



El Comité Editorial de la Revista Electrónica de PortalesMedicos.com (ISSN: 1886-8924),

Certifica que:

**D./D<sup>a</sup>. Luz Alejandra Escalera Silva**

ha remitido a la Revista Electrónica de PortalesMedicos.com, como segundo/a autor/a, el artículo titulado:

**"Influencia del ámbito escolar en las prácticas alimentarias de adolescentes escolarizados de Monterrey, Nuevo León, México"**,

el cual ha sido aceptado y publicado por su interés sanitario en el Volumen XV. Número 17 – Primera quincena de Septiembre 2020

Y para que así conste, se expide la presente certificación en Cádiz, a 14 de Septiembre de 2020.



Fdo: Galia Martínez Jiménez

Directora Editorial de la Revista Electrónica de PortalesMedicos.com

<https://www.portalesmedicos.com/revista/>



Certificado nº: 37992 - [https://www.portalesmedicos.com/revista\\_certificados/37992.html](https://www.portalesmedicos.com/revista_certificados/37992.html)

## **Influencia del ámbito escolar en las prácticas alimentarias de adolescentes escolarizados de Monterrey, Nuevo León, México**

Autora principal: Sandra Rubí Amador Corral

Vol. XV; n° 17; 883

## **Influence of the school environment on the feeding practices of adolescents attending school in Monterrey, Nuevo León in México**

Fecha de recepción: 19/08/2020

Fecha de aceptación: 24/08/2020

Fecha de publicación: 10/09/2020

Incluido en Revista Electrónica de PortalesMedicos.com Volumen XV. Número 17 – Primera quincena de Septiembre de 2020 - Página inicial: Vol. XV; n° 17; 883

### **Autores:**

1. Sandra Rubí Amador Corral.

Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, Universidad Autónoma de Nuevo León, México.

2. Luz Alejandra Escalera Silva.

Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, Universidad Autónoma de Nuevo León, México.

### **RESÚMEN**

Se realizaron 27 entrevistas semiestructuradas a adolescentes de diferente nivel socioeconómico de tres preparatorias públicas del área metropolitana de Monterrey, N.L. con el objetivo de conocer la influencia del ámbito escolar en los motivos, preferencias y conocimientos para consumir alimentos en adolescentes escolarizados. Entre los resultados encontrados se destaca el ambiente escolar como un factor determinante en la conformación de las prácticas alimentarias de los entrevistados debido a los horarios de clases; además la elección, preparación, y tipo de alimentos están organizados en función de ello; así mismo los tiempos y la compañía también se ven influenciados por el contexto escolar. Como conclusión se determinó que la disponibilidad de alimentos que exista y el dinero que se tenga para comprarlos son aspectos importantes en las prácticas alimentarias de los adolescentes de nivel socioeconómico bajo y medio; para los de nivel socioeconómico el mayor condicionante es el tiempo que permanecen en la escuela, debido a que la mayoría de ellos evita comprar los alimentos y optan por llevarlos de su casa.

**Palabras clave:** alimentación, adolescentes, ámbito escolar, nivel socioeconómico.

## ABSTRACT

Twenty-seven semi-structured interviews were conducted with adolescents of different socioeconomic levels from three public high schools in the Monterrey, N.L. metropolitan area with the objective of understanding the influence of the school environment on the motives, preferences and knowledge of food consumption among adolescents in school. Among the results found, the school environment stands out as a determining factor in shaping the eating practices of the interviewees due to the class schedules; furthermore, the choice, preparation, and type of food are organized accordingly; likewise, the times and company are also influenced by the school context. As a conclusion, it was determined that the availability of food and the money available to buy it are important aspects in the feeding practices of adolescents of low and medium socioeconomic level; for those of socioeconomic level the greatest condition is the time they stay in school, because most of them avoid buying food and choose to take it from home.

*Keywords: food, adolescents, school environment, socioeconomic level.*

## INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018a) los adolescentes representan la sexta parte de la población mundial, la mayoría de ellos no tienen problemas graves de salud, no obstante están expuestos situaciones que pueden perturbar su capacidad para desarrollarse de manera plena y afectar su vida en la adultez e incluso la salud de sus futuros hijos. Los problemas de salud a los que se enfrentan los adolescentes se encuentran interrelacionados: los embarazos no deseados, las infecciones de transmisión sexual, la exposición a la violencia, los accidentes de tránsito, problemas de salud mental, el abuso de sustancias incluidos el alcohol y el tabaco; además de los relacionados con la alimentación como la malnutrición, la obesidad y los trastornos de la conducta alimentaria (Organización Panamericana de la Salud, 2018).

Desde el punto de vista nutricional la adolescencia es una parte importante para el desarrollo del ser humano ya que es mayor la demanda de nutrientes y calorías debido al crecimiento físico, cuando estas necesidades no son atendidas de manera adecuada la situación nutricional puede tornarse vulnerable; además los cambios en los estilos de vida y hábitos alimenticios que afectan la ingesta de nutrientes pueden causar problemas en la vida adulta; en este sentido es una etapa muy sensible y es más que una etapa de cambio o transición ya que supone periodos de crisis donde diversas situaciones experimentadas por el adolescentes pueden provocar que aparezcan hábitos y situaciones de riesgo (Mesana, 2013).

Los cambios que se presentan en la adolescencia afectan la manera en la que ellos se alimentan a partir de factores internos como la autoimagen, la salud individual, los

valores, las preferencias y el desenvolvimiento psicosocial; y de factores externos como los hábitos de la familia y amigos, las experiencias individuales, los conocimientos, las reglas sociales y culturales, los medios de comunicación y las tendencias o lo que esté de moda (Moncusi (2012). Durante la adolescencia, la alimentación está condicionada por aspectos de naturaleza biológica y cultural que se expresa en primer lugar en primer lugar con el crecimiento y el desarrollo biológico y en segundo con la conformación y el consolidación de creencias y prácticas según el contexto social que está representado por la familia, los grupos de pares, y los medios de comunicación (Miñana, Medina y Serra, 2016).

Las prácticas alimentarias, es decir lo que la gente come, por qué come y cómo o en dónde lo hace, están determinados según Luque (2008) y Moro y Lamarque (2018) más por los gustos individuales, que por otros aspectos que a simple vista no parecen estar estrechamente relacionados con el consumo y las preferencias de estos, pero que los determinan y afectan como una multiplicidad de factores económicos, ambientales y socioculturales que se entrelazan cuando se trata de elegir qué comer (Duana y Benítez, 2010; Ávila, 2016).

La mayor parte de los hábitos perjudiciales para la salud es adquirida durante la adolescencia y tienden a manifestarse durante la edad adulta, resulta importante la investigación sobre las prácticas alimentarias de los adolescentes ya que son ellos los que en el futuro se convertirán en adultos con sobrepeso u obesidad y portadores de diversas enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, hipertensión, algunos tipos de cáncer), que además de sus implicaciones sociales, tendrá implicaciones económicas para el propio individuo pero en especial para el sistema de salud del país (OMS, 2020). Sin olvidar que hay un porcentaje de la población que se encuentra en riesgo en relación con las prácticas alimentarias, además de ciertos problemas, como la anorexia y la bulimia (Loubat, 2006; Unikel y Caballero, 2010).

A nivel mundial uno de cada seis adolescentes de 10 a 19 años tenía sobrepeso u obesidad, en América Latina es uno de cada tres quien los padece (OMS, 2020). En México la obesidad y el sobrepeso afecta al 38.4% de los adolescentes, según los datos de la Encuesta Nacional de Salud [ENSANUT] (2018), su prevalencia combinada fue alrededor de 41.1% para la mujeres y 35.8% para los hombres. Debe destacarse que del 2012 al 2018 hubo un aumento significativo en los niveles de sobrepeso y obesidad en este grupo de la población, para las mujeres fue de 5.9% y para los hombres de 2.6%

Uno de los principales intereses de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes son las consecuencias que puede tener para su salud en el futuro, debido a la aparición de Enfermedades Crónicas no Transmisibles [ECNT] como la diabetes mellitus II (DM2), la presión alta o hipertensión (OMS, 2020). Aunque estas enfermedades no afectan solo a los adolescentes con sobrepeso u obesidad, se considera que se tiene un mayor riesgo de desarrollarlas en el futuro (ENSANUT, 2018).

Las ECNT resultan un reto que enfrentan los sistemas de salud de países industrializados debido a los altos índices que presentan, además de su contribución a la mortalidad en general; estas enfermedades se ven favorecidas por factores como la

urbanización, la mundialización de los modos de vida poco saludables, las dietas inadecuadas y la poca actividad física (OMS, 2018b).

Dentro de este estudio se considera a la escuela como un ambiente alimentario, definido por la Organización para las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2020) como aquel que se compone por alimentos y bebidas que se encuentran disponibles para su compra o que son proporcionados durante alguna hora del día; el ambiente escolar puede tener un gran impacto en las prácticas alimentarias de los adolescentes, así como en la calidad y tipo de los alimentos que consumen, debido a que ellos pasan una parte importante del día en la escuela en las actividades escolares y extraescolares donde conviven con sus compañeros de clases, los cuales ejercen una gran influencia en su comportamiento alimentario, ya que la alimentación constituye una forma importante de socialización y recreación (Zafra, 2004; Macedo, Bernal, Lopéz, Hunot, Vizmanos, y Rovillé; Osorio, 2010).

Un factor que tiene gran incidencia en la conformación de las practicas alimentarias es el poder adquisitivo o el nivel socioeconomico, autores como (Adjemian, Bustos y Amigo (2007), Miqueleiz, Ostao, Ortega, Santos, Astacio y Regidor (2014), Gil, Giraldo y Estrada (2017) señalan su importancia relacionada con el acceso y gusto a cierto tipo de alimentos, la cantidad que se consumen y su disponibilidad. Uno de los aspectos principales de este estudio es analizar al adolescente en relación a un contexto y determinar de qué manera éste influye en sus prácticas alimentarias.

## **METODOLOGÍA**

Este estudio utilizó un diseño cualitativo con enfoque fenomenológico, con la finalidad de describir e interpretar desde la subjetividad las motivaciones, preferencias y conocimientos que tienen los adolescentes acerca de sus prácticas alimentarias. A partir de las concepciones e interpretaciones de la propia realidad de los sujetos, es decir, los propios adolescentes se buscan entender el fenómeno de la alimentación (específicamente las prácticas alimentarias).

La postura cualitativa se ubica en el paradigma de la comprensión, no de la explicación y se otorga particular valor los procesos que de manera cotidiana viven y enfrentan los sujetos, sus modos de vida, comportamientos y prácticas. Este trabajo retoma la fenomenología como una metodología que ayudará a descubrir a partir de la interpretación de la consciencia y experiencia del adolescente, de qué manera se determinan sus prácticas alimentarias y cómo influye el ambiente escolar en su alimentación.

### **Sujetos de estudio**

La población a la que se orientó este estudio fueron adolescentes que se encontraban estudiando el nivel de preparatoria, tomando como uno de los principales aspectos a considerar el nivel socioeconómico, debido a que la gran influencia que tiene en las prácticas alimentarias (Álvarez, Eroza y Ramírez, 2007; Osorio y Amaya, 2011).

### **Criterios de inclusión**

- Adolescentes de 15 a 19 años que se encontrarán estudiando en preparatorias públicas o privadas del Área Metropolitana de Monterrey, N.L. solteros, que no trabajarán y que vivieran con sus padres o alguno de sus padres; lo anterior buscando que la muestra sea lo más homogénea posible y poder realizar un mejor análisis y profundizar más en los datos.
- La pertenencia a un determinado nivel socioeconómico (alto medio y bajo). El estudio se realizó en tres diferentes preparatorias en las cuales los adolescentes o sus familias contarán con diferentes tipos de ingresos, o diferente poder adquisitivo; la manera de clasificar el nivel socioeconómico se hizo a partir de dos condiciones: a) del monto que se solicita al estudiante pagar en colegiaturas; b) por medio de la aplicación del estudio de elegibilidad en donde se preguntará acerca de los ingresos de los padres a cada uno de los entrevistados; además de tomar en cuentas las características y servicios que se prestan en cada una de las escuelas; a continuación se presentan las características de cada una de ellas.

### **Tipo de muestra**

Se utilizó un muestreo no probabilístico, por oportunidad o conveniencia. De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2010), son casos que de manera fortuita se presentan ante el investigador, justo cuando éste los necesita, ya que se encuentran en el lugar adecuado en el momento oportuno; o bien son individuos que se requieren y se reúnen por algún motivo ajeno a la investigación, lo que nos proporciona una oportunidad extraordinaria para reclutarlos (Martin-Crespo y Salamanca, 2007). En este sentido, las preparatorias constituyeron un escenario en donde se pudo encontrar de manera natural a los sujetos del estudio para realizar la recolección de los datos; además de que proporcione un ambiente más formal, difícil de obtener en su casa o en un lugar o espacio público.

Para conformar la muestra se acudió a cada una de las preparatorias seleccionadas y se pidió autorización para aplicar los estudios de elegibilidad; así mismo se pidió un espacio dentro de la escuela para realizar las entrevistas, con la finalidad de crear un ambiente de confianza para los entrevistados así como para sus padres. La muestra quedó conformada por 21 adolescentes a los que se aplicaron 21 entrevistas semiestructuradas: 7 para el Nivel socioeconómico Bajo (NSB), 7 para el Nivel socioeconómico Medio (NSM) y 9 para el Nivel socioeconómico Alto (NSA).

### **Técnica de recolección de datos**

La técnica utilizada para la recolección de datos de este estudio fue la entrevista semiestructurada con el objetivo de obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes. Esta técnica ayudó a conocer las interacciones entre los adolescentes, sus grupos y colectividades, siendo la preocupación directa del investigador la vivencia de los participantes tal como son sentidas y experimentadas (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Mediante esta técnica se pretende llegar al mundo mental del adolescente, acceder a su conciencia, para vislumbrar categorías y la lógica acerca de sus prácticas alimentarias y analizar cómo está relacionado al mundo a partir de un hecho cotidiano como la alimentación.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De manera general se pudo apreciar que el ambiente escolar tiene una gran influencia en la conformación de las prácticas alimentarias de los adolescentes entrevistados, debido principalmente a sus a los horarios de clases; además la elección, preparación, y tipo de alimentos están organizados en función de ello; así mismo los tiempos y los grupos de pares también condicionan su alimentación. A continuación se describen las prácticas alimentarias de los adolescentes dentro del espacio escolar organizadas por nivel socioeconómico.

### 5.3.1 Adolescentes de nivel socioeconómico bajo (NSB)

En las entrevistas realizadas a los adolescentes de NSB, el horario escolar y la disponibilidad de alimentos en la cafetería o puesto que se encuentre al interior de las instalaciones, son determinantes de las elecciones de comida. Si bien no hacen una comida completa dentro de la preparatoria (es decir desayuno, comida o cena) los alimentos que consumen tienen que ver con los productos que venden en estos lugares, algunos de ellos mencionan que les gustaría que vendieran otro tipo de alimentos, o en su defecto que si vendieran si los comprarían:

6. *F. B. 17: En la cafetería venden gorditas, lonches, sincronizadas y licuados también; es lo que más compramos, no venden frutas me gustaría que hubiera pero no venden.*
4. *F. B. 16: Siempre son las mismas rutinas, de lo mismo que como... en la escuela siempre son tostitos (frituras con crema y salsa) o galletas, me gustaría comer otra cosa, no tengo idea que, pero si me gustaría.*

El dinero también es un factor importante, puesto que algunos alimentos que preferirían comprar son más caros o lleva más tiempo prepararlos además tienen poco tiempo para consumirlos en su hora de descanso:

7. *M. B. 16: Compró papitas porque lo demás está muy caro y pues las papitas... pues todos los días pues... nomás, puedes andar pues... es como para traer algo en el estómago nomás para sentir el estómago lleno... Me gustaría comer otra cosa, no lo que venden en la cafetería, comidas más ligeras, algo ligero, porque al fin y al cabo solo es para no tener hambre, no pasar como hambre aquí, nada más es para estar lleno.*
5. *M. B. 16: En la cafetería venden hamburguesas, pizza, chicles, cualquier cosa, cocas, aguas, y más cosas, pero como casi no compro ahí, porque no completo, compro abajo, hay un puesto allá abajo y me compro unos "chetos" y "la coca" si me la compro en la cafetería"*

Dentro de la escuela estos adolescentes consumen los mismos alimentos que sus grupos de pares y la mayoría mencionan comer "chucherías" cuando se refieren a alimentos que no son parte de una comida preparada o que no son saludables. Como mencionan tres adolescentes de este nivel socioeconómico:

2. *F. B. 16: Mis amigos y yo compramos casi siempre lo mismo (papas) cuando traemos más dinero es cuando compramos comida porque nos alcanza para más”*
4. *M. B. 16: En la escuela como con mis amigas y amigos, vamos a la cafetería y comemos puras chucherías...*
5. *F. B. 16: En la escuela siempre como con mi compañera, ella y yo siempre comemos lo mismo”*

### 5.3.2 Adolescentes de nivel socioeconómico medio (NSM)

Dentro de la escuela, son pocos los adolescentes que compran alimentos preparados, y la mayoría de ellos consumen dulces, galletas o frituras siempre que no tengan otra opción como estas afirmaciones:

7. *F. M. 16: Pues por ejemplo hoy, ahorita este, compre unas galletas que venden en las maquinitas pero a veces por ejemplo cuando no me hace así de comer (la mamá) yo me hago me compro de los noches que venden aquí afuera*
8. *M. M. 17: Si, puedo comprar galletas o una” paleta bubaloo de fresa” o también compro pastillas de halls de las de miel y de ahí en fuera no compro otra cosa*
9. *M. M. 16: Cuando como en mi casa, de todos modos compro eso, compro dulces, las paletas de sandía, y ya a veces compro eso.*

En las narraciones de estos adolescentes podemos observar que en términos de nutrición el ambiente no es el mejor y se corrobora lo mencionado por esta organización; no obstante los adolescentes de este nivel socioeconómico parecen estar conformes con el tipo de alimentos que se ofrecen ya que es más importante el sabor que lo que se acostumbra comer:

4. *F. M. 16: Yo opino que el menú de aquí está muy variado porque es de lo que la mayoría de los chavos nos gusta ya sea de que pizza, burritos, tacos, pero también hay de que frutita, cocteles, ensalada de pollo, pero eso es, como que no acostumbramos a comer.*
6. *M. M. 17: En si toda la comida que venden, no es saludable pero es lo que más nos gusta a los mexicanos... a menos que fuera una persona no se vegetariana o que me gustara comer, que tenga disciplina para comer, me gustaría que tuviera más cosas, como ensaladas, mas este sándwiches, o sea cosas así.*

Al igual que en los adolescentes de NSB, el dinero también es un factor importante que influye en la elección de los alimentos:

5. *F. M. 16: Aquí en la prepa como, de que unas galletitas, unas papas, cosas así para “guzgear” [picar comida o botana]... lo compro en la maquinita porque en la cafetería está muy caro”*
6. *F. M. 16: Si, o sea yo digo que así si pagaría un chavo, 30 o 35 pesos por un platillo así (arroz, frijoles, picadillo) a que te dan una sincronizada y ya no sé...*

*yo digo que estaría padre que hicieran más platillos, que la cafetería estuviera un poquito más grande y tuvieran como esos, como en los Estados Unidos que pasan todos con sus charolitas así si estaría padre...*

Dentro de la escuela los adolescentes del nivel medio siempre consumen los mismos alimentos que sus compañeros a diferencia de los de NSB, y generalmente mencionan comer “chucherías” cuando se refieren a alimentos que no son parte de una comida preparada o que no son saludables. *Mis amigos compran papitas, tortas, elotes, se compran eso o veces nos organizamos para a comprar tacos en la cafetería (3. M. M. 16). Otra chica declaró “Ellos también compran piratas, también tostitos, conchitas y si, este, elotes o de esas nieves congeladitas, o sea puras...mucho chatarra en general pero yo digo que es lo más fácil que pueden comprar dependiendo también del precio” (4. F. M. 16).*

2. *F. B. 16: Mis compañeros comen papas con crema, con coca, unas tostadas con coca, todos toman coca, a veces pueden tomar agua, pero una amiga me dice que no sabe cómo me puedo comer los alimentos con agua, porque ella siempre tiene que comprar una coca.*

### 5.3.3 Adolescentes de nivel socioeconómico alto (NSA)

A diferencia de los adolescentes de NSB, la disponibilidad y el tipo de alimentos que se encuentran en la escuela no afectan las prácticas alimentarias de los adolescentes de NSA. Aunque los horarios escolares son prolongados, la mayoría de ellos lleva alimentos de su casa y evitan comprarlos en la cafetería ya que consideran que éstos no son preparados de manera higiénica, o no saben bien, o no son buenos para su salud:

6. *M. A. 17 No me gusta comprar aquí, porque considero que no tienen higiene y no me gusta comprar comidas grasosas, y no me gusta comer, a veces compro algo en la tarde, que se me antoja, pero en lo general es por la salubridad...*
7. *F. A. 17: Trato de no comprar nada en la cafetería me gusta el sabor, por ejemplo las tortas, hay una torta que venden que es más pan, que jamón y mayonesa; y me causa problemas comer eso, me siento mal luego de que ah... comí eso y ya no voy a comer nada en todo el día, entonces mejor no lo como...*
7. *F. A. 17: Pues no sé, si tuvieran aunque sea una caja de frutas, sería feliz, porque venden ensalada, pero tienen más mayonesa que ensalada, y el pollo yo creo que es de dudosa procedencia, y en mi casa casi siempre es orgánico, entonces como que y no se también venden cosas que no, que tienen como sándwiches, pero todos son de queso amarillo, de paquetito, tienen un chorro de mayonesa y no me gusta... no sé, venden cosas que no me gustan.*

Al igual que los adolescentes de NSB y NSM, los adolescentes de nivel alto mencionan que les gustaría que vendieran otro tipo de alimentos:

5. *M. A. 17: Si me gustaría que vendieran alimentos más saludables, venden frutas y ensaladas pero de nuevo las ensaladas están muy caras y la fruta no me llama mucho la atención porque está todo el día en el refrigerador y se ve, no tienen*

*buen color y cuando te dan verdura en comida es como que pedazos de lechuga y un tomate o algo así, es muy poquita la verdura que te dan.*

6. M. A. 17: *Sí, que fuera más variado, más sano, que no tengan tanta grasa, también venden alimentos más saludables, más fibra, pero por lo general son guisos con mucha grasa.*

En relación a sus grupos de pares, mencionan que estos llevan de su casa los alimentos que van a consumir durante los descansos; aunque los alimentos son de diferentes tipos se afirma entre ellos el cuidado de la salud y del cuerpo y casi nunca compran algo en la cafetería. A diferencia de los adolescentes de NSB y NSM el dinero o el tiempo no son factores que determinen las prácticas alimentarias de los adolescentes ni de sus grupos de pares: *“Mis amigos comen saludable... arroz, pollo, ensalada, barritas de multigrano...”* (3. M. A. 17). *“Pues unos o traen fruta o traen, no sé, arroz con pollo y otras verduras o bueno o sea, si la mayoría de las veces traen eso”* (4. M. A. 16).

5. M. A. 17: *La mayoría [de sus grupos de pares] trae lonche de su casa a veces comen...una amiga siempre trae sopas de crema, sopa de brócoli, sopa de papa, cosas así, otras traen carne con tortilla o chiles rellenos cosas así”.*
6. F. A. 17: *“Tengo una amiga vegetariana, entonces ella siempre trae comida orgánica y cosas así pero pues más que nada son como frutos secos y esas cosas y pues mi otra amiga también con las que me junto en el recreo también se alimenta muy bien, bueno a mi parecer y también son frutos secos y trae yogurt pero pues nunca comen comida chatarra porque veo a gente que trae como los tostitos o así pero no, de que yogurt, frutos secos o frutas”*

## Discusión

El que los adolescentes asistan a la escuela es un aspecto determinante en la conformación de sus prácticas alimentarias, principalmente por los horarios de clases; puesto que la elección, la preparación y el tipo de alimentos que consumen dependen de la hora que entran a la escuela, si alcanzan o no a comer durante el receso o del tiempo que tienen que permanecer en ella.

La disponibilidad de alimentos que exista y el dinero que se tenga para comprarlos son aspectos importantes, sobre todo para los entrevistados de NSB y NSM. Para los adolescentes de NSA el mayor condicionante en relación al ámbito escolar es el tiempo que permanecen en la escuela, debido a que la mayoría de ellos evita comprar los alimentos que están disponibles en la cafetería y optan por llevarlos de su casa.

Por otro lado, son pocos los adolescentes de NSM que compran alimentos preparados, la mayoría de ellos consumen dulces, galletas o frituras; el dinero es un factor que afecta sus elecciones pues prefieren comprar en maquinan expendedoras o dejar de consumir algún alimento. Algunos de ellos mencionan que les gustaría que los alimentos fueran más baratos, que vendieran frutas o que hubiera comidas completas.

A diferencia de los adolescentes de NSB, la disponibilidad y el tipo de alimentos que se encuentra en el contexto escolar no afectan las prácticas alimentarias de los adolescentes de NSA; aunque los horarios escolares son prolongados, la mayoría de ellos no compra

alimentos en la escuela; la mayoría de ellos lleva alimentos de su casa y evitan comprar en la cafetería ya que consideran que los alimentos que venden no son preparados de manera higiénica, no saben bien o no son buenos para su salud.

De manera general, son los adolescentes de NSB quienes consumen más alimentos dentro de la escuela, la mayoría menciona comprar tostadas, galletas y refrescos; los adolescentes de NSM consumen alimentos solo cuando no lo han hecho en su casa y algunos de ellos compran dulces o galletas. Tanto los entrevistados de NSB y NSM compran algún alimento o producto en la cafetería de la escuela a diferencia de los de NSA que evitan comprar cualquier tipo de alimentos y todo lo que consumen es llevado por ellos de su casa. Los adolescentes de los tres niveles socioeconómicos mencionan que les gustaría que vendieran otro tipo de alimentos en la escuela.

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2020) la limitación más importante para la implementación de acciones en educación nutricional en las escuelas es que en la mayoría de las ocasiones el ambiente alimentario no es el adecuado para enseñar y reforzar buenos hábitos de consumo, como lo pudimos observar en las narraciones de los adolescentes de los tres niveles socioeconómicos.

Debe tomarse en cuenta que fomentar comportamientos saludables durante la adolescencia y adoptar medidas para proteger mejor a los jóvenes contra los riesgos relacionados a la alimentación es fundamental para la prevención de problemas como los trastornos de conducta alimentaria o las conductas alimentarias de riesgo, así como diversas complicaciones en la edad adulta.

## CONCLUSIONES

Las prácticas alimentarias sirven para preservar, afianzar o mejorar las relaciones personales y que conlleva actos para expresar amor y cariño, algunas veces se utilizan para hacer frente a stress emocional o psicológico y pueden significar status. Algunas de las cuestiones antes planteadas fueron mencionadas por los adolescentes de este estudio; en este sentido es de vital importancia que los programas sociales que atienden los problemas relacionados a su alimentación resignifiquen conceptos pongan más atención a todas a las implicaciones relacionadas a los alimentos y tomen en cuenta el ambiente escolar para así poder realizar intervenciones más efectivas.

Es importante mencionar que esta investigación tuvo alcance solo en una pequeña parte de la población de adolescentes en Nuevo, León; como consecuencia la muestra no fue representativa y no se pueden generalizar los resultados, es por ello que una de las principales recomendaciones para futuras investigaciones sería, la inclusión de muestras representativas de toda la población adolescente, además de la utilización de distintos métodos de recolección de datos como los recordatorios de 24 horas, test psicológicos o la observación participante.

## AGRADECIMIENTOS

Al personal de la Preparatoria Emiliano Zapata, Preparatoria Número 9 de la UANL y al Centro de Investigación y Desarrollo en Educación Bilingüe de la UANL por las facilidades brindadas para el desarrollo de esta investigación, así como a cada uno de los adolescentes que accedieron a colaborar en ella.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Adjemian, D., Bustos, P. y Amigo, H. (2007) Nivel socioeconómico y estado nutricional. Un estudio en escolares. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. 57(2), 125-129.
2. Álvarez, G., Eroza, J. y Ramírez C. (2008) Diagnostico sociocultural de la alimentación de los jóvenes en Comitán. *Revista de Medicina Social*, 4 (1), 35-5.
3. Ávila, R. (2016). *Antropología de la alimentación*. Universidad de Guadalajara, México.
4. (2006). Del dicho al hecho: las diferencias entre las normas y las prácticas alimentarias. En M. Bertrán y P. Arroyo (Eds.), *Antropología y Nutrición* (pp. 76-155). México: Fundación Mexicana para la Salud, A.C.
5. Duana, D., y Benítez, E. G. (2010). Situación Actual de los Alimentos en México . *Observatoria de la Economía Latinoamericana*, 127, 1-15.
6. Encuesta Nacional de Salud (2018). Presentación de Resultados. Recuperado de: [https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut\\_2018\\_presentation\\_resultados.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentation_resultados.pdf)
7. Gil, D. Giraldo, N. A., y Restrepo, A. (2017). Ingesta de alimentos y su relación con factores socioeconómicos en un grupo de adultos mayores. *Revista de Salud Pública*. 19 (3), 3014-310.
8. Loubat, M. (2006). Conductas alimentarias: Un factor de Riesgo en la Adolescencia. Resultados preliminares en Base a Grupos Focales con Adolescentes y profesores. *Terapia Psicológica*, 24 (1), 31-37.
9. Luque, E. (2008). La obesidad más allá del consumidor: raíces estructurales de los entronos alimentarios. En C. Díaz Méndez , y C. Gómez Benito (Eds.), *Alimentación, consumo y salud* (pp. 130-149). Barcelona: Fundación La Caixa.
10. Macedo, G., Bernal, P., Lopéz, P., Hunot, B., Vizmanos, B., y Rovillé, F. (2008). Hábitos alimentarios en adolescentes de la Zona Urbana de Guadalajara, México. *Antropo* 16, 29-41.
11. Martín-Crespo B. y Salamanca, A. (2007). El muestreo en la investigación cualitativa. *Revista Nure Investigación*, 1 (27) ,1-4.
12. Mesana, M.I. (2013) *Alimentación en adolescentes: Valoración del consumo de alimentos y nutrientes en España: Estudio AVENA* (Tesis de doctorado) Universidad de Zaragoza, Zaragoza, España. Recuperada de <https://zaguan.unizar.es/record/10337/files/TESIS-2013-028.pdf>
13. Miqueleiz, A., Lostao, L., Ortega, P., Santos, J.M., Astasio, P. y Regidor, E. (2014). Patrón socioeconómico en la alimentación no saludable en niños y adolescentes en España. *Atención Primaria*. 46 (8), 433-439.
14. Miñana, I.V. Medina, P. Serra, J.D. (2016). La nutrición del adolescente. *Adolescere*. 4 (3), 6-18.
15. Moncusi, F (2012). Los TCA como construcción sociocultural. En M. Gracia (Ed.), *Alimentación, salud y cultura: encuentros interdisciplinarios* (pp. 227-252). Tarragona, España: Publicaciones URV.

16. Moro, L. y Lamarque, M. (2016). Alimentación, etilo de vida y participación: un estudio etnográfico de los grupos de consumo agroecológico en Castillo y León. *Disparidades. Revista de Antropología*. 75,(1).
17. Hernández, R., Fernández, C. y Batipsta, M. (2010). *Metodología de la Investigación Científica*. México: Mc Graw Hill.
18. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2020) Alimentación y Nutrición Escolar. Recuperado de: <http://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/es/>
19. Organización Mundial de la Salud (2020). Obesidad y sobrepeso. Datos y cifras. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
20. \_\_\_\_\_ (2018a) Adolescentes, riesgos para la salud y soluciones. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
21. \_\_\_\_\_ (2018b) Enfermedades no transmisibles. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
22. Organización Panamericana de la Salud (2018) Estrategia y plan de acción regional sobre los adolescentes y jóvenes 2010-2018. Recuperado de: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2011/Estrategia-y-Plan-de-Accion-Regional-sobre-los-Adolescentes-y-Jovenes.pdf?ua=1>
23. Osorio, O. (2010). *La trama de la alimentación: Prácticas alimentarias de los adolescentes escolarizados de colegio Nuestra Señora de Guadalupe* (Tesis de doctorado). Universidad Nacional de Colombia. Bogota, Colombia. Recuperada de <http://www.bdigital.unal.edu.co/8619/1/539119.2010.pdf>
24. Osorio, O. y Amaya, M. C. (2011) La alimentación de los adolescentes: el lugar y la compañía determinan las prácticas alimentarias. *Aquichan*, 11 (2), 199-216.
25. Unikel, C. & Caballero, A. (2010). Guía clínica para los trastornos de la conducta alimentaria. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente. Recuperado de: [http://www.inprf-cd.gob.mx/guiasclinicas/trastornos\\_alimentacion.pdf](http://www.inprf-cd.gob.mx/guiasclinicas/trastornos_alimentacion.pdf)
26. Zafra, A. E. (2004). Alimentación, salud y educación: Una primera aproximación. Recuperado de [http://www.ub.edu/antropo/doctorat/Tesines/2004/Zafra\\_Eva.pdf](http://www.ub.edu/antropo/doctorat/Tesines/2004/Zafra_Eva.pdf)