a otra serie de inseguridad social, Según la ENCOVI 2000, en los gastos de alimentos en las familias guatemaltecas, se detecta que casi una décima parte del presupuesto es destinado a bebidas alcohólicas. Incluso las familias en pobreza extrema destinan una proporción significativa de su presupuesto a estos productos. Existen muchas evidencias de los efectos nocivos del consumo de alcohol en la salud y bienestar de los individuos que lo consumen. Los precios de los bienes y servicios para enero del 2014 se registraron una leve contracción respecto de enero, según el índice de precios del consumidor. Donde el precio del quintal del maíz paso de Q102 en enero 2014 a Q109 en febrero un

incremento del 6.86% dio a conocer en su informe la organización de las Naciones Unidas para la alimentación y agricultura en su monitoreo mensual.

Según el IPC, el costo diario para la adquisición de los 26 productos básicos para los hogares es de Q 97.65. (2)

El comportamiento aún mantiene una brecha con los ingresos que se reciben en los hogares, ya que el salario mínimo vigente es de Q74.97 diario.

E. Patrones alimentarios de Guatemala

El patrón alimentario en Guatemala se basa principalmente en los cereales (el maíz), azúcares y frijoles. La adecuación energética de la dieta está cercana al 90% y muestra deficiencias críticas de grasas, proteínas de origen animal y micronutrientes, principalmente en las regiones Altiplano, Norte y Centro y en las categorías de menor ingreso.

La disponibilidad de alimentos en Guatemala ha sido afectada principalmente por los eventos naturales y las políticas económicas agrarias inadecuadas. Estas limitaciones en el sector productivo agrícola guatemalteco explican por qué el comportamiento del Suministro de Energía Alimentaria (SEA) en los últimos años ha sido inestable y ha mantenido un incremento a una tasa muy cercana a la de las necesidades nutricionales, lo que representa un riesgo de insuficiencia si se considera la distribución desigual de estos suministros en la población.

El acceso económico a los alimentos es un problema para la mayoría de la población. La relación entre el ingreso per cápita promedio para la población total y el costo de la Canasta Básica de Alimentos para una familia tipo es de aproximadamente 0,50. Esta misma relación en el caso del salario mínimo oficial es aún más precaria. (20)

F. Seguridad Alimentaria y Nutricional

Es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente de acceso a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para

su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo. (20)

G. Pilares de Seguridad Alimentaria

1. Disponibilidad de los Alimentos

Se refiere a la cantidad y variedad de alimentos con que cuenta un país, región, comunidad o individuo. Esto dependerá de la producción, importación, exportación, transporte y medios de conservación de los alimentos.

a. Factores ecológicos

La fertilidad del suelo, el clima y la cantidad y tenencia de la tierra disponible influirán en las variedades cultivadas y producidas. (22)

b. Tipos de cosecha

Las cantidades de alimentos producidos según las estaciones, afectan la disponibilidad de alimentos. A menudo existe una estación de escasez, cuando se siembra poca variedad y se cosecha una o dos veces al año. (22)

c. Manejo de cultivos y medios de producción

La mecanización, el uso de equipos modernos, abono y sistemas de riego y explotación agropecuaria intensiva aumentan la productividad

En Guatemala el suministro global de alimentos es insuficiente para cubrir las necesidades mínimas de toda la población: se estima que en el año 2001 había una deficiencia aproximada de 200kcal. Per cápita diaria esto se debe entre otros factores, a la falta de políticas que incentiven la producción de alimentos, con la consecuente producción de alimentos, con la consecuente reducción de la disponibilidad per cápita de granos básicos. (3) A ello cabe agregar los fenómenos naturales adversos que han azotado la región centroamericana en los últimos años. (3)

Aunque la disponibilidad de algunos alimentos, principalmente de origen animal como carnes y leche ha aumentado, esto no es necesariamente se refleja en el

mejoramiento de la ingesta de la población de menores ingresos por su bajo poder adquisitivo. (3)

2. Acceso a los Alimentos

Se refiere a las posibilidades y capacidades que tiene las personas para adquirir los alimentos. Estos pueden estar disponibles en la comunidad y puede existir también la decisión de consumirlos, pero a la vez hay factores que los hacen inaccesibles siendo preferentemente de tipo económico.

El acceso se puede decir que es que los alimentos lleguen al mercado a tiempo a un precio que la población pueda comprar, precio de los alimentos, salario mínimo. El acceso económico a los alimentos está siendo afectado por la pérdida de poder adquisitivo, por la falta de oportunidades de empleo y por los bajos salarios. Según las estadísticas el ingreso en las familias, el 60% este se destina a la compra de alimentos; lo que no garantiza a la alimentación de cada familia, por otra parte, el índice de precios al consumidor para alimentos se ha elevado en mayor proporción que el índice general. (22)

3. Consumo a los Alimentos

Está determinado por las costumbres y prácticas de alimentación, es decir, por la forma de seleccionar, almacenar, preparar y distribuir los alimentos en la familia. Además, se ve influenciado por la educación, los patrones culturales, el nivel de ingreso y la capacidad de compra.

Los patrones alimentarios de la población Guatemalteca están ligados a ecosistemas y a la disponibilidad de especies nativas, respondiendo a la diversidad cultural y culinaria nacional; sin embargo el cambio de dichas especies y los cambios en los patrones de consumo hacen que la variedad y la calidad nutritiva de la ingesta reduzca, especialmente en las áreas urbanas. Se está viendo afectado los hábitos alimentarios de los distintos grupos de población, además de modificar negativamente la calidad nutricional de la dieta. (2)

4. Utilización Biológica

Se refiere a las condiciones en que se encuentra el cuerpo, que le permiten utilizar al máximo todas las sustancias nutritivas que está consumiendo. Esto dependerá del estado de salud de la persona, lo cual es determinado, entre otras cosas, por la higiene personal, saneamiento del medio y por la atención que brindan los servicios de salud.

Las inadecuadas condiciones ambientales, las deficientes condiciones de salud de los individuos y la inocuidad de los alimentos afectan el aprovechamiento de los nutrientes por las familias. (2)

Es importante resaltar que un alto porcentaje de la producción de alimentos está en manos de pequeños productores campesinos, quienes padecen la carencia de servicios básicos, infraestructura productiva y equipo adecuado, lo que a malas prácticas de manejo post cosecha, transporte, acopio y distribución, genera que más del 30% de la cosechas se pierdan. (2)

a. Estado de salud

Las enfermedades a menudo causan pérdidas de apetito o crean dificultades para ingerir y utilizar los alimentos. Las enfermedades diarreicas y los parásitos intestinales, afectan principalmente la nutrición de los niños.

Es evidente que el control regulación de la calidad del agua, lo que se evidencia en el hecho de que de las 336 municipalidades del país, solamente el 4% se aplica algún tratamiento a las aguas servidas, mientras que el resto es vertido a las causas naturales de los ríos, provocando serios problemas de contaminación. (3)

Esta situación se agudiza se considera que las aguas servidas son utilizadas para la producción de alimentos y, aun contaminadas con desechos químicos, o agua contaminada con coliformes fecales. (22)

Son importantes los controles que garanticen la calidad de los alimentos, inocuidad del agua y preservación de suelos y la biodiversidad. (3)

b. Acceso a la atención pública y al control de enfermedades:

La atención del niño y de la madre, las inmunizaciones, los servicios de atención

Clínica y las actividades de educación para la salud mejoran el estado nutricional, de salud de la persona, lo cual es determinado, entre otras cosas, por la higiene personal, en especial en niños menores de dos años.

H. Evaluación Dietética Poblacional

La evaluación de la ingesta dietética es importante para los investigadores de salud y para los planificadores de políticas públicas, sin embargo, una de las principales limitantes para obtener información confiable está relacionada con la definición de la cantidad de alimentos ingeridos por los sujetos. Lo anterior ha motivado a los organismos internacionales a promover el desarrollo. (22)

J. Región Cho'rti

Los Cho'rti's son un pueblo indígena de Guatemala y Honduras, y descendientes de la civilización maya cuyo centro cultural y político se situaba en Copán. En la actualidad hay aproximadamente 60,000 Cho'rti's, alrededor de 52,000 en el departamento de Chiquimula, Guatemala, y 8,000 en los departamentos de Copán, Ocotepeque, Cortés y Santa Bárbara en el noroeste de Honduras. El idioma Cho'rti, es hablado por la mayoría de los Cho'rti's de Guatemala, mientras que es poco hablado en Honduras, La mayoría de los indígenas de habla cho'rti se identifica como chiquimulteca, para distinguirse de los habitantes de Zacapa, Izabal y otros. Los indígenas de un municipio se consideran un poco distintos culturalmente de otros. Tal creencia tiene base aunque en la mayoría de los casos no es real. Los municipios de Jocotán, Camotán, San Juan Ermita y Olopa son casi idénticos culturalmente, difieren en aspectos poco importantes, se celebra la ceremonia de la siembra, o la fiesta anual del santo patrono.

1. Historia alimentaria de la región Ch'orti'

La agricultura, que es principal fuente de alimentación se centra alrededor de producción de maíz, frijoles y calabaza. Principalmente se cosechan cuatro tipos de maíz y seis tipos diferentes de frijol y tres tipos de calabaza entre otros cultivos de enredadera.

Siembran arroz, caña de azúcar, plantas forrajeras, legumbres, pacaya, papas, cebollas, pepino y varios tipos de banano entre otros cultivos.

Hay cuatro técnicas culinarias en orden de su importancia, consisten en

- 1.-cocer y tostar en comal,
- 2.- hervir,
- 3.- hornear entre carbones encendidos
- 4.-cenizas, y asar en asador.

La técnica de tostar en fuego abierto o entre cenizas calientes, se utiliza sin necesidad de recipientes, para preparar maíz de primavera en mazorca, calabazas, pacayas y otros frutos y para volver a calentar ciertos alimentos, como el totoposte. (23)

El maíz en cualquiera de sus preparaciones se consume en todas las comidas, todos los días del año. El maíz se puede preparar en tortillas, atol, tostadas, entre otros. Usualmente se combinan con otros alimentos básicos como lo son las legumbres, etc. (23)

2. Ubicación Territorial del Municipio de Jocotán

El municipio de Jocotán, que se localiza en la parte media de la cuenca del río Grande, en el departamento Chiquimula, en la región III o Nororiente. Posee una extensión territorial de 247.63 km²; se ubica en el cuadrante 89°19'40'' y 89°15'38'' de latitud Norte y 14°52'26'', 14°54'25'' de longitud Oeste la altura del municipio oscila de los 300 a los 1400 msnm1.

Las colindancias del municipio son: al Norte con los municipios de La Unión y Zacapa (Zacapa); al Sur, con el municipio de San Juan Ermita y Olopa (Chiquimula); al Este con Camotán y al Oeste con el municipio de Chiquimula (Chiquimula) y el municipio de Zacapa (Zacapa)2.

3. Historia y cultura

El término Cho'rti viene de las voces máyense "Chor" que significa milpa y "Ti" boca, según el diccionario geográfico nacional. Esta geonimia se puede traducir como "milpa en la boca" y se puede hacer una analogía, del amor a la tierra y el

producto fundamental de la subsistencia maya: el maíz. Asimismo el libro de las ,lo geonimias de Guatemala indica:

Jocotán o Xocotlan, viene del nahuatl, Xocotl, Jocote y la terminación Tlan, traducido a la forma castellana Jocotán quiere decir “junto al árbol de jocotes” castellanizado. (23)

4. Aspectos culturales

Los habitantes del municipio de Jocotán viven en un estilo conservador debido Principalmente a un factor de aislamiento del resto de la república hacia el área Cho’rti, que hoy en día se está rompiendo debido a los avances de la comunicación, al ingreso de establecimientos educativos de más alto nivel, a la afluencia del turismo y al apoyo de las diferentes cooperaciones Internacionales. En el municipio la Fiesta Patronal del Apóstol Santiago se celebra el 25 de julio, la Fiesta de Ramos durante semana santa, el 15 de septiembre, Noche Buena y Navidad, Festival Folklórico del Área Cho’rti, Día de Finados, Carnaval, el día Internacional del Niño, el día Internacional de la Mujer. (23)

5. Aspectos poblacionales

El municipio de Jocotán tiene una población de 40,903 habitantes⁴. El municipio tiene una área de influencia en la región Cho’rti de, aproximadamente, 247.63 km² y su densidad poblacional es de 166 hab/ km².3.2.1 Población por área urbana y rural El municipio de Jocotán, presenta una distribución de la población urbana y rural con grandes diferencias ya que la población rural está conformada por 36,359 habitantes mientras que la población urbana comprende 4,544, habitantes.(24)

Demografía	Total
Población total 2013	59,318
Población migrante	3,019
Total de Nacimientos 2,012	1,765
Total de Nacimientos 2,013	1,592
Tasa de Natalidad	26.84
Crecimiento Vegetativo	2.32
Tasa de Fecundidad	84.87

IV. ANTECEDENTES

Según un estudio realizado área urbana del municipio de Livingston, Izabal Guatemala, del patrón alimentario de la población garífuna. Fue Estudio Descriptivo, transversal. Se realizó en 25 hogares garífunas, utilizando una muestra no probabilística, a conveniencia. El estudio constó de 7 fases, Los resultados de la entrevista alimentaria se analizaron con estadística descriptiva. El 52% de las personas entrevistadas consistió en madres de familia y el rango de edad de las personas entrevistadas osciló entre 25 a 56 años de edad. El patrón alimentario aporta aproximadamente 2,200 Kcal según los requerimientos nutricionales, energía derivada principalmente por el consumo diario de: azúcares (13%), leche de vaca entera (12%) y cereales refinados (13%), aportando proteína de origen animal, carbohidratos refinados y deficiente en fibra. Seguidamente por el consumo de raíces y tubérculos (20%), vegetales (16%), frutas (15%), carnes (10%) y grasas (10%), con una frecuencia de consumo semanal. Entrevistas fueron realizadas únicamente con la población garífuna residente del municipio de Livingston, por lo que sus resultados no pueden relacionarse con la población de otros departamentos. El patrón alimentario estaba conformado por el grupo de leches, cereales y azúcares consumidos diariamente, seguido por los grupos conformados por raíces, tubérculos y plátano y frutas, los cuales eran consumidos de 2-3 veces por semana, dichos alimentos eran adquiridos en las tiendas de conveniencia y vendedores ambulantes. Los tiempos de comida realizados eran 3 a 4 veces al día, acostumbran a comer fuera del hogar por las noches, comprando y consumiendo tortillas de harina con carne de res o pollo guisado, así como también empanadas de maíz con picado de verduras y carne molida. La comida tradicional garífuna más elaborada y consumida en los hogares consistió en frituras de banano verde con pescado frito. (15)

Según un estudio realizado en Girón, Santander, Colombia de tipo descriptivo de 101 familias que vivían en condiciones de desplazamiento forzado en la zona urbana y suburbana, el responsable de preparar los alimentos contestó una encuesta sociodemográfica con preguntas sobre el gasto mensual en alimentos, el

lugar y la frecuencia de compra, y un recordatorio del consumo de alimentos en las 24 horas previas. El patrón alimentario se estableció según la frecuencia del consumo de alimentos y preparaciones mediante modelos de regresión lineal con el gasto como variable dependiente. De las familias, 34,7% manifestaron no tener acceso de compra de alimentos y 13,9% los recibía como obsequios. El gasto promedio en alimentos fue de 0,52 salarios mínimos vigentes, la calidad de la dieta fue deficiente, ya que no se cumplió la norma recomendable de consumo de frutas, verduras y productos lácteos. La conclusiones que llego el estudio la inseguridad alimentaria abarco a 95,0% de las familias estudiadas aun después de 3 años de vivir en condiciones de desplazamiento. La calidad de la dieta insatisfactoria. Las causas principales de esta situación eran los bajos ingresos familiares y el desconocimiento de alternativas más ventajosas. (5)

Realizó un estudio Sonora, México, de análisis descriptivo sobre caracterización de los patrones de consumo, el objetivo fue determinar la cantidad de gasto monetario de los hogares y la proporción que éstos destinan al consumo de bienes y servicios. Para tal clasificación se toma en cuenta el nivel de ingreso. Se realiza una comparación entre los patrones de consumo para México y Sonora para el año 2005. De los productos específicos analizados se encontró que del total de verduras, 20.15%, que equivale a 2 743 millones de pesos, representa el consumo en tomate rojo (jitomate), y productos como los chiles, el pepino, el tomate verde y las verduras y legumbres congeladas suman 23.64% del total de verduras (3 218 millones de pesos). Estos productos representan casi 44% del total de verduras consumidas en México; mientras que en Sonora el consumo de tomate rojo (jitomate) sólo es de 48 millones de pesos, es decir, 18.26% del total de verduras. Los demás productos analizados representan 21.65% del total de verduras (57 millones de pesos), lo cual significa que estos productos son menos consumidos en Sonora, pues apenas representan 39.91% del total de verduras. Se concluye que las características del consumo en Sonora son similares al consumo nacional, manteniendo toda proporción, sin embargo, se considera este estudio como un primer avance en cuanto a la descripción del consumo regional. (6)

Se realizó un estudio en la Aldea S.O.S de la campiña del cantón Ibarra, Ecuador, de tipo descriptivo, cualitativo-cuantitativo de corte transversal, por objetivo identificar el patrón alimentario, ingesta de nutrientes y estado alimentario y nutricional de niños menores de cinco años que viven, La población fue de 54 niños, El patrón alimentario y la ingesta de nutrientes se evaluaron mediante el método de peso directo de los alimentos. El estado nutricional se evaluó con los indicadores de talla/edad, peso/edad, peso/talla e IMC/edad. Para el análisis de los datos de consumo se utilizó el programa informático. Los alimentos frecuentemente consumidos por los niños en la Aldea S.O.S fueron: leche, arroz, pan, harinas, cereales, papa, vegetales de hoja, verduras hortalizas y panela. Los alimentos de consumo poco frecuente fueron queso, carne de res, vísceras, huevo, arveja, fideos. El Patrón de Consumo de alimentos en la alimentación que reciben diariamente en la Aldea corresponde a una dieta incompleta, desequilibrada, insuficiente. Los niños presentaron el 20% desnutrición global, el 38.8% de desnutrición crónica y no hubo desnutrición aguda, sobrepeso 16.7 y obesidad 1.8 de acuerdo a IMC, Además el sobrepeso alcanzo al 9.3% y obesidad fue de 1.8% el género masculino fue el más afectado y el grupo de edad de 37 a 48 meses y de 48 a 60 meses. En base a estos resultados se planificó un ciclo de menú mejorados acorde a la cultura alimentaria de estas deficiencias se planificó un ciclo de menú mejorados acorde a la cultura alimentaría y disponibilidad de recursos de la Aldea S.O.S el mismo que fue aceptado y ejecutado así como también el diseño de una guía alimentaria. (8)

El estudio realizado en la Patagonia Argentina a un grupo aborígen en el cual “caracterizó el patrón alimentario y determinó el aporte nutricional de grupos de alimentos, carbohidratos, proteínas de origen animal y vegetal, lípidos, energía, calcio, hierro y vitamina C”. Se utilizó “una encuesta de recordatorio de 24 horas a 14 de las 40 familias que residían en Colonia Pastoril Cushamen, durante el periodo de Junio de 2002”. Los resultados obtenidos fue que “la mediana del valor energético total de la dieta por persona y por día fue de 1260 Kcal. Del total de proteínas se obtuvo una mediana de 46.1 g, el porcentaje de origen animal fue importante”. Se destacó “una ingesta de hierro favorable respecto a otras regiones

del país”. El consumo de calcio y vitamina C fue extremadamente bajo. Se concluyó que “existe evidencia en el deterioro de la diversificación de la dieta, a pesar de las estrategias que procuran conservar el patrón alimentario propio”. (9)

El estudio que se realizó en Cienfuegos, Cuba. Fue el Patrón alimentario en adolescentes de octavo grado y su repercusión en la adecuación dietética, fue de tipo descriptivo cuyo universo fue el total de niños matriculados en 8vo grado de la escuela 5 de Septiembre, Por muestreo aleatorio simple se seleccionaron 59 adolescentes a los que se les aplicó una encuesta de preferencias alimentarias y otra de recordatorio de 24 horas, elaborada por el Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos, Prefirieron los alimentos fritos y azucarados; solo el 3.38 % recibió el aporte de hierro recomendado; el 49.15 % de los niños recibieron más del 60 % de la energía de los carbohidratos; el 59.32 % recibió bajas cantidades de proteínas. existen deficiencias en la conducta alimentaria de los alumnos estudiados y es preocupante la dieta recibida debido al aporte bajo de energía y fundamentalmente a base de carbohidratos, mientras que el déficit en la ingestión de proteína, hierro y grasas ha llegado a un punto crítico en más de la mitad de los pacientes. (10)

Se realizó en el estudio en Bucaramanga, Colombia, donde se compara el patrón de consumo de alimentos entre los años 2002 y 2003 con el patrón observado en 1998, los Participantes fueron entre 20 y 60 años de edad, que consumían su dieta regular, completaron dos períodos de siete días de registro de ingesta ponderada de alimentos en 1998 y entre 2002 y 2003. El consumo promedio individual de nutrientes se calculó usando tablas de composición de alimentos. Se usaron pruebas t para comparar las medias de consumo de nutrientes específicas de edad y sexo en ambos períodos. El grupo de alimentos constituido por cereales, raíces, tubérculos y el plátano fue el mayor contribuyente al consumo diario de energía (43.2%), seguido por el grupo de carnes, huevos y leguminosas secas (26%), el grupo de azúcares y dulces (12.1%), los productos lácteos (10.2%), y las grasas (9.9%). Aproximadamente 16% del consumo diario de energía fue aportado por bebidas alcohólicas. Comparando con el año 1998, el

consumo diario de energía se incrementó en 12% en hombres y 10% en mujeres. Se encontraron disminuciones significativas en el consumo de vegetales (60% en hombres y 20% en mujeres) y frutas (30% en hombres y 16% en mujeres); el consumo de grasas permaneció estable. Se concluyó en dicho estudio realizado que el consumo diario de energía aumentó en esta población. Sin embargo, ha habido una disminución significativa en el consumo de vegetales y frutas. Estos cambios podrían resultar en un aumento del riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en esta población. (11)

Se realizó un estudio en la Región Metropolitana Sur-Oriente de Santiago de Chile, el objetivo fue conocer la ingesta de nutrientes y alimentos de las embarazadas de bajo peso, Se estudiaron 411 embarazadas que asistían a control de salud durante los años 2002 al 2004. Se aplicó una encuesta por recordatorio de 24 horas domiciliarias en la semana 20 y 35 por Nutricionistas. Las dietas fueron analizadas posteriormente se comparó el consumo con las porciones recomendadas por el Ministerio de Salud. Características basales (promedio y D.S.): edad, $23,8 \pm 5,4$ años; peso, $49,3 \pm 4,7$ kg; talla, $156,9 \pm 5,9$ cm; edad gestacional, $11,5 \pm 3,7$ semanas. Al comparar la ingesta con las recomendaciones se encontró un consumo adecuado de energía y macronutrientes, se encontraron valores menores del 75% de la ingesta recomendada para vitamina A, C, E y B6, calcio y zinc. La ingesta de ácidos grasos omega-3 fue en promedio de 61 ± 50 y 71 ± 24 mg/día en la semana 20 y 35, un sexto de la recomendación NIH. Al comparar la ingesta de alimentos con las recomendaciones, se encontraron ingestas deficientes para, lácteos, frutas, verduras y carnes, por el contrario se encontró una ingesta superior de cereales. La ingesta de nutrientes en este grupo de embarazadas es insuficiente en varios micronutrientes, producto del inadecuado consumo de alimentos, ello debiera ser corregido, mediante la mejoría de la calidad de su alimentación u otras acciones tales como la suplementación de estos micronutrientes en alimentos de consumo frecuente.(12)

Se Realizó un estudio en Santa Marta, Bogotá Colombia de la Universidad Nacional, donde Describe el patrón alimentario de un grupo de 110 familias en

condiciones sociales de desplazamiento con un grupo de 110 familias no desplazadas, que viven en zonas periféricas de la comuna 5 del Distrito Turístico, Cultural e Histórico de Santa Marta, con el fin de aportar una herramienta investigativa para el establecimiento de programas a estas poblaciones. Este es un estudio descriptivo de corte transversal, que se desarrolló con un grupo de 220 familias ubicadas en una comuna del Distrito Turístico Cultural e Histórico de Santa Marta, a las cuales se les aplicó una encuesta socio demográfica y nutricional, utilizando la frecuencia de los alimentos consumidos. Los resultados expresaron algunas características del patrón alimentario en grupos familiares que podrán ser útiles en la planificación de programas de alimentación, actividades de intervención educativa y recomendaciones que ayudarán a impactar en la política de seguridad alimentaria de estas comunidades. (13)

Se realizó un estudio en la ciudad de San Cristóbal de Las Casas, en el estado De Chiapas, México Se describe la dieta de la población indígena inmigrante. Analizando los factores que contribuyen a la suficiencia en la ingesta calórica de 143 familias. Fue estudio de tipo, transversal basado en una entrevista estructurada donde se obtuvo información con variables socioeconómicas, la variedad y tipo de alimentos disponibles en el hogar, y la suficiencia en la cantidad de calorías per cápita ajustadas a los requerimientos por edad y sexo. Se usaron pruebas estadísticas no paramétricas para estimar la relación entre el nivel de ingreso de la población y el número de calorías disponibles. El nivel de ingresos se asoció al número de calorías disponibles en los hogares; sin embargo, no existe una asociación significativa entre el tiempo de haber llegado a la ciudad y el tipo y variedad de alimentos disponibles que consumen estas familias. Los resultados evidencian que la proporción de familias que cubren la ingesta calórica requerida es de 91.3%; la población con menores ingresos presenta un porcentaje más bajo de este indicador, a la vez que se reporta una deficiencia importante de proteínas y nutrientes como el calcio y la vitamina A. Se discuten las implicaciones de la migración rural-urbana de población indígena en relación a la calidad de la dieta.) La población que ha migrado de las zonas rurales a áreas urbanas está sujeta a

cambios en sus patrones de alimentación y es considerado un grupo de población vulnerable en términos de seguridad alimentaria. (14)

V. JUSTIFICACION

En México, se ha considerado indispensable construir y evaluar el patrón de alimentario en el hogar, para estimar los logros de estos proyectos en relación a la suficiencia alimentaria, se ha demostrado que esto, incluye la disponibilidad de alimentos, la estabilidad de los mismos y el acceso a los alimentos, por lo que se debe tomar en cuenta, la cantidad y calidad de los alimentos que se consumen, es decir, su utilización biológica en las familias.

En el oriente de Guatemala específicamente en el Departamento de Chiquimula desde décadas anteriores se ha considerado multitud de proyectos que se han desarrollado a través del tiempo donde, a través de ONG'S, se ha logrado intervenciones donde se ha invertido tiempo y dinero, los cuales en su mayoría no han dado el resultado deseado, luego de una crisis alimentaria que se dio en esta población, y desde entonces hasta el presente; existe el mismo de falta de alimentos; problema donde se han creado estrategias para combatir la desnutrición y la mala alimentación. Probablemente nunca se ha tomado en cuenta en las propuestas el patrón alimentario de la cultura maya Ch'orti', para que esto genere una alternativa diferente para resolver la crisis alimentaria.

En poblaciones como Tunucó abajo, donde es importante su cultura, debe abordarse en las nuevas propuestas desarrollistas y de fortalecimiento de la seguridad alimentaria, el acomodo a las reglas locales debe ser indispensable, ya que tendrá repercusiones para la viabilidad de proyectos.

Donde es importante su cultura, debe abordarse en las nuevas propuestas desarrollistas y de fortalecimiento de la seguridad alimentaria, la cultura también rinde económicamente. El acomodo a las reglas locales debe presidir las estrategias del cambio y el desarrollo, repercusiones para la viabilidad de proyectos.

Al conocer el patrón alimentario para la implementación de nuevas estrategias con el propósito de aplicarlo en la etnia Cho'rti ya que se desconoce, será de gran utilidad para crear acciones políticas que al analizar la información que pretende obtener donde se determinará la disponibilidad de alimentos de la etnia Cho'rti.

El estudio se realizó en Tunucó abajo, Jocotán, en el cual se realizó un análisis de la información recogida en el trabajo de campo y con ello se logró identificar todos aquellos factores que intervienen en el proceso de estructuración de las preparaciones habituales y en días festivos, sus elaboraciones, conservación y otras características de interés sobre la alimentación de dicha etnia.

VI. OBJETIVOS

A. General

Determinar el patrón alimentario de la etnia Ch'orti' que reside en la aldea de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula.

B. Específicos

1.- Describir el comportamiento alimentario, las costumbres alimentarias y hábitos alimentarios de los hogares aldea de Tunucó Abajo Jocotán Chiquimula.

2.- Tipificar la distribución intrafamiliar de alimentos en los hogares de la población de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula.

3.-Clasificar el patrón alimentario conforme al ingreso económico de las familias

VII. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

A. Tipo de estudio

Descriptivo Transversal

B. Sujetos de estudio o unidades de análisis

1. Universo

Hogares de la etnia cho'rti comunidad de Tunucó Abajo Jocotán Chiquimula.

2. Muestra

57 hogares de la etnia cho'rti' que residen en la comunidad de Tunucó Abajo municipio de Jocotán departamento Chiquimula

C. Contextualización geográfica y temporal

El trabajo de campo se realizó en la comunidad de Tunucó Abajo en el municipio de Jocotán, departamento de Chiquimula ubicado en el oriente de Guatemala, con la colaboración de Área de Salud de Chiquimula, en los meses de Junio y Julio.

D. Hipótesis

No se formuló una Hipótesis de trabajo; por ser un estudio no experimental, de tipo descriptivo, se obtuvieron resultados que beneficiaran como base para futuras propuestas de trabajos experimentales que planteen hipótesis que tengan relación con el patrón de alimentario de la región cho'rti'.

E. Definición de variables

1. Variable de Independiente

Patrón Alimentario

2. Variables Dependientes

2.1. Costumbres alimentarias:

Estas variables están contenidas en la entrevista alimentaria y se refieren a las características de la distribución intrafamiliar de los alimentos y las preparaciones alimentarias.

2.2 Hábitos alimentarios

Variables contenidas en la entrevista alimentaria y proporcionan información relacionada con: Los tiempos de comida, las veces y lugares de consumo de alimentos y bebidas, el número de personas que desayunan, almuerzan, cenan y refaccionan tanto dentro del hogar como fuera del hogar.

2.3 Comportamiento alimentario

Estas variables están contenidas en la entrevista alimentaria y presentan información acerca de la conducta alimentaria, el comportamiento del consumidor y el consumo social, así como también las compras realizadas en el hogar, el día de compra, la cantidad comprada, el peso o contenido, unidad de medida, el valor pagado, la forma de pago y el lugar de compra.

2.4 Distribución Intrafamiliar

Estas variables están contenidas en la entrevista alimentaria y se presenta definición e información de la misma, y presentan información sobre la distribución de alimentos en el hogar.

F. DESCRIPCION DE LAS VARIABLES

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicador	Escala
Hábitos alimentarios	<p>Es un conjunto de actividades en relación al proceso de alimentación en el que influye el medio geográfico y la disponibilidad de alimentos en una población o grupo de individuos específicos.</p>	<p>Es la cantidad de alimentos que son preferidos y son consumidos, donde intervienen diversos factores que determinan la elección e ingestión de los alimentos de la dieta, siendo estos psicológicos, culturales, religiosos</p>	<p>Los tiempos de comida realizados.</p> <p>Los horarios en que realizan dichos tiempos de comida.</p>	Nominal

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicador	Escala
comportamiento alimentario,	<p>Conducta alimentaria de una de guarda estrecha relación con el alimento. es tan sólo un acto reflejo que evita la aparición de las sensaciones de hambre, sino que tiene una significación propia en la que intervienen experiencias previas, recuerdos, sentimientos, emociones y necesidades</p>	<p>Número de personas que participan de la olla familiar y los tiempos de comida</p> <p>a. Dentro del hogar</p> <p>b. Fuera del hogar</p> <p>¿Realizan tiempos de comida fuera del hogar?</p> <p>Sí No</p> <p>¿Qué tiempo de comida realizan?</p>	<p>Número de personas que participan en la olla familiar y en que tiempos de comida.</p> <p>Frecuencia de consumo de alimentos por ingesta de carnes y sustitutos de carne, cereales grasas, fruta/vegetales y hierbas comestibles</p>	<p>Nominal</p> <p>Ordinal</p>

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicador	Escala
<p>Distribución intrafamiliar de alimentos</p>	<p>Al distribuir los alimentos en la familia se suele dar prioridad a algunos miembros, sin embargo, las necesidades nutricionales de cada uno son distintas</p>	<p>Los tiempos de comida realizados.</p> <p>Así como también los horarios en que realizan dichos tiempos de comida.</p> <p>Y como estos son distribuidos a cada miembro de la familia o del hogar.</p>	<p>Quién sirve los alimentos?</p> <p>Persona que come o se le sirve primero</p> <p>Persona que come o se le sirve de último</p> <p>El tamaño de los platos son iguales o existen diferencias</p> <p>En caso de que el alimento se acabe, ¿Quién es el que deja de comer?</p>	<p>Nominal</p>

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicador	Escala
Ingreso o capacidad económica familiar.	<p>Es la cantidad monetaria que una familia u hogar posee en relación al gasto de alimentación en forma semanal, quincenal o mensual.</p>	<p>Cantidad de dinero que una familia gasta en un período determinado sin aumentar ni disminuir sus activos netos.</p> <p>Se determina mediante la identificación de factores en el proceso de compra de</p>	<p>Gasto semanal y mensual de la alimentación.</p> <p>En qué lugares se compran alimentos con mayor frecuencia.</p>	<p>Nominal</p> <p>Ordinal</p>

VIII. METODOS Y PROCEDIMIENTO

A. Selección de los sujetos de estudio

1. Criterios de inclusión

- Se seleccionaron Hogares particulares Cho'rti's que sean Ch'orti' es decir que no sean mezclas con diferentes etnias; Ch'orti e indígenas, Ch'orti' y ladinos, Ch'orti y xincas etc.,
- Residentes de la aldea Tunucó municipio de Jocotán Chiquimula.
- Familias con integrantes de 5 a 8 miembros.

2. Criterios de exclusión

- Jefe de hogar que no quiera participar en el estudio,
- personas con alguna discapacidad física que le impida contestar el instrumento,
- Familias que reciban algún programa de ayuda de alimentos.

3. Cálculo de la muestra

Se seleccionó una muestra de 57 hogares de la etnia cho'rti.

4. Fórmula a utilizar

Para el cálculo de la muestra se utilizó la formula Variable cualitativa, población finita o conocida

$$n = \frac{N Z^2 pq}{N d^2 + Z^2 pq}$$

$$n = (258) * (1.96)^2 * (0.5) * (0.95) / (0.05)^2 * (258-1) + (1.96)^2 (0.05)(0.95)$$

$$n = 57$$

B. Recolección de datos

1. Procedimiento

- a) Se solicitó la colaboración del área de salud de Chiquimula al Departamento de Nutrición.
- b) No fue necesario traductor para las entrevistas de un de la lengua cho'rti ya que la mayoría de personas entrevistadas hablaban español.
- c) Se elaboraron cartas de consentimiento para la población que estuvo dispuesta a colaborar donde se aclaró que dicho estudio no fuese para ningún partido político, ni de gobierno, donde se dio a conocer el objetivo de la investigación.
- d) Se elaboró un instrumento para realizar la encuesta para los hogares de la etnia cho'rti seleccionando la población
- e) Se validó el instrumento 10 hogares en la Aldea Tierra Blanca, del municipio de Jocotán, Chiquimula, para identificación de los hogares por ser lugar donde se encuentra ubicada la población geográficamente, siendo con las características de inclusión.
- f) Se programaron fechas específicas para la ejecución de la entrevista para tener informada a la población de dicha actividad anotando a los participantes.
- g) Validado el instrumento se aplicó en la comunidad de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula.
- h) La recolección de datos se realizó mediante entrevista alimentaria en la aldea de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula. En cada hogar se entrevistó a la madre de familia o persona encargada de la preparación de los alimentos y se anotaron los datos en la entrevista alimentaria y en el instrumento de observación directa. El proceso de recopilación de datos, se realizó un día por cada hogar entrevistado. Las entrevistas alimentarias se realizaron por las mañanas y por las tardes, con una duración de 30 minutos aproximadamente por hogar, debido a la complejidad de la encuesta. La

duración del trabajo se llevó aproximadamente en dos meses consecutivos, Junio y julio del presente año.

- i) Se obtuvo información de las características generales del hogar. La persona entrevistada: padre, madre de familia o encargada. Así como también el número de personas que viven dentro del hogar, las cuales se clasificaron por género femenino y masculino; así mismo por rangos de edades siendo estos: niños menores de cinco años, población menor y mayor de dieciocho años, y mayores de sesenta años. Se elaboró un instrumento para realizar la encuesta para los hogares de la etnia cho'rti seleccionando la población.
- j) En la sección factores determinantes fueron patrón alimentario se recopiló información de hábitos alimentarios: cantidad de tiempos de comida realizados y horarios de alimentación para cada tiempo de comida; costumbres alimentarias: en qué parte de la casa consumen los alimentos y con qué integrantes de la familia se realizan los tiempos de comida; en el comportamiento alimentario: se determinó el número de personas que participan de la olla familiar y los tiempos de comida dentro del hogar y fuera del hogar, frecuencia de consumo de alimentos según la actualización del sistema de Listas de Intercambio de Alimentos para uso general en Guatemala (33), en donde se agruparon los alimentos en 8 clasificaciones y además la frecuencia de consumo.
- k) La Distribución intrafamiliar de los alimentos, con el propósito de identificar a que integrante de la familia recibe mayor cantidad de alimento, quién sirve los alimentos, a que persona come o se les sirve o distribuye primero o de último; si estos platos serán iguales o si existen diferencias, cuando el alimentos se termina quien será el que dejó de comer o no comen.
- l) El tamaño de la porción en la que se sirven los alimentos se determinó a través de las medidas, Plato grande = 22 1/2 cm, Plato mediano = 20 cm. Plato pequeño = 17 cm.
- m) Asimismo se identificaron factores que intervienen en la capacidad adquisitiva de los hogares para la compra de los alimentos en relación a los

precios en los diferentes comercios tiendas, mercado, abarrotería, vendedor ambulante, venta callejera, y despensa.

IX. PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS

A. Descripción del proceso de digitación

1. Resultados de la entrevista alimentaria

El proceso de la información que se recopiló en la entrevista alimentaria, se integró por la forma siguiente.

a. Clasificación, Numeración y archivo de entrevistas

Se procedió a ordenar las entrevistas recolectadas y se le asignó un número correlativo, conteniendo el nombre de cada madre entrevistada

b. Digitación de datos

Para este proceso se utilizó una hoja de base de datos en Excel, donde se codificaron las variables cualitativas y cuantitativas para un análisis e interpretación de los datos obtenidos, se determinaron las variables las cuales se codificaron y se clasificaron según su escala de medida, nominal, ordinal y de intervalo.

c. Análisis y difusión de resultados

Se procedió a analizar los datos tabulando de las etapas en que está dividida las secciones del instrumento de recolección de datos con el propósito de generar los indicadores. Para luego proceder a la interpretación de resultados según los objetivos planteados.

d. Descripción del proceso de digitación

En el procesador de datos Excel se realizaron porcentajes de cada respuesta de las entrevistas previo a la posterior elaboración de tablas y gráficos para interpretación.

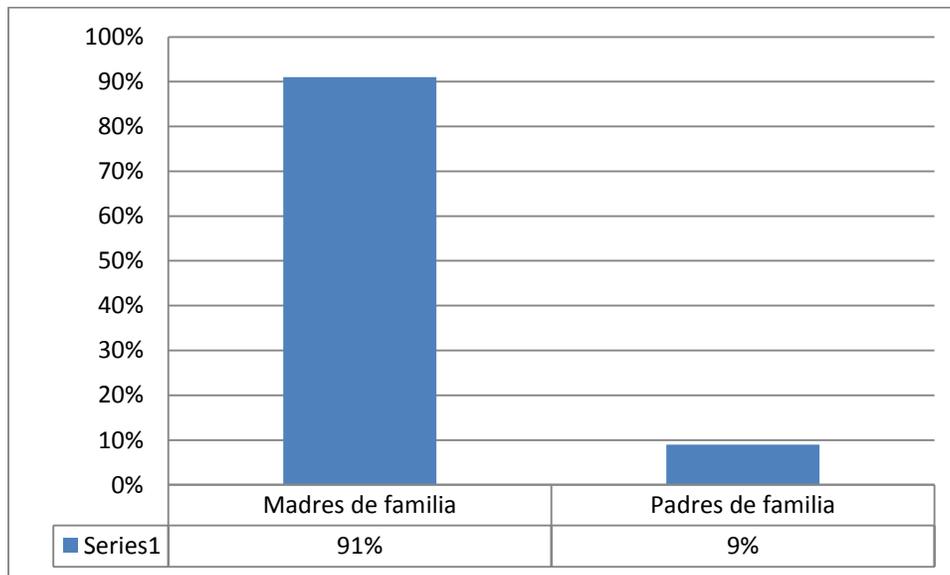
X. RESULTADOS

Sección 1: Datos generales

El 91% de las entrevistadas fueron madres de familia ya que son ellas, las encargadas de la preparación de los alimentos, 9% se entrevistó a padres de familia en una minoría tal como se muestra en la Grafica No. 1

Grafica 1

**Porcentaje de hogares de la Aldea Tunúco Abajo, entrevistados
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo –Julio 2014
n = 57**



Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014.

La grafica No. 1 muestra que un 91% (52) de los 57 hogares la mayoría son las encargadas del hogar o madres de familia.

Tabla 1.

**Distribución por edad y sexo de integrantes de Hogares de la Aldea Tunúco Abajo,
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo –Julio 2014
n = 274**

Edades de Integrantes de familia de cada hogar	Integrantes por cada sexo (57 hogares) n=274			
	Masculino n	%	Femenino n	%
> 2 á	12	4	3	1
2 -5 á	20	7	16	6
5.1-12 á	26	9	21	8
12.1 -18 á	24	9	19	7
18.1 -59á	59	22	63	23
< 59.1 á	5	2	6	2

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014.

El rango de edad de la aldea Tunúco Abajo es de 18.1 – 59 años entre femenino y masculino siendo un 22% masculino 23% femenino.

Sección 2: factores determinantes del patrón alimentario.

Tabla 2.

**Tiempos de comida que se realizan en el hogar de la Aldea Tunúco Abajo, en
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Tiempos de comida que realiza en el hogar	n	%
3 a 4 tiempos de comida	53	93
1 a 2 tiempos de comida	4	7

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014.

El 93% de los hogares de Tunúco abajo realiza de 3 a 4 tiempos de comida, y solamente el 7% menciona realizar solo dos tiempos de comida, debido a que no tienen costumbre de no realizar refacción en la mañana ni por la tarde.

Tabla 3.

**Lugar en donde se consume cada tiempo de comida Aldea Tunúco Abajo,
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo –Julio 2014
n=57**

	Desayuno		Almuerzo		Cena	
	N	%	n	%	n	%
comedor/cocina	51	89	52	91	49	86
Patio	2	4	2	4	2	4
Dormitorio	2	4	2	4	2	4
corredor/pasillo	1	2	1	2	1	2

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014.

El 91% de los hogares de Tunúco Abajo consume el desayuno en el comedor/cocina al igual que el almuerzo y la cena, el 4% consumen sus alimentos en el patio el desayuno, almuerzo y la cena y el 4% lo realiza en el dormitorio el desayuno, almuerzo y la cena, no realizan refacción de mañana ni refacción de tarde.

Tabla 4.

**Integrantes del hogar que consumen cada tiempo comida, Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo –Julio 2014
n=57**

Tiempos de comida	Todos los Integrantes del hogar		madre/hijos	
	n	%	n	%
Desayuno	48	84	9	16
Almuerzo	30	53	27	47
Cena	53	93	4	7

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014.

El 93% de los hogares de Tunúco Abajo realizan la cena todos los Integrantes de la familia y el 53% el almuerzo es el tiempo de comida más afectado donde refieren las encargadas del hogar que sus esposos almuerzan en el lugar que cosechan sus tierras. El 47 % de los hogares refiere solo realizan el Almuerzo madre/hijos.

Integrantes entrevistados que han realizado tiempos de comida fuera del hogar El 67% de integrante del hogar de Tunúco Abajo No ha realizado tiempos de comida fuera del hogar, el 33% no realiza tiempos de comida fuera del hogar Algunas madres resaltaron que algunas veces comen fuera de su hogar porque trabajan con el esposo o cuando salen de compras al mercado de Jocotán.

De las 19 personas entrevistadas que respondieron que si realizaban tiempos de comida fuera del hogar refieren que el (63%) es el almuerzo, asimismo debido a que la mayoría de entrevistadas fueron encargadas del hogar y otro porcentaje padres de familia que son los que con más frecuencia consumen los alimentos fuera del hogar y en esta pregunta ellos solo 9% fueron entrevistados.

Integrantes de familia que comen fuera del hogar el 65% son padres de familia con mayor frecuencia. Las encargadas del hogar refieren que ellos realizan tiempos de comida en el lugar de trabajo, el cual es en la agricultura. Y solo un 5% de madres de familia alguna vez han realizado tiempos de comida fuera del hogar.

Tabla 5.

Porcentaje de frecuencia de consumo de leche y atoles según lista de intercambio Aldea Tunúco Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala Mayo – Julio 2014, n=57

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2 a 3 veces al mes	1 vez por semana	2 a 3 veces por semana
Leche	Leche de Vaca	86	9	0	5	0
	Leche de vaca íntegra, fluida o en polvo.	84	12	0	4	0
Atoles	Bienes tarina	82	12	0	2	4
	Atol de Incaparina	40	23	11	21	5
	Atol de Plátano	90	5	0	5	0
	Arroz con leche	68	19	0	11	2

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

Se muestra en la tabla 5 que la población de la aldea Tunucó Abajo, atol de Incaparina lo consumen de 2 a 3 veces por semana, y el atol de bienestarina, la leche de vaca no se consume en un 86%.

Tabla 6.

**Porcentajes de frecuencia de consumo de carne y sustitutos de carne según lista
intercambio Aldea Tunucó Abajo,
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Alimento	Nunca %	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana %	2 a 3 veces por semana %	4 a 6 veces por semana %
Conejo	93	7	0	0	0	0
Pescado	61	39	0	0	0	0
sardina enlatada	65	33	2	0	0	0
Protemas (proteína de Soya)	95	5	0	0	0	0
Res, Carne	14	65	21	0	0	0
Res, Hígado	72	28	0	0	0	0
Res, lengua	68	30	2	0	0	0
Cerdo, carne	60	38	2	0	0	0
Pollo	7	70	21	2	0	0
Menudos de pollo	40	50	5	5	0	0
Gallina	18	74	8	0	0	0
Huevo de Gallina	7	4	5	39	31	14
Salchichas	98	2	0	0	0	0
Jamón	100	0	0	0	0	0
Chorizo de res	86	14	0	0	0	0
Requesón	79	14	4	3	0	0

Queso Fresco	63	33	2	2	0	0
Queso duro	75	25	0	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 6 se muestra que se consume de 4 a 6 veces por semana huevo de gallina, y gallina una vez al mes, en un porcentaje alto no consume jamón la población o lo desconocen, el alimento que consumen una vez al mes es la gallina que es también es consumida en fiestas o reuniones.

Tabla 7.

**Porcentajes de frecuencia de consumo de vegetales y hierbas comestibles
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Alimento	Nunca %	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana %	2 a 3 veces por semana %	4 a 6 veces por semana %
Acelga	94	4	2	0	0	0
Apio	94	4	2	0	0	0
Berro	89	9	2	0	0	0
Bledo	82	11	0	5	2	0
Berenjena	96	4	0	0	0	0
Cebolla	7	28	2	33	30	0
Coliflor	78	18	4	0	0	0
Blero	57	32	0	9	2	0
Güisquil	20	49	0	5	26	0
Flor de ayote	4	57	4	10	25	0
Flor de loroco	17	51	4	7	21	0
Flor de Chipilín	15	46	9	11	19	0
Chipilín	12	47	2	9	30	0
Flor de izote	12	61	12	5	10	0

Hierba mora	9	39	14	18	14	6
Chatate	7	42	18	11	18	4
Pacaya	19	61	5	5	5	5
Muta	26	54	5	5	0	10
Tomate	5	33	19	26	17	0
Tomate fino	53	32	4	8	4	0
Remolacha	86	14	0	0	0	0
Pepino	88	12	0	0	0	0
Perulero	82	16	2	0	0	0
Zanahoria	60	33	7	0	0	0
Güicoy	86	12	2	0	0	0
Quilete blanco	88	12	0	0	0	0
Quiletes /frijol	23	32	10	23	12	0
Pitos	23	32	10	23	12	0
Canturules	68	27	0	5	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

La tabla 7 muestra la población entrevistada consume muta 4 a 6 veces por semana, muta, y Hierba mora, de 2 a 3 veces por semana chipilín, güisquil, la población consume flor de izote y pacaya una vez al mes. Todos estos son alimentos de fácil acceso y disponibilidad en estas comunidades ya que son en su mayoría hierbas comestibles que representan alto porcentaje de nutrientes que son beneficiosos para la población.

Tabla 8.

**Porcentajes de frecuencia de consumo de frutas, Aldea Tunucó Abajo, Municipio
Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Alimento	Nunca %	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana	2 a 3 veces por semana
Banano mínimo	47	35	0	5	12
Banano majoncho	23	49	18	7	4
Banano avanero,	42	40	12	5	0
Banano manzano	51	35	9	5	0
Ciruela roja	82	14	4	0	0
Guayaba	49	47	4	0	0
Jocote Ciruelo verde	44	42	9	5	0
Jocote de corona	58	37	5	0	0
Lima	46	47	5	2	0
Limón Criollo	26	35	9	30	0
Limón Persa	77	0	0	7	7
Mamey	53	40	2	2	4
Mandarina	79	21	0	0	0
Mango maduro	16	40	32	12	0
Mango verde	9	44	28	7	12
Rambutan/lichas	89	11	0	0	0
Manzana	44	54	2	0	0
Marañón	68	0	32	0	0
Nísperos	46	0	53	2	0
Granadillas	63	37	0	0	0
Coco	39	0	61	0	0
Naranja	26	63	7	4	0
Sincuyas	67	32	2	0	0
Anonas	56	44	0	0	0
Papaya	61	39	0	0	0

Piña	46	53	0	2	0
Sunzo	54	40	2	4	0
Sandia	35	60	4	2	0
Paternas	47	53	0	0	0
Zapote	37	51	5	7	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 8 se muestra que la población consume de 2 a 3 veces por semana banano mínimo, y mango verde, consumen 1 vez por semana mango maduro, consumen de 2 a 3 veces al mes consume un 6 coco, la fruta que consume una vez al mes naranja. La mayoría de frutas se consumen solo una vez al mes por la poca disponibilidad y el acceso a estos alimentos siendo afectada así la calidad de nutrientes en esta población por la baja ingesta de las mismas en la población de Tunuco Abajo.

Tabla 9.

**Porcentaje de Frecuencia de consumo de cereales, Aldea Tunucó Abajo,
Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala**

Mayo – Julio 2014

n=57

Alimento	Nunca %	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana %	2 a 3 veces por semana %	4 a 6 veces por semana %	1 vez al día %	2 o más veces al día %
Arroz blanco	16	14	16	31	23	0	0	0
Avena (mosh)	60	20	5	11	4	0	0	0
Cereal de Desayuno,	93	7	0	0	0	0	0	0
Corazón de trigo	91	9	0	0	0	0	0	0
Elote amarillo	70	25	5	0	0	0	0	0
Elote Blanco	0	54	37	7	2	0	0	0

Fideos de chow mein	72	21	7	0	0	0	0	0
Galletas soda	56	40	0	4	0	0	0	0
Pan francés	16	21	11	35	16	0	0	0
Pan dulce	5	21	14	35	23	2	0	0
Pasta/fideos	79	14	0	5	2	0	0	0
Tortilla de maíz con maicillo	74	9	5	0	0	0	8	4
Tortilla de maíz	0	0	0	0	9	16	0	75
Tortilla de harina	95	4	0	0	0	1	0	0
Tamalito de maíz	22	61	7	5	5	0	0	0
Frijol Rojo	61	32	5	2	0	0	0	0
Frijol Blanco	32	53	14	2	0	0	0	0
Frijol Negro	0	0	0	0	0	21	0	79
Camote	68	19	2	2	5	4	0	0
Papas	30	47	7	12	4	0	0	0
Plátanos Maduro	46	40	7	7	0	0	0	0
Yuca	56	37	5	2	0	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 9 la población de Tunucó Abajo, consume dos o más veces al día frijol y en un 75% tortillas de maíz, 61% consume tamalito de maíz una vez al mes. La mayoría de alimentos que esta población consume en general es el maíz.

cuyas cosechas para este año 2014 fueron afectadas debido a la canícula y la sequía, perdiendo las siembras en un 95%. Ya que Jocotán, como parte del departamento de Chiquimula es parte de corredor seco, reflejando la poca disponibilidad de dicho grano que existe en los siguientes meses para esta población.

Tabla 10.

**Porcentaje de frecuencia de consumo de grasas
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca%	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana %	2 a 3 veces por semana %	1 vez al día %
Grasas	Aceite de maíz	16	25	2	28	28	2
	Aceite de oliva	100	0	0	0	0	0
	Aguacate	26	50	18	2	4	0
	Coco maduro pulpa	72	25	4	0	0	0
	Crema	77	21	0	2	0	0
	Longanizas de cerdo	95	5	0	0	0	0
	Manía	39	61	0	0	0	0
	Manteca de cerdo	88	12	0	0	0	0
	Chorizo de cerdo	81	19	0	0	0	0
	Manteca vegetal	95	5	0	0	0	0
	Mantequilla	79	21	0	0	0	0
	Margarina	91	9	0	0	0	0
	Mayonesa	95	5	0	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 10 muestra que el 28% de la población de Tunucó Abajo, consume 2 a 3 veces por semana aceite de maíz, y que el 61% consume una vez al mes

manías, el 100% no consume aceite de oliva, el 95% no consume mayonesa para sus preparaciones.

Tabla 11.

Porcentaje de frecuencia de consumo de azúcares
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca%	Una vez al mes%	2 a 3 veces al mes%	1 vez por semana%	2 a 3 veces por semana%	4 a 6 veces por semana %	1 vez al día %	2 o más veces al día%
Azucares	Azúcar Blanca	0	14	0	4	9	18	37	18
	Azúcar morena	88	0	0	4	0	0	2	6
	Gelatina de sabor	100	0	0	0	0	0	0	0
	Jaleas	100	0	0	0	0	0	0	0
	Miel de abeja	80	16	0	2	0	0	2	0
	Panela	65	16	5	9	5	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 11. La población de Tunucó abajo consume Azúcar blanca una vez al día, el 9% consume panela de dulce una vez por semana y un 16% miel de abeja una vez al mes, un 100% no consume gelatinas de sabor y Jaleas.

Tabla 12

**Porcentaje de frecuencia de consumo de comida rápida
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca %	Una vez al mes%	2 a 3 veces al mes%	1 vez por semana%	2 a 3 veces por semana%
Comida Rápida	Hamburguesa	100	0	0	0	0
	Pizza	100	0	0	0	0
	Tortilla de Harina c/carne “churrasquito”	100	0	0	0	0
	Tortilla de Harina c/pollo	100	0	0	0	0
	Pollo Frito	74	21	4	0	2
	Papas frita	88	9	1	0	2

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla No. 12 la población consumen pollo frito y papas fritas de 2 a 3 veces por semana, los entrevistados mencionan que lo compran cuando realizan sus compras en el mercado de Jocotán ya que en población de Tunucó abajo, no existen ventas ambulantes el 100% Refirieron nunca consumir hamburguesas, pizza o churrasquitos.

Probablemente porque no tienen pertinencia cultural, son alimentos caros y que solamente son accesibles en la cabecera municipal y se desconocen.

Tabla 13.

**Porcentaje de frecuencia de consumo de comida Tradicional
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014,
n=57**

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca %	Una vez al mes %	2 a 3 veces al mes %	1 vez por semana %	2 a 3 veces por semana %	1 vez al día %
Comida Tradicional	Shepes o tayuyos	39	56	4	2	0	0
	Tamales	12	86	2	0	0	0
	Ticucos o Maytunes	32	63	4	0	0	2
	Tamalito de elote	30	54	9	4	4	0
	Empanada frijol	26	53	0	14	4	4
	Empanada ayote	65	28	4	2	2	0
	Empanada de pollo	81	18	2	0	0	0
	Empanada de chicharon	91	9	0	0	0	0
	Tacos de papa	95	5	0	0	0	0
	Tostadas de frijol	84	14	2	0	0	0
	Tostada de salsa	98	2	0	0	0	0
	Empanada loroco	40	60	0	0	0	0
	Empanadas papa	88	12	0	0	0	0
	Enchiladas	95	5	0	0	0	0

	Ayote con dulce	14	75	0	0	11	0
	Recados	58	39	4	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 13 se muestra que se consumen una vez al día empanadas de frijol, ticucos o maytunes, de 2 a 3 veces por semana tamalitos de elotes y empanadas de frijol. el 86% consume una vez al mes tamales, nos podemos dar cuenta en las comidas tradicionales son a base de maíz y frijol cabe resaltar el alto consumo de los mismos.

Sección 3: Distribución intrafamiliar de alimentos.

Tabla 14.

**Porcentaje de frecuencia de consumo de bebida tradicional
Aldea Tunucó Abajo, Municipio Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014 n=57**

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca%	Una vez al mes%	2 a 3 veces al mes%	1 vez por semana%	2 a 3 veces por semana%	4 a 6 veces por semana%	1 vez al día%	2 o más veces al día%
Bebida Tradicional	Atol agrio o shuco de dulce	14	36	11	16	4	14	5	0
	Atol dulce	14	75	0	0	11	0	0	0
	Café	5	0	0	0	0	18	14	63
	Chicha de panela	89	11	0	0	0	0	0	0
	Pinol	25	10	4	14	25	2	10	10
	Chilate	47	18	0	21	12	2	0	0

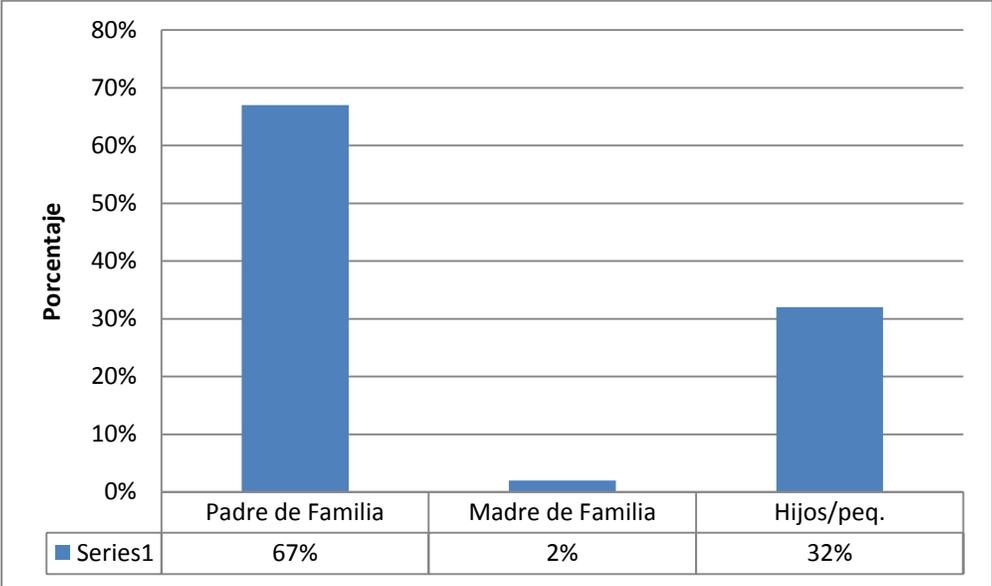
Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla 14 se muestra que se consume café y pinol 2 o más veces al día, una vez al día atol agrio o shuco, como bebida fría ellos consumen 2 a 3 veces por semana chilate.

El 96% Persona encargada de preparar los alimentos son las madres de familia de Tunucó Abajo un 4% lo preparan los hijos en el rango de edad de 16 a 28 años cuando la madre sale a trabajar.

Gráfica 3.

**Integrante del hogar a quien se le sirven primero los alimentos, Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014,
n=57**

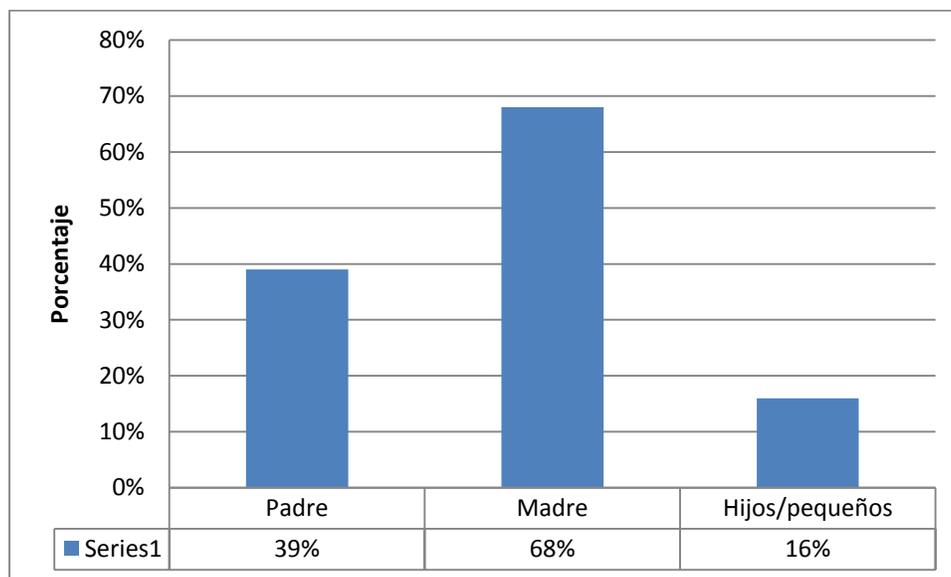


Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la Gráfica No. 3 muestra que al 67% de padres familia, se le sirve primero los alimentos en el hogar de Tunucó Abajo, Jocotán.

Gráfica 4.

**Quien come o a quien se le sirve de último en el hogar de Aldea Tunucó
Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014,
n=57**



Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la gráfica No. 4 el integrante que recibe los alimentos en el hogar en un 68% por ser la encargada de distribuir los alimentos, es la madre de familia quien se sirve o quien come de último en el hogar,

Tabla 15.

Tamaño de plato en que se le sirve a cada miembro de la familia.

Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala

Mayo – Julio 2014

n=57

Integrantes de familia	Plato Grande %	Plato Mediano %	Plato Pequeño %
Padre	37	51	12
Madre	9	75	16
Hijos menor 2 á	0	5	26
Hijos 2 a 5á	0	18	46
Hijos 5.1 -12 á	0	35	47
Hijos 18-19	0	26	63
Otro miembro de la familia	0	0	0

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la tabla No. 15 muestra la Distribución Intrafamiliar según el plato de cada Integrante de familia, 75% de madres de familia comen en plato mediano, 37% de padres de familia comen en Plato grande. Y los hijos en su mayoría comen en plato pequeño 63% los hijos de 18 a 19 años, lo que significa que la tipificación intrafamiliar si varía en cuanto al tamaño de las porciones lo que muchas veces no está siendo bien proporcionando siendo según la necesidad de cada integrante del hogar.

Tabla 16.

**Miembro de la familia que deja de comer, en caso se acabe el alimento
Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014, n=57**

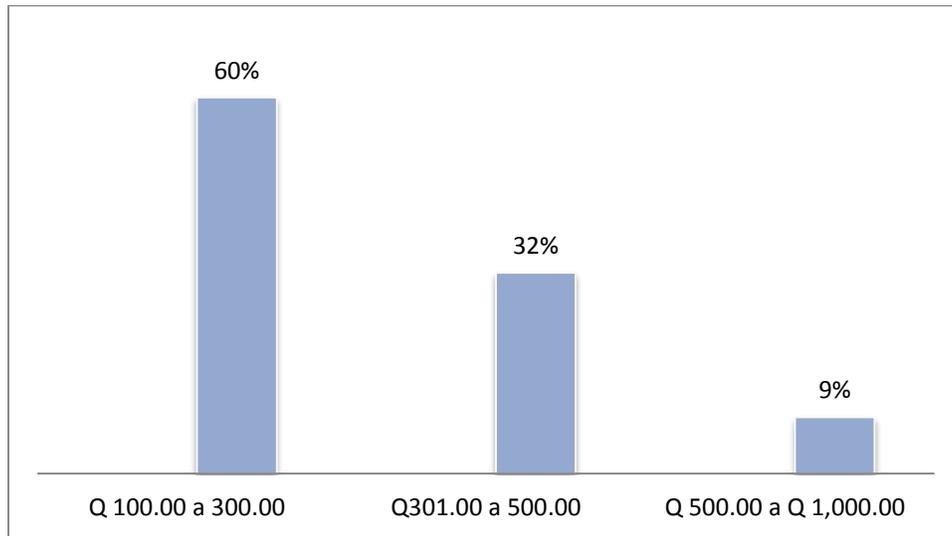
Integrantes de familia	n	%
Padre	2	4
Madre	18	32
Hijos menor 2á	0	0
Hijos 2- 5á	0	0
Hijos 5.1 -12á	0	0
Hijos 18-19	2	4
Todos los integrantes	35	61

Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la Tabla No. 16 muestra 61% de integrantes de familia deja de comer en caso se acabe o se termine el alimento.

Grafica 5.

Ingreso Familiar promedio Mensual en los Hogares encuestados, Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57



Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

En la Grafica No. 5 el 60% es el Ingreso Familiar Promedio, mensual en rango de Q100.00 a 300.00 en la Aldea Tunucó Abajo. Lo que se puede observar que está debajo del pago mínimo para alguien que trabaja en la agricultura que es en lo que laboran la mayoría de personas que habitan en Jocotán.

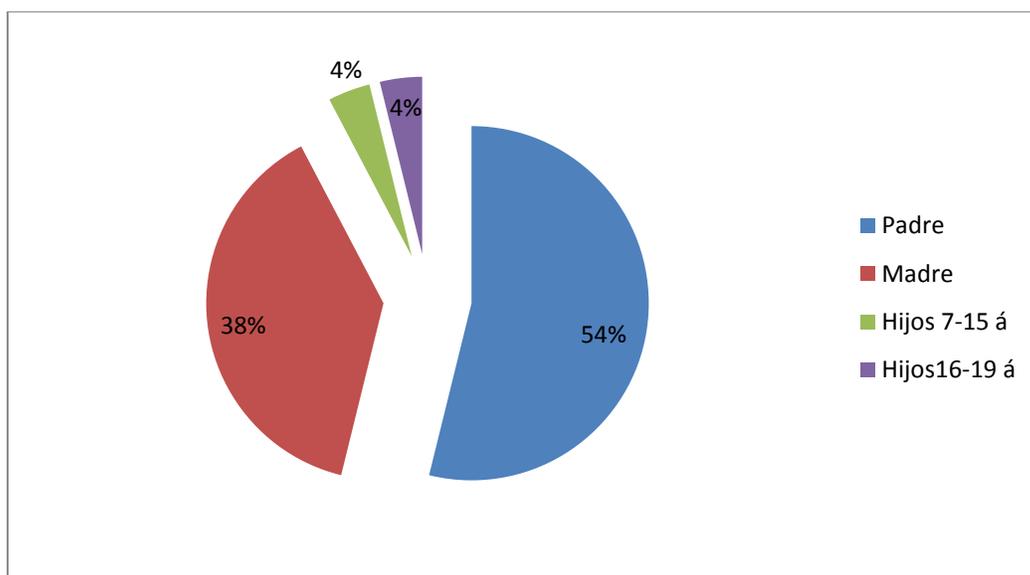
Tabla 17.

**Estratificación del Patrón Alimentario según Ingreso económico
Mensual en los Hogares encuestados, Aldea Tunucó Abajo, Jocotán,
Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014
n=57**

Grupo de Alimentos	Q100 a 300.00	Q301.00 a 500.00	Q501.00 a 1000.00
Leches	Consumen una vez al mes	No consumen	No consumen
Atoles	Atol de Incaparina,	Atol de Incaparina	Atol de Incaparina
Carne y sustitutos de Carne	Huevo de Gallina	Huevo de Gallina	Huevo de gallina
Vegetales Y Hierbas comestibles	Cebolla Chatate Tomate Quilete de frijol	Hierva mora Chipilín Chatate Tomate Cebolla	Chatate Pacaya Quilete de frijol
Frutas	Mango maduro Mango verde Limón criollo	Banano mínimo Mango verde Mango maduro	limón criollo mango verde banano manzano
Cereales	Tortilla de maíz Frijol Negro	Tortilla de maíz Frijol negro Pan dulce Arroz blanco	Tortilla de maíz Tortilla de maicillo Frijol negro
Grasas	Aceite de maíz	Aceite de maíz Aguacate	Aceite de maíz
Azúcares	Azúcar Blanca	Azúcar blanca Panela miel	Azúcar blanca

Grafica 6.

Porcentaje de distribución de integrantes de la familia que trabajan en la Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala Mayo – Julio 2014, n=57



Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

n= 57

El 54% de padres de familia son los que trabajan en la Aldea Tunucó Abajo y 38% madres de familia trabajan siendo al igual las encargadas de su hogar, lo cual que al realizar la madre trabajo fuera del hogar afecta que no esté ella al cuidado de sus hijos si el caso estos son menores, influirá en la mala alimentación. Y la ventaja al trabajar la madre es que aporta más ingresos a la alimentación del hogar.

Tabla 17.

Porcentaje de veces que realizan compras de Alimento en el mes y en qué comercio de la Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala

Mayo – Julio 2014,

n=57

Comercio/compra	una vez al mes %	2-3 veces al mes%	1 por semana %
Tienda	39	26	11
Mercado	21	4	0

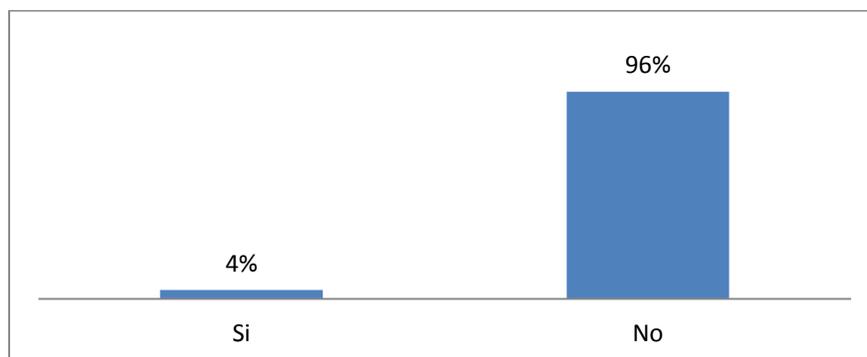
Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

El 39 % de la población refiere realizar sus compras una vez al mes en la tienda, y un 21% realiza sus compras una vez al mes en el Mercado pero refieren las encargadas del hogar que en el mercado de Jocotán.

Gráfica 7.

Porcentaje de personas que realizaron un gasto extra en alimentación por fiestas o reuniones, en la Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala Mayo – Julio 2014,

n=57



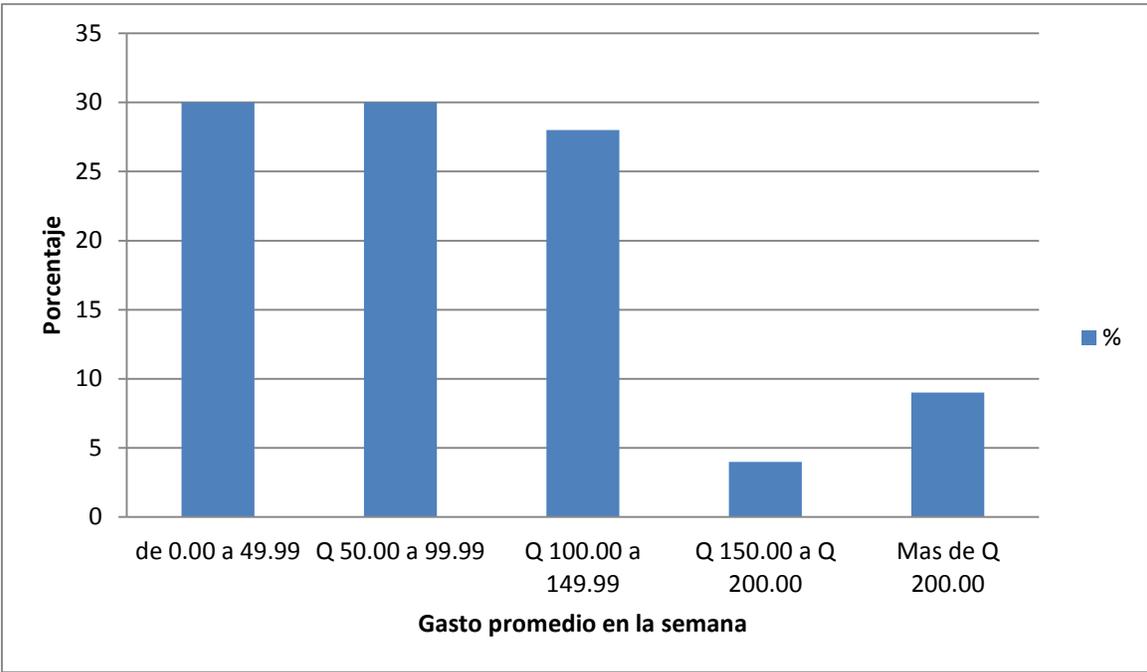
Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

El 96% de la población No realizó ningún gasto en alimentación por fiesta o reuniones y el 4% que refiere que Si realizo reuniones en su hogar, y se refiere que el alimento consumido en su reunión o fiesta fue Gallina.

Gráfica 8.

**Porcentaje Gasto aproximado en la Alimentación en la Semana,
En la Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala**

**Mayo – Julio 2014
n=57**



Fuente: entrevista hogares de la aldea Tunucó Abajo, municipio Jocotán, Chiquimula 2014

El 30% refiere que su gasto promedio en la semana por gasto de alimentos es de menos de 0.00 a Q 50.00 y el otro 30% su gasto promedio en la compra de Alimentos en la semana es de Q 50.00 a 99.99, un 28% gasto promedio Q100.00, un 4% gasta Q150.00 un 7% por lo menos Q 200.00 y un 2% 300.00.

Tabla 18.

**Patrón Alimentario según Gasto promedio Semanal en los Hogares encuestados,
Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014, n=57**

Grupo de Alimentos	Q 0.00 a 49.99 n= 17	Q 50.00 a Q 99.99 n=17	Q100.00 a 149.99 n= 16	Q 150.00 a Q 200.00 n =6	Más de Q 200.00 n=1
Leches	No Consumen	Consumen una vez al mes	No Consumen	Consumen 1 por semana	Leche de vaca 1 al día
Atoles	Atol de Incaparina,	Atol de Incaparina,	Atol de Incaparina,	Atol de Incaparina Arroz en leche	Atol de Incaparina Bienestarina
Carne y sustitutos de Carne	Huevo de Gallina	Huevo de Gallina	Huevo de Gallina	Huevo de Gallina	Huevo de gallina Queso fresco
Vegetales Y Hierbas comestibles	Cebolla Flor de ayote chatate	Cebolla Hierba mora Tomate	Chatate Flor de ayote Tomate	Hierba mora Chatate Tomate Cebolla	Acelga Hierba mora Chipilín Flor de ayote
Frutas	Mango maduro Mango verde	Mango maduro Mango verde	Mango verde Limón criollo Mango maduro	Mango maduro Mango verde Limón criollo	limón criollo jocote de corona Banano majoncho Banano manzano
Cereales	Tortilla de maíz Frijol Negro	Tortilla de maíz Frijol Negro	Tortilla de maíz Frijol Negro Pan francés	Tortilla de maíz Frijol negro Arroz blanco	Tortilla de maíz con maicillo Tortilla de maíz Frijol negro Pan dulce Elote blanco
Grasas	Aceite de maíz	Aceite de maíz	Aceite de maíz	Aceite de maíz	Aceite de maíz Aguacate
Azucars	Azúcar Blanca	Azúcar Blanca	Azúcar blanca	Azúcar blanca	Azúcar blanca

Según la tabla 18 no existe mayor diferencia dentro de los alimentos de consumo maíz y frijol son los más consumidos al igual que el huevo de gallina.

Tabla 19.
Patrón de alimentos,
En la Aldea Tunúco Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014, n=57

Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	1 vez por semana%	2 a 3 veces por semana	1 vez al día	2 o más veces al día
Tabla de Alimentos consumidos en el patrón alimentario	Leches	X				
	Atoles		X			
	Carne y sustitutos de Carne		X			
	Vegetales Y Hierbas comestible			X		
	Frutas			X		
	Cereales					X
	Grasas			x		
	Azucares				X	

Alimentos consumidos en su orden

- a. Cereales: maíz y frijol
- b. Vegetales y Hierbas comestibles: chipilín
- c. Azucares: Azúcar Blanca
- d. Carne y sustitutos de la carne: Huevo, chorizo de res
- e. Fruta: banano mínimo, mango verde
- f. Grasas: Aceite de maíz
- g. Atoles: Atol de Incaparina
- h. Leches: Leche de vaca

Tabla 20.
Patrón alimentario según frecuencia de consumo e ingreso económico mensual Q100 a 300.,
Aldea Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014 n=32

<i>Alimento</i>	<i>Nunca</i> <i>n</i>	<i>Una vez al mes</i> <i>N</i>	<i>2 a 3 veces al mes</i> <i>N</i>	<i>1 vez por semana</i> <i>N</i>	<i>2 a 3 veces por semana</i> <i>n</i>	<i>4 a 6 veces por semana</i> <i>n</i>	<i>1 vez al día</i> <i>n</i>	<i>2 o más veces al día</i> <i>N</i>
Leche en polvo	24	6	1	1				
Atol de Incaparina	12	8	4	7		1		
Huevo	2	2	4	17	6	1		
Cebolla	3	4	2	16	3	1		
Chatate	5	16		7	3			
Tomate	3	8	5	13	2			
Mango Maduro	2	15	10	2	2			
Mango Verde	6	12	10	1	2			
Tortilla de Maíz					1	1	2	28
Frijol negro					1	2	2	26
Aceite de maíz	10	7	14					
Azúcar blanca				2	3	2	14	8

Según el patrón alimentario alimentos más consumidos frijol y maíz de 2 o más veces al día. Y una vez por semana consumen azúcar blanca.

Tabla 21.
Patrón alimentario según ingreso económico mensual Q301.00 a 500.00, Aldea Tunucó Abajo,
Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014 n=20

<i>Alimento</i>	<i>Nunca n</i>	<i>Una vez al mes N</i>	<i>2 a 3 veces al mes n</i>	<i>1 vez por semana</i>	<i>2 a 3 veces por semana</i>	<i>4 a 6 veces por semana</i>	<i>1 vez al día</i>	<i>2 o más veces al día</i>
Leche de vaca	15	3						
Atol de Incaparina	5	5	3	4	1			
Huevo de gallina				5	8	4		
Chatate	1	7	7	1	2	2		
Hierba mora	3	3	7		5	2		
Chipilín	4	5	4	3	4			
Banano mínimo	6	9	3	1	1			
Mango Verde	2	5	4	4	5			
Tortilla de Maíz					1	7	1	11
Frijol negro			1		1	7	2	9
Pan dulce	2	1	1	4	12			
Aceite de maíz	5	2		3	10			
Aguacate	2	11	6	1				
Azúcar blanca	5		1			5	4	5

El mayor consumo del patrón alimentario es tortilla de maíz y frijol negro de 2 a más veces al día y de 2 a 3 veces por semana se consume pan dulce.

Tabla 22.
Patrón alimentario según ingreso económico mensual Q501.00 a 1000.00 Aldea Tunucó
Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014 n=5

<i>Alimento</i>	<i>Nunca n</i>	<i>Una vez al mes n</i>	<i>2 a 3 veces al mes n</i>	<i>1 vez por semana N</i>	<i>2 a 3 veces por semana N</i>	<i>4 a 6 veces por semana n</i>	<i>1 vez al día n</i>	<i>2 o más veces al día N</i>
Leche de vaca	3			1			1	
Atol de Incaparina	2			2	1			
Huevo			2	1	1	1		
Chatate		1			3	1		
Chipilín		2			3			
Flor de ayote		1		2	2			
Limón criollo			1	4				
Mango maduro	1	3			1			
Tortilla de Maíz					1	3		1
Frijol negro						4		1
Pan dulce		1	1	1	1		1	
Aceite de maíz				1	4			
Azúcar blanca					1	3	1	

El mayor consumo de frijol y tortillas de maíz de 2 o más veces al día, y de 2 a 3 veces por semana consumen Azúcar blanca.

Tabla 23.
Resumen del patrón Alimentario según ingreso económico de los hogares de Aldea
Tunucó Abajo, Jocotán, Chiquimula, Guatemala
Mayo – Julio 2014 n=57

Grupo de Alimentos	Q100 a 300.00 n=8	Q301.00 a 500.00 n=31	Q501.00 a 1000.00 n=17
Leches	Consumen una vez al mes	No consumen	No consumen
Atoles	Atol de Incaparina,	Atol de Incaparina	Atol de Incaparina
Carne y sustitutos de Carne	Huevo de Gallina	Huevo de Gallina	Huevo de gallina
Vegetales Y Hierbas comestibles	Cebolla Chatate Tomate Quilete de frijol	Hierba mora Chipilín Chatate Tomate Cebolla	Chatate Pacaya Quilete de frijol
Frutas	Mango maduro Mango verde Limón criollo	Banano mínimo Mango verde Mango maduro	limón criollo mango verde banano manzano
Cereales	Tortilla de maíz Frijol Negro	Tortilla de maíz Frijol negro Pan dulce Arroz blanco	Tortilla de maíz Tortilla de maicillo Frijol negro
Grasas	Aceite de maíz	Aceite de maíz Aguacate	Aceite de maíz
Azucres	Azúcar Blanca	Azúcar blanca Paneta Miel	Azúcar blanca

XI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

- Sección 1: Datos Generales

Se entrevistaron 57 hogares en la comunidad de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula, Guatemala población que se encuentra ubicada a una hora de Jocotán siendo camino de terracería para llegar a la comunidad.

No hay acceso a mercado en esa población únicamente 3 tiendas pequeñas donde venden lo básico y en su mayoría golosinas, algunos alimentos solo fueron cebolla, tomate, huevos, atol de Incaparina y algunos más.

El mayor porcentaje de las entrevistadas fueron madres de familia encargadas del hogar las edades comprendían entre los 18 a 59 años. Por lo que la mayoría de padres de familia no fueron entrevistados por que encontraban en su lugar de trabajo.

El promedio de habitantes de los 57 hogares entrevistados, el total de personas dentro de los hogares es de 274, comprendidos en diferentes edades los habitantes en su mayoría son sexo masculino, cada hogar estaba comprendido dentro 5 a 8 miembros de familia.

Sección 2: factores determinantes del patrón alimentario

En la sección de factores que determinan el patrón alimentario según los tiempos que realizan responde 3 a 4 tiempos de comida, resaltando que no hacen ninguna clase de refacción, por lo que solo hacen 3 tiempos de comida y algunos respondieron realizan solo 2 tiempos de comida, refieren que por no llegar a tiempo a su lugar de trabajo.

Respecto a costumbres alimentarias de la población el 91% de los hogares consume los alimentos en la cocina/comedor, se observó que la mayoría de hogares no existen habitaciones separadas, que al igual respondieron que no realizaban refacciones.

En el comportamiento alimentario; de las familias de Tunucó Abajo los integrantes de familia que realizan los tiempos de comida en la mayoría son todos los integrantes de familia que realizan solo la cena, el almuerzo con mayor

frecuencia lo realizan las encargadas del hogar con sus hijos, porque refieren que sus esposos se encuentran en el lugar de trabajo y que algunas ocasiones sus hijos comen solos, porque las encargadas del hogar deben de llevar la comida al lugar de trabajo que en la mayoría suele ser en las cosechas o siembras.

El 67% de las entrevistadas no realiza tiempos de comida fuera de su hogar, y un 63% que dijo Si realizar tiempos de comida fuera del hogar resalto ser el almuerzo el que ellas realizaban fuera, dejando siempre algún integrante encargado de distribuir los alimentos en su ausencia por que les viajan a la cabecera municipal.

El integrante de familia que come fuera del hogar con mayor frecuencia es el padre de familia con 65% ya que se encuentra en su lugar de trabajo.

- Sección de: Frecuencia de Consumo

En comportamiento alimentario en el hogar fue evaluado a través de las frecuencias de consumo por el grupo de alimentos según lista de Intercambio. En el grupo de leche 86% de la población refirió no consumir leche, y el grupo de atoles el atol más consumido una vez por semana es la Incaparina. Por lo que podría existir deficiencias de calcio en esta población y de algunos otros nutrientes afectando su calidad de vida.

Se concretó que el alimento dentro del grupo de carnes y sustitutos de carne que más consumen huevo de gallina de 4 a 6 veces por semana, refieren nunca consumir embutidos como salchichas y jamón, por lo que podrían existir deficiencias de proteína de valor biológico por no consumir estos alimentos, se cree que al igual por no poder refrigerar estos alimentos no son consumidos.

Dentro del grupo de vegetales y hierbas comestibles los más consumidos de 2 a 3 veces por semana el flor de ayote chipilín, güisquil y los vegetales consumidos una vez al mes son la pacaya, flor de izote y flor de ayote, que son hierbas o vegetales de fácil acceso a esta población porque por el lugar donde se encuentra existe poco exceso a estos, alimentos que como los pobladores refieren no es toda la época del año que se dan en la población, solo en temporada del año y son alimentos de alto valor nutritivo.

El consumo de frutas es poco frecuente dentro de los hogares encuestados, ya que la mayoría consume, mango verde consumido de 2 a 3 veces por semana. Otra fruta consumida es el banano majoncho de 2 a 3 veces al mes igual el, frutos que son propios de la región, pero que también son estacionales, es decir, no están disponibles durante todo el año, sino sólo en fechas específicas. Ya que por eso las personas entrevistada refirieron “*se consume en temporada*”. La baja ingesta de frutas infiere el costo de las mismas que afecta un bajo consumo de micronutrientes y vitaminas lo que significa menores defensas la población más afecta es la infantil, porque ellos siguen el patrón alimentario de sus padres.

Dentro de la frecuencia de consumo del grupo de Alimentos de Cereales el más consumido de dos o más veces al día es el frijol un 79% y 75% las tortillas de maíz, una vez al mes consumen tamalitos de maíz, lo que evidencia que éstos alimentos son los que más consume esta población, al igual que la mayoría de la población dentro de su consumo está el pan dulce o de manteca un 35% lo consume una vez por semana.

En el grupo de alimentos de las grasas según tablas de frecuencia de consumo la más consumida por los entrevistados de 2 a 3 veces por semana es el aceite de maíz y 61% consume manías una vez al mes, el consumo de grasas en esta población es bastante bajo por lo que se ve afectada las reservas de energía, lo que una baja ingestión de energía provoca la pérdida de peso corporal, afectando el crecimiento en niños por el poco consumo de energía.

En el grupo de alimentos según frecuencia de consumo de los azúcares, el mayor porcentaje consume azúcar blanca una vez al día, entrevistados refieren consumir en algunas ocasiones miel de abeja, y panela de dulce. El consumo de azúcar en la mayoría es para el café que ellos consumen a diario y en algunas ocasiones lo consumen con otro endulzante como la panela, la panela es utilizada para hacer el ayote en dulce.

Dentro de listado de alimentos se encontraba lo que es comida rápida donde la población refiere consumir en su mayoría una vez al mes pollo frito y papas fritas, el lugar donde los consumen es el municipio de Jocotán ya que en la Aldea de Tunucó Abajo no existen estas ventas ambulantes por lo que se refieren hacerlo una vez al mes, existe desconocimiento en algunas comidas rápidas, como las Hamburguesas, la pizza y las tortillas de harina es posible que estos no son culturalmente aceptados en la población o ya sea que influya el costo de los mismos.

En el grupo de alimentos de comida tradicional un alto porcentaje dijo consumir ayote con dulce de 2 a 3 veces por semana, empanadas de frijol una vez por semana, de 2 a 3 veces al mes tamalitos de frijol (preparación hecha a base de maíz y frijol) alimentos en su mayoría son preparados a base de maíz que el alimento de más valor para esta población.

En la entrevista se preguntó sobre las bebidas tradicionales más consumidas siendo el café en un 63% lo consumen los adultos y niños muchas veces es tomado como un desayuno que bien se sabe no contiene ningún alimento, el atol dulce, ayote dulce consumidas una vez al mes por los pobladores de la región que son bebidas a base maíz el pinol es otra bebida consumida como bebida caliente similar al café, como bebida fría consumen el chilate que esta preparación es hecha a base de maíz dorado y molido se prepara un fresco.

- Sección 3: Distribución Intrafamiliar

La persona encargada de preparar los alimentos en un 96% es la madre de familia y otro menor porcentaje los hijos comprendidos en edades de 16 años a 28 años, Las entrevistadas refieren que cocinan sus hijos mayores en algún caso que ellas tenga que salir de su hogar.

Cuando se preguntó a qué integrante del hogar se le sirve primero, el 67% de entrevistadas respondieron que al padre de familia, y un 32% a los hijos pequeños algunas madres refirieron como prioridad en alimentar a los más

pequeños al igual servirles primero por tener más necesidades de alimento los pequeños que los adultos.

La persona que se sirve o come de último en los hogares de Tunucó Abajo es la madre de familia por ser la encargada de distribuir los alimentos en su hogar, muchas veces se han quedado sin alimento donde la madre en su rol de alimentar a su familia prefiere perder nutrientes que le permitirán una mejor calidad de vida, se podía notar en cada madre entrevistada que aparentan más edad, probablemente debido a la mala ingesta de nutrientes en su alimentación y tomando en cuenta los desgastes fisiológicos que representa cada embarazo.

Para la pregunta tamaño de porciones por miembro de familia se les presento, un juego de platos en cada hogar entrevistado de 3 diferentes tamaños, pidiendo a la persona entrevistada decir a qué integrante de la familia se le servía en cada uno de los platos donde respondieron que un 75% de madres de familia come en plato mediano, 37% de padres de familia comen en plato grande y el 51% de padres de familia en plato mediano, por lo que resaltaron las encargadas del hogar que ellas distribuían los alimentos según la necesidad de cada uno que si era pequeño el integrante en plato pequeño, cabe resaltar que aunque los hijos crecen se puede notar que siguen consumiendo sus alimentos en el mismo plato siendo este el plato pequeño aunque haya aumentado las necesidades de nutrientes.

Todos los integrantes dejan de comer, si el alimento se termina. En segundo lugar quien deja de comer si esto sucede es la madre ya que muchas veces ella es la que se sirve de último.

- Sección 4: Influencia o capacidad/Económica

El ingreso familiar promedio mensual en los 57 hogares entrevistados un 60% de la población refirió gastar para la compra de alimentos Q100.00 a Q 300.00. Se puede notar a grandes rasgos el bajo aporte para la compra de alimentos. Esto puede deberse a dos cosas: mal remuneración salarial en los trabajos o las pérdidas en sus cosechas ya que este año el 95% de cosechas se vieron afectadas debido a la canícula, la cual viene afectando al corredor seco desde el

2001; y motivo por el cual las poblaciones reciben ayudas de alimentos que necesitan cocción no hay disponibilidad de estufa, los pobladores desconocen y no los consumen e incluso los regalan y venden por no ser culturalmente aceptados.

El patrón alimentario según ingreso económico no es variado ni existe diferencia dentro de los alimentos que la población consume se puede decir que existe poca disponibilidad de alimentos y acceso a los mismos por la distancia de la compra de alimentos.

Los alimentos del patrón alimentario de cada una de las tablas aumenta el acceso algunos alimentos según ingreso económico de los mismos pero los alimentos son los mismos no existe mayor diferencia.

La compra de los alimentos la realizan una vez al mes en la tienda y otros refieren al igual realizarlas una vez al mes en el mercado de Jocotán ya que en la aldea no hay mercado por lo para la adquisición de alimentos para deben viajar una hora o caminar hasta el pueblo como ellas refieren.

El 36% de la población entrevistada no realizó ningún gasto por fiesta o reuniones en el hogar, solo un 21% de las entrevistadas refirió que realizaron un gasto extra y el alimento consumido por fiesta en su hogar fue gallina, lo que es parte de sus costumbres.

Un 36% de las pobladoras refirieron que no realizarían compras de alimentos en la semana porque no existe un mercado cerca o porque tienen que viajar a la cabecera municipal de Jocotán. Algunas veces las personas entrevistadas refirieron caminar hasta "*el pueblo*" para ahorrar lo que los vehículos les cobran, lo que evidencia el limitado acceso y disponibilidad de alimentos.

Las encargadas que refirieron si hacen compras de alimentos en la semana dentro del gasto que ellas realizaron un 30% de las entrevistadas solo gastarían menos de Q 50.00 y otro 30% gastaría en alimentos Q 50.00, y un 28% Q 100.00 gastaría en sus compras, solamente el 2% dijo gastar Q 300.00. por lo que se puede

reflejar que el ingreso para las familias es demasiado bajo donde 5 a 8 son integrantes de cada hogar se cree que el consumo de alimentos es deficiente.

Dentro de los alimentos del patrón alimentario de gasto semanal los alimentos más consumidos son frijol tortilla de maíz y huevo de gallina, se refleja poca diferencia dentro de los alimentos que la población consume muchos de estos son pertinentes en su comunidad poseen disponibilidad y acceso de los mismos, si aumento la preferencia de los mismos pero no es variado.

XII. CONCLUSIONES

1. Las participantes de los 57 hogares de Tunucó Abajo entrevistadas fueron principalmente las encargadas del hogar comprendidas entre las edades de 18 años a 59 años y cuyos hogares son de 5 a 8 integrantes
2. En la caracterización del patrón alimentario se puede notar la baja ingesta de alimentos de la población, el frijol y maíz son los alimentos más consumidos en dichos hogares y entre las bebidas el pinol, atol agrio o chuco.
3. Dentro de los hábitos alimentarios la mayoría de los integrantes de los hogares realizan de 3 a 4 tiempos de comida.
4. En la distribución intrafamiliar la encargada de preparar los alimentos es quien los distribuye, por tanto es la última en servirse y en algunas ocasiones quedarse se queda sin comer.
5. Se determinó que el patrón alimentario conforme al ingreso económico no es variado lo cual significa que la ingesta de nutrientes es baja.

XIII. RECOMENDACIONES

1. Que el patrón de alimentación obtenido sea la base para cuando se den alimentos de ayuda humanitaria y que estén tomados en cuenta los alimentos que ellos consumen y que sean culturalmente aceptados, pero a la vez se priorice la nutrición, ya que muchas veces los proyectos no son exitosos porque desconocen a la población objetivo, sus costumbres, creencias y patrones de alimentación.
2. Se deberían crear proyectos donde les enseñen a los pobladores a cultivar los alimentos en su hogar para que ellos no tengan que viajar para obtenerlos, ya que esto implica un gasto extra en la alimentación.
3. Es necesaria la creación de programas de educación alimentaria y nutricional para mejorar la variedad e ingesta alimentaria, ya que el consumo actual de alimentos de los hogares entrevistados de Tunucó Abajo, Jocotán es muy deficiente y es probable que existan problemas nutricionales en la población.
4. Que algunas instituciones interesadas den oportunidades de empleo para mejorar el ingreso económico de la población de Tunucó Abajo.
5. Promover programas para capacitar a las encargadas del hogar en oficios u actividades que puedan aportar ingreso a la familia; tales como talleres de alguna ocupación donde ellas creen su propia empresa.
6. La información puede ser utilizada por estudiantes de nutrición para la realización de intervenciones nutricionales de la población del área Ch'orti.

XIV.BIBLIOGRAFIA

1. Torún B, Menchú M, Elías L. Recomendaciones Dietéticas Diarias del INCAP. Edición XLV Aniversario, página 137. Guatemala 1994.
2. Bermúdez, Odilia. Situación Alimentaria y Nutricional y Patrones de Consumo para Guatemala. Análisis de la ENCOVI 2000. PRESANCA. Guatemala, enero 2007
3. FAO-PESA, “Manual de Nutrición, Documento de Trabajo”, 2007. Tomado de la red: http://www.utn.org.mx/docs_pdf/patron_alimentario/manual_de_nutricion.pdf
4. Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Decreto Número 32-2005, Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Acuerdo Gubernativo Número 75-2006, Reglamento de la Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Acuerdo Gubernativo, Número 100-2008. Guatemala, 2008. Pp. 11-14
5. Prada Gómez GE, Herrán Falla OF, Ortiz Cárdenas R. Patrón alimentario y acceso a los alimentos en familias desplazadas en el municipio de Girón, Santander, Colombia. Rev. Panamá Salud Pública. 2008; 23(4):257– Disponible en Red. 63.<http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v23n4/v23n4a05.pdf>
6. Borbón, C., Caracterización de los Patrones Alimentarios para los hogares en México y Sonora, 2005-2006, Estudios Fronterizos, Nueva Época, Volumen 11, Número 21, México, 2010. Tomado de EBSCO Host: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?hid=119&sid=08746353-a502-4c95-98e0-25797057b514%40sessionmgr114&vid=6>
7. Echeverría C. Determinación del patrón alimentario, ingesta de nutrientes y estado nutricional de los-as niños-as menores de cinco años que asisten a Aldea S.O.S. de la Campaña del cantón Ibarra, Ecuador, Universidad Técnica del Norte Instituto Posgrado 2008. Disponible en Red: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/1281>

<http://www.fao.org/docrep/010/ah833s/ah833s08.htm>

8. Ferrari, M. Patrón Alimentario de una comunidad aborigen de la Patagonia Argentina. Escuela de Nutrición. Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires, Revista Chilena de Nutrición, Volumen 31, No.2, Agosto, 2004. Disponible en la Red: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182004000200005&script=sci_arttext
9. Alejo, C. Rodríguez, F. Patrón alimentario en adolescentes de octavo grado y su repercusión en la adecuación dietética. Centro Provincial de Higiene y Epidemiología, Cienfuegos, Cuba. Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos , Vol. 9, núm. 6 (2011) Disponible en Red:<http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/1630/790>
10. Herran, M. Bautista, Comparar el patrón de consumo de alimentos entre los años 2002 y 2003 con el patrón observado en 1998. en Bucaramanga, Colombia. © 2005 Corporación Editora Médica del Valle, Revista Vol. 36 N° 2, 2005 (Abril-Junio Disponible en Red:<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/6464/1/Calidad%20de%20la%20dieta%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20adulta.pdf>
11. Castillo, V. Mordones, S. Patrones Alimentarios En Embarazadas de Bajo Peso de la región Metropolitana. Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Católica de Chile, Unidad de Intervención Nutricional, Departamento de Nutrición, Diabetes y Metabolismo,. Santiago, Chile, Rev. Nutr. Vol. 38, N°2, Junio 2011, págs: 117-126 Disponible en Red:http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775182011000200002&script=sci_arttext&tlng=en
12. Cohen, P. Patrón alimentario de un grupo de 220 familias desplazadas y no desplazadas de la comuna cinco del distrito turístico cultural e histórico de Santa Marta, Colombia 2009. Universidad Nacional de Colombia Biblioteca Digital - Sede Bogotá - See more at: <http://www.bdigital.unal.edu.co/4192/#sthash.H4bTcdmO.dpuf>

13. Reyes, P. Estrada, L. Alimentación y suficiencia energética en indígenas Migrantes de los Altos de Chiapas, México. Colegio de la Frontera Sur. San Cristóbal de las Casas Chiapas, México. Centro de Investigación en Nutrición y Salud. Instituto Nacional de Salud Pública. Vol. 57 N° 2, 2007 Cuernavaca, Morelos, México Disponible en Red: http://www.cepi.us/adastra/index.php/AD_ASTRA/article/view/40
14. Molina, M. Caracterización del patrón alimentario de la población garífuna que reside en el municipio de Livingston, Izabal. Guatemala 2012". Facultad de Ciencias de la salud, Universidad Rafael Landívar. Disponible en Red: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2012/09/15/Molina-Jesslin.pdf>
15. Zarzalejo Z, García M. Hábitos alimentarios en niños desnutridos menores de 2 años en una comunidad urbano marginal. An Venez Nutr. 2001; (24): 40-47.
16. FAO. Nutrición Humana en el Mundo en Desarrollo, Capítulo 4, Factores sociales y culturales en la nutrición. Departamento de Agricultura. [En línea] [Citado en 2014-01-21] Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s08.htm>
17. Manjarrés .C. Perspectivas en Nutrición Humana. Carrera 75 No. 65-87 bloque 44, Escuela de Nutrición y Dietética. Ciudadela Robledo, Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia Vol 9, No. 2 (2007)
18. C. Contreras Alimentación y cultura necesidades, gustos y costumbres, Universidad de Barcelona, Antropología Cultural. Pag.41, 43.
19. Nutrición y Protección del Consumidor, Perfiles de Nutrición por País (Guatemala) FAO,2010 Disponible en línea; http://www.fao.org/ag/agn/nutrition/gtm_es.stm
20. M. T. Menchú, Castellanos, Sistema de Información de Seguridad Alimentaria y Nutricional en Guatemala, Diagnóstico y Propuesta Institucional FAO GUATEMALA DOCUMENTO DE TRABAJO N°3 , 2005. http://www.pesacentroamerica.org/biblioteca/SIF_SAN_Guatemala.pdf

21. Generalidades de Seguridad Alimentaria Nutricional, Curso de Educación a Distancia Escuelas Saludables. Publicación INCAP MDE/113.CADENA 30 Modulo V pag.9 a 17.
22. J. López García, Dar comida obligando a repartirla Un modelo de don maya-ch'orti'en proceso de transformación. Universidad de Extremadura, *RDTP*, LVI, 2 (2001): Consejo Superior de Investigaciones Científicas Licencia Creative Commons 3.0 España.

ANEXOS



Anexo No 1

Ubicación Geográfica de la Comunidad de Tunucó Abajo



ANEXO No 2



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Tema **CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA COMUNIDAD DE TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN**

Objetivo de la investigación:

“Determinar el patrón alimentario de la etnia Ch’orti’ que reside en la aldea de Tunucó Abajo, Jocotán Chiquimula.”

El cual se realizará en el mes julio mediante la identificación de diversos factores que intervienen en la determinación del patrón alimentario, como lo son: Costumbres alimentarias; hábitos alimentarios; comportamiento alimentario; influencia económica; distribución intrafamiliar, dichos factores se medirán mediante una entrevista alimentaria. Descripción del Estudio: Con esta investigación se pretende establecer un patrón de alimentación que permitirá tanto a la población de la etnia cho’rti, así como a las diversas instituciones de salud, orientar acerca de la alimentación de los sujetos de estudio y posteriormente ser la base para futuras intervenciones nutricionales o de cualquier o crear programas que ayuden a la población. Para la recolección de datos se entrevistará a hogares de familia que estén dispuestos a participar en la investigación. El tiempo requerido para contestar el cuestionario es de 1 día el estudio no conlleva ningún riesgo y los hogares participantes se les aclara que esta investigación no es perteneciente a ningún partido político ni ayuda de Gobierno por lo que se aclara que no se dará ninguna compensación económica por participar. Posteriormente en agradecimiento de su participación se orientará a la familia a una alimentación adecuada y los beneficios de la misma. El proceso de recolección de datos será estrictamente confidencial. El nombre de las familias participantes no será utilizado en ningún informe cuando los resultados de la investigación sean publicadas. La participación es estrictamente voluntaria. El hogar participante tendrá el derecho de retirarse de la investigación en cualquier momento. No habrá ningún tipo de sanción o represalias.

YO _____ He leído el procedimiento del presente estudio descrito con anterioridad. La investigadora me ha explicado el estudio y ha respondido a mis dudas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hogar participe en el estudio “CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA COMUNIDAD DE TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN”

----- Firma O huella de la persona encargada del hogar

ANEXO No3



ENTREVISTA ALIMENTARIA NUTRICIONAL

CARACTERIZACIÓN DEL PATRÓN ALIMENTARIO DE LA COMUNIDAD DE TUNUCÓ ABAJO, JOCOTÁN, CHIQUMULA, GUATEMALA

Sección 1: Datos generales

Instrucciones: A continuación encontrará datos personales de las personas entrevistadas. Es necesario que, a través del diálogo con la persona obtenga toda la información necesaria.

1.-Persona entrevistada: (marque con una X la respuesta)

Padre de familia <input type="checkbox"/>	Madre de familia <input type="checkbox"/>	otro: _____ <input type="checkbox"/>
---	---	--------------------------------------

1. Número de personas que viven en el hogar:

Edades	M	F	Total personas
> 2 á			
2 -5 á			
5.1-12 á			
12.1 -18 á			
18.1 -59á			
< 59.1 á			
Total personas			

Sección 2: Factores determinantes de patrón Alimentario

a) Hábitos Alimentarios

1. Cuántos tiempos de comida se realizan al día en el hogar (marque con una x)

1 a 2 tiempos <input type="checkbox"/>	3 a 4 tiempos <input type="checkbox"/>	5 a 6 tiempos <input type="checkbox"/>
--	--	--

2. ¿Qué tiempo realiza?

Desayuno	Refacción	Almuerzo	Refacción	Cena	Refacción Nocturna
(explique) es el primer alimento que se come cuando uno se despierta	Alimento que se come a media mañana	Alimento que se come a medio día	Alimento que se come a por la tarde	Alimento que se come por la noche	Alimento que se come de la cena en la noche

b) Costumbres Alimentarias

1. Pregunte: En qué parte de la casa consumen cada tiempo de comida:

Parte de la casa que consume alimentos	Desayuno	Refacción	Almuerzo	Refacción tarde	cena	Refacción Nocturna
Comedor/cocina						
Patio						
Dormitorio						
Corredor /pasillo						
Otro						

2. Indicar con qué miembros de la familia se realizan los tiempos de comida y quienes los realizan llene cada espacio.

c) Comportamiento Alimentario

Integrantes de la Familia

1. ¿Durante la semana, ¿Han realizado tiempos de comida fuera del hogar?

Tiempos de Comida	Todos los miembros	Madre	Padre	Hijos	Etc.	Total
Desayuno						
Refacción matutina						
Almuerzo						
Refacción vespertina						
Cena						
Refacción nocturna						

Sí No

2. ¿Qué tiempo de comida realizan fuera del hogar?

desayuno <input type="checkbox"/>	Refacción am <input type="checkbox"/>	almuerzo <input type="checkbox"/>	Refacción pm <input type="checkbox"/>	Cena <input type="checkbox"/>	Refacción nocturna <input type="checkbox"/>
--------------------------------------	--	--------------------------------------	--	----------------------------------	--

3. ¿Qué miembros de la familia comen fuera del hogar con mayor frecuencia durante la semana?

Padre	madre	Hijos > 2 á ____ 5.1-12 á ____	Hijos 12.1 -18 á ____ 18.1 -28 á ____	Otro
-------	-------	--------------------------------------	---	------

--	--	--	--	--

¿Por qué?-----

4. Frecuencia de Consumo por Hogar según lista de intercambio de alimentos. Pregunte a la persona entrevistada en lenguaje coloquial qué alimentos consumen en una semana.

		FRECUENCIA DE CONSUMO							
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más días
LECHE	Leche de Vaca,								
	Leche de vaca íntegra, fluida o en polvo.								
ATOLES	Bienestarina								
	Atol de Incaparina								
	Atol de Plátano								
	Arroz con leche								

FRECUCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Carne y sustitutos de Carne	Conejo								
	Pescado								
	sardina enlatada								
	Protemas (proteína de Soya)								
	Res, Carne								
	Res, Hígado								
	Res, lengua								
	Cerdo, carne								
	Pollo								
	Menudos de pollo								
	Gallina								
	Huevo de Gallina								
	Salchichas								
	Jamón								
	Chorizo de res								
	Requesón								
Queso Fresco									
Queso duro									

		FRECUENCIA DE CONSUMO							
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Vegetales y hierbas comestibles	Apio								
	Berro								
	Bledo								
	Berenjena								
	Cebolla								
	Coliflor								
	Blero								
	Güisquil								
	Flor de ayote								
	Flor de loroco								
	Flor de Chipilin								
	Chipilin								
	Flor de izote								
	Hierba mora								
	Chatate								
	Pacaya								
	Muta								
	Tomate								
	Tomate fino								
	Remolacha								
	Pepino								
	Perulero								
	Zanahoria								
	Güicoy								
Quilete blanco									
Quiletes /frijol									
Pitos									
Canturules									

FRECUCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Frutas	Banano mínimo								
	Banano majoncho,								
	Banano avanero,								
	Banano manzano								
	Ciruela roja								
	Guayaba								
	Jocote Ciruelo verde								
	Jocote de corona								
	Lima								
	Limón Criollo								
	Limón Persa								
	Mamey								
	Mandarina								
	Mango maduro								
	Mango verde								
	Rambutan/lichas								
	Manzana								
	Marañón								
	Nísperos								
	Granadillas								
	Coco								
	Naranja								
	Sincuyas								
	Anonas								
Papaya									
Piña									
Sunzo									
Sandia									

	Paternas								
	Zapote								

FRECUENCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Cereales	Arroz blanco								
	Avena (mosh)								
	Cereal de Desayuno,								
	Corazón de trigo								
	Elote amarillo								
	Elote Blanco								
	Fideos de chow mein								
	Galletas soda								
	Pan francés								
	Pan dulce								
	Pasta/fideos								
	Tortilla de maíz con maicillo								
	Tortilla de maíz								
	Tortilla de harina								
	Tamalito de maíz								
	Frijol Rojo								
	Frijol Blanco								
	Frijol Negro								
	Camote								
	Papas								
Plátanos Maduro									
Yuca									

FRECUENCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
	Aceite de maíz								
Grasas	Aceite de oliva								
	Aguacate								
	Coco maduro pulpa								
	Crema								
	Longanizas de cerdo								
	Manía								
	Manteca de cerdo								
	Chorizo de cerdo								
	Manteca vegetal								
	Mantequilla								
	Margarina								
	Mayonesa								

I

FRECUENCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Azúcares	Azúcar Blanca								
	Azúcar morena								
	Gelatina de sabor								
	Jaleas								
	Miel de abeja								
	Panela								
refacción (Comida Rápida)	Tacos de papa								
	Tostadas de frijol								
	Tostada de salsa								
	Hamburguesa								
	Pizza								
	Tortilla de Harina c/carne "churrasquito"								
	Tortilla de Harina c/pollo								
	Tamalito de elote								
	Empanadas de papa								
	Enchiladas								
	Pollo Frito								
	Papas frita								

FRECUCIA DE CONSUMO									
Grupo de Alimentos	Alimento	Nunca	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	4-6 por semana	1 al día	2 o más al día
Comida Tradicional	Shepes o tayuyos								
	Tamales								
	Ticucos o Maytunes								
	Empanada frijol								
	Empanada ayote								
	Empanada de pollo								
	Empanada de chicharon								
	Empanada loroco								
	Recados								
	Atol agrio o shuco de dulce								
	Atol dulce								
Bebida Tradicional	Ayote con dulce								
	Café								
	Chicha de panela								
	Pinol								
	Chilate								
Alimentos Locales									

Sección 3: Distribución intrafamiliar de alimentos

1. ¿Quién Prepara los alimentos? marque con una x la persona encargada de preparar los alimentos en el hogar

Padre <input type="checkbox"/>	Madre <input type="checkbox"/>	Hijos <input type="checkbox"/> Edades 7 a 15 _____ 16 a 28 _____
--------------------------------	--------------------------------	---

Otros Especifique _____

2. Pregunte: al momento de servir la comida, a quién se le sirve primero?

Padre <input type="checkbox"/>	Madre <input type="checkbox"/>	Hijos <input type="checkbox"/> ¿Cuál? -----
--------------------------------	--------------------------------	--

Otros Especifique _____

¿Por _____ qué?

3. Pregunte a la Persona entrevistada quien come o a quien se le sirve de último?

Padre <input type="checkbox"/>	Madre <input type="checkbox"/>	Hijos <input type="checkbox"/> ¿Cuál?-----
--------------------------------	--------------------------------	---

Otros _____ Especifique

¿Por qué? _____

3. Enseñe a la familia el juego de platos de muestras. Solicite al entrevistado(a) que señale de qué tamaño es el plato que más se parece al plato al que le sirve a cada miembro de la familia. Marque con una x de qué tamaño es el plato

Integrantes de Familia	Plato grande	Plato Mediano	Plato pequeño
Padre			
Madre			
Hijos menor 2á			
Hijos 2- 5á			
Hijos 5.1-12á			
Hijos 18-19			
Otro miembro de la familia			

5. En caso de que el alimento se acabe, ¿Quién es el que deja de comer?

Integrantes de Familia	Marque con una x
Padre	
Madre	
Hijos menor 2á	
Hijos 2- 5á	
Hijos 5.1-12á	
Hijos 18-19	
Otro miembro de la familia	

Otros Especifique

Sección 4 Influencia Económica /Capacidad económica

1. Ingreso familiar mensual promedio

Q100.00 a 300.00	Q.500.00	Q.500 a Q.1000	Q.1000 o mas

2. ¿En caso trabajen Quién es el que gana?

Integrantes de Familia	Marque con una x
Padre	
Madre	
Hijos 7-15á	
Hijos 16-19	
Otro miembro de la familia	

3. ¿Cuántas veces a la semana compran alimentos en cada uno de los siguientes comercios?

Comercios/Compra	Una vez al mes	2-3 veces al mes	1 por semana	2-3 por semana	al día 1
Tienda					
Deposito					
Mercado					
Abarrotería					
Vendedor ambulante					
Venta Callejera					
Despensa					

4. Durante la semana ¿ha tenido otro gasto en alimentación por fiestas, reuniones o invitados en el hogar?

Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
-----------------------------	-----------------------------

Si la respuesta es sí, explique qué celebración fue _____

5. ¿Cuáles fueron los alimentos consumidos?

4. Pregunte ¿Realizará durante esta semana compras de alimentos?

Sí <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
-----------------------------	-----------------------------

5. ¿Cuánto dinero gasta a la semana para la compra de alimentos?