

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CARRERA DE NUTRICIÓN

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

*Tesis para optar por el grado académico de
Licenciatura en Nutrición*

**RELACIÓN ENTRE ACCESO A LOS
ALIMENTOS, LA DISPONIBILIDAD
ALIMENTARIA Y CONDUCTA
ALIMENTARIA, EN HORAS LABORALES,
DEL PERSONAL DE NIVEL GERENCIAL
Y NIVEL DE PLANTA DE LA EMPRESA
BIMBO DE COSTA RICA, LAGUNILLA DE
HEREDIA, 2020.**

MARIANA RAMÍREZ FERNÁNDEZ

Julio, 2020

DEDICATORIA	10
CAPÍTULO I	14
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1.1 Antecedentes del problema	15
1.1.2 Delimitación del problema	19
1.1.3 Justificación	19
1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	21
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	22
1.3.1 Objetivo general:.....	22
1.3.2 Objetivos específicos:.....	23
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	23
1.4.1 Alcances de la investigación	23
1.4.2 Limitaciones de la investigación	24
CAPÍTULO II	25
MARCO TEÓRICO	25
2.1 CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL	26
2.1.1 Adulto joven:.....	26
2.1.2 Etapa productiva de desarrollo	27
2.1.3 Estrés laboral relacionado a la alimentación.	27
2.1.4 Conducta alimentaria.....	28
2.1.5 Disponibilidad de alimentos.....	29
2.1.6 Acceso a los alimentos	30
2.1.7 Canasta básica	32
2.1.8 Ley de Engels	33
2.1.9 Nivel gerencial o administrativo.....	33
CAPÍTULO III	37
MARCO METODOLÓGICO	37
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	38
3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO	38
3.3.1 Población	38
3.3.2 Muestra.....	38
3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión.....	39
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	40
3.4.1 Validez del cuestionario	40
3.4.2 Confiabilidad del cuestionario.....	40
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	41
3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES:	41
3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS)	44
3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	45
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS	46

3.10 ANÁLISIS DE DATOS.....	46
CAPÍTULO IV.....	47
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	47
4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	48
4.1.1. Características sociodemográficas de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte en estudio.....	48
4.1.2 Disponibilidad de alimentos.....	55
4.1.3 Acceso a los alimentos.....	73
4.1.4 Conducta alimentaria en horas laborales.....	81
4.1.5 Conducta alimentaria, puesto de trabajo y tiempo dedicado al almuerzo según sexo.....	94
4.1.6 Alimentación en el puesto de trabajo, tiempo dedicado al almuerzo, y conducta a la hora de almuerzo según el puesto de trabajo.....	96
4.1.7 Ingreso económico mensual al hogar y cantidad de personas en el hogar según puesto de trabajo.....	97
4.1.8 Inseguridad alimentaria según los gastos en alimentos y el ingreso económico.....	98
4.1.9 Frecuencia de consumo con respecto a los ingresos de las personas.....	100
4.1.10 Ingreso económico total según el nivel educativo.....	101
CAPÍTULO V DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	103
5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	104
5.1.1 Características sociodemográficas.....	104
5.1.2 Disponibilidad de alimentos.....	106
5.1.3 Acceso a los alimentos.....	112
5.1.4 Conducta alimentaria en horas laborales.....	116
5.1.5 Conducta alimentaria, puesto de trabajo y tiempo dedicado al almuerzo según sexo.....	124
5.1.6 Alimentación en el puesto de trabajo, tiempo dedicado al almuerzo y conducta alimentaria en el almuerzo según el puesto de trabajo.....	125
5.1.7 Ingreso económico mensual al hogar y cantidad de personas en el hogar según puesto de trabajo.....	126
5.1.8 Inseguridad alimentaria según los gastos en alimentos y el ingreso económico.....	126
5.1.9 Frecuencia de consumo con respecto a los ingresos de las personas.....	127
5.1.10. Diversidad alimentaria según el ingreso.....	129
CAPÍTULO VI.....	131
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	131
6.1 CONCLUSIONES.....	132
6.2 RECOMENDACIONES.....	135
BIBLIOGRAFÍA.....	136
ANEXO 1.....	143
ANEXO 2.....	149
ANEXO 3.....	153
ANEXO 4.....	155
ANEXO 5.....	157
ANEXO 6.....	159

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Clasificación por rangos de edad de la población en estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.	49
Figura 2. Clasificación por género de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020).	50
Figura 3. Clasificación por estado civil de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020).	50
Figura 4. Puesto de trabajo dentro de la empresa para categorizar las dos poblaciones de estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	51
Figura 5. Nivel educativo de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).	52
Figura 6. Cantidad de personas que viven en el hogar de los colaboradores del estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	53
Figura 7. Personas que aportan económicamente en el hogar de los colaboradores, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020).....	54
Figura 8. Actividad de cultivo, siembra y cosecha en el hogar de los colaboradores de la investigación, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	55
Figura 9. Alimentos cultivados para el propio consumo de los encuestados, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	56
Figura 10. Lugar de compra de productos lácteos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel	

administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	57
Figura 11. Lugar de compra de abarrotes de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	58
Figura 12. Lugar de compra de frutas de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)....	59
Figura 13. Lugar de compra de vegetales de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	60
Figura 14. Lugar de compra de verduras de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	61
Figura 15. Lugar de compra de huevos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)....	62
Figura 16. Lugar de compra de carne de res de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	63
Figura 17. Lugar de compra de carne de pollo de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	64
Figura 18. Lugar de compra de pescado o mariscos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel	

administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	65
Figura 19. Frecuencia de compra de alimentos de los colaboradores de nivel administrativo, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).	69
Figura 20. Frecuencia de compra de alimentos de los colaboradores de nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).	71
Figura 21. Consumo de alimentos en los últimos 3 días según la guía para medir la diversidad alimentaria de la FAO de los colaboradores del área administrativa, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Fuente: Ramírez, M (2020).....	72
Figura 22. Ayuda económica o alimentaria durante el año de los colaboradores de nivel Administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	74
Figura 23. Gasto aproximado en colones al mes en alimentación de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	75
Figura 24. Ingreso económico total mensual en colones que dispone la familia de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	76
Figura 25. Nivel de seguridad alimentaria en familias sin menores de 18 años según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	77
Figura 26. Nivel de seguridad alimentaria en familias con menores de 18 años según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), a partir del	

cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)	78
Figura 27. Nivel de inseguridad alimentaria según la ley de Engel, en el personal a nivel administrativo y de planta de la Empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.....	79
Figura 28. Nivel de pobreza según la canasta básica de Costa Rica y cantidad de personas en el hogar, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la Empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.....	80
Figura 29. Tiempos de comida realizados la mayoría de los días por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020)	81
Figura 30. Tiempos de comida realizados en horas laborales por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)	82
Figura 31. Consumo de vasos de líquido (agua, café, refrescos) en el día por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)	83
Figura 32. Proveniencia de los alimentos consumidos en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y de nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020)	84
Figura 33. Conducta alimentaria en horas laborales a la hora del almuerzo de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	85
Figura 34. Cantidad de tiempo destinado para realizar el almuerzo en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020).....	86

Figura 35. Realización de tiempos de comida en el puesto de trabajo de los colaboradores de nivel administrativo y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020).	87
Figura 36. Cantidad de veces por semana que se realizan los tiempos de comida en el puesto de trabajo de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020).....	88
Figura 37. Frecuencia de consumo de lácteos, harinas y leguminosas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)	89
Figura 38. Frecuencia de consumo de verduras harinosas, verduras no harinosas y frutas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).	91
Figura 39. Frecuencia de consumo de carne de res y pollo, pescado y grasas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	92
Figura 40. Frecuencia de consumo de azúcar, comida rápida, licor y repostería de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	93
Figura 41. Nivel de seguridad alimentaria en familias en general según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).....	99

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	41
Tabla 2.....	66
Tabla 3.....	67
Tabla 4.....	68
Tabla 5.....	94
Tabla 6.....	96
Tabla 7.....	97
Tabla 8.....	100
Tabla 9.....	101

DEDICATORIA

Mi tesis está dedicada primeramente a Dios, solamente Él me dió las fuerzas para cumplir mis sueños, cuando me sentía cansada y derrotada solamente Él me levantó y me hizo entender que su tiempo es perfecto y que las dificultades solamente nos hacen más fuertes.

Seguidamente, se la dedico a mis padres Marjorie Fernández Petersen y Adrián Ramírez Fernández , ellos son los pilares fundamentales en mi vida y en este sueño cumplido, por creer y confiar en mí en todo este proceso, gracias por darme tanto apoyo y amor y el esfuerzo que hicieron para darme una excelente educación, por el inmenso amor y sacrificio que demostraron hacia mí, este triunfo que logré con mucho esfuerzo, dificultades, felicidad, lágrimas , mucha lucha y amor es por y para ustedes papitos, ¡lo logramos! , los amo hasta el infinito.

A mi persona favorita, Juan Reyes Rojas quien estuvo a mi lado apoyándome en este proceso y en las etapas mas duras de mi carrera, por darme el amor, las fuerzas, el apoyo y la confianza en mi misma para dar mi mejor esfuerzo aún cuando creía que no podía más, este triunfo es para vos también mi amor.

A mi tío Sergio Fernández Petersen , sin su apoyo esto no hubiese sido posible, le agradezco toda la ayuda, amor y apoyo que me brindó este tiempo que más lo necesite para poder realizarme profesionalmente. Te amo.

A mi hermano Kenneth Ramírez Fernández por ser mi compañero de vida y de aventuras, a mi tía Kattia Fernández Petersen por ser mi ayuda siempre y apoyarme en esta etapa y a mi abuelita hermosa Maria Elena Petersen Dotti, que ha sido parte del pilar fundamental que me hizo llegar hasta aquí y a todos gracias por estar conmigo en todas las pruebas que he superado gracias a que los tengo a mi lado. Los amo con todo mi corazón.

Gracias a todos esto es para ustedes.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Manuel Francisco Rivera Barahona de la Empresa Bimbo Costa Rica por ser la persona que realmente extendió su mano para ayudarme en la recolección de datos para mi tesis, por toda su ayuda, agradecida inmensamente con usted.

A toda mi familia por darme palabras de aliento durante todo este proceso, y a mis amigas Adriana Díaz y Amanda Jiménez por ser mi mano derecha, darme motivación y amor y por ser mi hombro para los días difíciles, gracias infinitas para ustedes.

Agradezco de todo corazón a mi tutora Yorleni Chacón por toda la ayuda brindada en este proceso de tesis, por ser mi apoyo y brindar no solo tranquilidad, si no guía durante una etapa difícil para la realización de un trabajo de investigación, durante un momento abrumador para el país durante la pandemia.

RESUMEN

Introducción. Los aspectos de la seguridad alimentaria y nutricional como el acceso a los alimentos y la disponibilidad de los mismos comprenden un ámbito de vital importancia en la salud y el bienestar de la población trabajadora, pues es determinante en el estado nutricional y, por consiguiente, en la calidad de vida de las personas así como la conducta alimentaria en las horas laborales. **Objetivo general.** Comparar el acceso, disponibilidad, conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel gerencial o administrativo y nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Lagunilla de Heredia durante el periodo comprendido entre Enero y Julio del 2020. **Metodología.** La población en estudio está constituida por 32 personas de nivel administrativo y 30 personas de nivel de planta. Se utiliza como instrumento una encuesta estructurada dividida en cinco partes, además, se utiliza la Escala Latinoamericana y Caribeña de seguridad alimentaria y la Guía para medir la diversidad alimentaria a nivel individual y del hogar. **Resultados.** La población de nivel administrativo, presenta seguridad alimentaria según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria en hogares con menores de 18 mientras que a nivel de planta presenta inseguridad leve, moderada y severa, una diversidad adecuada de alimentos según la guía para medir la diversidad alimentaria, en los hogares de nivel administrativo solamente una persona aporta económicamente y, generalmente, habitan 2 personas mientras que a nivel de planta aporta solamente una persona económicamente y viven 3-4 personas en el hogar, los dos grupos realizan tres tiempos de comida al día y dos de estos son realizados en horas laborales. **Discusión.** La Encuesta Nacional de Hogares del 2017 evidencia que la tasa de desempleo abierto entre los pobres es 4,7 veces más alta que la de los no pobres, la tasa de ocupación es 62,9 % más baja y la relación de dependencia económica alcanza a ser de 230 personas dependientes económicamente por cada 100 personas. Se destaca la importancia de tener la disponibilidad de los alimentos y variedad de lugares de compra, para poder obtener una dieta balanceada y saludable. Además, es importante una buena alimentación de los empleados, tomando en cuenta la diversidad alimentaria, tiempo destinado al tiempo de comida y alimentación saludable, para obtener resultados positivos a nivel laboral, esto lo respalda Patricia Fernández del Río Ramírez en un estudio realizado en el 2018 sobre promocionar la motivación y la productividad del empleado en el trabajo a través de una alimentación saludable, que indica que la promoción de una nutrición saludable aplicada en el entorno laboral proporciona a las compañías y a los empleados una mejora del bienestar y de la salud, así como un aumento en la productividad. **Conclusiones.** De forma general y de acuerdo con los datos obtenidos en esta investigación, se puede concluir que aspectos como la disponibilidad de alimentos y el acceso a los alimentos están relacionados con el puesto de trabajo y el ingreso económico de los colaboradores, ya que mayor rango en el puesto de trabajo, mayor ingreso económico y hay menos probabilidad de inseguridad alimentaria y mayor acceso a los alimentos mientras que la conducta alimentaria en horas laborales no está relacionado al puesto de trabajo, pues comparando los dos puestos de trabajo no hay evidencia de que un puesto de trabajo tenga mejor conducta alimentaria que otro. **Palabras claves.** Seguridad alimentaria y nutricional, inseguridad alimentaria, Conducta alimentaria, Escala Latinoamericana y Caribeña de seguridad alimentaria, diversidad alimentaria, acceso, disponibilidad.

SUMMARY

Introduction. Aspects of food and nutritional security such as access to and availability of food comprise an area of vital importance in the health and well-being of the working population, since it is a determining factor in nutritional status, and therefore, in people's quality of life as well as eating behavior during working hours.

Objective. Compare the access, availability, eating behavior during working hours of the personnel at the managerial or administrative level and the plant level of the company Bimbo de Costa Rica, Anguilla de Heredia during the period between January and July 2020.

Methodology. The study population is made up of 32 administrative level people and 30 plant level people. A structured survey divided into five parts is used as an instrument, in addition, the Latin American and Caribbean Food Security Scale and the Guide to measure food diversity at the individual and household level are used.

Results. The population of administrative level, presents food security according to the Latin American and Caribbean Scale of Food Security in households with children under 18, while at the plant level presents mild, moderate and severe insecurity, an adequate diversity of food according to the guide to measure diversity In the administrative level households, only one person contributes economically and 2 people generally live, while at the plant level, only one person contributes economically and 3-4 people live in the household, the two groups make three meal times a day, and two of these are done during business hours.

Discussion. The 2017 National Household Survey shows that the open unemployment rate among the poor is 4.7 times higher than that of the non-poor, the employment rate is 62.9% lower and the ratio of economic dependency reaches be 230 economically dependent people for every 100 people. The importance of having the availability of food and a variety of places of purchase is highlighted, in order to obtain a balanced and healthy diet. In addition, it is important to eat well for employees, taking into account dietary diversity, time spent on meal time and healthy eating, to obtain positive results at work, this is supported by Patricia Fernández del Río Ramírez in a study carried out in 2018 on promoting employee motivation and productivity at work through healthy eating, which indicates that promoting healthy nutrition applied in the workplace provides companies and employees with improved well-being and health, as well like an increase in productivity.

Conclusions. In general, and in accordance with the data obtained in this research, it can be concluded that aspects such as food availability, access to food are related to the job and economic income of the collaborators, since in comparison to higher economic income, therefore administrative jobs, there is less likelihood of food insecurity and greater access to food while eating behavior during working hours is not related to the job since, comparing the two jobs, there is no evidence of that one job has better eating behavior than another.

Keywords. Food and nutrition security, food insecurity, Food behavior, Latin American and Caribbean Scale of food security, food diversity, access, availability.

CAPÍTULO I.
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En este capítulo se presenta el problema de investigación desde sus inicios, a nivel nacional e internacional. Así mismo, se describe la situación actual de disponibilidad, acceso y conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel de planta y gerencial de la Empresa Bimbo de Costa Rica.

1.1.1 Antecedentes del problema

La seguridad alimentaria y nutricional es de vital importancia en la salud, pues la seguridad alimentaria está estrechamente relacionada con el estado nutricional y la calidad de vida de las personas; además, esto influye en la vida laboral y otros aspectos de la vida cotidiana de la población en general.

Conjuntamente, el Informe del Estado de la Nación indica que el país muestra una situación de dependencia y vulnerabilidad en su disponibilidad de alimentos, así como asimetrías socioeconómicas que afectan el acceso a los mismos. (Área de Política Agropecuaria y Rural, APAR , 2016)

Asimismo, la Encuesta Nacional de Hogares de Propósitos Múltiples, realizada en Julio del 2010, estima que el 18,5% de los hogares costarricenses está en condición de pobreza; el 4,2% se encuentra en pobreza extrema, el promedio de escolaridad de la población bajo, el costo de la canasta básica alimentaria creció, la tasa de desempleo abierto llegó al 7.8%. (Ministerio de Salud, 2011)

Por otro lado, en 1983, el análisis de la La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), se concentra en el acceso a los alimentos, tanto

económico como físico. Ya en la década de los 90, se llega al concepto actual que incorpora la inocuidad y las preferencias culturales y se reafirma la Seguridad Alimentaria como un derecho humano (FAO, 2011)

En el 2008-2009, se llevó a cabo la Encuesta Nacional de Nutrición en Costa Rica y de esta se obtuvieron elevados porcentajes de sobrepeso y obesidad en la población adulta: 59,7% en mujeres entre 20 y 44 años, 77,3% en mujeres entre 45 y 64 años y 62,4% en hombres de 20 a 64 años. Incluso, la misma encuesta revela el aumento en los porcentajes con el transcurso de los años. En comparación con 1996, año en el que se realizó la penúltima Encuesta Nacional de Nutrición, el porcentaje de mujeres con sobrepeso y obesidad aumentó en un 14,2% en aquellas entre 30 y 44 años y en un 2,3% en las de 45-64 años. En el caso de hombres, la última encuesta que evaluó hombres, se llevó a cabo en 1982; sin embargo, sus datos sirven para observar el aumento de un 40,3% en los hombres con sobrepeso y obesidad en el lapso de 27 años. (Ministerio de Salud, 2009)

Para el 2014, se registra un 22,4% de hogares en pobreza y 6,7% pobreza extrema a nivel nacional. Las comunidades rurales son las más afectadas con 30,3% de pobreza y un 10,6% de pobreza extrema; en comparación con la zona urbana que refleja 19,5% de pobreza y 5,2% de pobreza extrema (INEC, 2017). Además de esto, el promedio de escolaridad de la población bajó, el costo de la canasta básica alimentaria creció y la tasa de desempleo abierto llegó al 7,8%. (Ministerio de Salud, 2011)

Además, es preocupante el estado de salud de las mujeres costarricenses, pues en la Encuesta Nacional de Nutrición (2008-2009) se refleja que un 59,7% de las mujeres entre 20 y 44 años de edad presentan sobrepeso u obesidad. (Ministerio de Salud, 2009)

Un estudio realizado en 200 países que analizó las tendencias en el Índice de Masa Corporal (IMC), en población adulta, mostró que para los años 70 en el mundo había 105 millones de obesos, para el 2017 ya eran 672 millones, una cifra seis veces mayor (FAO, 2018)

De acuerdo con lo anterior, las principales causas de mortalidad en el mundo son la cardiopatía isquémica y el accidente cerebrovascular, las cuales ocasionaron 15 millones de defunciones en el año 2015 y son las principales causas de muerte. La diabetes se encuentra también en la lista entre las diez principales causas de muerte en el mundo, alcanzó 1.6 millones de muertos para ese mismo año, 88% de los países enfrenta una grave carga de dos o tres formas de malnutrición: desnutrición aguda o crónica, deficiencias de micronutrientes y obesidad, esta situación lleva a las autoridades de salud de los diferentes países del mundo a adoptar medidas e instaurar políticas que contribuyan a combatir la problemática. Es ahí donde la alimentación, los patrones dietéticos y los hábitos alimentarios demandan la atención de los diferentes gobiernos. (OMS, 2017)

Es por ello que la seguridad alimentaria en hogares ha sido objeto de estudio desde hace más de una década por lo que las investigaciones se han focalizado en la percepción en adultos: jefes de hogar y/o amas de casa sobre el nivel de seguridad alimentaria del hogar. Todas estas investigaciones concluyen en la aplicación de una escala que estima la percepción de los adultos sobre el nivel de seguridad alimentaria de sus hogares. (Bernal & Lorenzana, 2017)

De hecho para analizar el acceso se puede utilizar la “Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria” (ELCSA), producto de la 1ª Conferencia en América Latina y del Caribe para la medición de la Seguridad Alimentaria y que consta de 16 preguntas separadas

en dos secciones; las primeras nueve preguntas corresponden a información acerca de la seguridad alimentaria de los adultos del hogar, mientras que las siete restantes buscan conocer la situación alimentaria de los menores de 18 años. (FAO, 2012)

La Encuesta Nacional de Salud del 2006 indica que aproximadamente un 28% de las familias costarricenses tenía algún grado de IA para ese año. Del porcentaje anterior, alrededor del 19% presentaba inseguridad leve y 6% inseguridad moderada. (Araya, 2012)

En Estados Unidos, para el 2013, un 14,3% de los hogares estaba en inseguridad alimentaria, de los cuales un 62% fueron partícipes al menos de uno de los tres programas federales de asistencia alimentaria y nutricional. El primero de ellos es el Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (SNAP, por sus siglas en inglés), que brindó beneficios promedio de \$133 por persona a familias de escasos recursos elegibles para comprar alimentos en tiendas autorizadas. El Programa Nacional de Almuerzos Escolares fue el segundo en ejecución y brindó subsidios federales y almuerzos gratuitos o a bajo precio a estudiantes de bajos recursos, por último, el Programa Especial de Suplementación para Mujeres, Infantes y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) que dio ayuda a dichas poblaciones vulnerables, mediante la distribución de alimentos complementarios, atención médica y educación nutricional. Con la aplicación de estos programas, la inseguridad alimentaria disminuyó de un 14,9% en el 2011 a un 14,3% en el 2013, lo que fue estadísticamente significativo. (Coleman-Jensen, 2014)

Por otra parte, y según las últimas estimaciones de subalimentación, la región centroamericana obtuvo avances positivos en materia de seguridad alimentaria, pues se logró cumplir con la meta 1C de los ODM al disminuir 14,7 % de las personas que padecían hambre

entre 1990-1992 a un 5,5% en el periodo 2014-2016, así como la meta de la CMA con la reducción a la mitad de personas en estado de subalimentación (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y la Asociación Latinoamericana de Integración (ALADI), 2016)

1.1.2 Delimitación del problema

El estudio se realiza con una muestra de 62 personas, de las cuales 32 personas que laboran a nivel gerencial o administrativo y 30 personas que laboran en la planta o como transportistas. La muestra se realiza con la población que es posible captar, sin utilizar las fórmulas para muestra. Conforman la muestra, adultos, hombres y mujeres con edades desde los 18 a 64 años de edad, que laboran para la empresa Bimbo de Costa Rica. La investigación se realiza durante enero y julio del 2020 en la Empresa Bimbo Heredia, Costa Rica.

1.1.3 Justificación

Los aspectos de la seguridad alimentaria y nutricional como el acceso a los alimentos y la disponibilidad de los mismos comprenden un ámbito de vital importancia en la salud y el bienestar de las personas en general, pues es determinante en el estado nutricional y, por consiguiente, en la calidad de vida de las personas.

En adición, para medir el acceso a los alimentos, se pueden utilizar diferentes instrumentos, uno de los más utilizados en América Latina es la llamada canasta de alimentos o canasta básica. La composición de la canasta en muchos países de la región Centroamericana se ha hecho teniendo en cuenta las necesidades alimentarias básicas, el acceso real a los alimentos

que la componen y los hábitos alimentarios predominantes. A pesar de las limitaciones técnicas que puedan señalarse, resultan muy útiles en la práctica si se realizan teniendo en cuenta las necesidades alimentarias básicas, es decir, su elaboración debe basarse en aspectos económicos, culturales y nutricionales. (Pedraza, Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil, 2005) Además, en la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948, se reconoce la alimentación como un derecho humano. En el artículo 25 de esta declaración se establece que “Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación”.

De hecho, el derecho a una adecuada alimentación, también ha sido planteado en diversos foros, tales como la Cumbre Mundial de la Alimentación (1996). Su efectiva aplicación señala que existe seguridad alimentaria cuando toda la población, y en todo momento, tiene acceso físico, social y económico a alimentos seguros y nutritivos que satisfacen sus necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para una vida activa y saludable. Es decir, esta depende de que exista disponibilidad y acceso de los alimentos. (Ministerio de Salud , 2011)

Por otro lado, el ambiente laboral es determinante en el estado nutricional de las personas así lo menciona la Organización Mundial del Trabajo (OIT): “Una alimentación adecuada constituye un derecho humano básico: sin embargo, a menudo ha sido ignorada en el contexto de los derechos del trabajo. Igualmente, es la base esencial de una fuerza de trabajo productiva y, no obstante, llama la atención la poca importancia que se le presta en el contexto de la mejora de la productividad y la competitividad empresarial”.

Además, los hábitos alimentarios cambian cuando las personas se encuentran en el trabajo y en algunas ocasiones ocupan un plano inferior. “El estrés laboral puede alterar el apetito y el

hambre y, como consecuencia, la correcta conducta alimentaria y la nutrición”. Por lo anterior, la carga de trabajo puede afectar la alimentación y limitar el rendimiento, que podría ocasionar mayores problemas al trabajador. De manera muy especial, los hábitos alimentarios y las conductas asociadas a ellos pueden verse seriamente afectados por el estrés laboral (ingestas inadecuadas o extemporáneas), o pueden ser desencadenantes de formas de estrés originadas por alteraciones o desórdenes dietéticos. (Nora Patricia Chinchilla Barrantes, 2018)

De acuerdo con lo anterior y tomando como partida los objetivos y la pregunta de investigación, el presente estudio pretende medir el acceso, disponibilidad y conducta alimentaria en horas laborales de la población en estudio. Resulta indispensable la vigilancia de estas variables en colaboradores de una empresa, la cual brinda puestos de trabajo en diferentes niveles socioeconómicos, para detectar factores que les puedan afectar, y se logren corregir de manera oportuna. En esta investigación resulta importante para la detección de estos factores y constituye una herramienta para la creación de políticas y programas enfocados en el mejoramiento del estado nutricional y de los factores que lo afectan en la población trabajadora del país.

1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

La población trabajadora del país se encuentra en una etapa de desarrollo humano, ya que en esta etapa es cuando el ser humano es productivo, y es afectada por los múltiples cambios psicológicos y de estilos de vida que en ella ocurren, además, se ven afectados por cambios sociales, culturales y económicos. El ingreso a una vida laboral demanda, en muchas ocasiones, la salida del grupo familiar y la entrada a la vida adulta con responsabilidades

reales, poco tiempo y cambios en los estilos de vida. Así mismo, el cumplimiento de horarios, desafíos, estrés y adaptación al nuevo entorno posibilita que los trabajadores cambien sus hábitos alimentarios y estilos de vida hacia prácticas inadecuadas, además destinar y administrar sus ingresos de una manera correcta para tener el acceso adecuado a los alimentos y a ello se adiciona la falta de disponibilidad de estos por falta de tiempo o por dificultades propias al trasladarse al lugar de adquisición de sus alimentos.

Con base en lo mencionado anteriormente surge la pregunta: **¿Se relaciona el acceso, la disponibilidad y la conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel gerencial y de planta de la Empresa Bimbo, Lagunilla de Heredia, Costa Rica?** Este cuestionamiento se analizará con detalle y será uno de los puntos fundamentales en los que se basará esta investigación.

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

A continuación, se establecen el objetivo general y los objetivos específicos de la investigación.

1.3.1 Objetivo general:

Relacionar el acceso, disponibilidad, conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel gerencial o administrativo y nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, mediante el uso de encuestas digitales, Lagunilla de Heredia durante el periodo comprendido entre enero y julio del 2020.

1.3.2 Objetivos específicos:

- Identificar las características socioeconómicas de la población por medio de encuestas.
- Determinar la disponibilidad de alimentos de los colaboradores de nivel de planta y nivel administrativo de la empresa Bimbo de Costa Rica, por medio de una encuesta digital.
- Indicar el acceso a los alimentos en los grupos de estudio mediante una escala de acceso.
- Reconocer la conducta alimentaria en horas laborales de las personas en estudio, mediante una valoración de la encuesta aplicada.
- Relacionar la disponibilidad alimentaria, el acceso a los alimentos y la conducta alimentaria entre los colaboradores de nivel gerencial y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

En el presente apartado se indican los alcances y las limitaciones relacionados con el proceso de la investigación.

1.4.1 Alcances de la investigación

Como parte de los alcances de esta investigación se encuentra proporcionar información y datos encontrados sobre el acceso a los alimentos, la disponibilidad alimentaria y conducta alimentaria en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y Planta o

transportistas de una empresa procesadora de alimentos (BIMBO de Costa Rica), así como la relación de las variables en la población estudiada.

La presente investigación será de gran utilidad y beneficio para los profesionales en nutrición, como para los que se desempeñan en áreas afines al campo de la salud y estudiantes de la carrera, ya que brinda información y datos relacionados con algunos pilares de la seguridad alimentaria (acceso y disponibilidad de alimentos), así como información de conducta alimentaria en colaboradores de una empresa en horas laborales.

Además, brinda información de estas variables durante una pandemia, los cuales tienden a cambiar y suelen ser de gran importancia para mantener los países lejos de la inseguridad alimentaria.

1.4.2 Limitaciones de la investigación

Las principales limitaciones del estudio son la falta de medición del estado nutricional para poder identificar la afectación a nivel nutricional de las variables estudiadas; además, no se utiliza la fórmula para la muestra, ya que la población que se logra captar por la situación a nivel mundial de la pandemia es menos de la recomendada. De acuerdo con lo mencionado anteriormente la principal limitación es la pandemia actual que vive el mundo, ya que esto provoca sesgos en la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

En el presente capítulo se detalla el contexto teórico conceptual, así como los diversos enfoques que lo componen.

2.1.1 Adulto joven:

La etapa del adulto joven, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) comienza alrededor de los 18 años y concluye cerca de los 35 años. En la adultez joven hay que tomar muchas responsabilidades. Los investigadores del desarrollo humano afirman que la transición a la vida adulta no depende tanto de factores biológicos como de acontecimientos sociales, los cuales procuran al joven la independencia necesaria para ser adulto. Señalan que son cinco los acontecimientos sociales que marcan el inicio de la vida adulta: la finalización de la formación académica, el trabajo y la independencia económica, el vivir independiente respecto de los padres, el matrimonio y tener el primer hijo. (Arciniaga, 2005)

La etapa de la adultez empieza a perfilar el ser humano como un ser productivo laboral o académicamente para lograr el desempeño de un rol específico en la sociedad. En esta etapa se generan cambios drásticos en el estilo de vida, ya que se logra una mayor independencia y la construcción de un criterio personal que va a reflejarse en las decisiones que se toman en la cotidianidad y que influyen directamente sobre el estado nutricional y de salud de los individuos. (Becerra, Pinzón, Vargas, Martínez, & Ferney, 2016)

2.1.2 Etapa productiva de desarrollo

La etapa productiva del desarrollo humano se define cuando una persona se convierte en trabajadora. Los "Trabajadores" son la fuerza activa de la producción económica, esto quiere decir la población trabajadoramente activa. La edad de la población trabajadoramente activa formal es de 18 a 65 años, edades que serán los límites de este período. Los "Trabajadores" pueden mantenerse y mantener o contribuir significativamente a mantener a terceros con el producto de su trabajo, pueden formar familia y pueden participar activamente en la vida social del país a través de actividades políticas y comunitarias. Al cumplir los 65 años deben dejar de trabajar pasando a jubilarse. Como el periodo señalado es aún muy grande (18 a 65 años), se observan diferencias psicosociales importantes que llaman a divididos, en primer lugar, entre los Jóvenes y los Adultos. (Mansilla, 2000)

2.1.3 Estrés laboral relacionado a la alimentación.

Recientemente han tomado cuerpo las variantes organizacionales en la consideración del estrés laboral, ya que, hasta ahora, era visto como un conflicto de la persona y no como una dimensión del conjunto de la organización de la empresa. Por eso el reciente acuerdo europeo sobre el estrés, considera a este como “un estado que se acompaña de quejas físicas, psicológicas o sociales, consecuencia de la incapacidad de los trabajadores sometidos a una presión intensa para cumplir con las exigencias o las expectativas puestas en ellos”. (Franco, 2007)

De lo mencionado anteriormente se infiere que no todos los individuos al estar estresados canalizan su ansiedad a través de la ingesta excesiva de comida, existen individuos que cuando están estresados, ansiosos o deprimidos dejan de comer porque el alimento les

provoca repugnancia, lo que a su vez genera en estas personas la pérdida de peso. En este caso un extremo y otro, trae consecuencias negativas para la salud, como cualquier desorden alimentario.

En adición, el estrés condiciona no solo los hábitos alimentarios, sino también lo que hay detrás como el proceso metabólico nutricional o la situación de satisfacción de las necesidades nutricionales. Las consecuencias pueden ser varias: un retraso en la digestión, una inadecuada y disfuncional forma de metabolizar los alimentos, lo que puede conllevar a trastornos que pueden llegar a ser crónicos e incidir en la salud de la persona, afectando su desempeño laboral. (Fernanda Alejandra Chandía Vásquez¹, 2016)

2.1.4 Conducta alimentaria

La conducta alimentaria se define como el comportamiento normal relacionado con: los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos. (Jessica Osorio E, 2002)

Tradicionalmente, se han estudiado los factores psicológicos que influyen en la conducta alimentaria de la población obesa. Concretamente, los factores más importantes para este estudio son la restricción de los alimentos, la adicción a la comida o el comer emocional. (López-Morales, 2018)

Además, el conjunto de acciones que establecen la relación del ser humano con los alimentos, es relevante en este tema de investigación. Se acepta generalmente que los comportamientos frente a la alimentación se adquieren a través de la experiencia directa con la comida en el entorno familiar y social, por la imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el

estatus social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales. (Karina Oyarce Merino, 2016)

Por otro lado, el comportamiento alimentario de un individuo representa uno de los principales condicionantes de su estado nutricional, en relación con todas las prácticas de su alimentación. Aunque los hábitos de alimentación se formen en la infancia, factores como el lugar de trabajo, la disponibilidad y la posibilidad de libre consumo de alimentos pueden influenciar en la práctica alimentaria y, consecuentemente, alterar el estado nutricional de las personas trabajadoras en el sector de comidas. (Matos C. H., 2009)

La conducta alimentaria al abarcar los hábitos alimenticios, la selección de alimentos, las preparaciones culinarias y cantidades de alimentos que se ingieren, existen instrumentos variados para poder medir esta conducta alimentaria como el número de comidas al día, los horarios de comer, frecuencia de consumo de hábitos, formas de preparación de los alimentos, entre otros. (Rodríguez García & García Orri, 2016)

2.1.5 Disponibilidad de alimentos

La disponibilidad de alimentos es un requisito esencial para la seguridad alimentaria y el bienestar nutricional de la población en constante crecimiento. Depende de la producción, principalmente en los países en desarrollo y, en las zonas rurales, depende específicamente de la producción para el consumo, en la cual juega un papel esencial la agricultura, visto que la mayoría de la población depende, o está vinculada a esta forma directa de obtener alimentos. (Pedraza, Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil, 2005)

De esta manera, las unidades productoras de comidas, ya sean colectivas o comerciales, son el lugar de trabajo en los que los trabajadores están constantemente en contacto con los alimentos y los consumen durante su jornada de trabajo, aunque esta práctica no esté permitida oficialmente. (Matos C. H., 2009)

Cabe resaltar que la mayoría de los estudios sobre el cuidado nutricional con base en la composición de las comidas, consideran solamente los comensales que utilizan dichos servicios. Por tanto, son pocas las referencias basadas en recomendaciones específicas a los consumidores internos, es decir, los trabajadores de una unidad de producción de comidas, los cuales tienen disponibilidad de los alimentos producidos y empacados en las plantas. (Matos C. H., 2009)

Además, la mayoría de los estudios sobre los efectos de la inseguridad alimentaria (IA) en el acceso, disponibilidad en el hogar y consumo de alimentos se han realizado en países de alto ingreso como Estados Unidos de América (EUA). En los estudios de acceso y disponibilidad de alimentos en los hogares se ha observado que en los hogares con IA existe menor disponibilidad de cereales integrales, frutas, verduras, lácteos y productos de origen animal. En concordancia con lo anterior, los adultos, adolescentes y niños de esos países que viven en hogares con IA tienden a consumir menos alimentos como frutas, verduras, cereales integrales, semillas, yogurt, leche y carne. (Reyna Guadalupe Valencia-Valero, 2010)

2.1.6 Acceso a los alimentos

Los factores fundamentales de la inseguridad alimentaria pueden ser el desempleo y/o ingresos insuficientes que no permiten adquirir los alimentos necesarios de forma suficiente.

El problema de muchos hogares pobres es que la mayor parte ellos, con sus ingresos apenas les alcanza para cubrir sus necesidades básicas. (Peña., 2017)

En cuanto al acceso de los alimentos, hay dos tipos de accesibilidad, las cuales se describen a continuación:

Accesibilidad económica, se refiere a que la familia no se vea limitada desde el punto de vista económico en la adquisición de los alimentos necesarios para un régimen de alimentación adecuado y además que pueda satisfacer sus otras necesidades básicas.

Accesibilidad física, implica que la alimentación adecuada debe ser accesible a todos sin importar en qué área geográfica viva, a qué grupo de edad pertenezca, cuál es su género, o su estado fisiológico en que se encuentre la persona. (Peña., 2017)

En el concepto de la seguridad alimentaria, las personas tienen acceso en todo momento a los alimentos, tanto en el aspecto físico como económico, para satisfacer sus necesidades y preferencias alimentarias para llevar una vida saludable y activa. También se ha incluido en el concepto el acceso a la canasta básica de alimentos puesto que están implícitos en la creación aspectos culturales, económicos y nutricionales. El logro de la seguridad alimentaria es una estrategia para contribuir a mejorar el estado nutricional de las personas. (Peña., 2017)

Como indica Figueroa-Pedraza, D. (2005), el acceso es considerado el principal causal en los cuadros de inseguridad alimentaria de la mayoría de los países en desarrollo, pues se reconoce que usualmente la disponibilidad de alimentos no es problema en términos de seguridad alimentaria y nutricional. La clave fundamental está en si las personas pueden comprar los

alimentos disponibles en cantidades suficientes para poder disfrutar de una alimentación adecuada. (Pedraza, Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil, 2005)

Además, se debe considerar que en algunos lugares existen condiciones que dificultan el acceso físico a los alimentos, como carreteras intransitables que suponen un riesgo para la seguridad alimentaria de la población.

El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) define la pobreza como “falta del ingreso necesario para satisfacer las necesidades esenciales no alimentarias como el vestuario, la energía y la vivienda, así como las necesidades alimentarias”; y la pobreza extrema como “falta del ingreso necesario para satisfacer las necesidades básicas de alimentos, que se suele definir sobre la base de las necesidades mínimas de calorías” (Ministerio de Salud , 2011)

Actualmente, existen varios métodos para medir el acceso económico a los alimentos como la canasta básica alimentaria y la ley de Engels, entre otros.

2.1.7 Canasta básica

En cuanto a la canasta básica alimentaria (CBA) se define como el conjunto de diversos alimentos, expresados en cantidades para satisfacer las necesidades de calorías de un hogar promedio, en Costa Rica, el Inec determinó para setiembre del 2020 que el costo de la canasta básica a nivel urbano es de 50,630 colones, y a nivel rural es de 47,441 colones, estos valores se utilizan para medir la pobreza en costa rica por medio de la línea de pobreza. (INEC, 2020)

2.1.8 Ley de Engels

La ley de Engel es observación empírica, realizada por primera vez por el estadístico alemán Ernst Engel (1821-1896), que observó que, con un conjunto dado de gustos y preferencias, si aumentan los ingresos, la proporción del ingreso gastado en alimentos disminuye, aun cuando es probable que el gasto real en alimentación aumente en términos absolutos. En otras palabras, la elasticidad ingreso de la demanda de alimentos es menor que 1. La ley de Engel no implica que el gasto de alimentos se mantenga sin cambios a medida que aumenta la renta, sino que sugiere que los consumidores aumentan sus gastos de alimentos, en proporción, menos de lo que aumentan sus ingresos. (Fortún, 2020)

De acuerdo con la Ley de Engels, esta establece que cuando el nivel de ingreso de los consumidores se ve aumentado, la proporción del ingreso gastado en alimentos crece a un ritmo menor que el porcentaje dedicado a otros bienes como pueden ser los bienes de lujo, esta ayuda a establecer el gasto en alimentación basado en los ingresos totales de la población estudiada. (Fortún, 2020)

2.1.9 Nivel gerencial o administrativo

La gerencia posee distintos niveles según las funciones de quienes las conducen. Se pueden identificar tres niveles organizacionales: gerencial o de conducción, intermedio y operativo. Conjuntamente el nivel institucional, gerencial o de conducción es el más alto. Debe cumplir con todas las funciones del proceso administrativo: planear, organizar, dirigir y controlar. Por ejemplo, en este nivel se realizará la planeación estratégica con la correspondiente definición de los objetivos estratégicos y acciones a ser consensuadas y coordinadas con el nivel intermedio.

Por otra parte, el nivel intermedio articula el nivel gerencial con el operativo. También suele denominarse mandos medios y está integrado por los responsables de las distintas áreas o sectores de la organización.

El nivel operativo corresponde al nivel más bajo de la organización, designado también nivel de supervisión o gerencia de primera línea. Los que se encuentran en este nivel reciben distintas denominaciones: capataces, jefes, supervisores, encargados, etc. (Chiavenato I. , 2001)

En cuanto al concepto de gerente como administrador, se define como “Un gerente es un miembro de una organización que integra y coordina el trabajo de otros, lo que puede significar la responsabilidad directa sobre un grupo de personas en un departamento, o bien, tener que supervisar a una sola persona”. (Chiavenato, 2001)

En este sentido, un gerente es un administrador. Más allá de la acepción empresarial que pueda connotar, de aquí en adelante se usará el término gerente en sentido amplio para referir a todas aquellas personas que ocupan puestos directivos en los diferentes niveles de una organización. Desde este punto de vista, por ejemplo, tanto un rector como un director de área de una institución educativa pueden denominarse gerentes. Lo mismo se podría decir del directorio de una S.A, o bien, el encargado de compras de un hospital.

2.1.10 Nivel planta o transportistas

Una empresa posee diferentes niveles en la organización, para fines de esta investigación se toma el nivel de planta a los colaboradores que trabajan en la planta de la empresa y los transportistas, los que transportan la mercadería de la empresa a diferentes sitios de acopio donde se vende o se almacena.

2.1.11 Medición de nivel de pobreza en Costa Rica

Los métodos de medición de la pobreza se dividen principalmente en dos grupos: por una parte, aquellos que utilizan una sola variable para el análisis, los cuales son denominados unidimensionales; por otra parte, aquellos que requieren de una serie de variables, los cuales son denominados métodos multidimensionales. A continuación, se reseñan los principales métodos utilizados actualmente en Costa Rica para la medición de la pobreza.

Métodos multidimensionales: Estos métodos, también denominados indirectos, están relacionados con el enfoque basado en el ingreso económico, ya que, al ser unidimensionales, se enfocan en una única variable de análisis: el ingreso o el consumo de los hogares. El más reconocido de estos métodos es la denominada línea de pobreza, el cual es un indicador que representa el monto mínimo requerido para que una persona pueda satisfacer las necesidades básicas alimentarias y no alimentarias, incluidas en una canasta de bienes y servicios construida con base en la información de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos (ENIGH) del 2004 y cuya composición y costo se determinan en forma separada para la zona urbana y la zona rural (INEC, 2017).

Según este método, un hogar pobre es aquel cuyo ingreso per cápita es menor o igual al costo per cápita de una canasta de bienes y servicios requeridos para su subsistencia. El método de línea de pobreza también permite identificar a los hogares en condición de pobreza extrema, para el cual el umbral de ingreso determinado corresponde al valor per cápita de la Canasta Básica Alimenticia (CBA). Esta canasta comprende un conjunto de alimentos seleccionados de acuerdo con su aporte calórico y su frecuencia de consumo. Se encuentran expresados en cantidades que permiten satisfacer mínimamente las necesidades de calorías de un individuo promedio de una población de referencia. En Costa Rica para calcular la CBA se aplica la

metodología recomendada por el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP). (INEC, 2017)

Por tanto, la línea de la pobreza permite clasificar la población en tres grandes grupos:

- Hogares en pobreza extrema: son aquellos hogares con un ingreso per cápita igual o inferior al costo per cápita de la CBA, que para setiembre del 2020 se estimó en ₡50 630 para la zona urbana y de ₡42 282 para la zona rural.
- Hogares en pobreza no extrema: son aquellos hogares que tienen un ingreso per cápita igual o inferior a la línea de pobreza, pero superior al costo per cápita de la CBA o línea de extrema pobreza.
- Hogares no pobres por LP: son aquellos hogares con un ingreso per cápita que les permite cubrir sus necesidades básicas alimentarias y no alimentarias; es decir, su ingreso per cápita es superior al valor de la línea de pobreza.

Los métodos multidimensionales: Tienen como objetivo identificar cuáles hogares son pobres en función de un conjunto de necesidades socialmente consideradas básicas, de manera que se clasifican como hogares pobres aquellos que no logran satisfacer los umbrales mínimos determinados para cada necesidad; por consiguiente, se busca la identificación y caracterización de los hogares que no satisfacen aquellas necesidades humanas que dependen de condiciones económicas. (INEC, 2017)

CAPÍTULO III.

MARCO METODOLÓGICO

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación posee un enfoque cuantitativo debido a que se miden las variables y posteriormente son analizados con técnicas estadísticas. El diseño de investigación es no experimental - transversal porque la recolección de datos se realiza en un único momento, sin dar ningún tipo de seguimiento.

3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

La población en estudio corresponde a administrativos adultos entre 18-64 años de edad, pertenecientes a la Empresa Bimbo de Costa Rica, ubicada su planta principal en Lagunilla de Heredia; así como los transportistas de todas las sedes alrededor del país los cuales cargan producto en la sede de Heredia y los trabajadores de la planta procesadora y empacadora. El estudio se realiza en un período comprendido entre enero 2020 a agosto 2020.

3.3.1 Población

La población del estudio corresponde a 249 colaboradores de nivel administrativo o gerencial y 744 personas colaboradores de nivel de planta o transportistas tomando en cuenta todos los colaboradores de todas las sedes de la empresa.

3.3.2 Muestra

La población de muestra para esta investigación corresponde a 62 personas, de las cuales 32 personas laboran a nivel gerencial y 30 personas a nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica. La identificación de estas personas se realizó tomando en cuenta la pandemia por el COVID-19, esta es la población que se pudo captar dentro de las características de inclusión del estudio.

De esta manera, las unidades de análisis corresponden a todas las personas que trabajen actualmente en la empresa Bimbo de Costa Rica.

3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión

3.3.3.1 Criterios de inclusión

- Colaboradores que laboran actualmente en la empresa Bimbo de Costa Rica que firmen el consentimiento informado.
- Colaboradores de la empresa que residan en Costa Rica en el periodo de realización de este estudio.
- Adultos colaboradores de edades entre 18-64 años de edad

3.3.3.2 Criterios de exclusión

- Adultos de la empresa que presenten alguna discapacidad a nivel cognitivo que no les permita completar la entrevista a nivel digital.
- Adultos que no laboren como administrativos o transportistas de planta en la sede de Lagunilla de Heredia.

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

El instrumento es una entrevista compuesta por preguntas de características socio demográficas, disponibilidad alimentaria, acceso a los alimentos y conducta alimentaria en horas laborales.

Se utiliza la escala Latinoamericana y Caribeña de seguridad alimentaria, que es un instrumento validado para Costa Rica que se utiliza para medir seguridad alimentaria. Se utiliza la plataforma virtual Google Forms para recolectar la información debido a las disposiciones del Ministerio de Salud de evitar contacto físico durante la pandemia del COVID-19.

3.4.1 Validez del cuestionario

Debido a la falta de aplicación del plan piloto correctamente, al no poder aplicar el cuestionario de forma presencial para evitar el contacto directo con los encuestados por la pandemia del COVID-19 es difícil medir la sensibilidad y especificidad del cuestionario, ya que solo fue aplicado una vez por persona de manera digital, tomando en cuenta todas las respuestas como verdaderas.

3.4.2 Confiabilidad del cuestionario

En cuanto a la confiabilidad del cuestionario, se puede decir que es confiable por el hecho de que todos los encuestados y los resultados concuerdan, sin embargo, no se descarta algún sesgo en esta medición por la dificultad de observar el sujeto.

3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de esta investigación es, no experimental transversal, ya que se observa el fenómeno en su contexto natural, sin manipular ninguna variable y observarlas o medirlas en su estado natural y se trabaja con datos que se recolectan en un único momento.

3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES: Definición conceptual, Operacionalización e instrumentalización

Tabla 1. Operacionalización de las variables para identificar el acceso a los alimentos, disponibilidad, conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel gerencial y nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Lagunilla de Heredia, 2020.

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Identificar las características socio demográficas de la población en estudio	Características sociodemográficas	Características socioeconómicas (nivel educativo, ingresos) y características biológicas como edad y sexo que están presentes en la población de estudio las cuales son medibles	Realizar una encuesta sobre características sociodemográficas a la población en estudio	Edad	18 – 64 años	Cuestionario
				Género	Fem. / Masc.	
				Nivel educativo	Sin estudios	
					Primaria incomp.	
					Primaria completa	
				Puesto de trabajo	Secundaria incomp	
					Secundaria comp	
					Univers incomp	
				Estado Civil	Univers comp	
					Administrativo	
Planta						
Soltero						
Casado						
Divorciado						
Unión Libre						
Cantidad de personas que viven en el hogar	1,2,3,4,5,6,7,8,9 o más					
Cantidad de personas que aportan económicamente al hogar	1,2,3,4, 5 o más					

Continúa...

Continuación Tabla 1.

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Determinar la disponibilidad de alimentos en ambos grupos en estudio de la empresa.	Disponibilidad de alimentos	Cantidad y calidad de los alimentos que el ser humano no tiene disponibles para su consumo a escala local, regional o nacional.	Realizar una encuesta sobre disponibilidad de alimentos a la población en estudio	Cultivos para consumo propio Lugar donde acostumbra a realizar las compras de los alimentos Medio de transporte para realizar las compras.	Si / No Pulpería Supermercado Feria del agricultor Verdulería Carnicería Otro Ninguno Bus Taxi Vehic. propio Caminando Caballo Otro Ninguno	Cuestionario
Indicar el acceso a los alimentos en los grupos en estudio.	Acceso a los alimentos	La capacidad de la población para adquirir los alimentos (comprar o producir) suficientes y variados para	Realizar una encuesta sobre acceso a los alimentos a la población en estudio	Escala de Seguridad Alimentaria Ingreso familiar Cantidad de personas que trabajan en el hogar Gasto por mes aproximado para compra de alimentos	Si / NO Menos de ¢100 000 ¢101 000 a ¢150 000 ¢151 000 a ¢200 000 ¢201 000 a ¢250 000 1,2,3,4,5 o mas Menos de ¢42 000 ¢43 000 a ¢60 000 ¢61 000 a ¢80 000 ¢81 000 a ¢100 000 ¢101 000 a ¢120 000 ¢121 000 a ¢140 000 Más de ¢140 000	Cuestionario

Continuación Tabla 1.

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Reconocer la conducta alimentaria de las personas en estudio.	Conducta alimentaria	Es el conjunto de actos o conductas que se ejecutan de forma constante por parte de un individuo o grupo seleccionado.	Realizar una encuesta sobre conducta alimentaria en horas laborales a la población en estudio	Tiempos de comida al día Cantidad de vasos de líquido tomados al día Tiempo destinado para el almuerzo	Desayuno, merienda, almuerzo, merienda, cena Ninguno, 1,2,3,4,5,6, 7,8 o mas 10 min 20 min 30 min 1 hora Mas de 1 hora	Cuestionario
Relacionar la disponibilidad alimentaria, el acceso a los alimentos y la conducta alimentaria de ambos grupos en estudio.	Relación de variables estudiadas	-	Realizar una relación entre las variables estudiadas por medio de relación de las dos poblaciones	-	- Tiempos de comida realizados en el puesto de trabajo 1-2 veces por semana 2-3 veces por semana Más de 3 veces por semana	Cuestionario

3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS)

En el plan Piloto se lleva a cabo con un 10% de la población, personas con características similares a las del estudio, hombres y mujeres que laboren para la empresa Bimbo de Costa Rica en la sede de Lagunilla

de Heredia con edades entre 18-64 años de edad, en la parte administrativa y transportistas o planta, aplicando igualmente los criterios de inclusión y exclusión, para probar la confiabilidad y viabilidad de los instrumentos.

El plan piloto se realiza en 5 personas del campo administrativo de diferentes empresas y 9 personas que laboran como transportistas y distribuidores en camiones de compañías en San José, el plan piloto se utiliza, debido a la situación del país con la pandemia del covid-19, para determinar cuáles variables afectan el estudio, para poder eliminarlas y continuar con la investigación. Además, el plan piloto se realiza para poder evidenciar problemas de escritura o entendimiento en el cuestionario, que afecten la respuesta de los participantes.

En cuanto a las dificultades encontradas a la hora de realizar el plan piloto son el tiempo de realización, ya que se aplicó durante la pandemia del COVID-19 en mayo del 2020, por lo cual se dificulta la participación de las personas encuestadas.

Como solución a los problemas encontrados se envió la encuesta y el consentimiento informado vía digital y se respondieron dudas del cuestionario y del consentimiento, de igual forma, se brindó asistencia virtual por medio de la plataforma de mensajería Whatsapp.

3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos de la investigación se realiza una encuesta la cual se divide en 5 etapas que son: aceptación del consentimiento informado, datos sociodemográficos, acceso de alimentos, disponibilidad de alimentos y conducta alimentaria. Son preguntas cerradas, las cuales se escriben de forma entendible para la población, algunas son de respuesta única y otras de respuesta múltiple según el tipo de pregunta y la respuesta esperada. Se envía la encuesta vía Whatsapp o vía correo electrónico a los

colaboradores de la empresa que se logran captar, los cuales cumplen con los criterios de inclusión y exclusión durante la etapa de recolección de datos en medio de la pandemia del COVID-19.

3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS

En esta sección se especifican cómo serán organizados los datos. En el caso de este estudio de tipo cuantitativo y cualitativo se utilizaron los datos organizados en excel.

3.10 ANÁLISIS DE DATOS

Para los estudios cuantitativos, se analiza por medio de pruebas de significancia estadística con chi cuadrado, además para tener un panorama más exacto se realiza el análisis con las pruebas de significancia estadística Fisher y Correlación con chi cuadrado.

CAPÍTULO IV
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS

En este capítulo se presentan, interpretan y analizan todos los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario.

4.1.1. Características sociodemográficas de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte en estudio

El primer inciso del capítulo de resultados busca identificar las principales características sociodemográficas de las personas encuestadas. Para esta investigación, se trabajó con 32 personas de nivel administrativo y 30 personas de nivel de planta o transportistas. Al analizar algunos aspectos de la seguridad alimentaria como el acceso, disponibilidad y la conducta alimentaria de una población específica, es muy importante considerar los factores sociodemográficos de dicha población, ya que estos aspectos afectan directamente las variables de la seguridad alimentaria. En la siguiente figura se aprecian estas características bajo la distinción de puesto de trabajo dentro de la empresa.

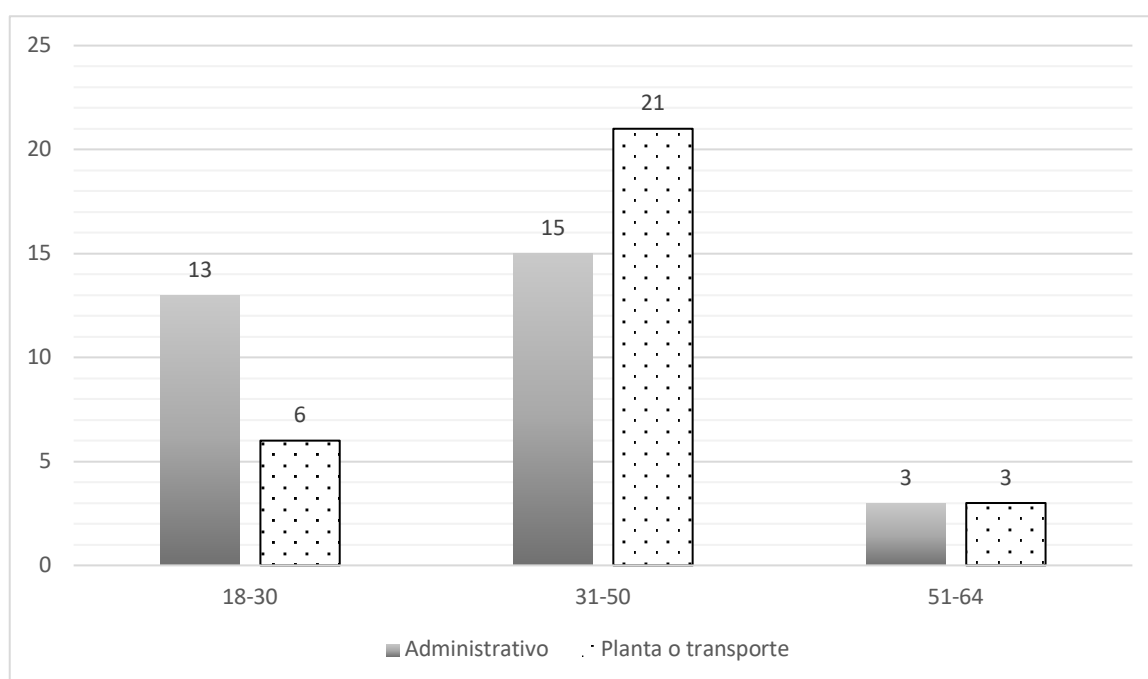


Figura 1. Clasificación por rangos de edad de la población en estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Fuente: Ramírez, M. (2020).

Con respecto a la edad en años cumplidos de la población en estudio, en el área administrativa se encuentran 13 colaboradores en el rango de edad de 18-30 años, 15 entre el rango de 31-50 años y solamente 3 en el rango de 51-64 años de edad. En el área de planta o transporte existe una cantidad predominante de colaboradores en el rango de edad de 31-50 años con 21 colaboradores, mientras que 6 colaboradores se encuentran en el rango de 18-30 años e igualmente en el rango de 51-64 se encuentra la minoría de la población, solamente 3 personas.

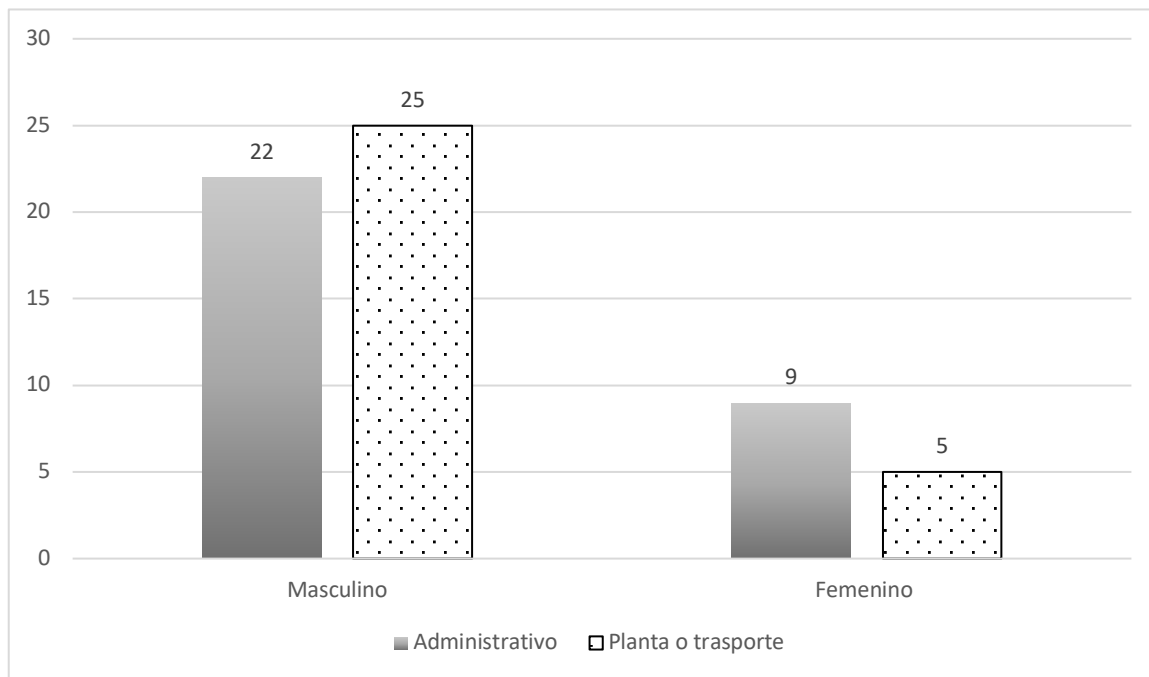


Figura 2. Clasificación por género de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020).

De acuerdo con la clasificación por género de los colaboradores de la empresa en las dos áreas en estudio se muestra indiscutiblemente la mayoría de colaboradores masculinos tanto en puestos administrativos como en transporte o planta. En el área administrativa, se observan 22 colaboradores masculinos mientras que solamente 9 femeninos. En el área de planta o transporte, se identifican 25 colaboradores masculinos y solamente 5 femeninas.

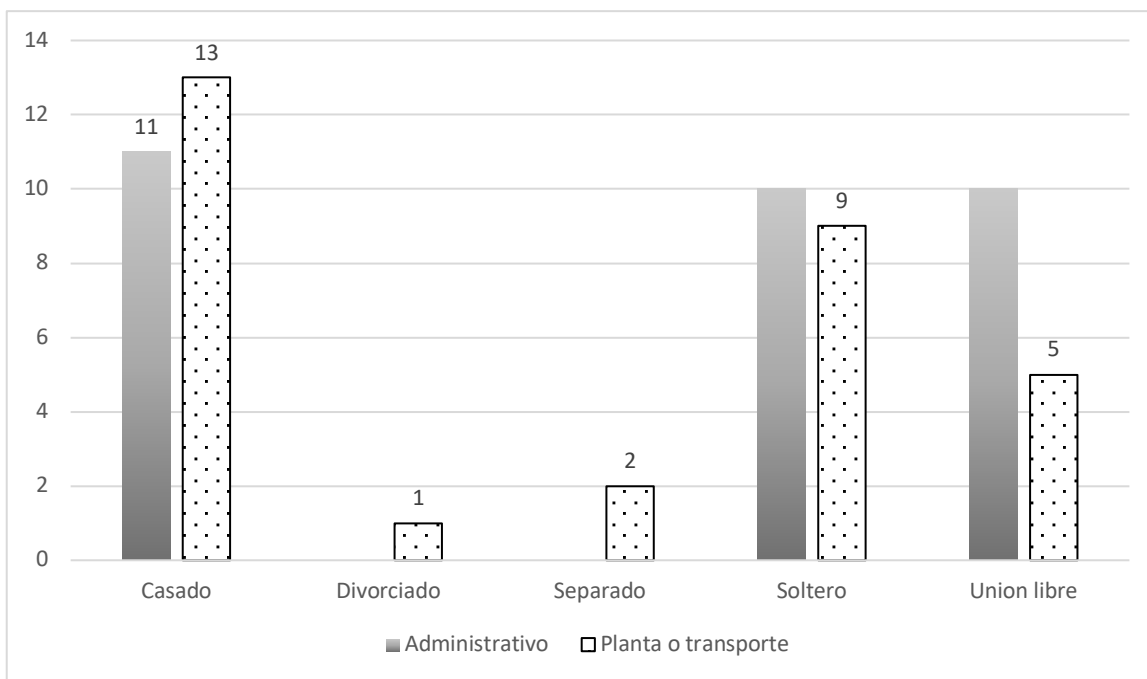


Figura 3. Clasificación por estado civil de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020).

En cuanto al estado civil de los colaboradores estudiados, la mayoría de estos son casados, 13 personas de planta o transporte y 11 personas del área administrativa, solteros se identifican a 10 personas del área administrativa y 9 personas de planta o transporte, en unión libre se observan 10 personas del área administrativa y 5 personas del área de transporte o planta. En cuanto al estado civil divorciado y separado solamente 1 y 2 respectivamente del nivel de planta y transporte.

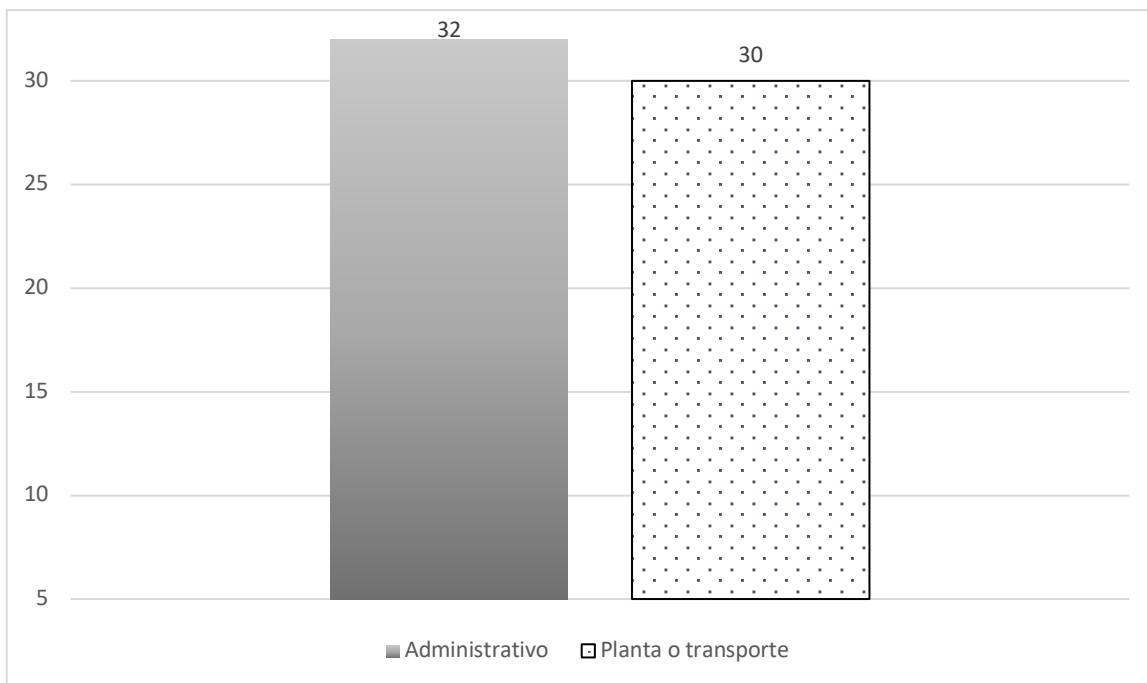


Figura 4. Puesto de trabajo dentro de la empresa para categorizar las dos poblaciones de estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En cuanto a la clasificación de los puestos de trabajo, se logró captar una muestra de 32 personas de nivel administrativo y 30 personas de nivel de planta o transporte.

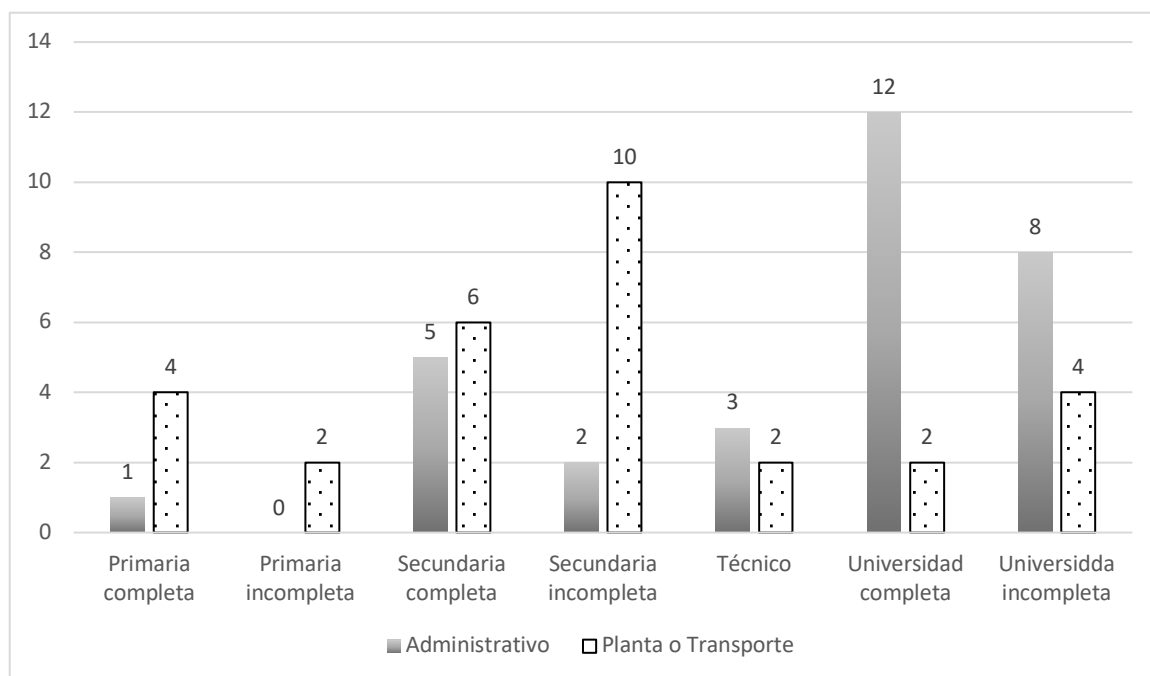


Figura 5. Nivel educativo de los colaboradores del área administrativa y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).

En cuanto al nivel educativo actual de los colaboradores del estudio, en el área administrativa se demuestra que 12 personas tienen el nivel de Universidad completa, y 8 personas indican tener universidad incompleta, 3 han obtenido un técnico, 2 personas con secundaria incompleta, 5 con la secundaria completa y solamente 1 persona ha finalizado la primaria. En cuanto al nivel educativo de los colaboradores de planta o transportistas, 10 encuestados el grado más alto educativo obtenido actualmente es secundaria incompleta, 6 personas con secundaria completa, 4 están actualmente estudiando una carrera universitaria, 2 han finalizado una carrera universitaria, 2 han obtenido un técnico y 4 personas han obtenido solamente la primaria completa.

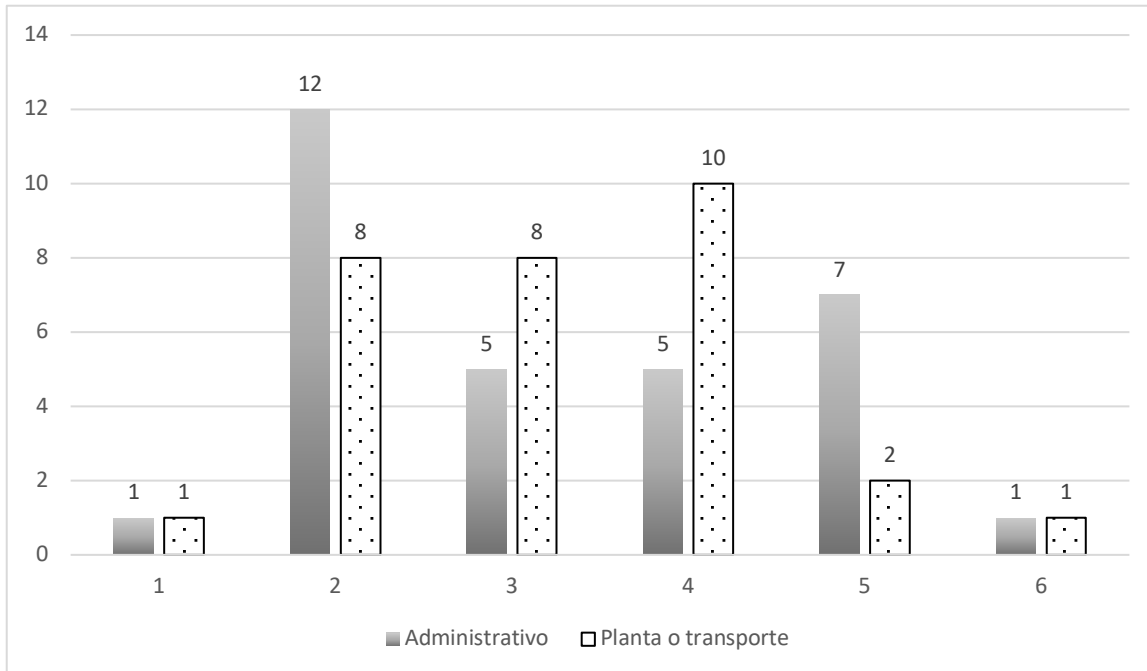


Figura 6. Cantidad de personas que viven en el hogar de los colaboradores del estudio, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

A nivel general, se observa que 12 hogares a nivel administrativo se conforman por 2 personas, seguido de 7 hogares con 5 personas, 5 hogares indicaron tener 3 y 4 personas en su hogar y 2 hogares indicaron tener 1 y 6 personas respectivamente. Además, en esta investigación se observa a nivel de planta o transporte que 5 hogares están conformados por 7 personas, 5 hogares están conformados por 3 y 4 personas respectivamente y 2 hogares están conformados por 1 y 6 personas respectivamente.

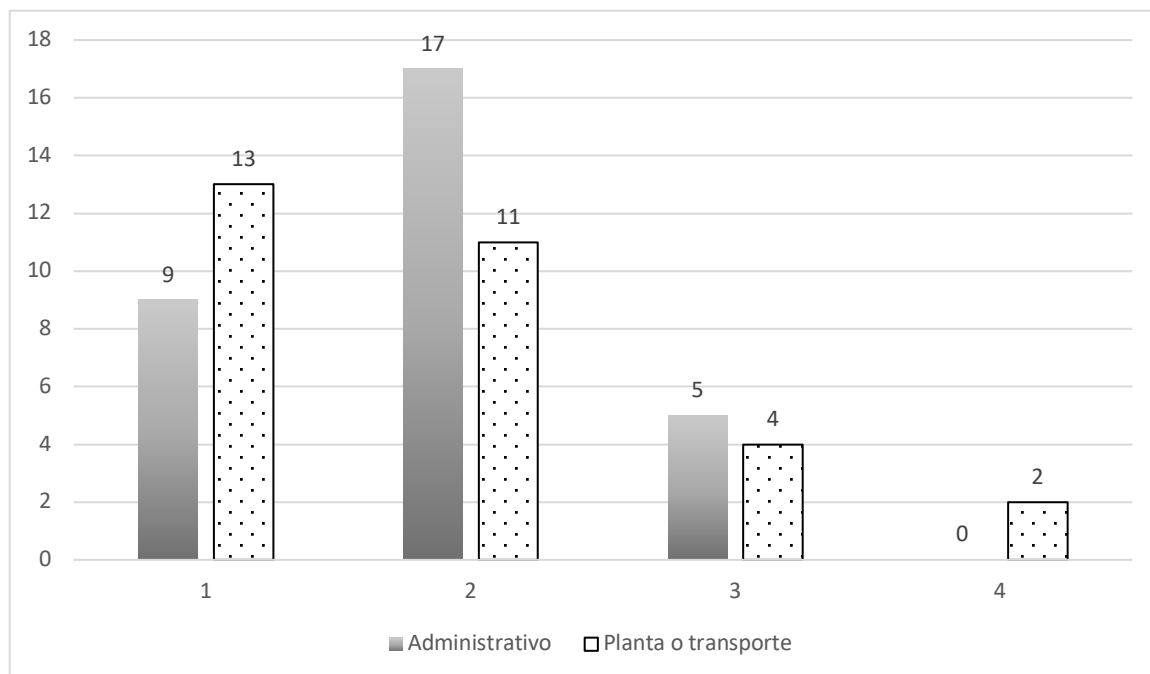


Figura 7. Personas que aportan económicamente en el hogar de los colaboradores, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M. (2020)

De acuerdo con el gráfico, se puede observar que, en el área administrativa, 17 hogares tienen 2 personas que aportan económicamente al hogar, 9 hogares poseen solamente 1 persona que aporta económicamente y 5 hogares indican tener 3 personas que aportan económicamente. Además, en el área de planta o transportistas 13 hogares indican que solamente 1 persona aporta económicamente, 11 personas indican que dos personas aportan económicamente, 4 hogares indican que 3 personas aportan al hogar económicamente y solamente 2 hogares indican que 4 personas son las que aportan en la economía del hogar.

Al concluir con la identificación de las características sociodemográficas de los colaboradores encuestados se procede a exponer la disponibilidad de alimentos de los mismos.

4.1.2 Disponibilidad de alimentos

El siguiente inciso busca evaluar la disponibilidad de alimentos de los participantes del estudio. La Guía para medir la Diversidad Alimentaria a nivel individual y del hogar fue aplicada a los colaboradores de esta investigación y utilizada como complemento para medir la disponibilidad de los alimentos de los individuos, así como también para comprender el fenómeno de la seguridad alimentaria en el hogar.

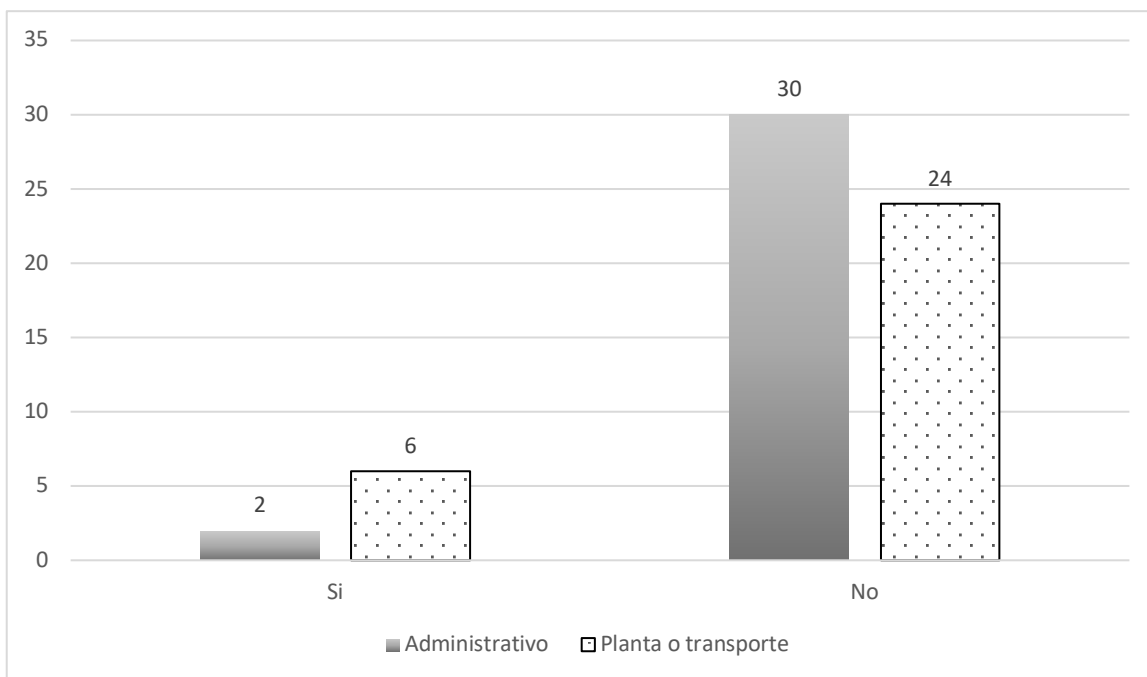


Figura 8. Actividad de cultivo, siembra y cosecha en el hogar de los colaboradores de la investigación, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

Con respecto al gráfico anterior se puede evidenciar que la actividad de cultivo o siembra en los hogares de las personas encuestadas no es común, por lo que, en el área administrativa, 30 personas indicaron no realizar esta práctica y solamente 2 personas indicaron que sí. En el área de planta o transporte 24 personas

indicaron que no realizan ningún tipo de cultivo o práctica de siembra mientras 6 indicaron que sí lo realizan.

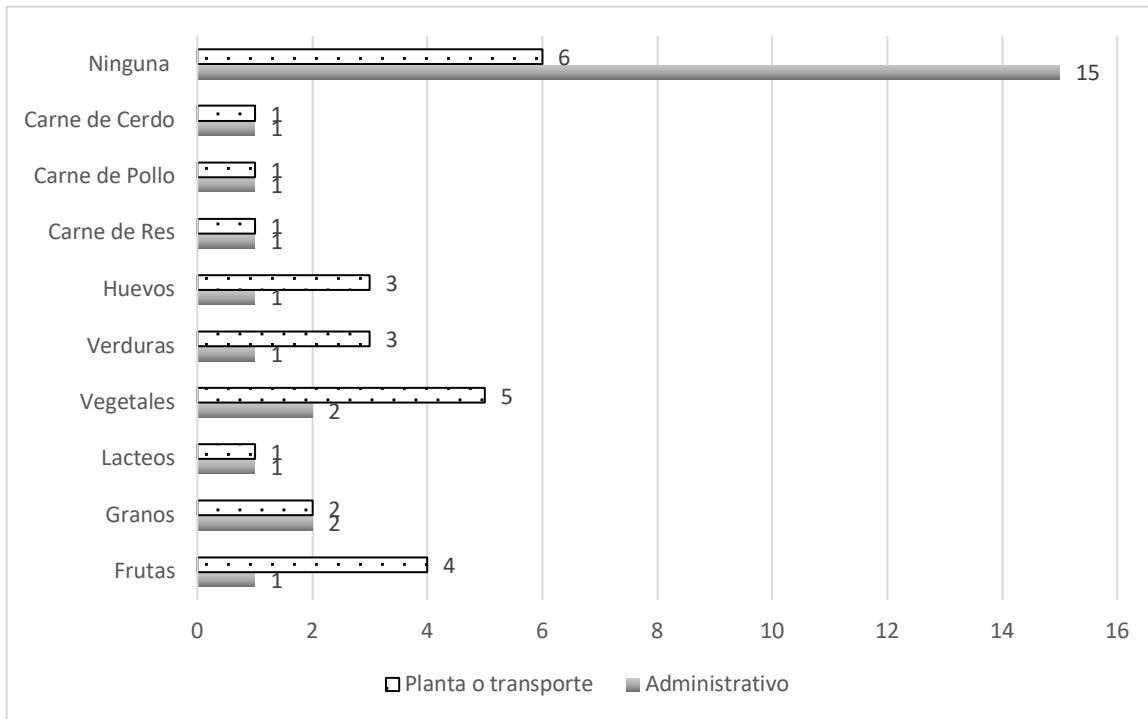


Figura 9. Alimentos cultivados para el propio consumo de los encuestados, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior, se observa los alimentos que son cultivados para el propio consumo de los encuestados, donde se observa que a nivel administrativo 15 personas no cultivan ninguno de esos alimentos, 2 personas indican cultivar vegetales y granos y una persona indica cultivar frutas, verduras, huevos, res, pollo y cerdo.

A nivel de planta o de transporte, se observa que 6 personas indican no cultivar ninguno de los alimentos mencionados, 5 personas indican cultivar vegetales, 3 personas indican cultivar huevos y verduras, 2 personas cultivan granos, 4 personas cultivan frutas y una persona indica cultivar lácteos, res, cerdo, pollo.

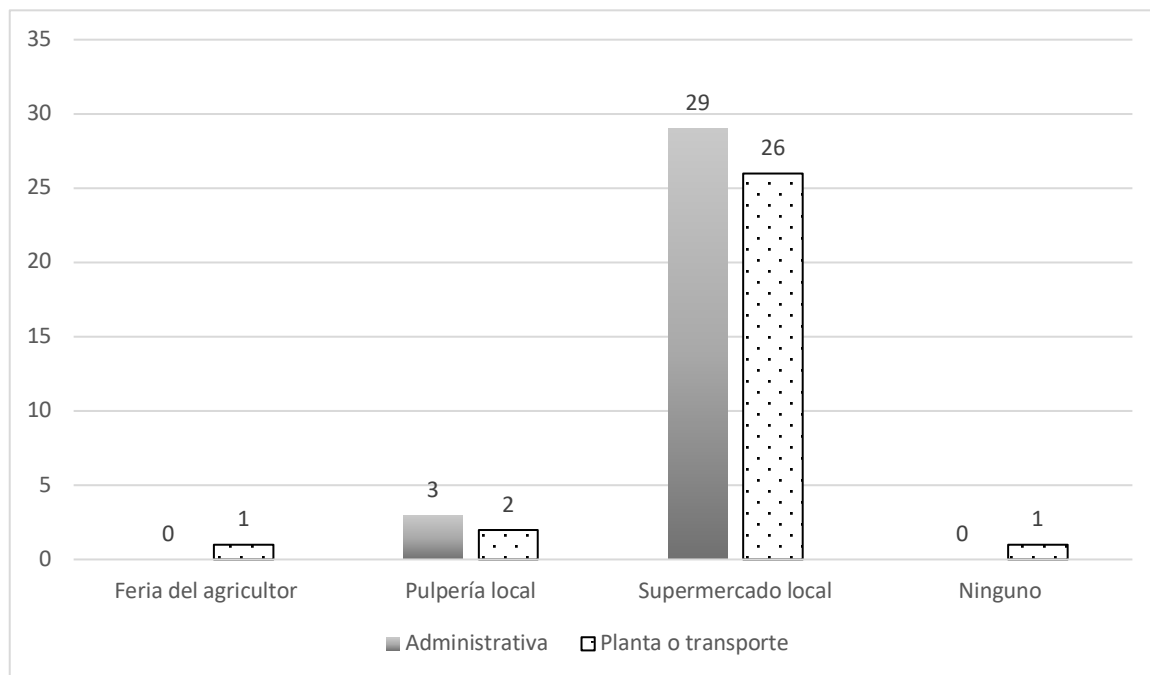


Figura 10. Lugar de compra de productos lácteos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa el lugar de compra de productos lácteos de los encuestados, donde se observa que 29 personas de nivel administrativo adquieren sus productos en el supermercado local, y 3 en la pulpería local. A nivel de planta o transporte, 26 personas adquieren los productos en el supermercado local, 2 personas en la pulpería local, 1 indicó adquirirlo en la feria del agricultor y uno en ninguno de estos lugares.

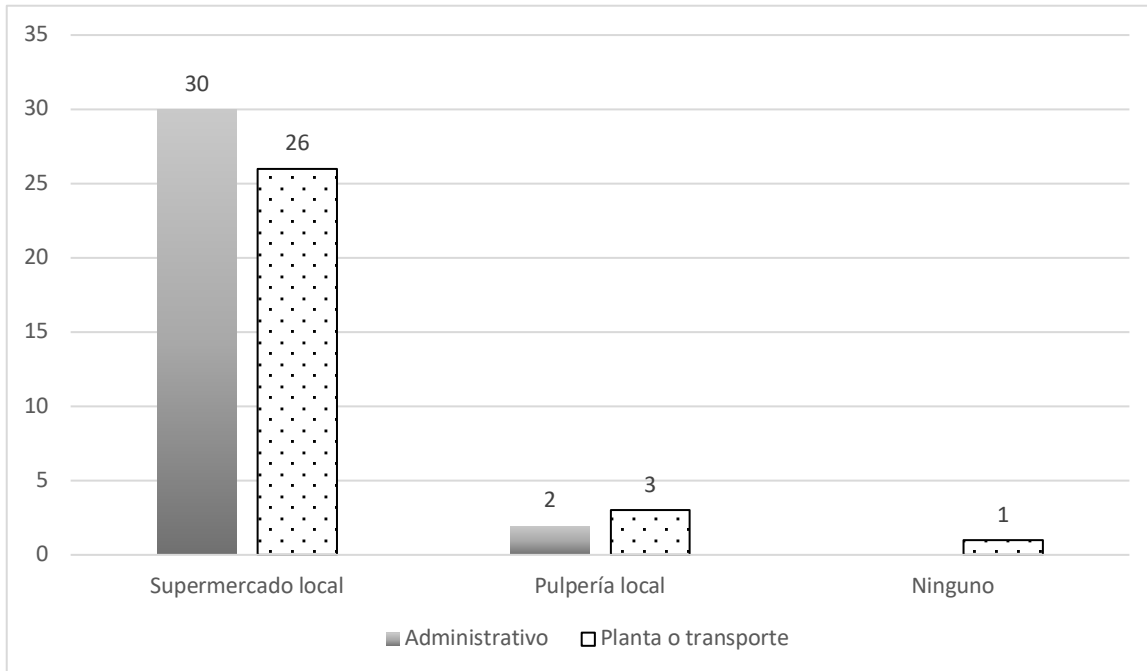


Figura 11. Lugar de compra de abarrotes de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que la compra de abarrotes es mayoritariamente en el supermercado local, a nivel administrativo 30 personas indican hacerlo en este comercio y 2 personas indican adquirirlos en la pulpería local, por otra parte, a nivel de planta o transportistas 26 personas indican adquirirlo en el supermercado local, 3 personas en la pulpería local y 1 personas en ninguno de los anteriores.

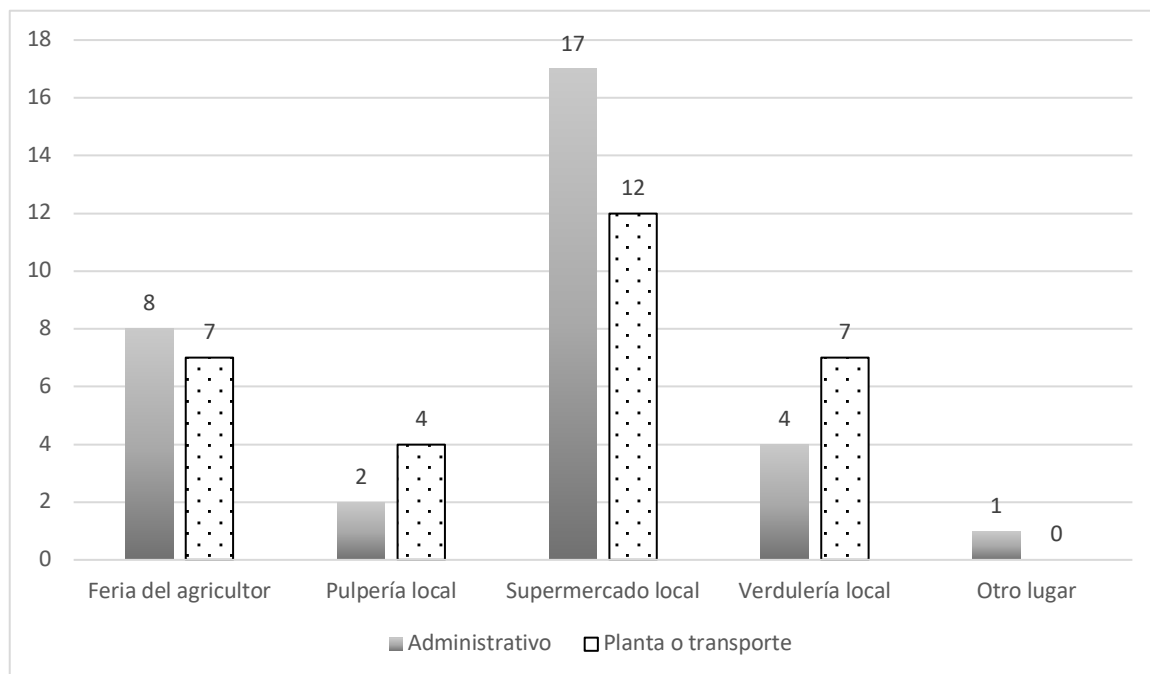


Figura 12. Lugar de compra de frutas de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que el supermercado es el lugar predominante para la compra de frutas, en el área administrativa 17 personas adquieren sus frutas en el supermercado local, 8 personas en la feria del agricultor, 4 personas en la verdulería local, 2 personas en la pulpería y 1 persona indicó adquirirlo en otro lugar. Además, en el área de planta o transporte 12 personas adquieren las frutas en el supermercado local, 7 personas en la verdulería local, 7 personas en la feria del agricultor y 4 personas en la pulpería local.

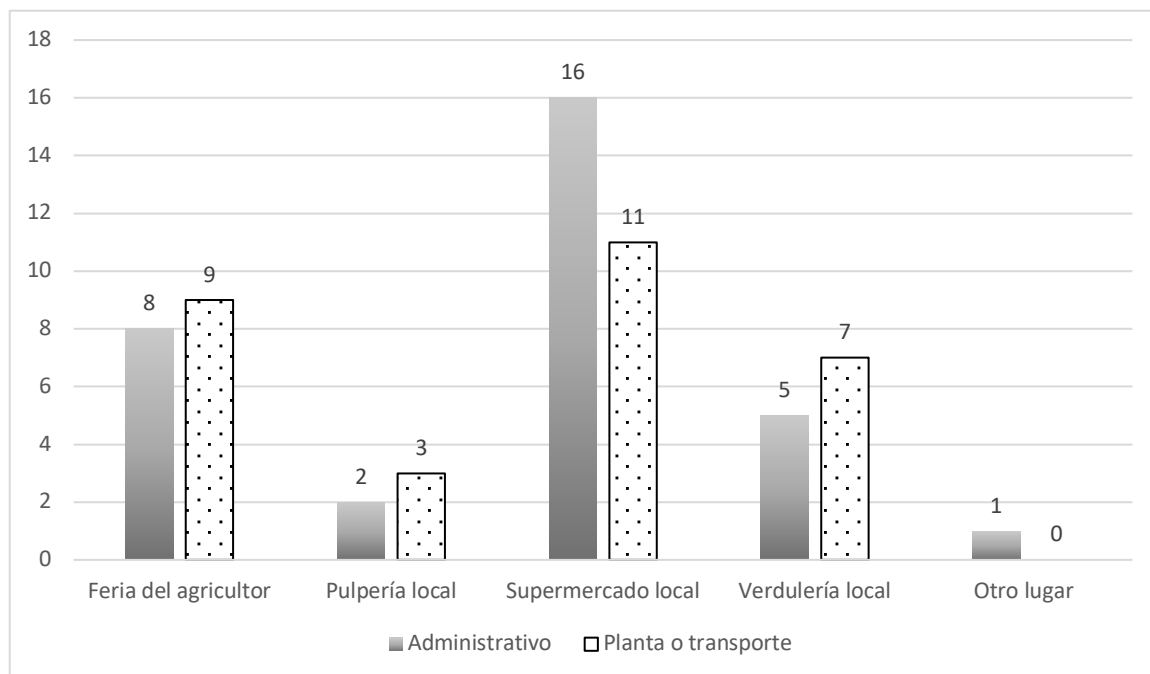


Figura 13. Lugar de compra de vegetales de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que 16 colaboradores del área administrativa adquieren sus vegetales en el supermercado local, 8 personas en la feria del agricultor, 5 personas en la verdulería local, 2 en la pulpería local y 1 persona en otro lugar. En cuanto a las personas de planta o transportistas, 11 personas adquieren los vegetales en el supermercado local, 9 en la feria del agricultor, 7 personas en la verdulería local y 3 personas en la pulpería local.

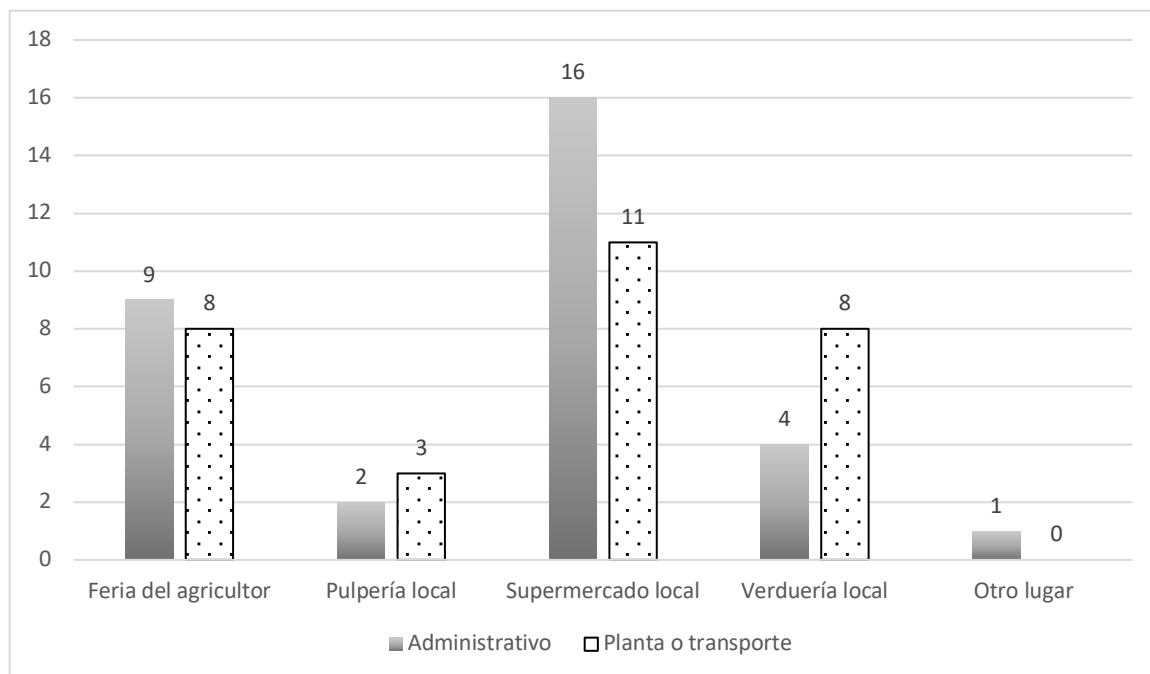


Figura 14. Lugar de compra de verduras de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que la compra de verduras en el área administrativa es mayoritariamente en el supermercado local, 16 personas indican comprarlo en este establecimiento, mientras que 9 personas en la feria del agricultor, 4 en la verdulería local, 2 personas en la pulpería local y solamente 1 persona indica adquirirlo en otro lugar. En cuanto al nivel de planta o transportistas, 11 personas indican adquirir sus verduras en el supermercado local, 8 personas en la feria del agricultor, 8 personas en la verdulería local y 3 personas en la pulpería local.

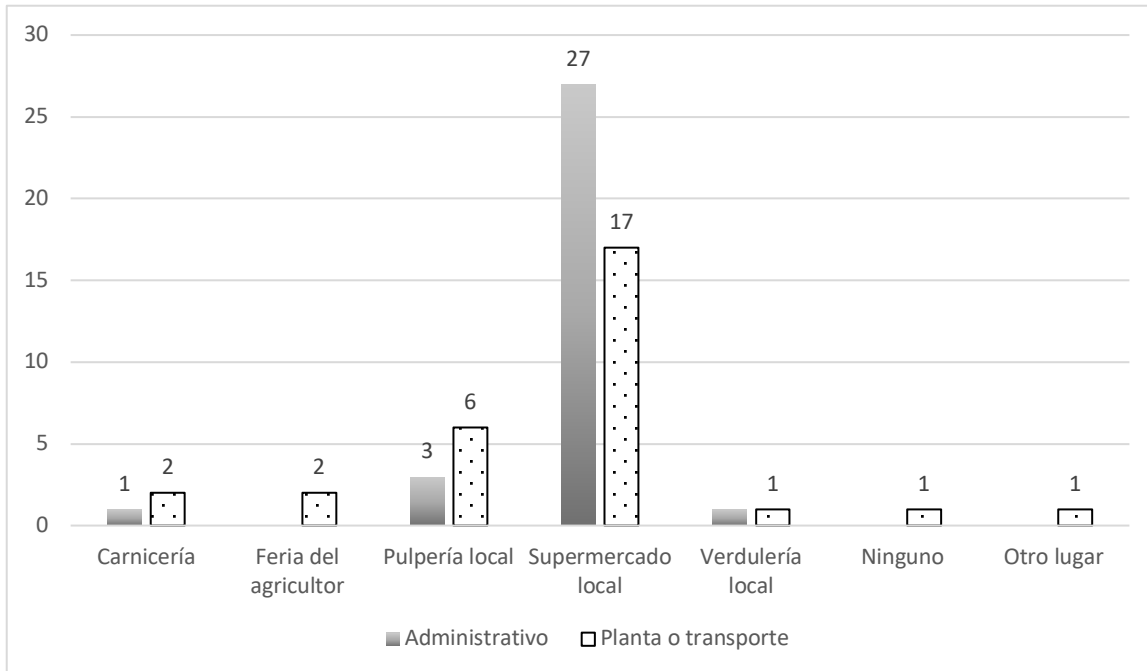


Figura 15. Lugar de compra de huevos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que 27 personas del área administrativa adquieren los huevos en el supermercado local, 3 personas en la pulpería local, 1 persona en la carnicería y 1 persona en la verdulería local. En el área de planta y transportistas 17 personas adquieren los huevos en el supermercado, 6 personas en la pulpería local, 2 personas en la carnicería, 2 personas en la feria del agricultor, 1 personas en la verdulería local, 1 persona indica que en ninguno de los antes mencionados y 1 persona indica que los adquiere en otro lugar.

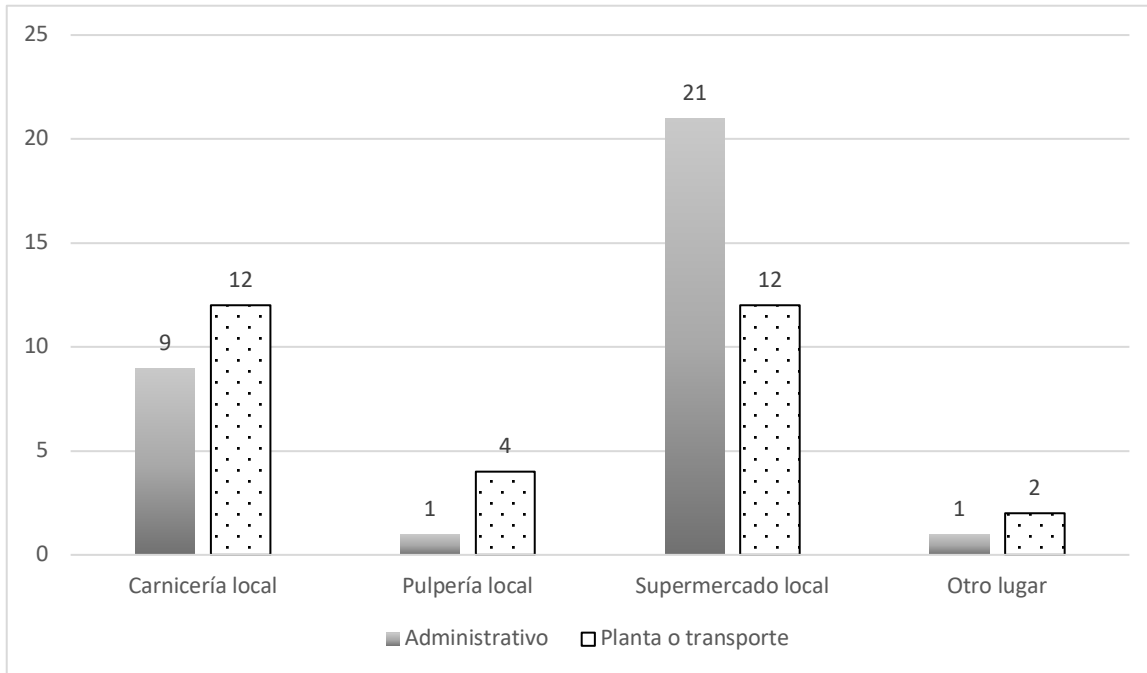


Figura 16. Lugar de compra de carne de res de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que, en el área administrativa, 21 personas adquieren la carne de res en el supermercado local, 9 personas en la carnicería local, 1 en la pulpería y 1 persona indica que en otro lugar. A nivel de colaboradores del área de planta o transportistas, 12 personas indican adquirir la carne de res en el supermercado local, 12 personas en la carnicería local, 4 en la pulpería local y 2 en otro lugar.

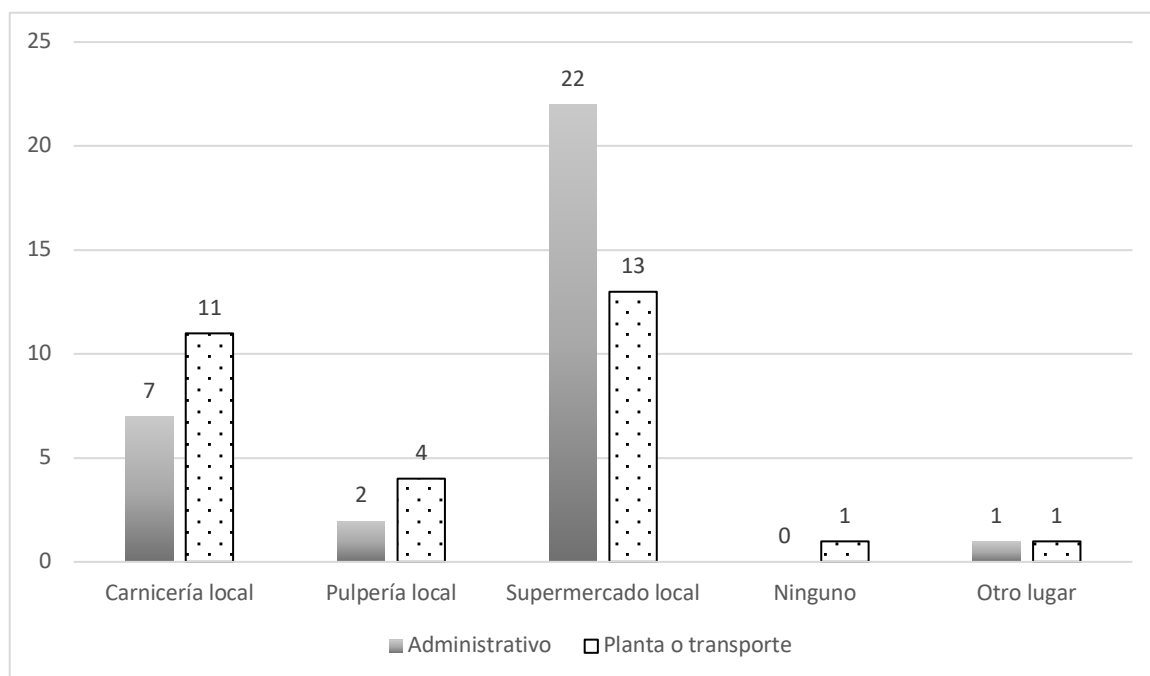


Figura 17. Lugar de compra de carne de pollo de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que 22 personas de nivel administrativo adquieren la carne de pollo en el supermercado, 7 en la carnicería local, 2 en la pulpería local y 1 persona indica que en otro lugar. A nivel de planta o transporte, 13 personas indican adquirir la carne de pollo en el supermercado local, 11 personas en la carnicería local, 4 personas en la pulpería local, 1 persona en ninguno de los lugares antes mencionados y 1 persona en otro lugar.

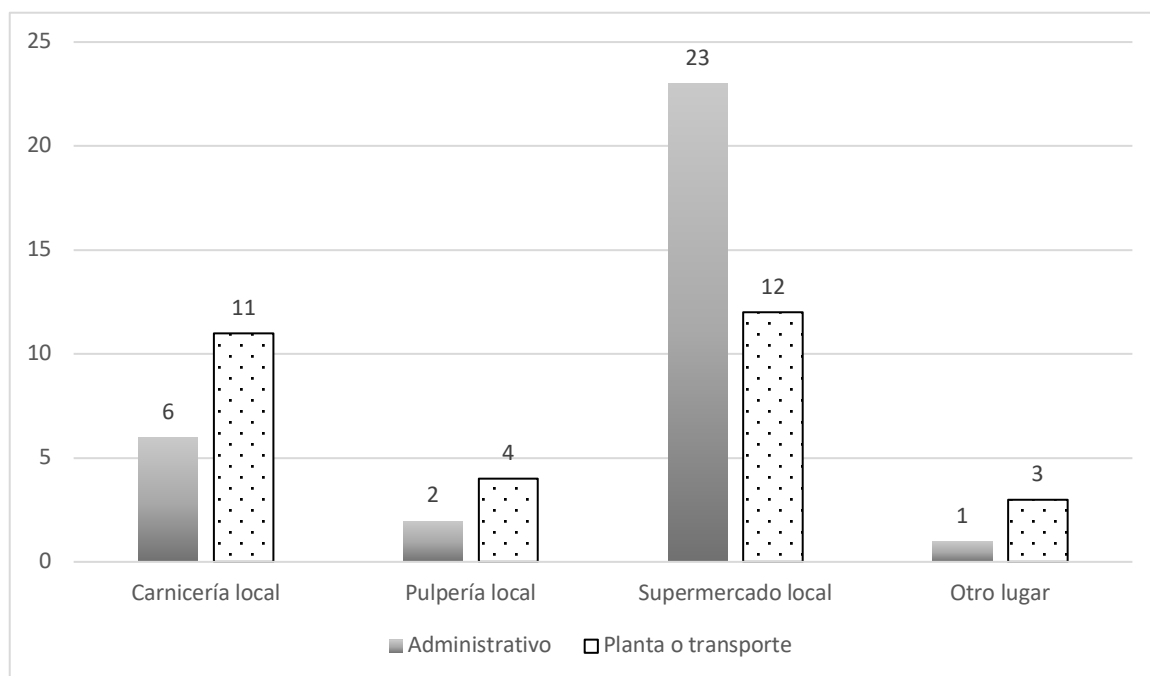


Figura 18. Lugar de compra de pescado o mariscos de las personas del área administrativa y área de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que, en el área administrativa, 23 personas adquieren este alimento en el supermercado local, 6 personas en la carnicería local, 2 personas en la pulpería local y 1 persona indica que en otro lugar. En cuanto a los colaboradores de planta o transporte, 12 personas adquieren este alimento en el supermercado local, 11 personas en la carnicería, 4 personas en la pulpería local y 3 personas indican que en otro lugar.

Tabla 2.

Distancia aproximada a la tienda donde se adquieren los alimentos de los colaboradores de nivel administrativo y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020

	Administrativo			Planta o transporte		
	Más de 1 km	Entre 500 mts y 1 km	Menos de 500 mts	Más de 1 km	Entre 500 mts y 1 km	Menos de 500 mts
Lacteos	8	20	4	11	14	5
Abarrotes	10	19	3	10	16	5
Frutas	9	17	6	13	10	7
Vegetales	9	17	6	12	12	6
Verduras	9	17	6	12	12	6
Huevos	8	17	7	8	12	10
Carne de res	11	17	4	8	17	5
Carne de pollo	10	18	4	8	16	6
Pescado o mariscos	11	18	3	9	16	5

Fuente: Ramírez, M (2020)

Con respecto a la distancia recorrida para la compra de alimentos, los colaboradores del área administrativa, la mayoría de compras de lácteos y abarrotes son adquiridas a una distancia aproximada

de 500 mts a 1 km, al igual que las frutas, vegetales , verduras, huevos y carnes. Y en el área de planta o transporte igualmente adquieren los alimentos a una distancia de 500 mts a 1 km, seguido por una distancia de menos de 500 mts para la compra de vegetales, verduras y frutas.

Tabla 3.

Medio de transporte utilizado por los colaboradores de nivel administrativo estudiados para la adquisición de alimentos, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020

	Bus	Taxi	Vehículo propio	Caminando	Caballo	Otro
Lacteos	1	1	26	4	0	0
Abarrotes	1	1	27	3	0	0
Vegetales	2	1	23	6	0	0
Verduras	2	1	23	6	0	0
Huevos	1	1	24	6	0	0
Carne de res	1	0	26	5	0	0
Carne de pollo	1	0	26	5	0	0
Pescado o mariscos	1	0	26	5	0	0

Fuente: Ramírez, M (2020).

En cuanto al medio de transporte utilizado para la adquisición de alimentos en el personal del área administrativa, se puede observar que la mayor parte de los colaboradores en un rango de 23-26 colaboradores utilizan vehículo propio para la compra de los alimentos, además en un rango de 3-6 personas caminan para adquirir los alimentos y entre 1 y 2 personas adquieren los alimentos viajando en bus.

Tabla 4.

Medio de transporte utilizado por los colaboradores de nivel de planta o transporte estudiados para la adquisición de alimentos, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020

	Bus	Taxi	Vehículo propio	Caminando	Caballo	Otro
Lacteos	4	1	16	8	0	1
Abarrotes	5	1	18	5	0	1
Vegetales	5	1	15	8	0	1
Verduras	4	1	16	7	0	2
Huevos	4	2	15	8	0	1
Carne de res	4	1	17	7	0	1
Carne de pollo	4	1	17	7	0	1
Pescado o mariscos	4	1	17	7	0	1

Fuente: Ramírez, M (2020).

En cuanto al medio de transporte utilizado para la adquisición de alimentos en el personal del nivel de planta o transportistas , se observa que la mayor parte de los colaboradores en un rango de 15-18 colaboradores utilizan vehículo propio para la compra de los alimentos, además en un rango de 5-8 personas caminan para adquirir los alimentos, entre 4 y 5 personas adquieren los alimentos viajando el bus, entre 1 y 2 personas utilizan el taxi para la compra de sus alimentos y entre 1 y 2 personas indican que utilizan otro tipo de medio de transporte.

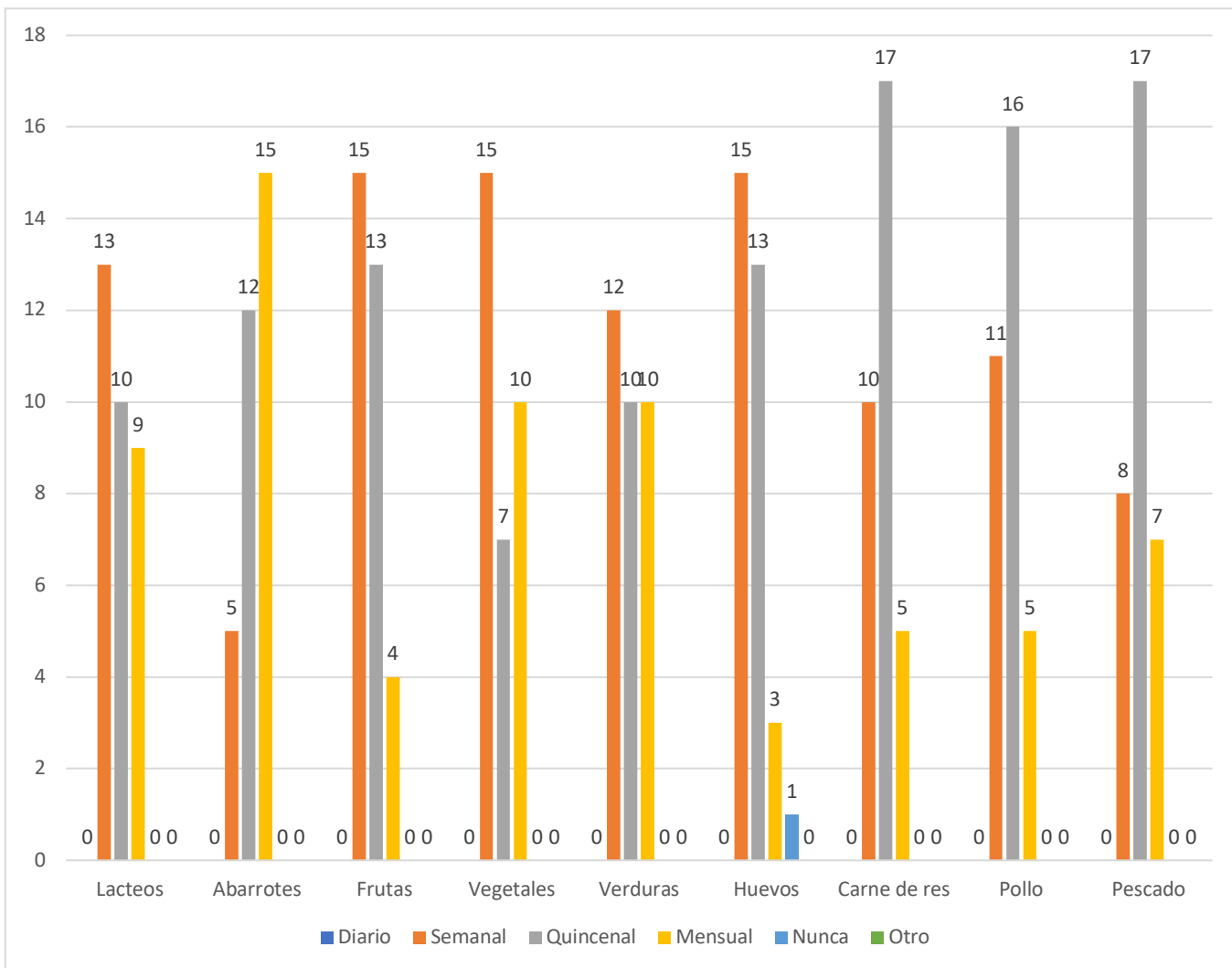


Figura 19. Frecuencia de compra de alimentos de los colaboradores de nivel administrativo, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que 13 personas encuestadas de nivel administrativo, adquieren los lácteos semanalmente, 10 personas los adquieren quincenal y 9 personas mensualmente. En cuanto a la compra de abarrotes, 15 personas los adquieren mensualmente, 12 personas quincenalmente y 5 personas semanalmente. En cuanto a las frutas, 15 personas las adquieren semanalmente, 13 personas quincenalmente y 4 personas mensualmente. Del total de encuestados 15 personas adquieren los vegetales de forma semanal, 10 personas de forma mensual y 7 personas de forma quincenal. En cuanto a las verduras del total de encuestados, 12 personas las adquieren de forma semanal mientras que 10 personas la adquieren de forma quincenal e igualmente 10 personas las adquieren mensualmente. En cuanto a los huevos, 15 personas los adquieren semanalmente, 13 personas, quincenalmente, 3 personas mensualmente y una persona indica no adquirirlos del todo. La carne de res se adquiere por 17 personas de forma quincenal, 10 personas de forma semanal y 5 personas indican comprarla mensualmente. El pollo se adquiere por 16 personas de forma quincenal, 11 personas de forma semanal y 5 personas de forma mensual. En cuanto al pescado, 17 personas indican comprarlo quincenalmente, 8 personas de forma semanal y 7 personas de forma mensual.

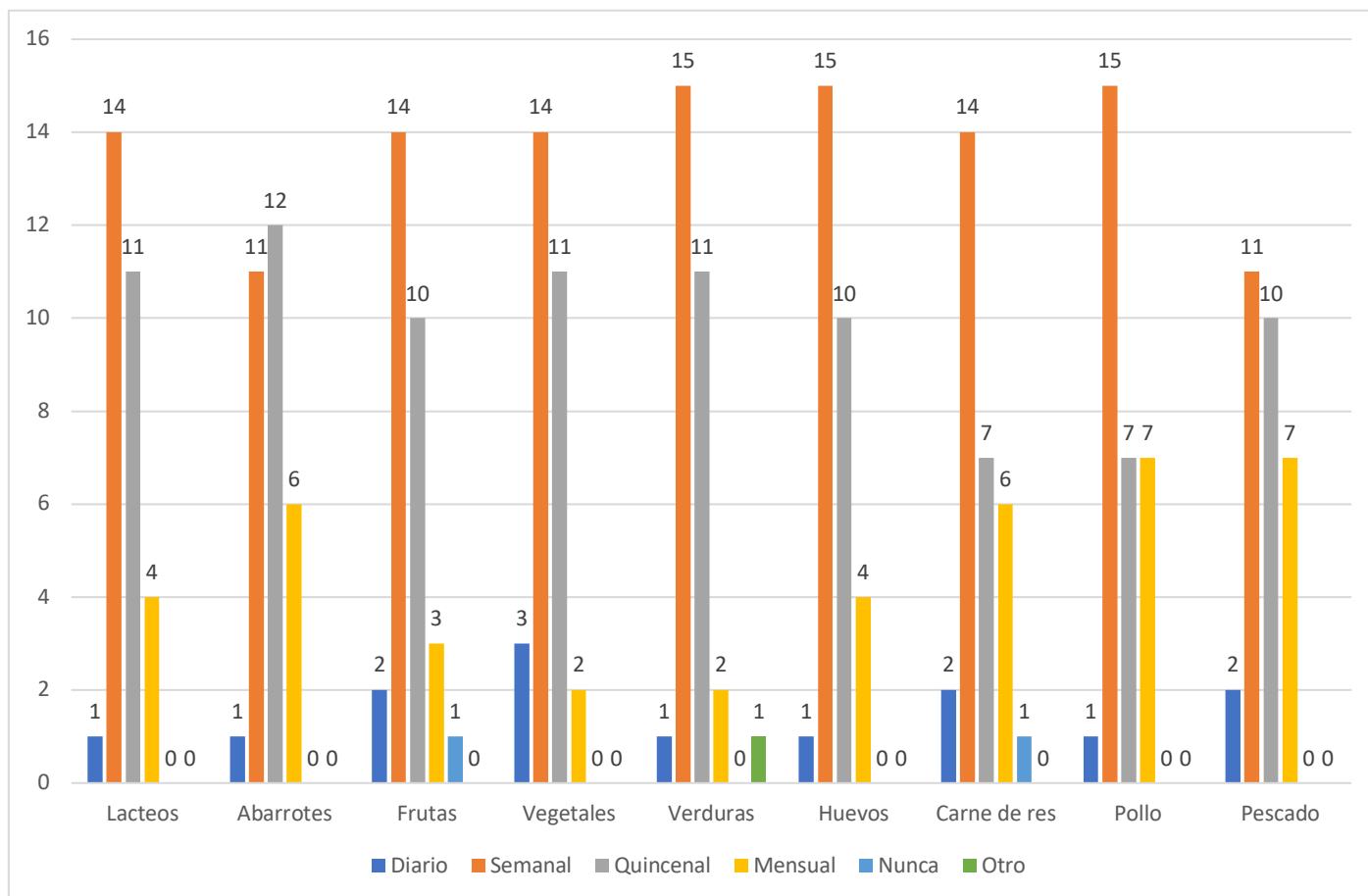


Figura 20. Frecuencia de compra de alimentos de los colaboradores de nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramirez, M (2020).

En el gráfico anterior se observa que 14 personas encuestadas de nivel de planta o transporte adquieren los lácteos semanalmente, 11 personas los adquieren quincenal y 4 personas mensualmente y una persona indica comprarlos diariamente. En cuanto a la compra de abarros, 12 personas los adquieren quincenalmente, 11 personas semanalmente, 6 personas los adquieren mensualmente y una persona indicó adquirirlos diariamente. En cuanto a las frutas, 14 personas las adquieren semanalmente, 10 personas quincenalmente, 3 personas mensualmente, 2 personas diariamente y 1 persona indica no comprarlas nunca. Del total de encuestados 14 personas adquieren los vegetales de forma semanal, 11 personas de

forma quincena, 3 personas diariamente y 2 personas de forma mensual . En cuanto a las verduras del total de encuestados, 15 personas las adquieren de forma semanal, 11 personas de forma quincenal, 2 personas de forma mensual, 1 persona indica adquirirlo de forma diaria y 1 persona indica adquirirlo de otra forma. En cuanto a los huevos, 15 personas los adquieren semanalmente, 10 personas quincenalmente 4 personas mensualmente y 1 persona indica adquirirlos diariamente. La carne de res se adquiere por 14 personas de forma semanal, 7 personas de forma quincenal, 6 personas indican comprarla mensualmente, 2 personas diariamente y una indica no adquirirlo del todo. El pollo se adquiere por 15 personas de forma semanal, 7 personas de forma quincenal, 7 personas de forma mensual y una persona indica adquirirlo diariamente. En cuanto al pescado, 11 personas indican comprarlo semanalmente, 10 personas de forma quincenal, 7 personas de forma mensual y 2 indican adquirirlo de forma diaria.

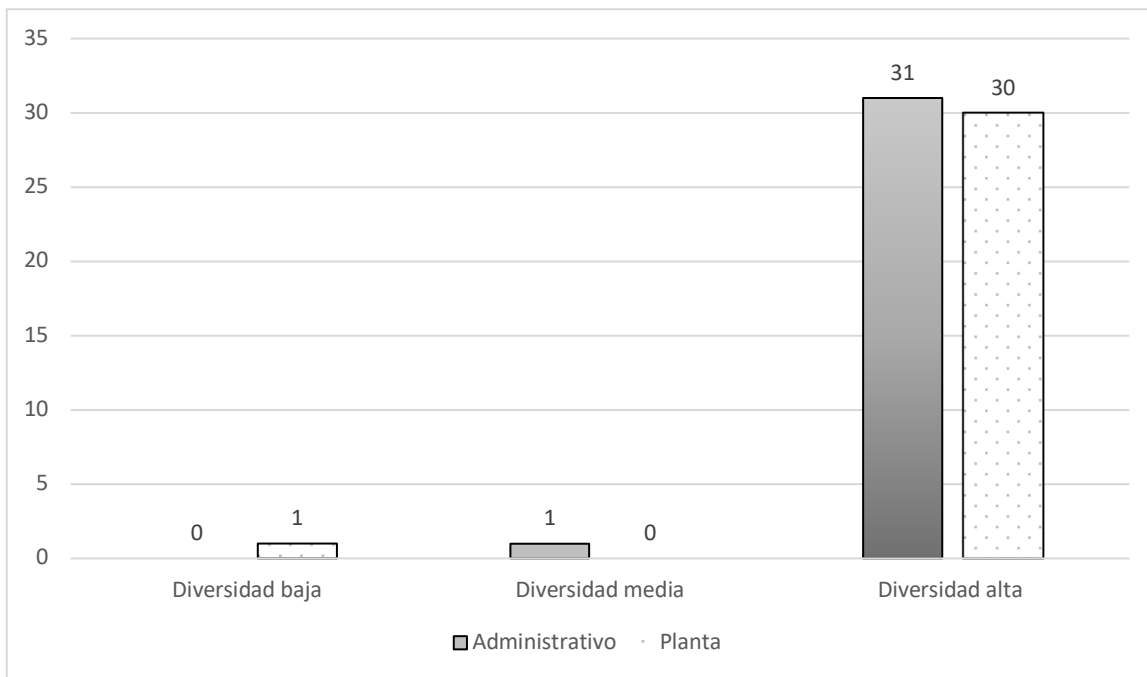


Figura 21. Consumo de alimentos en los últimos 3 días según la guía para medir la diversidad alimentaria de la FAO de los colaboradores del área administrativa, a partir del cuestionario aplicado

a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Fuente: Ramírez, M (2020).

Esta guía se utiliza para medir específicamente el HDDS, cuya finalidad es proporcionar una indicación del acceso económico a los alimentos en el hogar, por lo que los artículos cuya obtención requiere recursos económicos, tales como los condimentos, el azúcar y los alimentos azucarados y las bebidas, se incluyen en el puntaje, el total del puntaje de la HDDS debe de estar comprendido entre 0-12, los cuales, en el gráfico anterior, se observa que a nivel administrativo, 1 familia obtuvo diversidad media, mientras que 31 familias tienen una diversidad alimentaria alta, mientras que a nivel de planta o transporte, 1 familia tiene una diversidad alimentaria baja, mientras que 30 están dentro del rango de la diversidad alimentaria alta.

Una vez conocida la disponibilidad, se procede a exponer el acceso alimentario de los encuestados.

4.1.3 Acceso a los alimentos

Según se menciona, el siguiente inciso busca determinar el acceso alimentario de los participantes de la investigación.

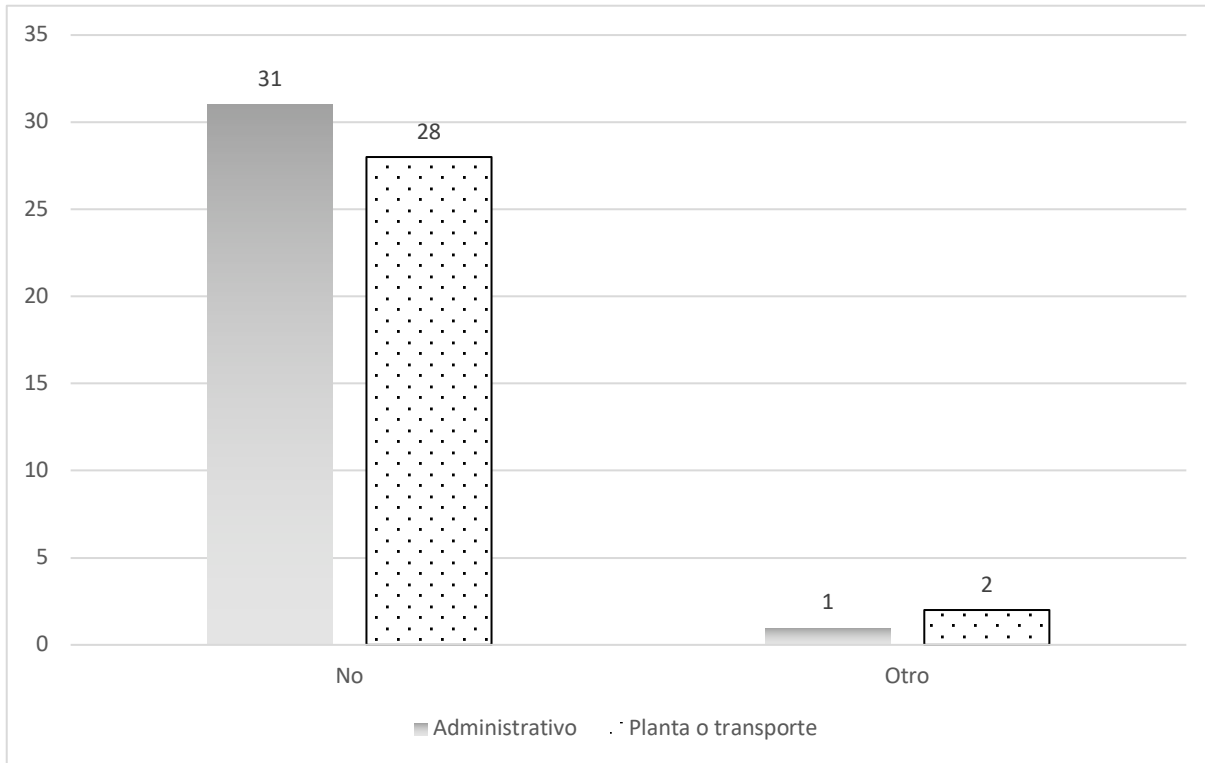


Figura 22. Ayuda económica o alimentaria durante el año de los colaboradores de nivel Administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

De acuerdo con el gráfico anterior se observa que 31 personas de nivel administrativo no reciben ningún tipo de ayuda económica ni alimentaria, y 1 persona indica recibir otro tipo de ayuda, mientras que 28 personas de nivel de planta indican no recibir ayuda y 2 personas indican recibir otro tipo de ayuda.

Otro punto de importancia es el gasto aproximado en alimentación por mes de los participantes del estudio, en la siguiente figura se aprecian los resultados de esta variable según su puesto dentro de la empresa:

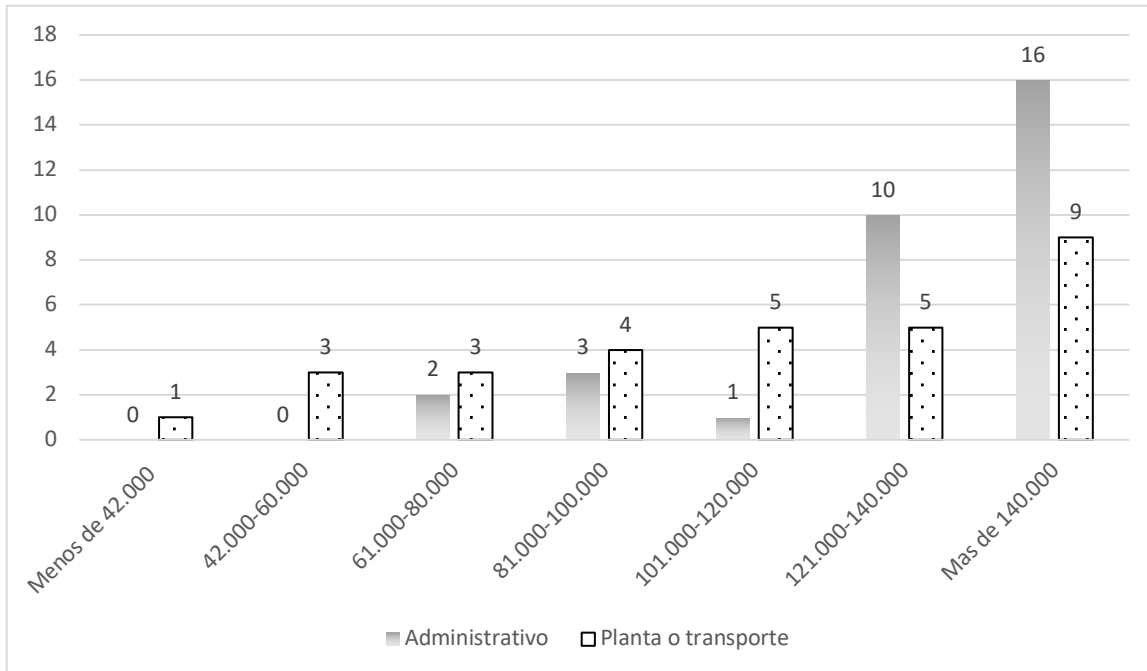


Figura 23. Gasto aproximado en colones al mes en alimentación de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En cuanto al gasto aproximado en alimentación indicado por los colaboradores de la empresa de nivel administrativo y de planta o transporte, se observa que de parte de los de nivel administrativo 16 personas indicaron gastar más de ₡140.000 en alimentos al mes, 10 personas gastan entre ₡121.000 y ₡140.000 siendo este el resultado más significativo, mientras que en nivel de planta o transporte 9 personas indicaron gastar al mes en alimentación mas de ₡140.000 colones, mientras que 5 indicaron gastar ₡121.000 a ₡140.000 colones, igualmente 5 personas indican gastar entre ₡101.000 colones y ₡120.000 colones, siendo estos los resultados más significativos ya que en el área de planta o transporte el presupuesto está distribuido dentro de todas las opciones presentadas. Igualmente, es importante conocer el ingreso total

económico de cada familia para poder identificar la dificultad económica para acceder a los alimentos, en la siguiente figura se detalla esta variable:

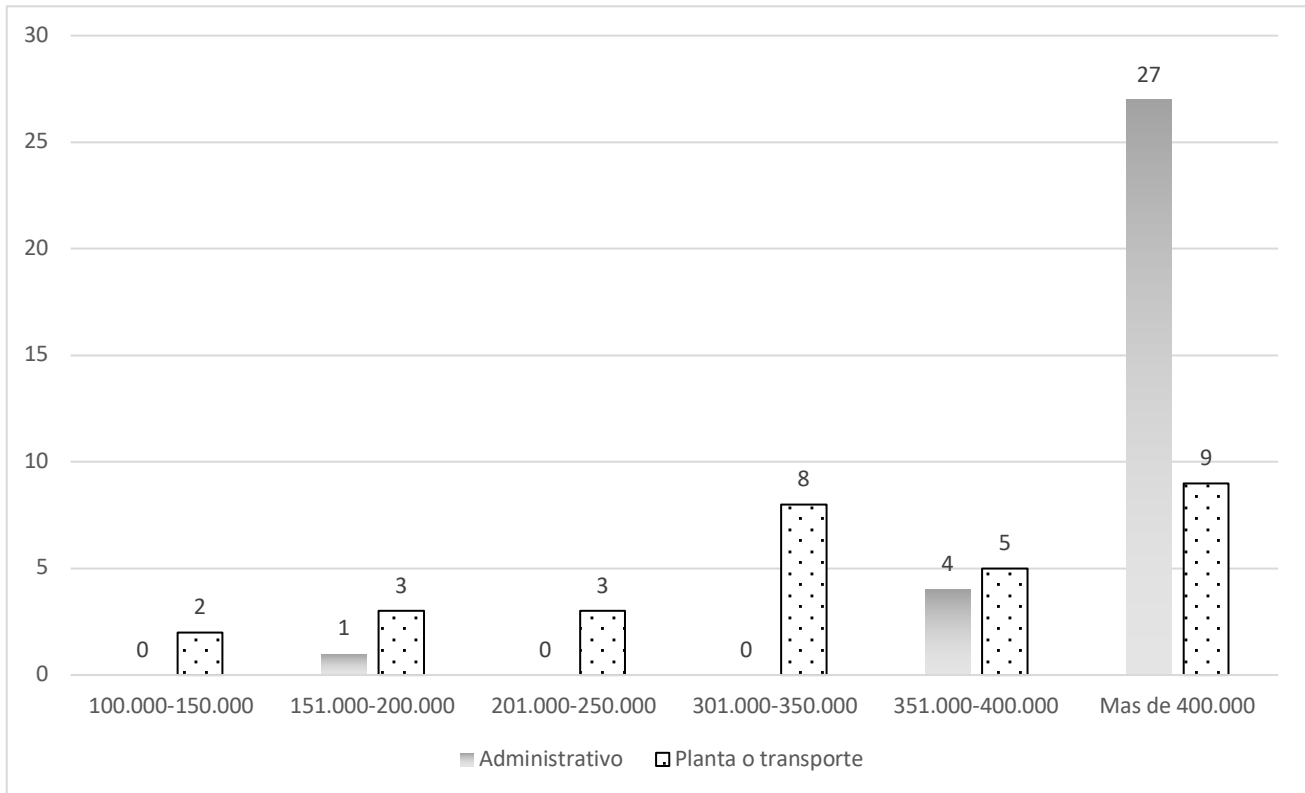


Figura 24. Ingreso económico total mensual en colones que dispone la familia de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

La figura anterior expone el ingreso total mensual en colones que dispone la familia de los colaboradores, a nivel administrativo 27 personas indican que el ingreso es de más de ₡400.000 y 4 personas indican un ingreso de ₡351.000 a ₡400.000 en total. En el caso de los de nivel de planta o transporte, solamente 9 personas indican tener un ingreso de más de ₡400.000, 5 personas indican un ingreso de ₡351.000 a

₡400.000, 8 personas indican un ingreso de ₡301.000 a ₡350.000, 3 personas indican un ingreso de ₡201.000 a ₡250.000, 3 personas indican un ingreso de ₡151.000 a ₡200.000 y dos personas indican obtener un ingreso de ₡100.000 a ₡150.000.

La Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA) fue aplicada a los colaboradores de esta investigación y utilizada como complemento para medir el acceso a los alimentos de los individuos, así como también para comprender el fenómeno de la seguridad alimentaria en el hogar y en la siguiente figura se expone lo encontrado:

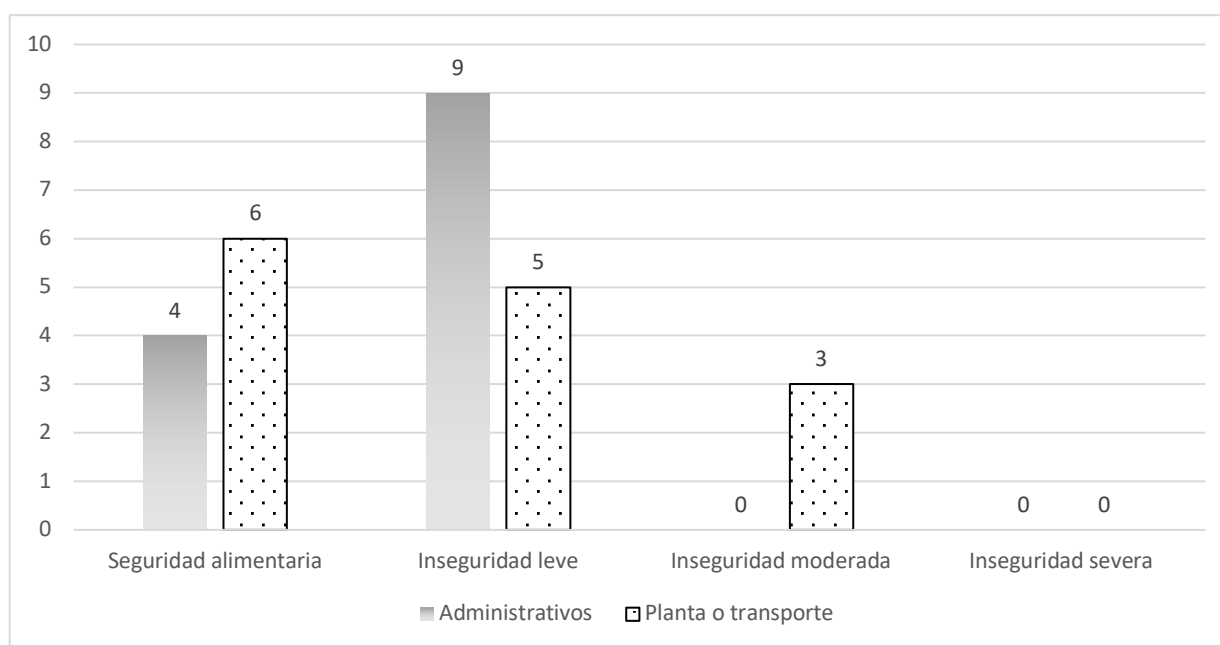


Figura 25. Nivel de seguridad alimentaria en familias sin menores de 18 años según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Fuente: Ramírez, M (2020)

En cuanto a la escala latinoamericana y Caribeña de Seguridad alimentaria presentada en las encuestas en forma de preguntas cerradas, se puede observar en el gráfico anterior, de acuerdo con las respuestas de los colaboradores del área administrativa sin niños menores de 18 años, 4 personas se clasifican con seguridad alimentaria, mientras que 9 personas se clasifican con inseguridad leve. De acuerdo con las personas de planta o transporte se observa que 6 personas se clasifican con seguridad alimentaria, mientras que 5 personas se clasifican con inseguridad leve y 3 personas con inseguridad moderada.

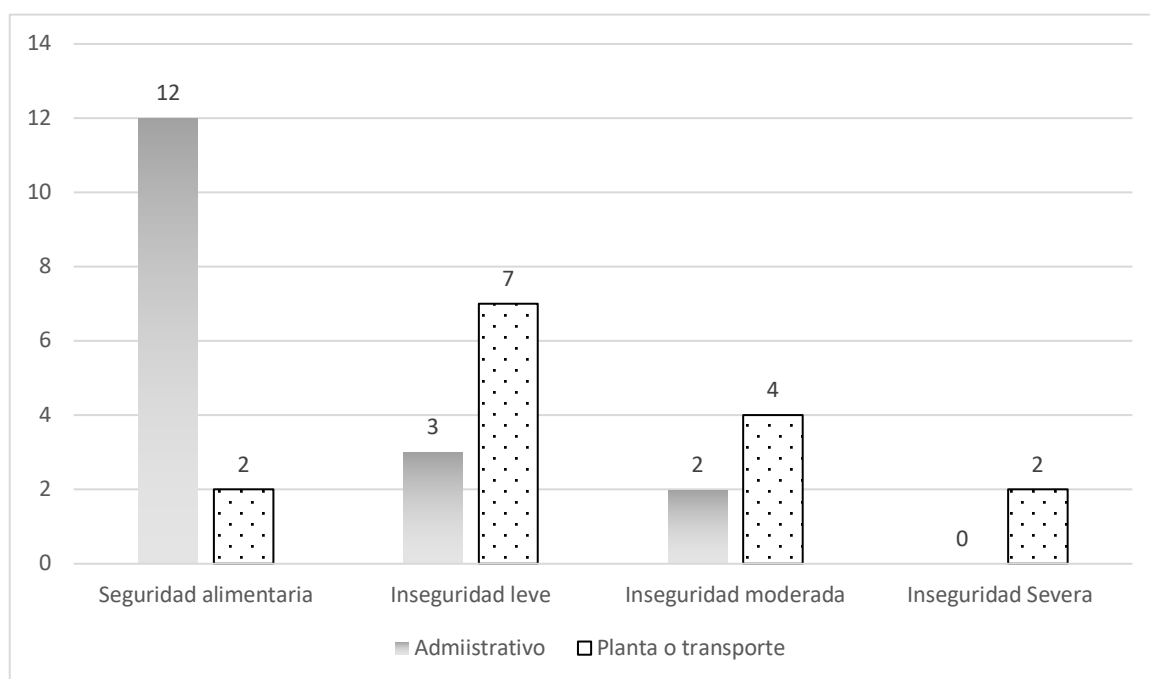


Figura 26. Nivel de seguridad alimentaria en familias con menores de 18 años según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

De acuerdo con la escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad alimentaria presentada en las encuestas a los colaboradores de nivel administrativo con menores de 18 años, se observa que 12 familias se clasifican con seguridad alimentaria, 3 familias con inseguridad leve y 2 con inseguridad moderada, en

cuanto a los colaboradores de nivel administrativo con menores de 18 años 2 personas se clasifican con seguridad alimentaria, 7 personas con inseguridad leve, 4 personas con inseguridad moderada y 2 familias con inseguridad severa.

La ley de Engel es utilizada para complementar la medición de la inseguridad alimentaria en la población estudiada y en la siguiente figura se expone lo encontrado:

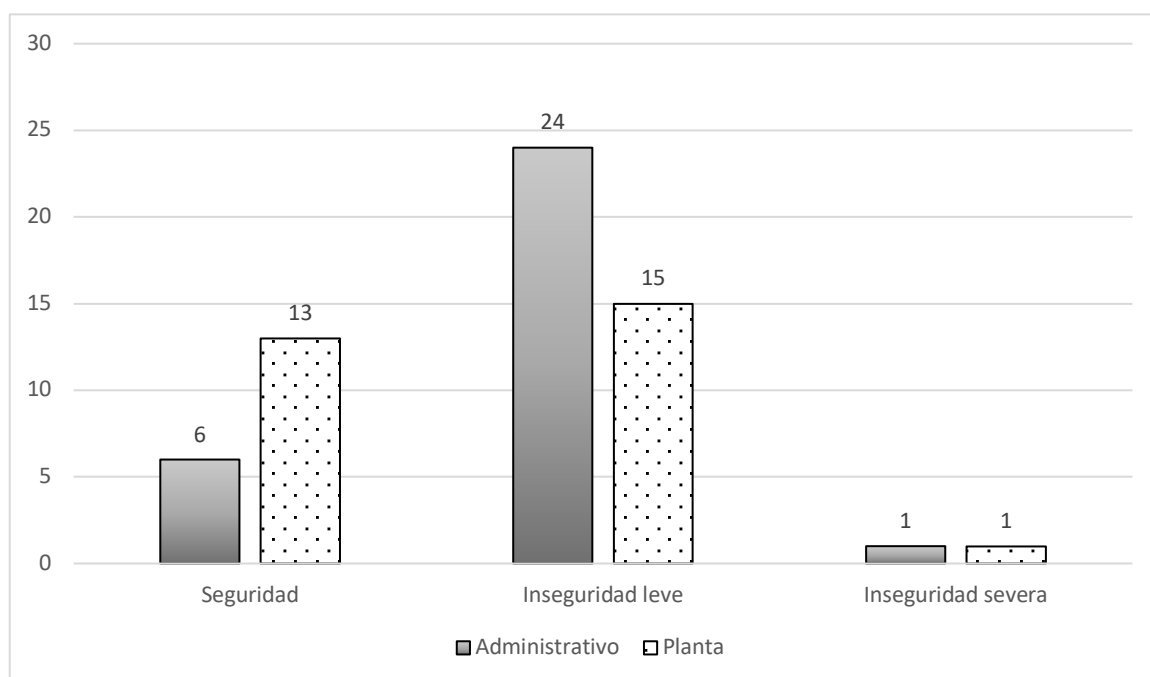


Figura 27. Nivel de inseguridad alimentaria según la ley de Engel, en el personal a nivel administrativo y de planta de la Empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020

Fuente: Ramírez, M (2020)

Según la ley de Engel, para medir la inseguridad alimentaria, se pueden clasificar a 6 familias de nivel administrativo y 13 familias de nivel de planta con seguridad alimentaria, 24 familias de nivel

administrativo y 15 de nivel de planta con inseguridad leve y 1 familia de nivel administrativo y 1 familia de nivel de planta con inseguridad severa.

La canasta básica (CBA) es utilizada para identificar el nivel de pobreza en la población estudiada y los detalles encontrados se exponen a continuación:

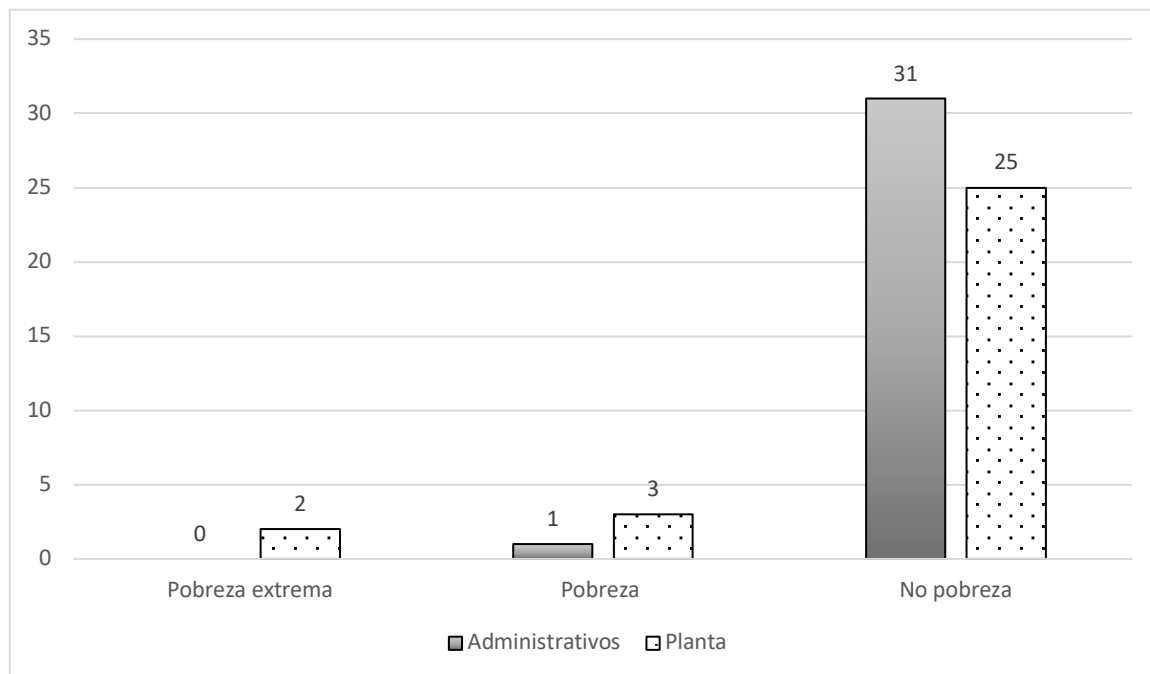


Figura 28. Nivel de pobreza según la canasta básica de Costa Rica y cantidad de personas en el hogar, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la Empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Fuente: Ramirez, M (2020)

De acuerdo con la CBA, el ingreso total en el hogar y la cantidad de personas que viven en el hogar se observa que 2 personas de nivel de planta se encuentran en pobreza extrema, 3 en pobreza no extrema y

25 familias en no pobreza mientras que a nivel administrativo se observa que 1 persona se encuentra en pobreza no extrema y 31 personas en no pobreza.

Al tener con claridad los resultados del acceso alimentario de los colaboradores, se procede a desglosar la conducta alimentaria en horas laborales de los encuestados.

4.1.4 Conducta alimentaria en horas laborales

En el siguiente inciso de la investigación busca identificar la conducta alimentaria en horas laborales de los participantes de la investigación. En primer lugar, se determinó las conductas relacionadas con los tiempos de comida, en la siguiente figura se aprecian los detalles:

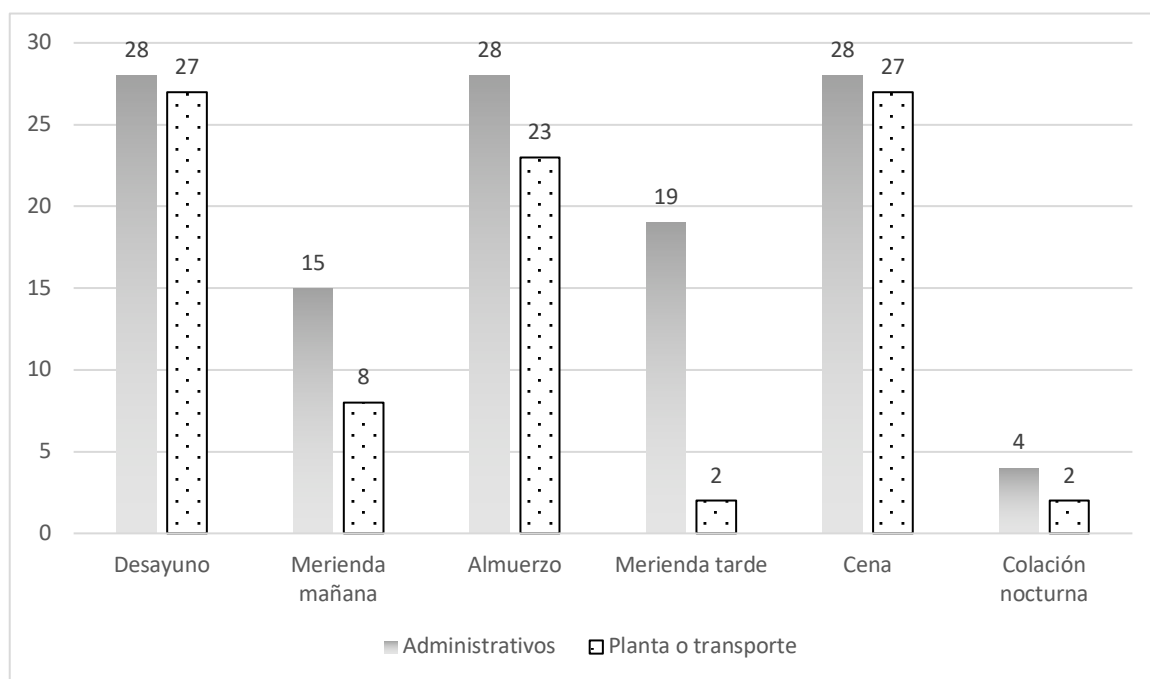


Figura 29. Tiempos de comida realizados la mayoría de los días por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020)

De acuerdo con los tiempos de comida realizados por los colaboradores encuestados, a nivel administrativo, 28 personas indicaron realizar el desayuno, 15 personas la merienda de la mañana, 28 personas el almuerzo, 19 personas la merienda de la tarde, 28 personas la cena y 4 personas hacen una colación nocturna. A nivel de planta o transporte 27 personas indican realizar el desayuno, 8 personas la merienda de la mañana, 23 personas realizan el almuerzo, 2 personas realizan la merienda de la tarde, 27 personas la cena y solamente 2 personas realizan una colación nocturna.

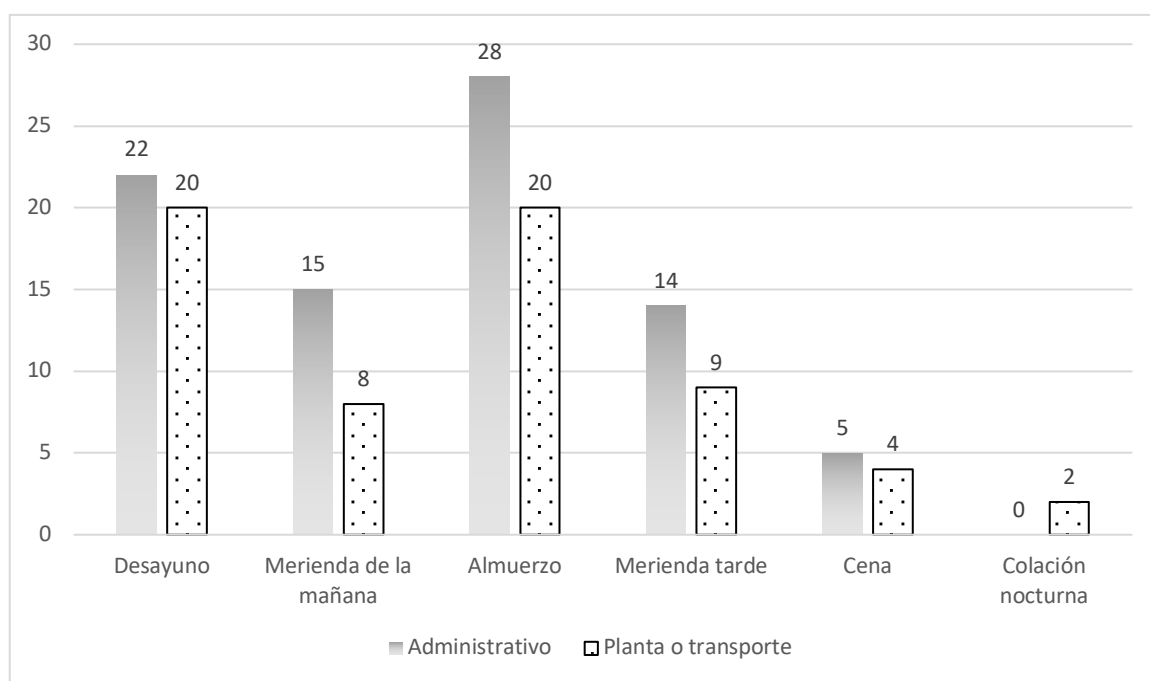


Figura 30. Tiempos de comida realizados en horas laborales por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se observa que los tiempos de comida realizados en horas laborales de los colaboradores encuestados de nivel administrativo, 22 personas indican realizar el desayuno en horas laborales, 15 personas la merienda de la mañana, 28 personas realizan el almuerzo, 14 personas la merienda de la tarde y 5 personas la cena. En cuanto a los colaboradores de nivel de planta y de

transporte, 20 personas realizan el desayuno en horas laborales, 8 personas la merienda de la mañana, 20 personas el almuerzo, 9 personas la merienda de la tarde, 4 personas la cena y dos personas indican realizar la colación nocturna en horas laborales.

Ahora bien, otro aspecto contemplado fue la cantidad de líquido consumido por los colaboradores, esto se detalla a continuación:

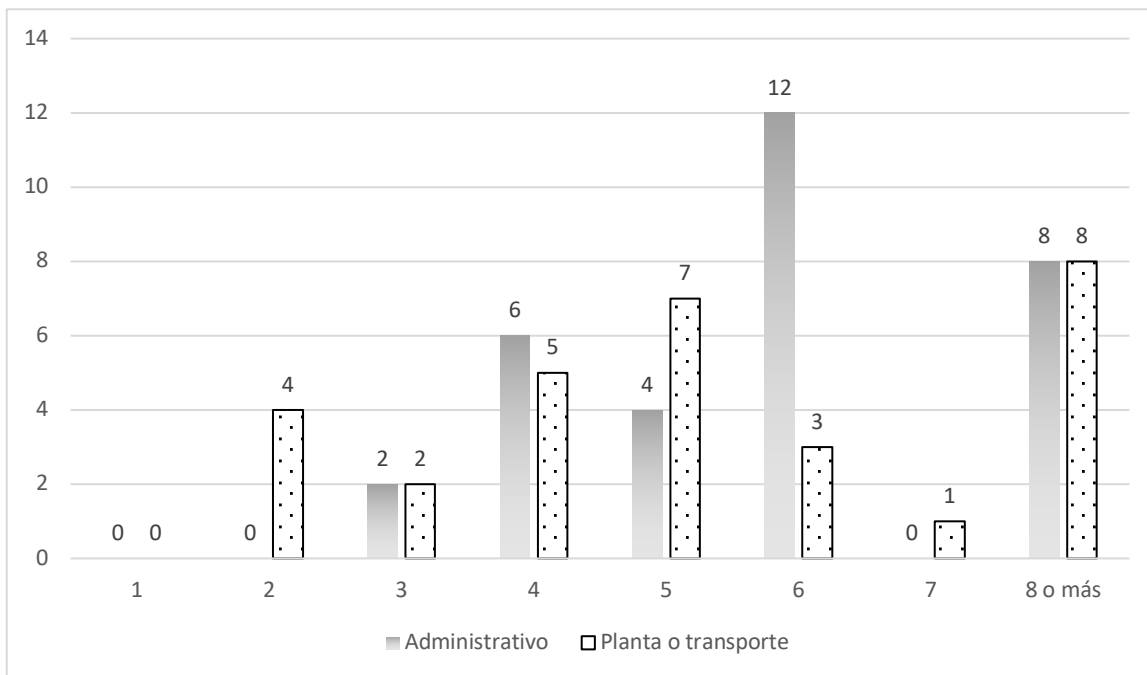


Figura 31. Consumo de vasos de líquido (agua, café, refrescos) en el día por los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

La figura anterior expone el consumo de vasos de líquido ingerido por los colaboradores de nivel administrativo y de nivel de planta o transporte, se observa que, a nivel administrativo, 12 personas indican

consumir 6 vasos de agua al día, 8 personas indican consumir 8 o más vasos, 6 personas consumen 4 vasos, 4 personas consumen 5 vasos y 2 personas indican consumir 3 vasos de agua al día. A nivel de colaboradores de planta o transporte, 8 personas igualmente indican consumir 8 vasos de agua a día, 7 personas indican consumir 5 vasos, 5 personas indican consumir 4 vasos de agua, 3 personas indican consumir 6 vasos de agua, 4 personas indican consumir 2 vasos al día, 2 personas indican consumir 3 vasos de agua o líquido y 1 persona indica consumir 7 vasos de agua al día.

Otro factor contemplado en cuando a la conducta alimentaria de los colaboradores es la procedencia de sus alimentos en horas laborales, lo cual se detalla en la siguiente figura:

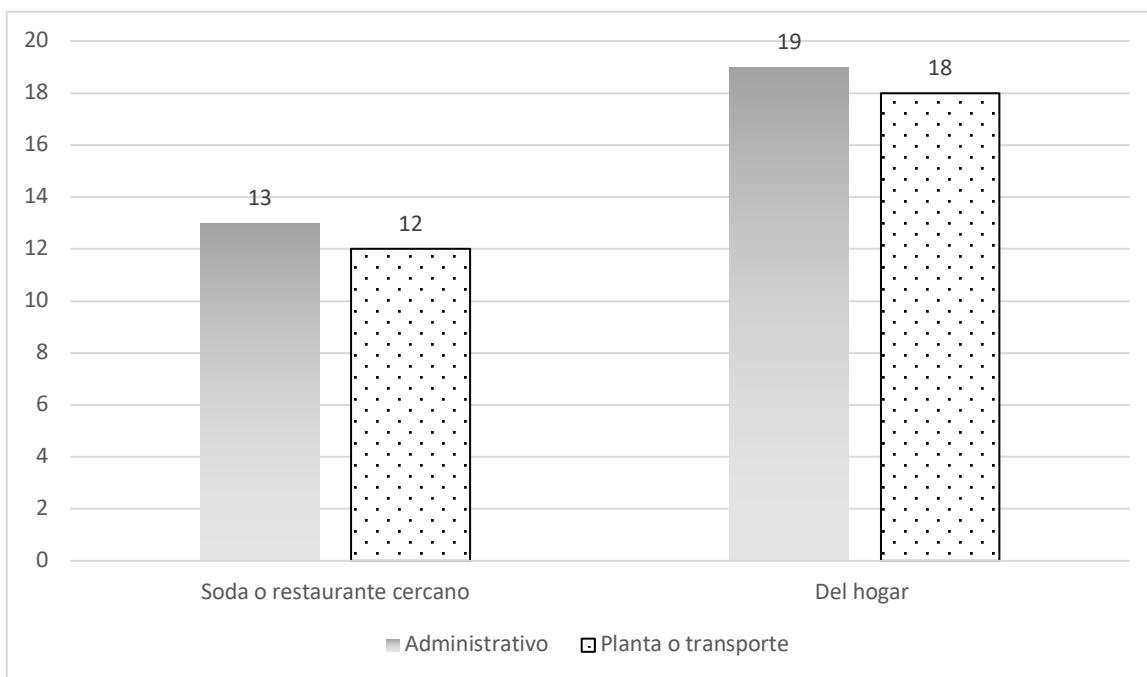


Figura 32. Proveniencia de los alimentos consumidos en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y de nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se visualiza la proveniencia de los alimentos consumidos en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y de nivel de planta o transporte. Se observa que a nivel administrativo, 13 personas adquieren los alimentos de una soda cercana o restaurante cercano a su lugar de trabajo y 19 personas traen los alimentos desde el hogar ya preparados, en cuanto a los colaboradores de nivel de planta o transporte, 12 personas adquieren sus alimentos en una soda o restaurante cercano al momento de necesitarlo y 18 personas los traen preparado del hogar.

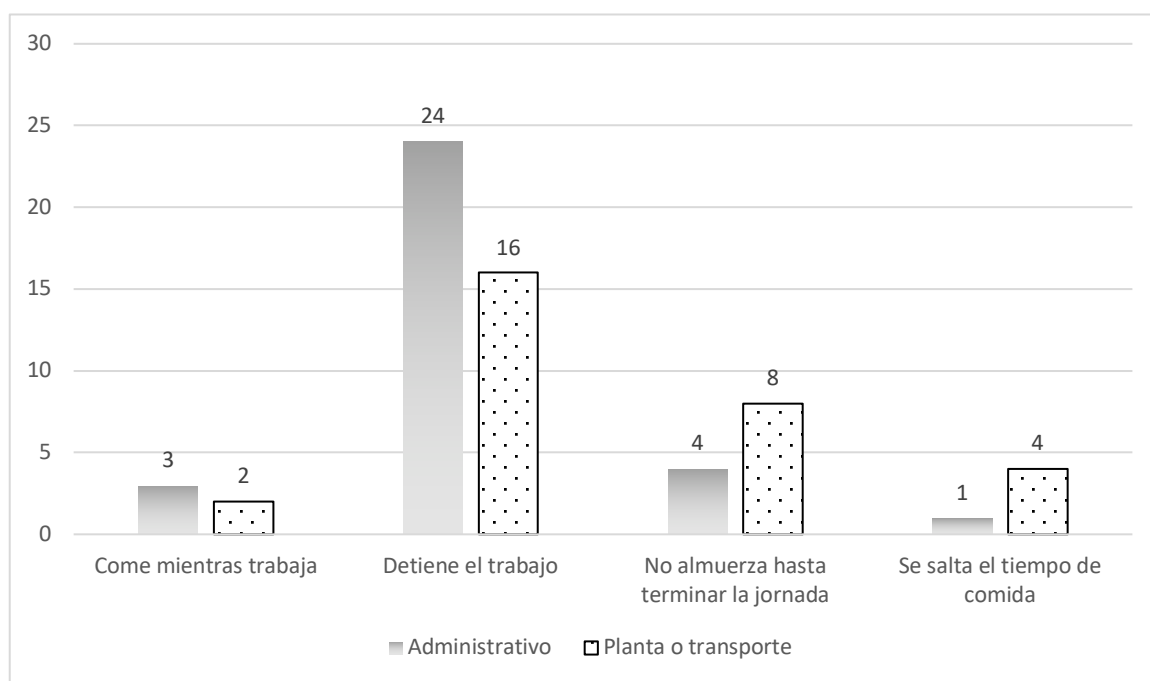


Figura 33. Conducta alimentaria en horas laborales a la hora del almuerzo de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se observa la conducta alimentaria en horas laborales específicamente a la hora de almuerzo, ya que es el tiempo de comida que realizan con más frecuencia todos los colaboradores; en el área administrativa 24 colaboradores respondieron que cuando es la hora de almuerzo, detienen el trabajo para realizar su almuerzo tranquilamente, 4 personas indicaron que no almuerzan hasta terminar la jornada, 3 personas indican comer mientras siguen trabajando y una persona indica saltarse el tiempo de comida y no realizarlo. A nivel de planta o transporte, 16 personas indican detener el trabajo que realizan para almorzar, 8 personas indican que no almuerzan hasta terminar su jornada laboral, 4 personas indican no hacer el tiempo de comida y saltarlo y 2 personas indican comer mientras trabajan.

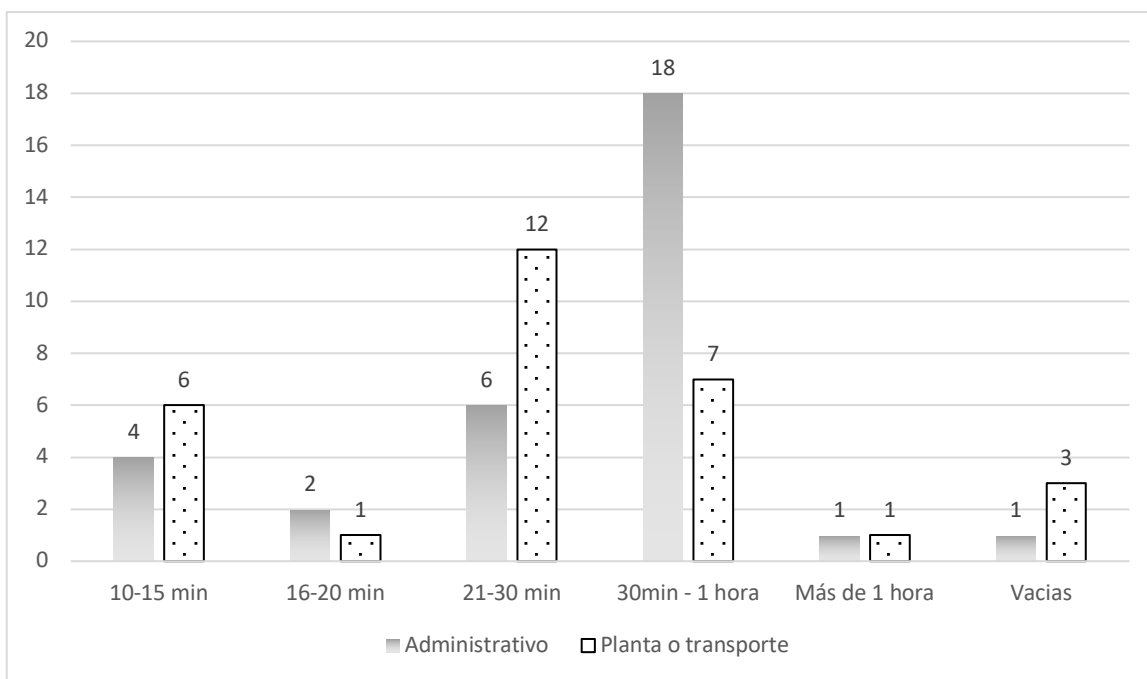


Figura 34. Cantidad de tiempo destinado para realizar el almuerzo en horas laborales de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020
Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se observa a nivel administrativo que 18 personas dedican de 30 min a 1 hora para realizar el almuerzo, 6 personas indican dedicar de 21-30 min para realizar el almuerzo, 4 personas dedican 10-15 min a la hora de almuerzo, 2 personas de 16-20 min y 1 persona dedica más de 1 hora a este tiempo de comida. A nivel de planta o transporte, 12 personas indican dedicar de 21-30 min, 7 personas indican que toman de 30 min a 1 hora para realizar el tiempo de comida, 6 personas realizan el almuerzo en 10-15 min, 1 persona indica tomar de 16-20 min en realizar el tiempo de comida y una persona toma más de 1 hora.

Otro aspecto relevante que es de gran importancia es la realización de los tiempos de comida sin salir del puesto de trabajo por lo que se detalla a continuación:

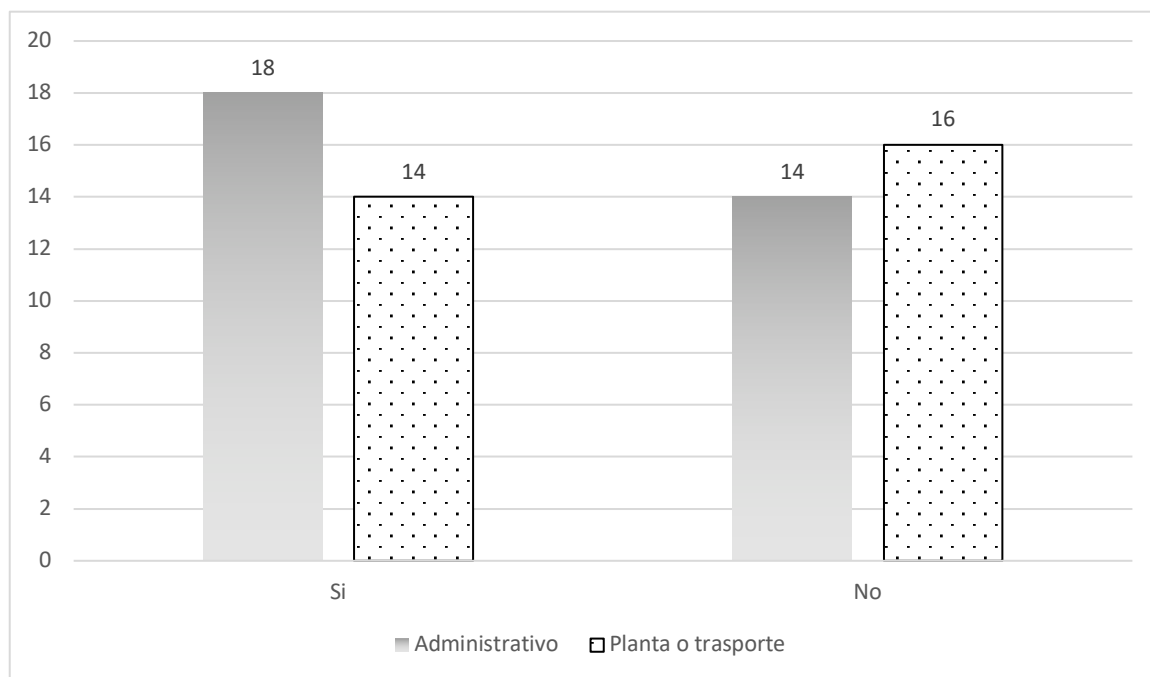


Figura 35. Realización de tiempos de comida en el puesto de trabajo de los colaboradores de nivel administrativo y de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se muestra que 18 personas de nivel administrativo realizan el almuerzo en su puesto de trabajo, esto indica que realizan este tiempo de comida en el escritorio o cubículo, y 14 personas indicaron realizarlo en el comedor o en un área dedicada para este fin. En cuanto a los colaboradores de nivel de planta o transporte 14 personas indicaron realizar el tiempo de comida en su puesto de trabajo, ya sea planta o camión repartidor, mientras que 16 personas indican realizarlo en un lugar destinado para este fin, separándose de sus puestos de trabajo y dedicando el tiempo establecido con tranquilidad para almorzar.

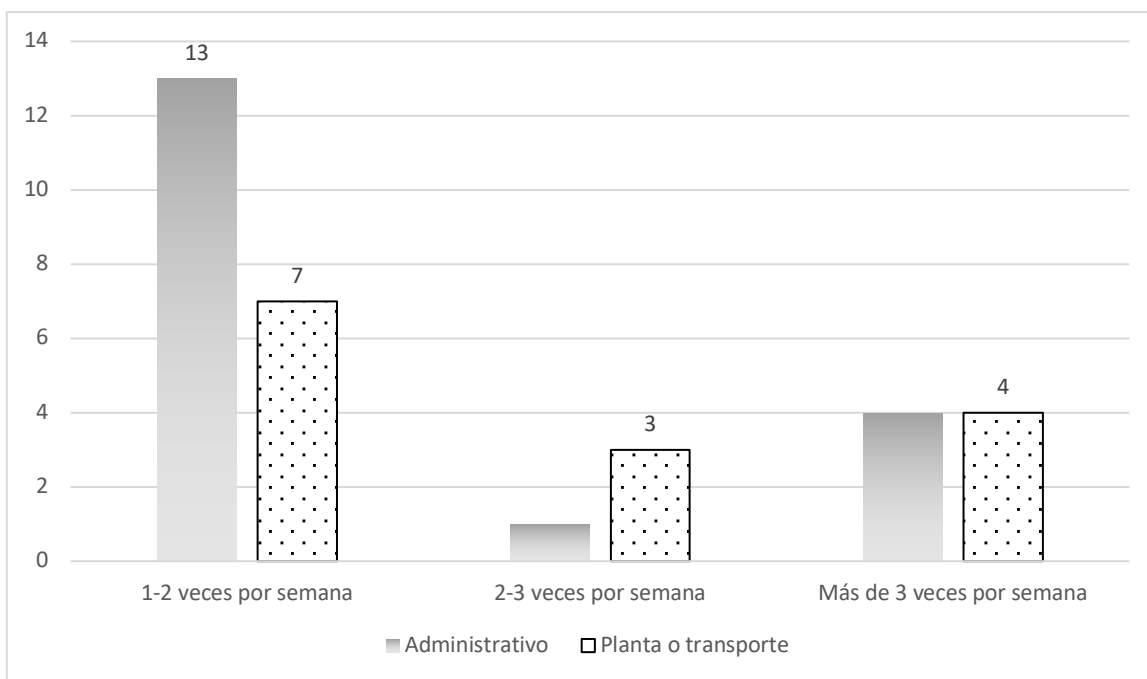


Figura 36. Cantidad de veces por semana que se realizan los tiempos de comida en el puesto de trabajo de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020 Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se observan la cantidad de veces por semana que realizan los tiempos de comida en el puesto de trabajo los colaboradores que indicaron hacerlo, a nivel administrativo 13 personas indican hacer esta práctica 1-2 veces por semana, 1 persona indica realizarlo de 2-3 veces por semana y 4 personas indicaron realizarlo más de 3 veces por semana. En cuanto a los colaboradores de nivel de planta o transporte, 7 personas indican realizarlo de 1-2 veces por semana, 3 personas de 2-3 veces por semana y 4 personas más de 3 veces por semana.

Ahora bien, otro aspecto de gran importancia es la frecuencia de consumo de los alimentos por parte de los participantes, la cual se subdivide en alimentos y se detalla a continuación:

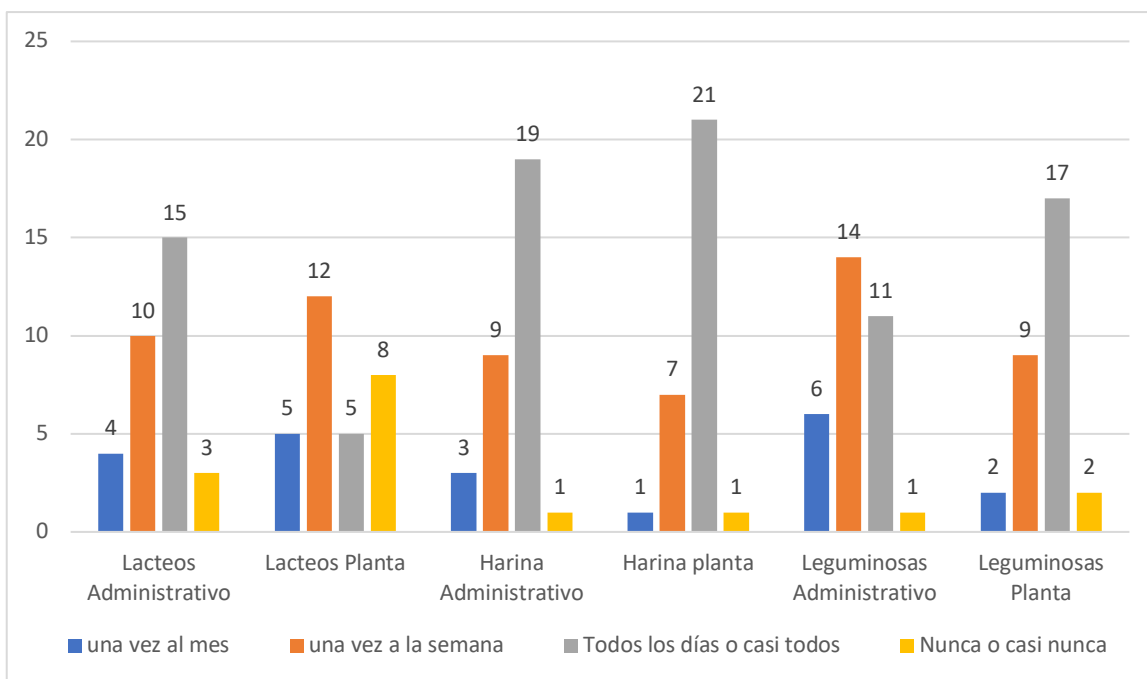


Figura 37. Frecuencia de consumo de lácteos, harinas y leguminosas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se describe la frecuencia de consumo de lácteos, harinas y leguminosas de los colaboradores de nivel de planta y nivel administrativo. A continuación, se describen los datos más relevantes, en cuanto a los lácteos a nivel administrativo 15 personas los consumen todos los días o casi todos los días y 10 personas los consumen una vez por semana, mientras que los de planta o transporte 12 personas lo consumen una vez por semana y solamente 5 personas todos los días o casi todos. En el caso de las harinas, a nivel administrativo, 19 personas indican consumirlo todos los días o casi todos los días y 9 personas indican consumirlo una vez por semana, mientras que a nivel de planta o transporte 21 personas indican consumirlos todos los días o casi todos los días y 7 personas los consumen una vez por semana. En cuanto a las leguminosas a nivel administrativo 11 personas indican consumirlos todos los días o casi todos los días y 14 personas las consumen al menos una vez por semana, mientras a nivel de planta 17 personas indican consumirlo todos los días o casi todos los días y 9 personas los consumen al menos una vez por semana.

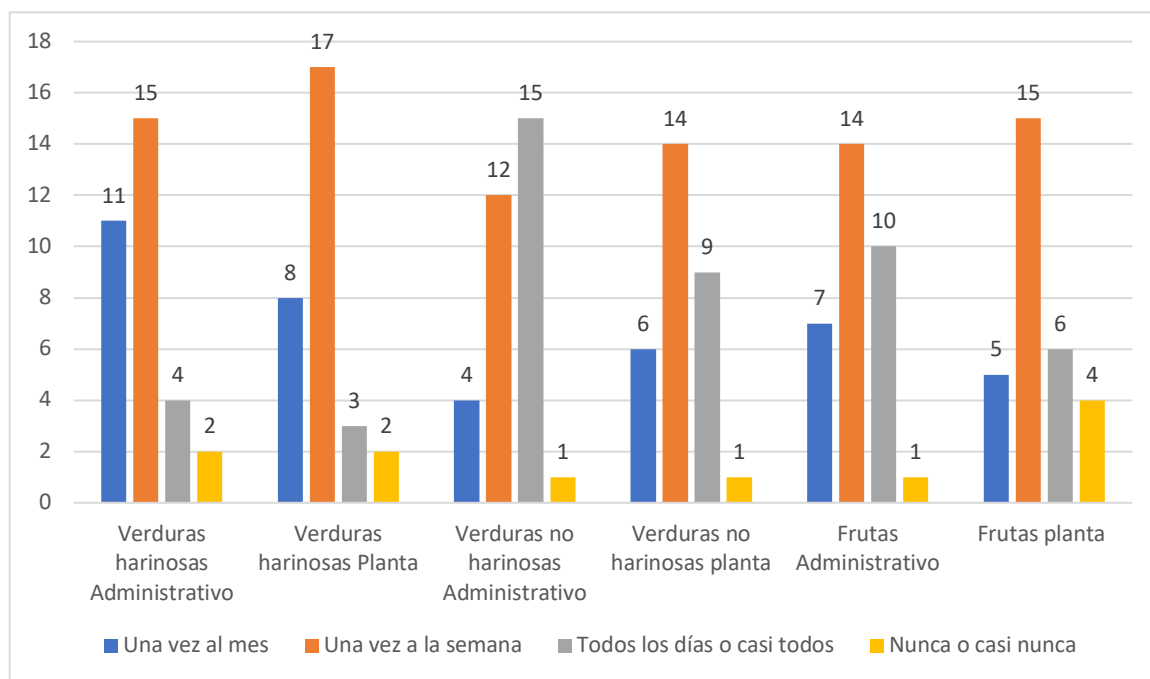


Figura 38. Frecuencia de consumo de verduras harinosas, verduras no harinosas y frutas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Fuente: Ramírez, M (2020).

En cuanto a la frecuencia de consumo de verduras harinosas, verduras no harinosas y frutas, a continuación, se describen los datos más relevantes, a nivel administrativo el consumo de verduras harinosas son consumidas una vez por semana por 15 personas y 11 personas indican consumirlas al menos una vez al mes, mientras que a nivel de planta o transporte 17 personas indican consumirlas una vez por semana y 8 al menos una vez al mes, en referencia a las verduras no harinosas, a nivel administrativo 15 personas las consumen todos los días o casi todos los días y 12 personas las consume al menos una vez a la semana, mientras que las personas de nivel de planta o transporte 14 personas consumen una vez por semana, y 9 personas todos los días o casi todos los días. En cuanto a frutas, los colaboradores de nivel administrativo, 14 personas las consumen una vez a la semana y 10 personas las consumen todos los días o casi todos los días, a nivel de planta o transporte 15 personas las consumen una vez a la semana y 6 personas indican consumirlas todos los días o casi todos los días.

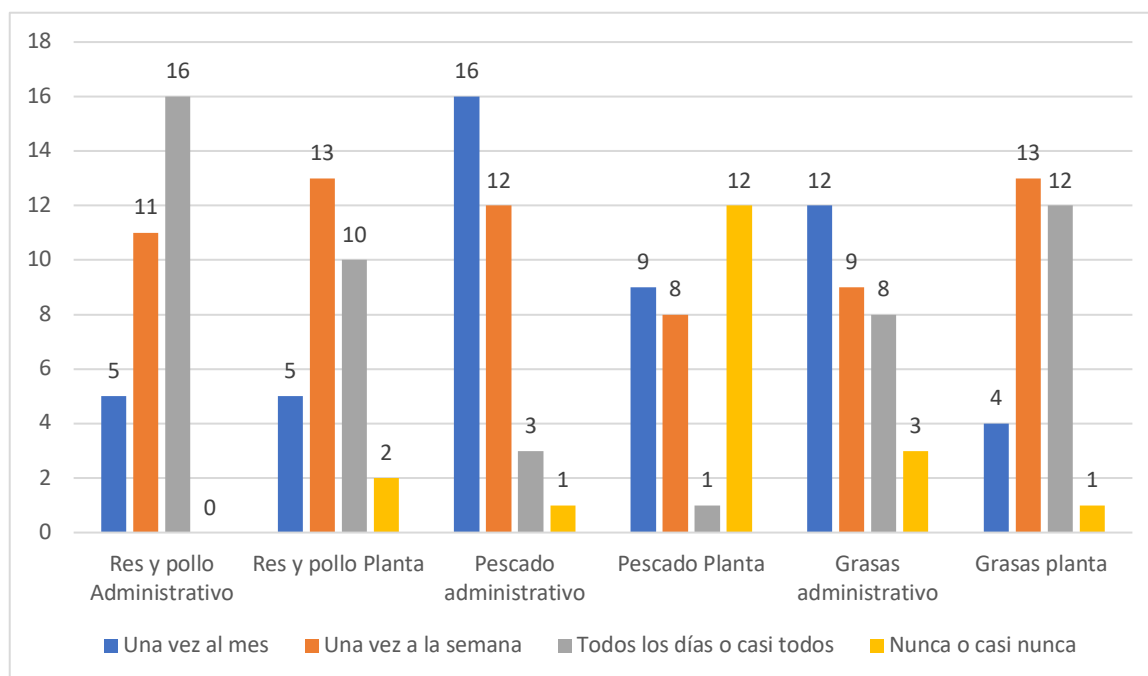


Figura 39. Frecuencia de consumo de carne de res y pollo, pescado y grasas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020).

En el gráfico anterior se describe la frecuencia de consumo de carne de res, pollo, pescado y grasas de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta. A continuación, se detallan los resultados más significativos. En cuanto al consumo de res y pollo de parte de los colaboradores de nivel administrativo, 16 personas indican que lo consumen todos los días o casi todos los días, 11 personas indican que lo consumen al menos una vez por semana, mientras que a nivel de planta 13 personas lo consumen al menos una vez por semana y 10 personas lo consumen todos los días o casi todos los días. En cuanto al pescado, a nivel administrativo 16 personas indican consumirlo una vez al mes y 12 personas una vez a la semana, y a nivel de planta 12 personas indican nunca o casi nunca consumirlo y 9 personas indican consumirlo una vez al mes. En cuanto a las grasas a nivel administrativo indican 12 personas consumirlos una vez al

mes y 9 personas consumirlo una vez a la semana mientras que a nivel de planta 13 personas indican consumir grasas una vez a la semana y 12 personas todos los días o casi todos los días.

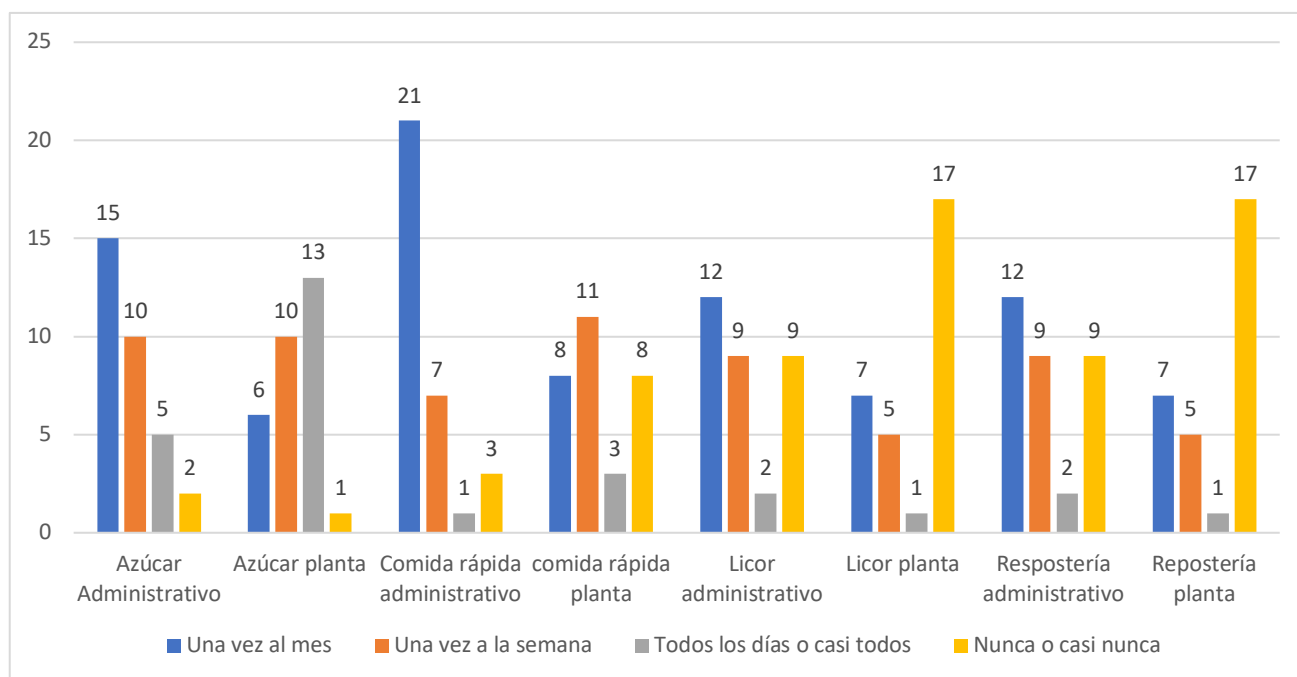


Figura 40. Frecuencia de consumo de azúcar, comida rápida, licor y repostería de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, a partir del cuestionario aplicado a los colaboradores de nivel administrativo y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

En el gráfico anterior se describe la frecuencia de consumo de azúcar, comida rápida, licor y repostería de los colaboradores de nivel administrativo y nivel de planta o transporte. A continuación, se detalla los datos más relevantes. A nivel administrativo 15 personas indican consumir azúcar una vez al mes y 10 personas una vez a la semana, mientras que a nivel de planta 13 personas indican consumir todos los días o casi todos los días y 10 personas una vez a la semana. En cuanto a comida rápida, a nivel administrativo 21 personas indican consumir este tipo de comida una vez al mes y 7 personas indican consumirlo una vez a la semana, mientras que a nivel de planta o transporte indican 11 personas consumirlo una vez a la

semana, 8 personas una vez al mes y 8 personas nunca o casi nunca, con respecto al licor a nivel administrativo 12 personas indican consumirlo una vez al mes, 9 personas una vez a la semana y 9 personas nunca o casi nunca, mientras que a nivel de planta 17 personas indican consumirlo nunca o casi nunca y 7 personas una vez al mes, en cuanto a la repostería, a nivel administrativo 12 personas indican consumirlo una vez al mes, 9 personas una vez a la semana y 9 personas nunca o casi nunca, mientras que a nivel de planta o transporte 17 personas indican consumirlo nunca o casi nunca y 7 personas indican consumirlo una vez por mes.

Al concluir con el desglose de los resultados uni-variados, se procede a realizar los cruces de variables requeridos por la investigación:

4.1.5 Conducta alimentaria, puesto de trabajo y tiempo dedicado al almuerzo según sexo

Al haber desglosado los resultados de tipo uni-variados, es importante asociar las variables estudiadas. Para lo anterior, se realizó la relación estadística entre los resultados mediante la prueba estadística chi cuadrado, Fisher y correlaciones. Las pruebas mencionadas se trabajan con un grado de significancia del 5%.

El siguiente inciso busca conocer la relación entre la conducta alimentaria en horas laborales según el sexo y el puesto de trabajo que desempeña el colaborador. En la siguiente tabla, se observa la relación entre la conducta alimentaria en horas laborales, el puesto de trabajo, el tiempo dedicado al almuerzo según el sexo de los colaboradores de la empresa.

Tabla 5.

Conducta alimentaria según sexo de los colaboradores de la empresa BIMBO de Costa Rica, Julio 2020.

Variable	Valor P	Relacion	Interpretación
Conducta alimentaria en cuanto a si se saltan o no el almuerzo en horas laborales	0.00185	Si existe	Existe una relación del sexo de los empleados con la conducta alimentaria de los mismos, los hombres se saltan más el almuerzo que las mujeres.
Puesto de trabajo	0.429	No existe	Tanto hombres como mujeres pueden tener el mismo puesto
Tiempo dedicado al almuerzo	0.009363	Si existe	El tiempo que toman para comer al almuerzo depende del sexo del empleado, ya que al almuerzo los hombres dedican más tiempo que las mujeres.

Fuente: Ramírez, M (2020)

En la tabla anterior se observa que existe una relación entre la conducta alimentaria de los colaboradores de la empresa y el sexo del colaborador, ya que los hombres tienden a saltarse más la hora del almuerzo más que las mujeres, además, el tiempo dedicado al almuerzo de igual manera esta relacionado con el sexo, ya que los hombres dedican mas tiempo al almuerzo que las mujeres, sin embargo, el puesto de trabajo no tiene relación estadística alguna con el sexo de los colaboradores.

4.1.6 Alimentación en el puesto de trabajo, tiempo dedicado al almuerzo, y conducta a la hora de almuerzo según el puesto de trabajo

La siguiente tabla busca conocer la relación entre la alimentación en el puesto de trabajo, el tiempo dedicado al almuerzo y la conducta al almuerzo según el puesto desempeñado por el colaborador en la empresa.

Tabla 6.

Alimentación en el puesto de trabajo, el tiempo dedicado al almuerzo y conducta alimentaria en el almuerzo según el puesto de trabajo de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Variable	Valor P	Relación	Interpretación
Comer en el puesto de trabajo	0.08757	No existe	La conducta del empleado de comer en el puesto de trabajo es independiente del puesto que desempeña
Tiempo destinado al almuerzo	0.002924	Si existe	Los colaboradores del área administrativa dedican menos tiempo a la hora de almorzar que los de planta
Conducta alimentaria en cuanto a si se saltan o no el almuerzo en horas laborales.	0.008528	Si existe	Esta conducta alimentaria en específico a la hora del almuerzo depende del

puesto de trabajo, ya que los colaboradores de puesto administrativo tienden a saltarse más la hora de almuerzo que los colaboradores de planta

Fuente: Ramírez, M (2020)

En la figura anterior se describe la relación entre la conducta alimentaria de consumir los alimentos en el puesto de trabajo, el tiempo destinado al almuerzo y la conducta alimentaria en el almuerzo específicamente si se saltan el almuerzo o detienen el trabajo para realizar el tiempo de comida, en el cual se ve reflejado que sí existe una relación entre el tiempo destinado al almuerzo y la conducta alimentaria con el puesto de trabajo de los colaboradores y se indica que estadísticamente no existe ninguna relación entre comer en el puesto de trabajo con el puesto desempeñado por el colaborador.

4.1.7 Ingreso económico mensual al hogar y cantidad de personas en el hogar según puesto de trabajo

La siguiente tabla busca relacionar el ingreso económico total en el hogar, cantidad de personas que viven en el hogar según el puesto de trabajo de los colaboradores de la empresa.

Tabla 7.

Ingreso económico total del hogar y cantidad de personas que viven en el hogar según el puesto de trabajo de los colaboradores de la empresa Bimbo de Costa Rica. Julio 2020.

Variable	Valor P	Relación	Interpretación
Ingreso total en el hogar	0.001202	Si existe	El ingreso total al hogar está relacionado al puesto de trabajo, los colaboradores de nivel administrativo tienen ingresos más altos que los de planta.
Cantidad de personas en el hogar	0.7434	No existe	No está relacionado al puesto de trabajo de los colaboradores.

Fuente: Ramírez, M (2020)

En la figura anterior, se observa la relación entre el ingreso económico total en el hogar, la cantidad de personas que viven en el hogar y el puesto de trabajo y se ve reflejado en el resultado que si existe una relación entre el ingreso total al hogar, siendo esta que los colaboradores de nivel administrativo tienen más ingreso total que los colaboradores de planta, sin embargo, no existe una relación estadísticamente significativa para la cantidad de personas que viven en el hogar según el puesto de trabajo del colaborador.

4.1.8 Inseguridad alimentaria según los gastos en alimentos y el ingreso económico

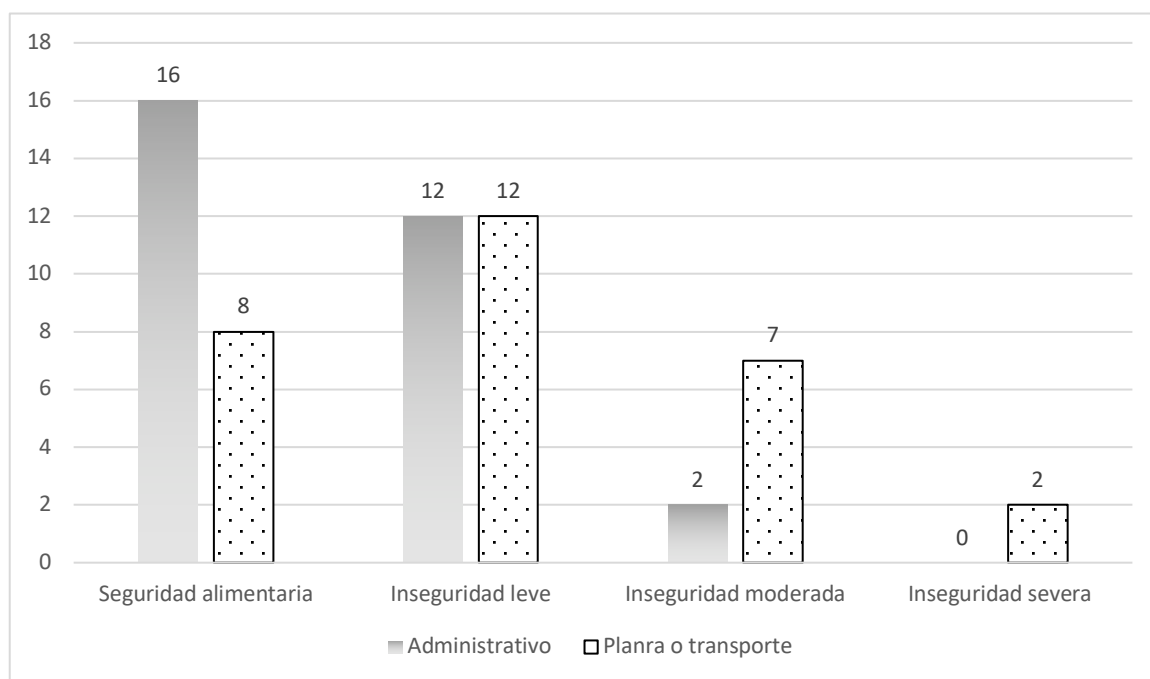


Figura 41. Nivel de seguridad alimentaria en familias en general según la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), Julio 2020. Fuente: Ramírez, M (2020)

En cuanto a la escala latinoamericana y caribeña de seguridad alimentaria, se realizó una vista general de los datos incluyendo las familias con hijos y sin hijos, donde se puede observar que a nivel administrativo se clasifican a 16 familias con menores de 18 años en seguridad alimentaria, 12 familias con inseguridad alimentaria leve y 2 con inseguridad moderada. Mientras que en el nivel de planta o transporte 8 familias se clasifican con seguridad alimentaria, 12 personas con inseguridad leve, 7 personas con inseguridad moderada y 2 con inseguridad severa.

En cuanto a la relación entre la inseguridad, los gastos en alimentación y el ingreso económico, se evidencia estadísticamente un patrón de la inseguridad alimentaria cuando se ve la correlación con los gastos, de acuerdo a la ley de Engels la mayor cantidad de familias encuestadas presentan una inseguridad

leve, esto tomando en cuenta los gastos totales de las familias en alimentación y el ingreso total en el hogar, de acuerdo a esto, el ingreso económico según la CBA indica que la mayoría de las familias se encuentran en no pobreza, por lo que sí se analizan las dos variables, se comprende que conforme aumenta el ingreso de los empleados en alimentación más baja el riesgo de tener inseguridad alimentaria. Sin embargo, cuando se busca esta correlación con el ingreso total de los empleados surge el problema que el riesgo en familias con menores de 18 años según la escala latinoamericana aumenta conforme sube el ingreso, pero es bueno recordar que esta parte está afectada por el hecho de que no todos los empleados tienen menores de 18 años en sus casas. Es bueno denotar que estas correlaciones son bajas ya que la mayoría está debajo del 0.5.

Estadísticamente con las pruebas de significancia estadística con un Valor P de 0.03621, se puede decir que con una confianza del 95% el ingreso total de los empleados está asociado con el estado de inseguridad alimentaria.

4.1.9 Frecuencia de consumo con respecto a los ingresos de las personas

En la siguiente tabla, se evalúa la correlación que existe entre el consumo de algunos alimentos con respecto a los ingresos de la persona en estudio.

Tabla 8.

Frecuencia de consumo con respecto a los ingresos de los colaboradores de la empresa Bimbo de Costa Rica, Julio 2020.

Alimento	Correlacion ingreso	interpretacion	Correlacion consumo	Interpretacion
-----------------	----------------------------	-----------------------	----------------------------	-----------------------

Azúcar	-0.072	Más ingreso	-0.104	Menos consumo
Carne	0.232	Más ingreso	0.220	Mas consumo
Fruta	0.185	Más ingreso	0.258	Mas consumo
Grasa	0.007	Más ingreso	-0.006	Menos consumo
Harina	0.256	Más ingreso	0.282	Mas consumo
Yogurt	-0.057	Más ingreso	-0.096	Menos consumo

Fuente: Ramírez, M (2020)

En esta correlación se ve la frecuencia en que los empleados consumen estos tipos de alimentos con respecto a los gastos en alimentación y con el ingreso total de ellos, se ve como en la mayoría tienen una correlación positiva del ingreso, sin embargo, en el consumo de alimentos se ven los alimentos de preferencia de los colaboradores. Es bueno denotar los negativos por que esos expresan mejoras en la alimentación por que al ser negativo al aumentar el ingreso disminuye la cantidad del consumo de ese alimento en específico. Para el azúcar, a más ingreso, menos consumo, en cuanto a la carne, a más ingreso, más consumo, en las frutas, a más ingreso más consumo, en cuanto a la grasa, a más ingreso menos consumo, referente a la harina, a más ingreso, más consumo y del yogurt, si hay más ingreso existe menos consumo.

4.1.10 Ingreso económico total según el nivel educativo

En la siguiente tabla se detalla la relación que existe entre el ingreso económico de los colaboradores con su nivel educativo.

Tabla 9

Ingreso económico según el grado de escolaridad de los colaboradores de la empresa Bimbo de Costa

Rica. Julio 2020.

Variable	Valor P	Relación	Interpretación
Ingreso económico	5.288	Si existe	Mayor nivel educativo más ingreso económico

Fuente: Ramírez, M (2020).

La tabla anterior presenta los resultados de la prueba estadística entre las variables mencionadas. Según se aprecia, existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y el nivel educativo lo que indica que, a mayor nivel educativo, mayor ingreso económico.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

A continuación se presenta la discusión de los datos obtenidos en la investigación por medio de referencias bibliográficas de modo que se facilite la comprensión de la discusión e interpretación de la investigación.

5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1.1 Características sociodemográficas

Según lo visto en la figura número 4 sobre las características sociodemográficas de la población en estudio, se logró captar a 32 personas con un puesto de trabajo a nivel administrativo en la empresa BIMBO de Costa Rica, además, se captaron a 30 personas con un puesto a nivel de planta y transportistas de la empresa, el nivel de escolaridad de estas personas que se evidencia en la figura número 5, se detalla que 12 personas (37,5%) de las personas de nivel administrativo tienen un nivel escolar de universidad completa, mientras que de nivel de planta o transporte se observan 10 personas (33,3%) de la población que posee un grado de secundaria completa. Esto se ve reflejado en el perfil del empleo que se solicita en la empresa y por ende se ve reflejado en el rango de salarios para los colaboradores.

Lo anterior coincide con los datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (2017), respecto de la educación (para personas de 15 años y más), se estima una diferencia de casi 4 años de escolaridad promedio entre los dos grupos de población considerados (pobres y no pobres), siendo para los pobres el equivalente a primaria completa (5,79 años), mientras que para los no pobres alcanza 9,71 años. (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2017)

Según Joseph Cruz. Luigi Maldonado (2017), para las familias ecuatorianas el tener un nivel alto de escolaridad significa mayores probabilidades de acceder a una canasta básica. También se encontró que los factores que inciden en el acceso a la canasta básica en Ecuador son, por un lado, la experiencia laboral,

mientras las personas tengan más experiencia laboral, tienen mayores posibilidades de acceder a una canasta básica. (Maldonado, 2017)

De acuerdo con la figura número 7, sobre las personas que aportan económicamente al hogar de los colaboradores, la mayoría de nivel administrativo indicó que 1-2 personas aportan económicamente (81,2%) y en la mayoría de los hogares viven 2 personas, y a nivel de planta o transporte 24 personas indican que aporta 1-2 personas económicamente al hogar (80%) y en estos hogares predomina los hogares conformados por 4 personas.

Esto nos muestra cómo la economía puede verse afectada a nivel de planta, teniendo un nivel educativo más bajo, por ende un ingreso económico menor, pero con más personas que conforman el círculo familiar donde solamente 1 o 2 personas aportan económicamente, observando la diferencia donde a nivel administrativo se observa que hay un nivel educativo superior, por ende, un ingreso económico mayor, aunque aporta económicamente al hogar la misma cantidad de personas que a nivel de planta (1 -2 personas), se observa que el núcleo familiar es menor, conformado solo por 2 personas.

Esto coincide con los datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos que indica que en el ámbito nacional, el promedio de miembros por hogar es de 3,24, esta composición varía, se observa que a menor ingreso mayor cantidad de personas en el hogar, de esta forma el promedio va de 3,49 miembros por hogar y disminuye en casi un miembro hasta llegar a 2,65 miembros por hogar. Este comportamiento del tamaño del hogar, resulta en una concentración de personas en los hogares de menor ingreso, donde el grupo uno abarca al 21,6 % del total de la población, mientras el 20 % de hogares con mayor ingreso agrupa solamente el 16,4 % de las personas. (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2017)

Además, la Encuesta Nacional de Hogares del 2017 evidencia que la tasa de desempleo abierto entre los pobres es 4,7 veces más alta que la de los no pobres (21,4 % frente a 4,6 %), la tasa de ocupación es 62,9 % más baja y la relación de dependencia económica alcanza a ser de 230 personas dependientes económicamente por cada 100 personas de la población económicamente activa (PEA) entre los pobres, frente a 98 por cada 100 de la población no pobre. Además, entre los pobres ocupados el 82,3 % tiene un empleo informal, mientras en los no pobres la informalidad es de 33,6 %. (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2017)

Adicionalmente, los datos de la Encuesta Nacional de Hogares 2017, menciona que los hogares en pobreza (por ambos métodos (línea de pobreza y el Índice de pobreza multidimensional), en promedio, tienen un miembro más respecto a los hogares no pobres (4,05 frente a 3,04), mayor cantidad de personas demográficamente dependientes (se refiere a la relación entre personas menores de 15 y mayores de 64 años, con respecto a la población de 15 a 64 años) (74 frente a 41 personas dependientes por cada 100 no dependientes). (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2017)

5.1.2 Disponibilidad de alimentos

La disponibilidad de alimentos es de gran importancia para la población, esta disponibilidad de adquiere según las características de cada individuo y sus preferencias, el auto cultivo es una forma de tener gran disponibilidad de alimentos de una forma sencilla y de menor costo para las familias que tengan dificultad adquiriendo los productos, ya sea por distancia, difícil acceso por dificultad de terrenos o que carezcan de medio de transporte propio, según la figura número 8 sobre la actividad de cultivo, siembra y cosecha en el hogar se observó que 93% de la población de nivel administrativo no tiene la práctica de cultivo o siembra en su hogar y el 80% de nivel de planta no poseen tampoco esta práctica.

Según la FAO (2019), el bienestar nutricional de la familia depende de una adecuada disponibilidad de alimentos durante todo el año. El huerto y la granja pueden mejorar esta disponibilidad con el trabajo conjunto de todos los miembros de la familia. (FAO, 2019)

Teniendo esto en cuenta, se puede afirmar que al no tener autocultivo en sus hogares, pueden estar dejando de lado alimentos nutritivos que al no poder comprarlos y tener poca disponibilidad de alimentos variados en su dieta pueden adquirir problemas de crecimiento en los niños de estas familias y una baja disponibilidad de nutrientes y vitaminas beneficiosas para la salud, según la FAO, "Una adecuada disponibilidad de alimentos en el hogar" puede ser definida como el acceso seguro y permanente a un nivel suficiente y adecuado de alimentos nutritivos e inoocuos que satisfagan las necesidades alimentarias de todos los miembros de la familia durante todo el año. La familia se abastece de alimentos a través de su propia producción y/o compra, además, describe la importancia de una adecuada disponibilidad de alimentos y de un acceso de las personas a dicha disponibilidad, que garantice un consumo suficiente y equilibrado por parte de todos los miembros de la familia y de la comunidad, permitiéndoles alcanzar niveles adecuados de nutrición, salud y seguridad alimentaria. (FAO, 2019)

Según la tabla número 2 sobre la distancia de compra de los alimentos se observa que la mayoría de la población de nivel administrativo y de planta recorren entre 500 mts y más de 1 km para conseguir alimentos básicos como abarrotes, vegetales, carnes y frutas además tomando en cuenta el resultado de la encuesta sobre el medio de transporte utilizado que está reflejado en la tabla número 3, se afirma que la población estudiada tiene los medios para transportarse y obtener los alimentos, obteniendo buena disponibilidad alimentaria, ya que como anterior se detalla, la mayoría de la población (93% de administrativos y 80% de planta) no realizan autocultivo.

Según la FAO, es necesario asegurar la disponibilidad mediante sistemas de distribución (medios de transporte adecuados para alimentos) e infraestructura vial (caminos en buen estado), elaboración (procesamiento o industrialización) y comercialización (puestos de venta), que funcionen adecuadamente. (FAO, 2014)

De acuerdo con lo anterior, se puede afirmar que la población está obteniendo los alimentos necesarios y por ende una buena disponibilidad de alimentos, aunque no tengan la práctica de autocultivo y aunque la distancia de los puestos de venta sea lejana, ya que poseen vehículo propio para trasladarse hasta los puntos de venta.

Según la Guía para medir la diversidad alimentaria a nivel individual y del hogar, utilizada para conocer la disponibilidad de los alimentos que poseen los colaboradores de la empresa BIMBO de nivel administrativo y de planta o transporte , se valoró la disponibilidad de los alimentos y se obtuvo que la mayor parte de la población administrativa (78%) y de la población de nivel de planta o transporte (73%) consume mayor o igual a 3 grupos de alimentos, lo que se clasifica a la población con una diversidad alimentaria alta y esto se ve reflejado en la figura número 21 y figura número 22 respectivamente .

Esto se ve respaldado según Jesús Ekmeiro Salvador, Rafael Moreno Rojas, María García Lorenzo y Fernando Cámara Martos, quienes revelaron que en su estudio la totalidad de las familias reportan la práctica habitual de tres comidas principales diarias (desayuno, almuerzo, cena). Se evidencia la presencia de los cinco grupos básicos de alimentos en los patrones habituales de consumo. Las fuentes de proteínas están claramente posicionadas en frecuencias de consumo altas, particularmente el grupo de lácteos y huevos; mientras que las carnes de bovino y pollo son consumidas, una de las dos, a diario. Dentro del rango de frecuencia moderada también aparecen grupos de alimentos farináceos como cereales, tubérculos

y raíces. Otras fuentes energéticas como grasas y azúcares tienen una participación menor, así como los grupos de hortalizas, frutas, leguminosas, pescados, mariscos y bivalvos. (Jesús Ekmeiro Salvador¹, 2015)

Se puede evidenciar que al tener un alto consumo de frutas, ya que el 84% de los colaboradores de nivel administrativo y el 76% de los colaboradores de nivel de planta consume frutas, van a tener seguridad alimentaria ya que según Vega-Macedo, Levy, Roldán, Méndez y Melgar (2014), menciona que en concordancia con varios estudios, y el estudio realizado por los autores mencionados, documenta que la compra de frutas y verduras disminuye conforme la inseguridad alimentaria aumenta. Un estudio que analizó la asociación entre el gasto en alimentos y la inseguridad alimentaria en tres países encontró que, cuanto menor es el gasto en carnes, frutas y lácteos, mayor es la inseguridad alimentaria. En cuanto a la compra de alimentos de alto consumo en México, un resultado interesante de este estudio es que no se documenta reducción en el caso de los cereales, por lo mencionado concluye que existe una relación entre menor variedad de alimentos y mayor inseguridad alimentaria. (Vega-Macedo, Shamah-Levy, Peinador-Roldán, Méndez-Gómez Humarán, & Melgar-Quiñónez, 2014)

Guzmán (2015), en su trabajo de investigación, explica que los alimentos, de adecuada calidad, siempre deben estar disponibles en cantidades suficientes para la totalidad de la población. Lo que sucede es que para ciertos grupos, la condición de inseguridad alimentaria está determinada por la falta de disponibilidad de alimentos de adecuada calidad. También, se da que en otros grupos de la población esos alimentos pueden estar disponibles para su consumo, pero no todos tienen el acceso a los mismos, por las limitaciones económicas, de distribución, entre otros. También, existen otros factores aparte del acceso y disponibilidad, como los de carácter cultural, social, biológico y educativo que afectan la aceptabilidad, consumo y aprovechamiento biológico de los alimentos. (GUZMAN, 2015)

Las figuras 10-18 detallan el lugar de compra de diferentes alimentos, donde se evidencia que a nivel administrativo el 90% de la población adquiere los lácteos, abarrotes, huevos y carnes y el 50% de la población adquiere las frutas y vegetales en el supermercado de la localidad, y a nivel de planta o transporte 86% de la población adquiere lácteos, abarrotes y huevos en el supermercado de la localidad, además el 40% de esta población adquiere las frutas y vegetales en la feria del agricultor y el 40% los adquiere en el supermercado, en cuanto a las carnes, el 40% las adquiere en la carnicería y el 40% en el supermercado.

En lo anterior se ve reflejado en la importancia de tener la disponibilidad de los alimentos y variedad de lugares de compra, con diferentes precios que se adapten al poder adquisitivo de cada persona para poder obtener una dieta balanceada y saludable, la importancia de la feria del agricultor, carnicerías locales, verdulerías locales y los supermercados locales.

Además, un Sistema Alimentario debe tener para garantizar la disponibilidad de alimentos varias características y dentro de estas se encuentra la equidad, en este contexto, significa el acceso seguro a alimentos suficientes para todos los grupos sociales. Este concepto lleva implícito la necesidad de verificarse la efectividad nutricional de los alimentos, garantizando la inocuidad alimentaria y evitando las consecuencias negativas de su incidencia, en la salud de la población. El consumo nutricional básico para todos los sectores de la población en el presente, se hace difícil en diferentes zonas rurales debido a la carencia de acceso que, como se ha dicho, puede tener origen económica (pobreza, altos precios de los alimentos, falta de créditos) o física (pobres carreteras, infraestructura de mercado o diferentes lugares de compra que se adapten a la población). (Pedraza, Disponibilidad de alimentos como factor determinante de la Seguridad Alimentaria y Nutricional y sus representaciones en Brasil, 2008)

El acceso material, económico y social a los alimentos, solo se consigue con suministro suficiente de alimentos en las zonas inseguras, para lo cual se necesita adecuada infraestructura de mercado, con acceso al empleo e ingresos suficientes en relación a los precios de los alimentos, los cuales deben permanecer estables. Dada la fragilidad de la mayoría de las economías rurales, las dificultades de accesibilidad pueden ocasionar efectos nutricionales negativos. (Pedraza, Disponibilidad de alimentos como factor determinante de la Seguridad Alimentaria y Nutricional y sus representaciones en Brasil , 2008)

Según López Hernández, Diego (2012), la producción nacional de alimentos adquiere un carácter estratégico para hacerle frente a la inestabilidad de los precios internacionales de los principales alimentos, así como para lograr un mercado interno de alimentos que articule a productores rurales pequeños, medianos y grandes, con habitantes rurales y urbanos, en virtud de la satisfacción de necesidades básicas para el desarrollo de una vida sana y digna.

Según la figura número 19 sobre la frecuencia de las compras de los alimentos el resultado se divide aproximadamente el 50% mensual y 50% quincenal, esto se puede reflejar en la forma de pago de salarios en Costa Rica, ya que el Código de trabajo en Costa Rica permite a los empleadores pagar salarios por unidad de tiempo (hora, día, semana, quincena o mes) (Ministerio de Trabajo y seguridad Social, 1943).

Lo más recomendable, sea cual sea la modalidad de familia, es realizar una compra mensual de productos no perecederos, ya que garantiza tener en casa provisiones de arroz, legumbres, leche, latas y alimentos en conserva, bebidas, patatas, aceite, artículos de higiene y limpieza, etc.

De cualquier forma, al hacer la compra hay que prever qué cantidad de cada alimento se consume durante el mes, para no comprar más de la cuenta. Cuanto más duradero es el producto, más propensión hay a su almacenamiento, incluso aunque se tengan grandes existencias del mismo en casa. Si se adquiere de más,

de manera continua, es fácil llegar a almacenar en la despensa productos caducados, lo que conviene evitar cuando se pretende ahorrar en la compra. (Trigo, 2013)

Además, la compra mensual incita a gastar más, pues cuanto más lleno está el carro, menos reparos pone el comprador en añadir nuevos productos.

Asimismo, la compra está condicionada por las características y posibilidades de conservación del alimento y por la facilidad de almacenamiento. Si no se dispone de una nevera grande o de una amplia despensa, es mejor hacerla más a menudo, que adquirir grandes cantidades para intentar ahorrar, y tener después que tirar comida. Cuando se trata de la compra diaria o semanal, el consumidor debe aprovechar para hacerse con los productos frescos o perecederos, como el pan, la fruta y la verdura y las carnes y los pescados. (Trigo, 2013)

5.1.3 Acceso a los alimentos

Según la figura número 25 sobre el ingreso económico mensual de los colaboradores de nivel administrativo y de planta o transporte de la empresa BIMBO de Costa Rica, el 84% de las personas encuestadas de nivel administrativo indica tener un ingreso económico de más de 400.000 colones al mes, mientras que solamente el 30% de las personas encuestadas de nivel de planta o transporte indica tener un ingreso económico mensual total en su hogar de más de 400.000 colones.

Estos datos sobre el acceso a los alimentos basados en el poder adquisitivo toman importancia al tomar en cuenta los niveles de pobreza según la CBA, según la figura número 27 sobre la medición de pobreza mediante la CBA de la población estudiada, se observó que la mayoría de las familias están en no pobreza, y solamente 2 familia en pobreza extrema y 4 en pobreza, según los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares realizada por INEC (2017), los hogares en pobreza no extrema son aquellos hogares que tienen un ingreso per cápita igual o inferior a la línea de pobreza (₡89 950), pero superior al costo per cápita de la CBA (₡50 630), mientras que los hogares en pobreza extrema son aquellos hogares con un ingreso per

cápita igual o inferior al costo per cápita de la CBA, el ingreso per cápita por hogar es el ingreso total del hogar dividido entre el número de sus miembros (INEC, 2015).

Tomando en cuenta la ley de Engels para determinar el nivel de seguridad alimentaria que poseen las familias encuestadas el 75% de las familias de nivel administrativo se encuentra en inseguridad leve y el 18% se encuentra en seguridad, esta ley toma en cuenta el ingreso total de los hogares y la cantidad de dinero destinado a las compras de alimentos. Igualmente, a nivel de planta el 50% se encuentra en inseguridad leve y el 43% está en seguridad alimentaria.

Lo anterior se respalda según Sanabria, 2014, cuanto al ingreso económico, a menor ingreso económico menor posibilidad de diversificar la dieta y mayor inseguridad alimentaria, como fueron los resultados que se obtuvieron en su estudio que presentaron menor variedad de alimentos como tubérculos, cereales, frutas, verduras, lácteos y legumbres. (Sanabria, 2014)

Además, según Ramos PEG, Salas GR, Núñez RGM, Ramírez LE (2018), la calidad del patrón de consumo en general y por grupos de alimentos está asociada a la pobreza de acceso a los alimentos. (Esteban Gilberto Ramos Peña, 2018)

Asimismo, Joseph LAURE del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá INCAP, un salario mínimo que permita satisfacer las necesidades básicas del trabajador y su familia, conforme reza la ley en Centroamérica, es un medio privilegiado de lucha contra la pobreza y la indigencia en el área urbana, pero también en el área rural especialmente si el empleo asalariado en las grandes fincas agropecuarias es la principal fuente de empleo rural en el sector de la economía monetaria. (Joseph Laure, Instituto de Nutricion de Centro America y Panama, INCAP)

Según la figura número 24 sobre el gasto aproximado en colones al mes en alimentación de la población encuestada de nivel administrativo y de planta o transporte de la empresa BIMBO de Costa Rica, se

evidencia que a nivel administrativo 50% de los encuestados indican gastar más de 140.000 colones al mes en alimentación y un 31% indica gastar entre 121.000 y 140.000 colones al mes en alimentación, y a nivel de planta o transporte, 30% indica que gasta en alimentación mensualmente más de 140.000 colones, 16% de la población indica gastar 121.000 a 140.000 colones y 13% indica gastar entre 81.000 y 100.000 colones mensuales en alimentación. Como anteriormente se comentó las familias de nivel de planta tienden a tener más miembros en su familia que las de nivel administrativo lo que refleja aquí la diferencia de gasto económico entre los dos grupos estudiados tomando en cuenta la cantidad de personas en el hogar, a su vez, tomando en cuenta a ley de Engels, se determinó que la mayor parte de la población estudiada (75% de nivel administrativo y 50% de nivel de planta) están clasificados con inseguridad leve, esta ley toma en cuenta el gasto económico en alimentos y el ingreso económico total de las familias.

Según J. Guardiola, F. González-Gómez (2010), la pobreza, como síntoma de desigualdad, es uno de los principales causantes de inseguridad alimentaria. El combate contra la pobreza a través de la creación de oportunidades es al mismo tiempo una lucha contra la desigualdad y la inseguridad alimentaria. (Guardiola. J, 2010)

Asimismo, Ángel Jesús Porras Solís, Karina Castro Bolaños, Lisseth Valverde Murillo (2014), indican que hay hogares cuyo ingreso en su totalidad es destinado a la adquisición de alimentos, por lo que cualquier aumento que experimenten los mismos, influye directamente en la cantidad y calidad de alimentos que pueden consumir. (Ángel Jesús Porras Solís, 2014)

Además, la escogencia de alimentos afecta directamente al acceso económico de ellos y la actividad laboral de los empleados de la empresa según Pablo Alberto Parra Silva, Badie Cerezo Segovia y Daniel Alberto Parra Gavilanes (2019), el costo económico de una alimentación incorrecta no solo recae sobre las organizaciones, empresas o instituciones, también asume su costo el mismo trabajador, tanto por los gastos médicos y en las medidas de recuperación, sino también en las jornadas de trabajo no laboradas

para subsanar la enfermedad correspondiente. También participan las costumbres y la oferta de alimentos tanto a nivel comercial como doméstico. (Daniel Alberto Parra Gavilanes, 2019)

Asimismo, un estudio realizado en países de América latina por Germán Escobar, indica que la inseguridad alimentaria se vio agudizada por la subida de los precios de los alimentos a tasas mayores que el nivel general de precios, lo que afecta directamente a los hogares de menores ingresos, porque su gasto en alimentación representa una proporción alta de sus ingresos. (Escobar, 2016)

La Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (2012) aplicada a los colaboradores de la empresa BIMBO de Costa Rica de nivel administrativo y nivel de planta o transporte, se utilizó para medir el acceso a los alimentos y para comprender la seguridad alimentaria que tienen los colaboradores encuestados, se valoró el acceso a los alimentos y en la figura 26 se refleja que se obtuvo en hogares integrados solamente por personas adultas, sin niños menores de 18 años que a nivel administrativo el 12,5% de los colaboradores presentan seguridad alimentaria, mientras que 28% presenta inseguridad leve, a nivel de planta 20% presenta seguridad alimentaria, 16% obtuvo la clasificación de inseguridad leve y 10% de la población se encuentra con inseguridad moderada, en hogares integrados por personas adultas y menores de 18 años se obtuvo a nivel administrativo 37% obtuvo la clasificación de seguridad alimentaria y 9,3% con inseguridad leve, mientras que a nivel de planta 6,6% tiene seguridad alimentaria, y 23% indica tener una inseguridad leve. Estas modificaciones en la escala de seguridad alimentaria se pueden ver afectadas por la cantidad de hogares con hijos y sin hijos, sin embargo, en las familias con hijos hay más seguridad ya que los padres hacen un mayor esfuerzo de tener una alimentación balanceada y adecuada para los hijos. En cuanto a una vista general de la inseguridad alimentaria a nivel administrativo el 50% de los encuestados tienen seguridad alimentaria y 37% una inseguridad alimentaria leve, mientras que a nivel de planta el 26% de la población posee seguridad alimentaria y el 40% posee inseguridad alimentaria leve.

Según Couceiro (2007) menciona que para mantener una alimentación adecuada en las poblaciones, debe de existir una accesibilidad económica para la compra o producción de alimentos, por lo que es necesario un trabajo remunerado, el cual en este caso hay una diferencia entre las dos poblaciones en cuanto a acceso económico antes mencionado. Esta situación contribuye significativamente al desarrollo de una inseguridad alimentaria tanto a nivel familiar como una población en general. (Couceiro, 2007)

Así mismo, Rodrigo Martínez Amalia, Palma Eduardo Atalah, Anna Christina Pinheiro (2009) indican que la inseguridad alimentaria no es un problema aislado, sino un reflejo más de las altas desigualdades de ingreso y protección social que existen en los distintos países, donde la población en pobreza extrema convive con quienes gozan de la riqueza y el desarrollo económico. Así, este no es un problema exclusivamente alimentario, social o nutricional que afecta a un grupo específico, sino moral y económico, que atañe al conjunto de la población. “El hambre de los niños es una cuestión moral. Pero constituye también una preocupación económica crítica”. (Comisión económica para América Latina y Caribe., 2009)

Asimismo, Maritza Landaeta-Jiménez, Marianella Herrera Cuenca, Guillermo Ramírez y Maura Vásquez indican que una de las estrategias incorporadas por las familias, para tratar de asegurar la alimentación de los más pequeños, es que los adultos sacrifican una de las comidas, los datos de ENCOVI señalan que en los hogares pobres están los grupos vulnerables niños y mujeres en edad fértil con grandes carencias alimentarias, de salud, de agua potable y vivienda. Sobre ellos operan varios factores que son generadores entre otros aspectos de lo que se denomina “un alto riesgo alimentario”, insuficiencias en lo más elemental como es la posibilidad de que puedan alimentarse normalmente. (Maritza Landaeta-Jiménez, 2017)

5.1.4 Conducta alimentaria en horas laborales

Según lo visto en la figura número 30, sobre la conducta alimentaria específicamente de los tiempos de comida en horas laborales que realizan los colaboradores de la empresa BIMBO de Costa Rica, 87% de los colaboradores en puestos administrativos indica realizar el almuerzo en horas laborales, 68% indica realizar el desayuno y 46,8% indica realizar la merienda de la mañana y 43% indica realizar la merienda de la tarde, mientras que a nivel de planta, 66% indica realizar desayuno y almuerzo, además 26% indican realizar merienda de la mañana, 30% indica realizar a merienda de la tarde, 13% indica cenar en horas laborales y 6% de los colaboradores realiza una colación nocturna en horas laborales.

Se puede evidenciar la diferencia en tiempos de comida en horas laborales dependiendo del puesto, esto se ve reflejado en las jornadas laborales y horarios. La Bimbo es una panificadora en la cual los colaboradores de nivel de planta operan en jornadas de 24 horas, 7 días a la semana en 3 turnos, los cuales son de 6:00 am a 2:00 pm, el siguiente turno es de 2:00 pm a 10:00 pm y el último turno es de 10:00 pm a 6:00 am y los administrativos en un horario diurno de 8:00 am a 6:00 pm de lunes a viernes exceptuando los de nivel administrativo que son supervisores de operarios de planta que tienen dos turnos de 8:00 am a 6:00pm y de 6:00 pm a 8:00 am.

Las jornadas laborales extensas puede afectar no solo la salud de las personas en cuanto al estrés y cambio en el ciclo circadiano sino también en la alimentación, ya que se cambian las horas de los tiempos de comida y en este caso realizarlos en el horario laboral puede afectar la calidad de los alimentos.

Esto es respaldado por Claudia Suárez S., Andrea Echegoyen R., María Cerdeña Ch., Verónica Perrone P., Isabel Petronio P, los cuales realizaron un estudio en el 2011 el cual indica que casi el total de trabajadores, realizaban alguna comida en horario laboral, predominando el almuerzo. La mitad de ellos seleccionan preparaciones con carnes rojas, le siguen los vegetales cocidos. Aproximadamente, el 40% de los trabajadores declaró presentar patologías relacionadas con la dieta. Únicamente el 8% destina el tiempo

recomendado por la OMS para el consumo de alimentos en el trabajo. Algunas empresas incumplen las normativas del Gobierno Uruguayo sobre las condiciones necesarias para la alimentación de sus empleados. (Claudia Suárez S., 2011)

Además, es importante una buena alimentación de los empleados, tomando en cuenta la diversidad alimentaria, tiempo destinado al tiempo de comida y alimentación saludable, para obtener resultados positivos a nivel laboral, esto lo respalda Patricia Fernández del Río Ramírez en un estudio realizado en el 2018 sobre promocionar la motivación y la productividad del empleado en el trabajo a través de una alimentación saludable, que indica que la promoción de una nutrición saludable aplicada en el entorno laboral proporciona a las compañías y a los empleados una mejora del bienestar y de la salud, así como un aumento en la productividad. (Ramirez, 2018)

Según la figura número 32 sobre la procedencia de los alimentos consumidos en horas laborales por los colaboradores de la investigación, a nivel administrativo, 59% de los trabajadores indica traer los alimentos preparados del hogar y el 40% indica adquirirlos en una soda o restaurante cercano. A nivel de planta o transportistas 60% indican traer alimentos preparados del hogar mientras que el 40% indica consumirlos de una soda cercana o restaurante.

Este número alto de colaboradores de ambos puestos que consumen alimentos en sodas cercanas o restaurantes evidencia la calidad de la dieta, ya que no hay control de porciones o tipos de cocción donde se adquieren alimentos por comodidad o facilidad en estos lugares, pues por el tipo de jornadas laborales o el estrés laboral que se vive actualmente en el país se prefiere consumir alimentos preparados de bajo valor económico.

Según María Elisa Zapata, Alicia Rovirosa, Esteban Carmuega (2013), la variación en la cantidad de alimentos y bebidas disponibles para consumo entre 1996 y 2013 muestra un cambio en la estructura del patrón de dieta, que parece indicar un cambio en la forma de comprar, preparar y consumir los alimentos,

relacionado con una mayor practicidad, más accesibilidad y menos tiempo dedicado a la preparación de los alimentos. (María Elisa Zapata, 3013)

En la figura número 33 sobre la conducta alimentaria en el almuerzo de los colaboradores, a nivel administrativo, 75% indica que cuando llega la hora del almuerzo, detiene el trabajo que está realizando para poder dedicar el tiempo indicado para alimentación, 12% indicó que no almuerza hasta terminar su jornada laboral, la cual anteriormente se mencionó que termina a las 6:00pm, y solamente un 3% de la población indica no realizar el almuerzo del todo. En cuanto a los colaboradores de nivel de planta o transporte 53% indica detener su trabajo para realizar el almuerzo, mientras que 25% de los colaboradores indican no realizar el almuerzo hasta terminar su jornada laboral y 13% indicó no realizar el almuerzo del todo.

El almuerzo es uno de los 3 tiempos de comida principales de una alimentación saludable, por lo que a nivel laboral, es uno de los tiempos de comida que deben de tener presente los trabajadores no solo para detener al menos 30 minutos su trabajo para descansar si ni para alimentarse y recuperar fuerzas.

Esto es respaldado por Oscar Corrales abogado laboral quien realizó una entrevista en el periódico La Nación en Costa Rica en el 2015 e indicó que el tiempo para la realización del almuerzo debe de ser mínimo 30 minutos, la legislación laboral costarricense dispone que todo trabajador tiene derecho a un descanso mínimo de 30 minutos, el cual debe de ser tratado como tiempo efectivo de trabajo y, por lo tanto, debe de ser remunerado, además estos 30 min de cese laboral deben de ser disfrutados en forma continua y deben ser otorgados a la mitad de la jornada ordinaria de trabajo para que los colaboradores puedan consumir alimentos de forma tranquila y recuperar fuerzas. (La Nación, 2015)

El saltarse el almuerzo o alguno de los principales tiempos de comida es una mal hábito alimentario, esta práctica es frecuente en los colaboradores encuestados, y esto trae problemas de salud, sobrepeso, obesidad entre otros problemas, esto es respaldado por Stephanie Mendoza Ulate, que por medio de su

investigación indicó que existe una relación de los hábitos alimentarios con el estrés laboral, incorrectas prácticas alimentarias por largo plazo va a ser un factor desencadenante negativo sobre el estado nutricional. (Ulate, 2017)

Además, como se muestra en la figura número 35 sobre la realización de tiempos de comida en el puesto de trabajo, a nivel administrativo 56% de los colaboradores indican realizar tiempos de comida en su puesto de trabajo, entiéndase por puesto de trabajo en el escritorio, oficina o cubículo, o camión repartidor y a nivel de planta o transporte 46% indicó realizar algún tiempo de comida en el puesto de trabajo.

Esto se ve influenciado por el punto anterior discutido donde no hay una disminución de las actividades laborales, no hay descanso ni un tiempo mínimo dedicado a la alimentación y esto hace que escojan alimentos poco saludables, rápidos de consumir o alimentos adquiridos donde no se puede controlar los métodos de cocción ni la calidad de los alimentos.

Según Alejandra Mejía Chaves en la investigación realizada en el 2018, los trabajadores escogen alimentos de fácil acceso económico y de compra, que sean rápidos y fácil de comer para poder hacerlo sin interrumpir su trabajo, como es el caso de las galletas, que fue el producto más consumido por ambos sexos y las frutas como la manzana y el banano. A pesar de que los resultados demuestran que la gran mayoría de la población encuestada se encuentra en sobrepeso, un 70 % de estos mantienen la grasa visceral menor o igual a 9, por lo que actualmente no presentan un riesgo cardiovascular. (Chaves, 2018)

Además, un desequilibrio alimentario, que es consecuencia del estrés laboral y malos hábitos alimenticios, afecta el rendimiento del colaborador, esto se ve respaldado por Cañote Almendaris y André Steward, que en su investigación en empleados de una empresa concluyeron que existe un desequilibrio en la alimentación de los trabajadores, lo cual está afectando a la salud del personal y su rendimiento. (Cañote Almendaris, 2019)

Según Caicedo Jaramillo, Carla Francisca (2011), la nutrición y el rendimiento laboral van de la mano, una persona mal alimentada encontrará dificultades para mejorar su calidad de vida, puesto que la capacidad de trabajo, es directamente proporcional a la alimentación, e irá descendiendo cuando esta sea deficiente. Una persona mal nutrida tiene un potencial para trabajar hasta 30% menor a la de una persona bien nutrida. (Caicedo Jaramillo, 2011)

Esto coincide con Pablo Alberto Parra Silva, Badie Cerezo Segovia, Daniel Alberto Parra Gavilanes, quienes indican que el costo económico de una alimentación incorrecta no solo recae sobre las organizaciones, empresas o instituciones, también asume su costo el mismo trabajador, tanto por los gastos médicos y en las medidas de recuperación, sino también en las jornadas de trabajo no laboradas para subsanar la enfermedad correspondiente. También participan las costumbres y la oferta de alimentos tanto a nivel comercial como doméstico. (Pablo Alberto Parra Silva, 2019).

Según la figura 37 sobre la frecuencia de consumo de lácteos, harinas y leguminosas, de los colaboradores encuestados, a nivel administrativo el 50% indica consumir lácteos todos los días o casi todos los días, a nivel de planta solo 16% indica consumir todos los días o casi todos los días, sin embargo, indican mayoritariamente (40%) consumirlos una vez por semana. En cuanto a las harinas el 59% de los administrativos indican consumirlas todos los días o casi todos los días y a nivel de planta el 70% indica consumirlas todos los días o casi todos los días. En referencia a las leguminosas a nivel administrativo, 34% indican consumirlos todos los días o casi todos los días y 43% indica consumirlos una vez a la semana, a nivel de planta los colaboradores indican 56% consumirlos casi todos los días o todos los días. En la figura 38 sobre la frecuencia de consumo de verduras harinosas, no harinosas y frutas, de los colaboradores encuestados a nivel administrativo, el consumo de verduras harinosas un 46% indica consumirlo una vez a la semana y 56% de nivel de planta indica consumirlos una vez a la semana. En cuanto a las verduras no harinosas 50% de los colaboradores de nivel administrativo indica consumirlo

todos los días o casi todos los días, mientras que a nivel de planta son consumidas mayoritariamente (46%), una vez por semana. En cuanto a las frutas 43% del área administrativo las consumen una vez a la semana y a nivel de planta 46% las consumen una vez a la semana.

En la figura 39 sobre la frecuencia de consumo de res, pollo, pescado y grasas de los colaboradores de la empresa encuestados, el consumo de res y pollo a nivel administrativo es mayoritariamente consumido (50%) todos los días o casi todos los días, mientras que el 33% de colaboradores de nivel de planta las consumen todos los días o casi todos los días. En cuanto al pescado a nivel administrativo, el 50% indica consumirlo una vez al mes y a nivel de planta 40% indica no consumirlo nunca. En cuanto a las grasas a nivel administrativo 37,5% de los colaboradores indican consumirlas solamente una vez al mes, mientras que a nivel de planta 43% indica consumirlas una vez por semana.

En la figura 40 sobre la frecuencia de consumo de azúcar, comida rápida, licor y repostería de los colaboradores de la empresa, a nivel administrativo el consumo de azúcar es por la mayoría de los colaboradores (46%), solamente una vez al mes, mientras que a nivel de planta, 43% indicó que consumen todos los días o casi todos los días. En cuanto a la comida rápida, el 65% de los colaboradores de nivel de planta indicó consumirla una vez al mes, mientras que a nivel de planta o transporte el 36% de los colaboradores indican consumirlo una vez a la semana. En referencia al licor, a nivel administrativo el 53% indica consumirlo nunca o casi nunca, mientras que a nivel de planta 56% indican que nunca lo consumen o casi nunca. En cuanto a la repostería, a nivel administrativo el 37% de los colaboradores indicó comerlo una vez al mes, mientras que a nivel de planta o transporte 56% indica no consumirlo nunca o casi nunca.

Se observa que a nivel general la dieta de los colaboradores está basada en cereales, leguminosas, vegetales, pollo y res, y esto lo podemos respaldar por la comida típica costarricense, según las Guías de Alimentación para Costa Rica (2011), indica que el arroz y los frijoles son la base de la alimentación diaria

en Costa Rica, además indica que debe de estar constituida por cereales, leguminosas y verduras harinosas. (Ministerio de Salud , 2011)

Tomando en cuenta la alimentación actual de los trabajadores y las diferencias en sus puestos se puede evidenciar que no es el puesto de trabajo el que modifica su alimentación si no el acceso económico y socioculturales son las que definen el patrón alimentario, esto se ve respaldado por Jesús Ekmeiro Salvador, Rafael Moreno Rojas, María García Lorenzo y Fernando Cámara Martos, que demuestran en su estudio que las variables económicas y socioculturales consideradas en la investigación no son los factores de mayor incidencia sobre la selección de los alimentos por parte de la población. Se infiere que variables como el precio de los alimentos y las estrategias de mercadeo podrían estar más directamente vinculadas a la selección de los alimentos. (Jesús Ekmeiro Salvador, Patrón de consumo de alimentos a nivel familiar en zonas urbanas de Anzoátegui, Venezuela, 2015)

Además, tomando en cuenta que los trabajadores trabajan en una planta procesadora de alimentos es importante destacar la importancia de que la dieta sea variada y no basada principalmente en productos harinosos los cuales tienen mayor facilidad de consumir debido a su trabajo.

Según Matos, Cristina Henschel, Proença, Rossana Pacheco Da Costa, Costa, Soraya Pacheco Da (2009), el hecho más preocupante de la situación estudiada, a parte de la cantidad de alimentos ingeridos, es la calidad de la alimentación consumida por los trabajadores, tanto en el almuerzo como en la comida. En la comparación entre la ingesta de calorías de los trabajadores estudiados con las Necesidades Energéticas Totales (NET) recomendadas por la IOM15, se pudo verificar que de los siete trabajadores estudiados, cuatro consumen por encima de sus necesidades energéticas durante los días de trabajo, uno consume lo que necesita y precisamente los dos que relataron consumir menos que el NET, son aquellos que presentaban un IMC por encima de 30 kg/m² y que trabajan en los sectores que exigen más desplazamiento. El relato de ingesta de estos individuos puede estar subestimado por la

preocupación con el peso actual, no obstante, ninguno de los trabajadores mencionó estar haciendo restricciones en cuanto a su alimentación durante el periodo del estudio. (Matos C. H., 2009)

El estado nutricional está relacionado con la conducta alimentaria, lo cual es importante tener en cuenta que afecta la salud de los colaboradores si esta tiene malos hábitos alimentarios. Según Wendy Susana Carmona Dinarte (2018), un estado nutricional se relaciona con hábitos alimentarios inadecuados, como el tipo de cocción. Con respecto a la grasa corporal se evidenció que es mayor en mujeres y se relaciona entre la grasa corporal alta y la realización de 2-3 tiempos de comida, en lo que se encuentra más la realización del desayuno y almuerzo, por lo que se deja de lado los demás tiempos de comida. En cuanto a la circunferencia abdominal, ambos sexos obtuvieron 91,4 cm, por lo que existe un riesgo alto de enfermedad cardiovascular por la relación entre dicha medida y los hábitos de alineación como el bajo consumo de agua y el tipo de cocción tipo fritura en las carnes, se evidencia una disminución en el consumo de alimentos tradicionales en la población. El promedio, por sexo 4 en general, del estado nutricional registrado es interpretado como sobrepeso. (Dinarte, 2018)

5.1.5 Conducta alimentaria, puesto de trabajo y tiempo dedicado al almuerzo según sexo

Según la tabla número 5 donde se ve reflejado la conducta alimentaria, el puesto de trabajo y el tiempo dedicado al almuerzo según el sexo de los colaboradores se puede observar que existe relación entre la conducta alimentaria en el almuerzo específicamente si detienen su trabajo para almorzar, o si se saltan el almuerzo durante las horas laborales, y el tiempo que dedican para este tiempo de comida con el sexo, esto se puede ver afectado por la influencia conductuales y del ambiente físico y social de las mujeres respecto a los hombres.

Según Manuel Peña y Jorge Bacallao (2012), puede haber un desequilibrio en la conducta alimentaria de las mujeres, este desequilibrio se ve influenciado por la compleja interacción de factores genéticos,

conductuales y del ambiente físico y social a las que están expuestas (Manuel Peña, 2012). El puesto de trabajo no se ve influenciado estadísticamente por el sexo, esto quiere decir que no importa que sea hombre o mujer pueden tener el mismo puesto dentro de la empresa.

5.1.6 Alimentación en el puesto de trabajo, tiempo dedicado al almuerzo y conducta alimentaria en el almuerzo según el puesto de trabajo.

Según la tabla número 6, sobre la alimentación en el puesto de trabajo, el tiempo dedicado al almuerzo y la conducta alimentaria según el puesto de trabajo, se observa que si existe una relación entre la conducta alimentaria a la hora del almuerzo y el tiempo dedicado al almuerzo según el puesto de trabajo del colaborador, esto se puede justificar debido al tipo de trabajo según el puesto desempeñado, ya que a nivel de planta, al ser una planta procesadora de alimentos, deben de tener un tiempo establecido por la empresa para realizar el almuerzo, ya sea para descansar o comer, dejando de lado el acceso económico a los alimentos, podemos afirmar que los empleados que desempeñan una labor de planta dedican el tiempo establecido mínimo por ley para el almuerzo, pues deben de salir de las instalaciones para consumir algún tipo de alimento a diferencia de puestos administrativos que al ser un puesto desempeñado lejos de áreas con estrictos reglamentos de limpieza, y sin una estricta regulación de horarios tienden más a saltarse el almuerzo o dedicar menos tiempo al almuerzo. En cuanto al consumir los alimentos en el puesto de trabajo no existe relación estadística significativa para rechazar la hipótesis de que está relacionado al puesto desempeñado por el colaborador.

Según Manzano Huaracallo, Juan Luis (2018), existe relación significativa entre el estrés laboral y hábitos alimentarios para el personal administrativo, como también entre estrés laboral y estado nutricional antropométrico. Más no se encontró correlación entre las variables para el personal operativo. (Huaracallo, 2018)

5.1.7 Ingreso económico mensual al hogar y cantidad de personas en el hogar según puesto de trabajo

Según la tabla número 7 sobre la relación entre el ingreso económico, la cantidad de personas en el hogar y el puesto de trabajo desempeñado por el colaborador entrevistado, se evidencia que existe relación entre el ingreso económico mensual y el puesto de trabajo, indicando que entre más ingreso económico es más alto el puesto de trabajo dentro de la empresa, lo que conlleva a un mejor acceso a los alimentos, esto es respaldado por el Banco Mundial donde indican que el crecimiento económico tiene el poder de transformar sociedades, aumentar los ingresos y permitir que los ciudadanos prosperen, pero el crecimiento por sí solo no es suficiente. Para reducir la pobreza y garantizar la prosperidad compartida, se necesita que el crecimiento genere mayor cantidad de empleos y que estos sean de mejor calidad y más inclusivos, ya que constituyen el camino más seguro para salir de la pobreza. En los últimos años, entre otras intervenciones, el Banco Mundial ha respaldado programas de empleo de los países, brindando capacitación profesional a quienes buscan trabajo, financiando préstamos para micro y pequeñas empresas y movilizándolo financiamiento en apoyo del aumento de empleos en el sector privado. (Banco Mundial, 2018)

En cuanto a la cantidad de personas que conforman el hogar de los colaboradores no hay prueba estadística suficiente que respalde una relación entre esta variable y el puesto de trabajo desempeñado.

5.1.8 Inseguridad alimentaria según los gastos en alimentos y el ingreso económico.

Según la figura número 40, en cuanto a la relación entre la inseguridad, los gastos en alimentación y el ingreso económico, se evidencia estadísticamente un patrón de la inseguridad alimentaria cuando se correlaciona con los gastos, se comprende que conforme aumenta el gasto de los empleados en alimentación más baja el riesgo de no tener inseguridad alimentaria. Esto se debe a que el acceso

económico a los alimentos es un pilar fundamental de la seguridad alimentaria, el cual va de la mano con el ingreso económico por medio de un empleo estable y el gasto en alimentación de las personas.

Según Dixis Figueroa Pedraza (2005), el mantenimiento y el incremento del poder adquisitivo de las familias pobres mediante la creación de empleos estables y otras oportunidades de generación de ingresos que mejore el acceso a los alimentos y, por lo general, la ingesta calórica (se dice por lo general ya que puede ser que los ingresos adicionales sean usados para productos no alimenticios o para alimentos de baja calidad), el consumo de estos y el bienestar nutricional, el control de la inflación y el suministro estable de alimentos de bajo costo es, en muchos casos, un requisito preliminar de la Seguridad Alimentaria en los hogares.

Sin embargo, cuando se busca esta correlación con el ingreso total de los empleados y la inseguridad alimentaria en los hogares, surge el problema que el riesgo de inseguridad en familias con menores de 18 años aumenta conforme sube el ingreso, esto se puede justificar por el aumento de comida preparada, la cual es adquirida porque hay un mayor poder adquisitivo, donde no se realizan los tiempos de alimentación planeados y preparados en casa con porciones adecuadas de los grupos de alimentos, tomando en cuenta que la comida rápida o preparada es basada en harinas y grasas principalmente, tomando en cuenta que el 50% de la población encuestada indicó anteriormente comprar alimentos en sodas o restaurantes cercanos, pero es bueno recordar que esta parte esté afectada por el hecho de que no todos los empleados tienen menores de 18 años en sus casas.

5.1.9 Frecuencia de consumo con respecto a los ingresos de las personas

Según la tabla número 8, sobre la frecuencia de consumo respecto de los ingresos de los colaboradores se evidencia el patrón alimenticio de los colaboradores, tomando en cuenta los alimentos más

representativos como el azúcar que indica que entre más ingreso económico hay menos consumo de este alimento, esto se justifica que con más ingreso se disminuye la compra de alimentos de baja calidad como base de la dieta, sustituyendolos por alimentos de mejor calidad como la carne que se puede evidenciar que entre más ingreso, más consumo de carne, se prefieren preparaciones más elaboradas en lugar de preparaciones poco preparadas y poco saludables, esto es respaldado por Maria Fernanda Gutierrez (2014), quien en su investigación afirma que personas con bajos recursos económicos consumen prioritariamente alimentos ricos en calorías y que calman el hambre, y este grupo no alcanza un sano balance en el aporte nutricional, esta es una de las razones que ha llevado a los países a tener sobrepeso y obesidad, lo que es propio de los países desarrollados, sin dejar atrás las deficiencias nutricionales, característica de países en vías de desarrollo. El Observatorio de Seguridad Alimentaria y Nutricional (OSAN) evidencia un proceso de transición epidemiológica, reflejado en importantes problemáticas nutricionales relacionadas tanto con el déficit como con el exceso. Este último es menos frecuente en los estratos altos, que tienen capacidad de compra de muchos alimentos, ya que este grupo tiene el conocimiento y la capacidad adquisitiva para una alimentación balanceada. (Gutierrez, 2014)

En cuanto a las frutas, entre más ingreso, más consumo, ya que es un grupo de alimento principal, sin embargo, cuando hay menos ingreso es uno de los grupos que se sacrifican llenando ese vacío con otros alimentos más calóricos, pero cuando el ingreso es mayor, no se sacrifica ningún grupo de alimentos y el consumo de frutas es aumentado. En cuanto a la grasa entre más ingreso menos consumo y esto se justifica al igual que el azúcar. Mientras que las harinas se aumentan cuando el ingreso aumenta, ya que podemos catalogar las harinas como panes, arroz, verduras harinosas, entre otras, que cuando hay más ingreso económico hay más diversidad de alimentos a escoger aumentando la compra de alimentos harinosos, además la frecuencia de consumo de los alimentos.

Según la Política Nacional de Seguridad alimentaria y nutricional 2011-2021, indica que el consumo de alimentos está condicionado por la producción de alimentos en el hogar, el nivel de ingresos, el tamaño de la familia, la distribución intrafamiliar de los alimentos, la educación nutricional, los conocimientos en la selección, la preparación y la cocción, según las costumbres y tradiciones del lugar, el efecto de la publicidad (positivo o negativo) y medios de comunicación en la selección de alimentos para su consumo. Los cambios en los hábitos alimentarios requieren de estrategias integradas de modificación de conductas y acciones educativas para mejorar las prácticas de alimentación y la nutrición. Estas acciones son estratégicas en la SAN, por lo cual, es importante ampliar su cobertura y dar continuidad al trabajo con niños en edad escolar, madres lactantes, adultos mayores y grupos en riesgo social. El énfasis en el valor nutritivo de las dietas es esencial para estas poblaciones. (Ministerio de salud , 2011)

5.1.10. Diversidad alimentaria según el ingreso

Según la tabla número 9, sobre la diversidad alimentaria de los encuestados según el ingreso económico mensual de los mismos se toman en cuenta los grupos de alimentos más significantes estadísticamente, donde se observa que a mayor ingreso económico se incluye el grupo de alimentos de los cereales a la dieta de los encuestados, a diferencia de el grupo de los vegetales quienes se ven excluidos a mayor ingreso económico. De acuerdo con las frutas a mayor ingreso se excluyen de la dieta, y la carne igualmente se excluye. Los huevos se ven incluidos en la dieta cuando hay mayor ingreso económico y los dulces se excluyen. En cuanto a la diversidad alimenticia, se debe tener en cuenta las preferencias de las personas cuando hay un mayor ingreso económico, y cuando hay un menor ingreso económico ya que buscan satisfacer las necesidades alimenticias con alimentos de menos calidad nutricional, además el estado nutricional puede verse afectado dependiendo de la diversidad alimentaria tomando en cuenta el ingreso económico que va directamente relacionado al acceso económico de los alimentos, esto esta respaldado según Jose Alberto Rivera quien afirma que la presencia de sobrepeso u obesidad en adultos en condición

de inseguridad alimentaria es consecuencia de las adaptaciones que realizan las familias para mantener el consumo de energía ante las crisis económicas, pues se recurre a la compra de alimentos más baratos pero con inferior calidad nutricional. De esta manera, se asegura -o en ocasiones se excede- el consumo de energía, pero no así el de micro nutrimentos o fibra. (José Alberto Rivera-Márquez, 2014)

Pedraza (2005) externa que la pobreza es la base de los problemas de inaccesibilidad económica a los alimentos y, por lo tanto, contribuye significativamente a la inseguridad alimentaria tanto a nivel familiar como poblacional en las zonas más vulnerables, como en esta investigación la población de nivel de planta o transportistas. Al afectarse los factores anteriormente mencionados, se afecta directamente el estado nutricional de los individuos, situación que se presenta con los colaboradores con menos ingreso económico de esta investigación, ya que por la inaccesibilidad económica se ve afectado el acceso al consumo adecuado y variado de alimentos, afectando así el estado nutricional y, por ende, la salud. (Pedraza, Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil, 2005)

Esta investigación encontró de forma general una relación estadísticamente significativa entre los puestos de trabajo, el acceso y la disponibilidad de alimentos de los empleados encuestados, sin embargo, la conducta alimentaria en horas laborales no tuvo relación estadísticamente significativa con los puestos de trabajo.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

En el presente capítulo se exponen las conclusiones y recomendaciones, las cuales se basan principalmente, en los resultados obtenidos de la investigación y el análisis realizado.

De forma general y de acuerdo con los datos obtenidos en esta investigación, se puede concluir que aspectos como la disponibilidad de alimentos y el acceso a los alimentos están relacionados con el puesto de trabajo y el ingreso económico de los colaboradores, ya que a mayor rango de acuerdo con el puesto de trabajo, mayor ingreso económico y hay menos probabilidad de inseguridad alimentaria y mayor acceso a los alimentos mientras que la conducta alimentaria en horas laborales no está relacionada al puesto de trabajo ya que comparando los dos puestos de trabajo no hay evidencia de que un puesto de trabajo tenga mejor conducta alimentaria que otro.

De acuerdo con las características sociodemográficas, se concluye que los colaboradores de nivel administrativo la mayoría posee un grado educativo de universidad completa, mientras que los de planta la mayoría presenta secundaria completa, además en cuanto a la cantidad de personas que viven en los hogares de los colaboradores de nivel administrativo, la mayoría indica que viven dos, mientras que a nivel de planta en la mayoría de los hogares viven de 3-4 personas. En cuanto al aporte económico al hogar, a nivel administrativo en la mayoría de los hogares aportan económicamente 2 personas en el hogar, mientras que a nivel de planta aporta solamente 1 persona en el hogar.

De acuerdo con la disponibilidad de alimentos, según la guía para medir la diversidad alimentaria de los hogares, ambos grupos tienen una disponibilidad adecuada, además el lugar de compra de la mayoría de la población de nivel administrativo y de planta de sus alimentos es en el supermercado cercano y verdulerías locales. En cuanto a las distancias recorridas para adquirir los alimentos, la mayoría recorre

entre 500 metros y 1 km y la mayoría de los grupos de estudio viajan en vehículo propio, aunque se logra concluir que hay más colaboradores de nivel administrativo con vehículo propio, ya que hay más colaboradores de nivel de planta que viajan en bus o caminan para adquirir sus alimentos. Además, la frecuencia de compra de los alimentos a nivel administrativo sobrepasa las compras quincenales, mientras que, a nivel de planta, las compras son semanales.

Con respecto al acceso de los alimentos de la población, se evaluó por medio de la escala latinoamericana y caribeña de seguridad alimentaria, Ley de Engels, la CBA y la Guía para la diversidad alimentaria de la FAO y se encontró que los encuestados en los hogares sin menores de 18 años, a nivel administrativo se evidenció más inseguridad alimentaria que en los hogares sin menores de 18 de los colaboradores de planta, sin embargo en los hogares con menores de 18 a nivel administrativo hay más seguridad alimentaria que en los hogares de los colaboradores de nivel de planta, según la ley de Engels la población se encuentra con una inseguridad leve tomando en cuenta sus ingresos totales y sus gastos en alimentación y según la canasta básica tomando en cuenta a los miembros de la familia que dependen del ingreso total en el hogar se encuentran en no pobreza y además poseen una diversidad alimentaria alta.

A nivel administrativo, en una vista general, hay más hogares con nivel de inseguridad leve, mientras que a nivel de planta, se divide entre leve, moderada y severa.

En cuanto al ingreso económico total a nivel administrativo, la mayoría de colaboradores reciben más de 400.000 colones mensuales, de los cuales la mayoría invierte más de 140.000 colones en alimentos, mientras que a nivel de planta reciben entre 300.000 y 400.000 mil colones mensuales totales, de los cuales la mayoría invierte en alimentación entre 100.000 y 140.000 colones, sin dejar de lado lo que se mencionó anteriormente en cuanto a la cantidad de personas que viven en el hogar y cuántas de estas

aportan económicamente al hogar, donde se ve reflejado el nivel de inseguridad alimentaria presente en los hogares.

De acuerdo con la conducta alimentaria la mayoría de los colaboradores de nivel de planta y administrativo, realizan los 3 tiempos de comida principales, de los cuales el desayuno y el almuerzo son los que generalmente realizan en horas laborales. Además, los alimentos consumidos generalmente provienen del hogar ya preparados. En cuanto a la hora del almuerzo en horas laborales, la mayoría de los colaboradores de ambos grupos estudiados detienen el trabajo pendiente para realizar el almuerzo, y el tiempo dedicado al almuerzo, en cuanto a los administrativos, realizan el tiempo de comida en 30 min a 1 hora, mientras que los de planta dedican 21-30 minutos a este tiempo de comida.

De acuerdo con el almuerzo, la mayoría de los administrativos realizan el tiempo de comida en su puesto de trabajo sin poder desligarse de las distracciones a la hora de comer, mientras que los de planta indican si desligarse de su puesto de trabajo para realizar el almuerzo.

6.2 RECOMENDACIONES

Investigar más sobre la seguridad alimentaria en las poblaciones vulnerables, tomando en cuenta la canasta básica y poblaciones con empleos que poseen salarios menores, como miscelaneos o puestos similares, incluyendo no solamente el acceso y la disponibilidad de alimentos, sino también el consumo y utilización biológica de los mismos para poder encontrar posibles avances sobre el tema en estas poblaciones tan vulnerables.

Realizar mediciones del estado nutricional para comparar estos resultados e identificar posibles consecuencias de la inseguridad alimentaria, bajo acceso a los alimentos y la disponibilidad alimentaria en grupos vulnerables y no vulnerables.

Tomar en cuenta el estrés laboral según la conducta alimentaria, para tener evidencia de la afectación del estrés y el no apartarse de los puestos de trabajo para dedicar tiempo de calidad a la alimentación, en el estado nutricional y el rendimiento laboral de los trabajadores.

BIBLIOGRAFÍA

- Ángel Jesús Porras Solís, K. C. (2014). Las condiciones de acceso a los alimentos en la población de menores ingresos en Costa Rica, 2006-2011. *Revista UNA*.
- Araya, P. C. (2012). *SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DE LAS FAMILIAS DE LOS AGRICULTORES DE TIERRA BLANCA DE CARTAGO (COSTA RICA), ENERO 2011*.
- Arciniega, J. d. (2005). *En la transición a la edad adulta. Los adultos emergentes*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832310013.pdf>
- Área de Política Agropecuaria y Rural, APAR . (2016). *Plan Nacional para la Seguridad Alimentaria, Nutrición y Erradicación del Hambre, 2025*. Costa Rica.
- Banco Mundial. (2018). Obtenido de El empleo, núcleo del desarrollo: Transformar economías y sociedades mediante puestos de trabajo sostenibles: <https://www.bancomundial.org/es/results/2018/02/13/jobs-at-the-core-of-development>
- Becerra, F., Pinzón, G., Vargas , M., Martínez, E., & Ferney, E. (2016). *Cambios en el estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes universitarios de Bogotá*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v64n2/v64n2a10.pdf>
- Bernal, J., & Lorenzana, P. (2017). *LA ESCALA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA EN HOGARES APLICADA A ADOLESCENTES EN CARACAS: UNA MEDIDA VALIDA Y CONFIABLE* .
- Caicedo Jaramillo, C. F. (2011). *Análisis de la relación entre la alimentación, el estado nutricional y la actividad laboral de los trabajadores de "Termas de Papallacta" de mayo a julio del 2011*.
- Cañote Almendaris, A. S. (2019). *Relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios de los trabajadores de la Empresa Senecorp S.A., en la ciudad de Guayaquil. (2019)*.

- Chaves, A. M. (2018). *RELACIÓN ENTRE EL ESTADO NUTRICIONAL Y LA CALIDAD DEL CONSUMO DE MERIENDAS DURANTE LA JORNADA LABORAL EN TRABAJADORES DE 20-55 AÑOS EN CALL CENTERS, HEREDIA 2018.*
- Chiavenato, I. (2001). Administración de las Organizaciones Universidad Nacional de Córdoba Facultad de Ciencias Económicas . *Tecnicatura en gestion administrativa, .*
- Chiavenato. (2001). *Administracion, Proceso Administrativo.* Mc Graw Hill.
- Claudia Suárez S., A. E. (2011). ALIMENTACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEPENDIENTES RESIDENTES EN MONTEVIDEO Y CIUDADES CERCANAS. *Revista Chilena de Nutricion.*
- Coleman-Jensen, A. a.-E. (2014). *Household Food Security in the United States in 2013.*
- Comision economica para America Latina y Caribe. (2009). *Inseguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe.*
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y la Asociación Latinoamericana de Integración (ALADI) . (2016). *Seguridad alimentaria, nutrición y erradicación del hambre CELAC 2025 Elementos para el debate y la cooperación regionales.*
- Córdoba, J. J. (2019). *No se puede tener una buena nutrición sin antes proteger la salud de los suelos.* UCR. San José: Salud.
- Couceiro, M. E. (2007). La alimentación como un tiempo de la nutrición, su disponibilidad y accesibilidad económica. *Revista Cubana de Salud Publica.*
- Daniel Alberto Parra Gavilanes, P. A. (2019). Productividad laboral y su costo económico, relacionado con los hábitos alimenticios de los trabajadores de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo. *Revista Universidad y Sociedad.*

- Dinarte, W. S. (2018). *Relación entre el estado nutricional, los hábitos de alimentación y consumo de alimentos tradicionales en personas de 20 a 50 años de edad en el distrito de Liberia, Guanacaste durante el tercer cuatrimestre del 2018.*
- Escobar, G. (2016). La relevancia de la agricultura en América Latina y el Caribe . *Nueva sociedad.*
- Esteban Gilberto Ramos Peña, R. S. (2018). ALIMENTACIÓN Y POBREZA POR CARENCIA DE ACCESO A LOS ALIMENTOS EN POBLACIÓN DEL NORESTE DE MÉXICO. *Revista salud publica y nutricion .*
- FAO. (2011). *Programa Especial para la Seguridad Alimentaria – Centroamérica.* Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-at772s.pdf>
- FAO. (2012). *Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA).*
- FAO. (2018). El estado de seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo.
- Fernanda Alejandra Chandía Vásquez¹, K. A. (2016). Relación entre estrés laboral y adherencia a la dieta mediterránea (DM) en funcionarios de una institución de educación superior, Chile. *Ciencia & trabajo.*
- Fortún, M. (2020). Ley de Engel. *Economipedia.*
- Franco, J. J. (2007). Estrés alimentario y salud laboral vs. estrés laboral y alimentación equilibrada. *Medicina y Seguridad del Trabajo.*
- Guardiola, J, G.-G. F. (2010). La influencia de la desigualdad en la desnutrición de América Latina: una perspectiva desde la economía. *Nutricion Hospitalaria.*
- GUZMAN, L. M. (2015). *Evaluación de la disponibilidad y acceso a alimentos para la seguridad alimentaria y nutricional de las familias del área rural del municipio de Olopa, departamento de Chiquimula. Guatemala.*

- Huaracallo, j. l. (2018). *Estrés laboral, hábitos alimentarios y estado nutricional antropométrico en trabajadores administrativos y operativos de una clínica privada de Lima, 2018.*
- INEC. (2017). *Anuario Estadístico 2014 - 2015.*
- INEC. (2020).
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2017). *Encuesta Nacional de Hogares 2017, resultados generales.* Obtenido de <http://www.inec.go.cr/sites/default/files/documentos-biblioteca-virtual/reenaho2017.pdf>
- Jessica Osorio E, ., G. (2002). DESARROLLO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN LA INFANCIA Y SUS ALTERACIONES. *Revista chilena de nutrición.*
- Jesús Ekmeiro Salvador, R. M. (2015). *Patrón de consumo de alimentos a nivel familiar en zonas urbanas de Anzoátegui, Venezuela.*
- Jesús Ekmeiro Salvador, R. M. (s.f.).
- Jesús Ekmeiro Salvador1, R. M. (2015). Patrón de consumo de alimentos a nivel familiar en zonas urbanas de Anzoátegui, Venezuela. *Nutricion Hospitalaria*, 1558.
- José Alberto Rivera-Márquez, P. V.-R.-N.-E. (2014). Inseguridad alimentaria en el hogar y estado de nutrición en personas adultas mayores de México. *Salud publica de Mexico.*
- Joseph Laure, Instituto de Nutricion de Centro America y Panama, INCAP. (s.f.). *SALARIO MINIMO, SEGURIDAD ALIMENTARIA y POBREZA.* .
- Karina Oyarce Merino, M. V.-V. (2016). Conducta alimentaria en niños. *Nutrición Hospitalaria.*
- La Gaceta. (2016). *LEY MARCO DEL DERECHO HUMANO A LA ALIMENTACIÓN Y DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL.* Poder Legislativo de Costa Rica . Alcance 200°.
- La Nacion. (2015). Almuerzo debe de durar 30 minutos minimo en jornada laboral. *La Nación.*

- López-Morales, J. L. (2018). Análisis del comportamiento alimentario y sus factores psicológicos en población universitaria no obesa. *Anales de Psicología*.
- Maldonado, J. C. (2017). Incidencia del ingreso familiar y la educación en el acceso a la canasta básica familiar en Ecuador. *Carrera de Economía. Universidad Nacional de Loja, Loja-Ecuador*.
- Mansilla, M. E. (2000). ETAPAS DEL DESARROLLO HUMANO. *Revista de investigación en psicología*, 111.
- Manuel Peña, J. B. (2012). La obesidad y sus tendencias en la Región. *Revista Panamericana de Salud Pública*.
- María Elisa Zapata, A. R. (2013). Cambios en el patrón de consumo de alimentos y bebidas en Argentina, 1996-2013. *Scielo, Salud colectiva*.
- Maritza Landaeta-Jiménez¹, M. H. (2017). Las precarias condiciones de alimentación de los venezolanos. Encuesta Nacional de Condiciones de Vida 2017. *Anales Venezolanos de Nutrición*.
- Matos, C. H. (2009). Trabajo en producción de comidas: consecuencias en la alimentación y estado nutricional de los trabajadores (2009).
- Matos, C. H. (2009). Trabajo en producción de comidas: consecuencias en la alimentación y estado nutricional de los trabajadores. *Medicina y Seguridad del Trabajo*.
- Ministerio de Salud. (2011). *Guías alimentarias para Costa Rica*.
- Ministerio de salud. (2011). *Política Nacional de seguridad alimentaria y Nutricional*.
- Ministerio de Salud. (2011). *Política Nacional y de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021*. San Jose, Costa Rica.
- Ministerio de Salud. (2009). *Encuesta Nacional de Nutrición 2009-2009*.
- Ministerio de Salud. (2011).
- Ministerio de Salud. (2011). *Perfil nacional de seguridad alimentaria y nutricional*.

- Ministerio de Salud. (2011). *Política nacional de seguridad alimentaria y nutricional 2011-2021* . Costa Rica.
- Ministerio de Trabajo y seguridad Social. (1943). *Código de trabajo de Costa Rica*.
- Nora Patricia Chinchilla Barrantes, P. S. (2018). Atención y educación nutricional para los funcionarios de la Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica. *Revista Costarricense de Salud Pública*.
- OMS. (2017). Cardiopatía Isquémica, la principal causa de muerte en el mundo. *Edición Medica*.
- Osorio, J. (2012). DESARROLLO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y SUS ALTERACIONES. *Revista Chilena de nutrición*.
- Pablo Alberto Parra Silva, B. C. (2019). *Productividad laboral y su costo económico, relacionado con los hábitos alimenticios de los trabajadores de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo (2019)*.
- Pedraza, D. F. (2005). Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. *SCIELO*.
- Pedraza, D. F. (2005). Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. *Revista Costarricense de Salud Pública*.
- Pedraza, D. F. (2008). Disponibilidad de alimentos como factor determinante de la Seguridad Alimentaria y Nutricional y sus representaciones en Brasil . *Revista de Nutrición*.
- Peña., M. V. (2017). Portada - Influencia del nivel socioeconómico ante el estado nutricional de la población de Cádiz Influencia del nivel socioeconómico ante el estado nutricional de la población de Cádiz. *Revista medica electronica Portal médico* .
- Ramirez, P. F. (2018). *Promocionar la motivación y la productividad del empleado en el trabajo a través de una alimentación saludable*. Obtenido de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/18721>

- Reyna Guadalupe Valencia-Valero, L. O.-H. (2010). Disponibilidad de alimentos en los hogares mexicanos de acuerdo con el grado de inseguridad alimentaria. *Salud Publica de Mexico*.
- Rodriguez Garcia, L., & Garcia Orri, J. (2016). *NUTRICIÓN COMUNITARIA*. Universidad de Cienfuegos.
- Sanabria, M. (2014). *Análisis de la situación nutricional de los niños menores de cinco años en Paraguay a partir de la encuesta de ingresos y gastos y de condiciones de vida 2011-2012*. Obtenido de UNICEF:
https://www.academia.edu/38214897/An%C3%A1lisis_de_la_situaci%C3%B3n_nutricional_de_los_ni%C3%B1os_menores_de_cinco_a%C3%B1os_en_Paraguay_a_partir_de_la_encuesta_de_ingresos_y_gastos_y_de_condiciones_de_vida_2011-2012
- Ulate, S. M. (2017). *EFECTO DEL ESTILO DE VIDA Y LOS FACTORES ALIMENTARIOS SOBRE EL ESTADO NUTRICIONAL DE TRABAJADORES DE OFICINAS CENTRALES DEL BANCO DE COSTA RICA Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS LABORAL (2017)*.
- Uribe, M. M. (2010). *Factores socioeconómicos, alimentarios y nutricionales asociados a la inseguridad alimentaria en los hogares de los niños que participan en el Programa de Complementación Alimentaria alianza 4 MANA ICBF | Antioquia, Colombia*. Antioquia .
- Vega-Macedo, M., Shamah-Levy, T., Peinador-Roldán, R., Méndez-Gómez Humarán, I., & Melgar-Quiñónez, H. (2014). Inseguridad alimentaria y variedad de la alimentación en hogares mexicanos con niños menores de cinco años . *Salud Publica de Mexico*.
- Wanjek, C. (2005). *FOOD AT WORK*. Oficina internacional de Trabajo.

ANEXO 1

**Universidad Hispanoamericana
Carrera de Nutrición**

Cuestionario sobre acceso, disponibilidad, conducta alimentaria y estado nutricional actual del personal de nivel gerencial y nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Lagunilla de Heredia, 2020.

Responsable de la investigación: Mariana Ramirez Fernández

PARTE I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

1. ¿Cuál es su edad actual (años cumplidos)? :
()18-30 ()31-50 ()51-64

2. Indique cuál es su sexo
() Femenino () Masculino

3. Indique su estado civil actual
() Soltero/a () Casado/a () Unión libre
() Divorciado/a () Separado/a () Viudo/a

4. ¿Cuál es su puesto dentro de la empresa Bimbo?
() Administrativo
() Planta
() Transporte
() Otro .

5. Indique su nivel educativo correspondiente
() Sin estudios
() Primaria o escuela incompleta
() Primaria o escuela completa
() Secundaria o colegio incompleto
() Secundaria o colegio completo
() Técnico profesional
() Universidad incompleta
() Universidad completa

6. ¿Cuántas personas viven en el hogar?
()1 () 2 () 3 () 4 () 5
() 6 () 7 ()8 ()9 o mas

7. ¿Cuántas personas aportan económicamente al hogar?
()1 ()2 ()3 ()4 ()5 o mas

PARTE II. DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS

8. ¿Ud. o su familia realiza alguna actividad de cultivo, siembra y cosecha? Si la respuesta es "NO" pase a la pregunta 10.
() Sí () No

9. Marque con una equis (x) los alimentos que usted o su familia producen para su propio consumo

La cte os	Grano s (arroz, frijol)	Fru tas	Veget ales (lechu ga, tomat e e)	Verdur as (papa, yuca)	Hu evo s	Carne res	Carne pollo	Carne cerdo	Ningu no

10. Marque con una equis (x) en el siguiente cuadro el lugar donde acostumbra a realizar las compras de los alimentos

Alimento	Locales						
	Pulp eria	Super Merca do	Feria Agricul tor	Verdu leria	Carni ceria	Otro	Ninguno
Lácteos							
Abarrotes							
Frutas							
Vegetales							
Verduras							
Huevos							
Carne res							
Carne pollo							
Pescado y marisco							

11. ¿Cuál es la distancia que hay aproximadamente hasta la tienda donde adquiere los alimentos?

Alimento	Distancia		
	Menos de 500 metros	De 500 m a 1 Km	Mas de 1 Km
Lácteos			
Abarrotes			
Frutas			
Vegetales			
Verduras			
Huevos			
Carne res			
Carne pollo			
Pescado y mariscos			

12. ¿Cuál es el medio de transporte que utiliza para desplazarse hasta el local donde realiza las compras de cada uno de los siguientes productos?

Alimento	Medio de transporte					
	Bus	Taxi	Vehículo Propio	Caminando	Caballo	Otro
Lácteos						
Abarrotes						
Frutas						
Vegetales						
Verduras						
Huevos						
Carne res						
Carne pollo						
Pescado y mariscos						

13. ¿Con que frecuencia realizan las compras de los alimentos en su hogar?

Alimento	Diario	Semana l	Quincena l	Mensual	Nunca	Otro
Lácteos (yogurt, leche)						
Abarrotes (arroz, frijol, pastas)						
Frutas (manzana, banano, piña, papaya, mango)						
Vegetales (zanahoria, tomate, lechuga, pepino,)						
Verduras (yuca, papa, camote,)						
Huevos						
Carne res						
Carne pollo						
Pescado y mariscos frescos (atun, sardina, camaron)						

14. Según la Guía para medir la diversidad alimentaria de la FAO, ¿En los últimos 3 días, consumió algunos los siguientes alimentos en el hogar?

Número de pregunta	Grupo de alimentos	Ejemplos	si: 1 no: 0
1	cereales	Maíz, arroz, tortillas, tamal, trigo o cualquier otro alimento en grano o elaborado con ellos (p.ej., pan, fideos, u otros productos elaborados con cereales)	
2	raíces y tubérculos blancos	papas blancas, ñame blanco, yuca blanca u otros alimentos provenientes de raíces y tubérculos	
3	tubérculos y verduras ricos en vitamina a	calabacita/zapallo, zanahoria, calabaza que son de color naranja dentro + otras verduras ricas en vitamina A disponibles localmente (p.ej., pimienta roja dulce)	
4	verduras de hoja verde oscuro	verduras de hoja verde oscuro, incluidas las silvestres + hojas ricas en vitamina A disponibles localmente como las hojas de amaranto, las hojas de yuca, berzas, espinacas	
5	otras verduras	otras verduras (p.ej., tomate, cebolla, berenjena) + otras verduras disponibles localmente	
6	frutas ricas en vitamina a	mango maduro, melón, papaya madura, melocotón / durazno seco, y jugos hechos al 100% con estos frutas + otras frutas ricas en vitamina A disponibles localmente	
7	otras frutas	otras frutas, incluidas las frutas silvestres y los jugos hechos al 100% con ellas	
8	carne de vísceras	hígado, riñón, corazón y otras carnes de vísceras o alimentos a base de sangre	
9	carnes	carne de vacuno, cerdo, cordero, cabra, conejo, carne de caza, pollo, pato, otras aves, insectos	
10	huevos	huevos de gallina, pato o cualquier otro tipo de huevos	
11	pescado y mariscos	Pescado o mariscos fresco o seco	
12	legumbres, nueces y semillas	frijoles secos, arvejas secas, lentejas, nueces, semillas o alimentos elaborados con ellos (p.ej., hummus, manteca de mani)	
13	leche y productos lácteos	leche, queso, yogur y otros productos lácteos	
14	aceites y grasas	aceite, grasas o mantequilla añadida a los alimentos o usada para cocinarlos	
15	dulces	azúcar, miel, jugos con edulcorantes y productos dulces como chocolates, caramelos, galletas etc.	
16	especias, condimentos y bebidas	especias (pimienta negra, sal), condimentos (salsa de soja, salsa picante), café, té, bebidas alcohólicas	

PARTE III. ACCESO A LOS ALIMENTOS

15. ¿Recibe alguna ayuda alimentaria o económica durante el año?

- Avancemos
- Bono escolar
- Servicio de Distribución de leche entera en polvo y Distribución de Alimentos a Familias del Ministerio de Salud.
- Programa de Bienestar y promoción familiar del IMAS
- Ningún tipo de ayuda
- Otro.

16. ¿Cuánto aproximadamente se gasta por mes únicamente en comprar alimentación en el hogar?

- Menos de ¢42 000
- ¢42 000 - ¢60 000
- ¢61 000 - ¢80 000
- ¢81 000 - ¢100 000
- ¢101 000 - ¢120 000
- ¢121 000 - ¢140 000
- Más de ¢140 000

17. Indique el ingreso económico total mensual que dispone la familia.

(Deben de sumarse todos los ingresos de las personas que ayudan al mantenimiento del hogar)

- ¢100 000 a ¢150 000
- ¢151 000 a ¢200 000
- ¢201 000 a ¢250 000
- ¢301 000 a ¢ 350 000
- ¢351 000 a ¢400 000
- Más de ¢ 400 000

18. Según la Escala del Componente de Acceso de la Inseguridad Alimentaria en el Hogar (HFIAS) , A continuación se presenta una tabla con una serie de preguntas acerca al acceso a los alimentos, responda lo solicitado

Numero de pregunta	Preguntas	SI 1 NO 0	NS NR 99	9
1	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted se preocupó de que los alimentos se acabaran en su hogar?			
2	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿En su hogar se quedaron sin alimentos?			
3	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿En su hogar dejaron de tener una alimentación saludable y balanceada?			
4	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar tuvo una alimentación basada en poca variedad de alimentos?			
5	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar dejó de desayunar, almorzar o cenar?			
6	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar comió menos de lo que debía comer?			
7	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar sintió hambre pero no comió?			
8	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar solo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?			
A partir de aquí responda únicamente si tiene menores de 18 años				
9	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar dejó de tener una alimentación saludable y balanceada?			

10	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar tuvo una alimentación basada en poca variedad de alimentos?		
11	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar dejó de desayunar, almorzar o cenar?		
12	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar comió menos de lo que debía?		
13	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Tuvieron que disminuir la cantidad servida en las comidas a algún menor de 18 años en su hogar?		
14	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar sintió hambre pero no comió?		
15	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar solo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?		

PARTE IV. CONDUCTA ALIMENTARIA EN HORAS LABORALES

19. Indique cuáles tiempos de comida realiza la mayoría de los días, entre semana

- Desayuno
- Merienda de la mañana
- Almuerzo
- Merienda de la tarde
- Cena
- Merienda nocturna

20. Indique cuáles tiempos de comida realiza la mayoría de los días, entre semana.

- Desayuno
- Merienda de la mañana
- Almuerzo
- Merienda de la tarde
- Cena
- Merienda nocturna

21. Cuales de los tiempos de comida que realiza antes mencionados los realiza en horas laborales?

- Desayuno
- Merienda de la mañana
- Almuerzo
- Merienda de la tarde
- Cena
- Colación nocturna

22. ¿Cuántos vasos de líquido (agua, café, frescos naturales, sopas, etc.) consume al día?

- Ninguno 1 2 3 4
- 5 6 7 8 o mas

23. De acuerdo a la alimentación realizada en horas laborales, los alimentos que consume provienen de :

- La casa
- Adquiridos en una soda o restaurante cercano
- Solicitado por express al trabajo.

24. En horas laborales cuando llega la hora de almuerzo:

- Detiene el trabajo que esta realizando para comer
- Come mientras sigue trabajando
- Se salta el tiempo de comida
- No come hasta que termina su jornada laboral.

25. Cuanto tiempo destina para realizar el almuerzo?

- 10 min – 15 min
- 15 min – 20 min
- 21 min- 30 min
- 30 min – 1 hora
- más de 1 hora

26. En algún momento ha tenido de realizar algún tiempo de comida físicamente en su puesto de trabajo? Entiéndase puesto de trabajo como su escritorio, vehículo, planta, camión, etc.

- si
- no

Si respondió no salte a la pregunta 10.

27. Cuantas veces por semana ha tenido que realizar algún tiempo de comida físicamente en su puesto de trabajo?

- 1-2 veces por semana
- 2-3 veces por semana
- más de 3 veces por semana

28. Marque con una equis la frecuencia de consumo que realiza en los siguientes alimentos

ALIMENTO	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUN DIA AL MES	ALGUN DIA A LA SEMANA	TODOS O CASI TODOS LOS DIAS
Lácteos (leche, yogurt)				
Harinas (arroz, pan, macarrones, tortillas, etc)				
Leguminosas (frijol, garbanzos, lentejas, etc)				
Verduras harinosas (yuca, papa, camote, elote, pejibaye, etc)				
Verduras no harinosas (zanahoria, tomate, pepino, lechuga, espinaca, etc)				
Frutas (papaya, sandia, manzana, naranja, carambola, etc)				
Carnes (carnes de res, pollo, cerdo, queso, huevo, etc)				
Pescado y mariscos frescos				
Pescado y mariscos enlatado				
Grasas (natilla, manteca, mantequilla, aceite vegetal, coco, etc)				
Azúcares (azúcar de mesa, miel de abeja, confites, jaleas, mermeladas, etc)				
Comias rapidas				
Licor (cerveza, cacique, guaro, etc)				
Reposteria, Alimentos empacados				

Gracias por la colaboración brindada para esta investigación!

ANEXO 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la Investigación: RELACIÓN ENTRE EL ACCESO, LA DISPONIBILIDAD ALIMENTARIA, CONDUCTA ALIMENTARIA EN HORAS LABORALES DEL PERSONAL DE NIVEL GERENCIAL Y NIVEL DE PLANTA DE LA EMPRESA BIMBO DE COSTA RICA, LAGUNILLA DE HEREDIA, 2020.

Nombre del Investigador (a) Principal: Mariana Ramírez Fernández

Nombre del participante: _____

A. PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

Dicha investigación es realizada por Mariana Ramírez Fernández, cédula 1-14390382 . El propósito principal del estudio es obtener información sobre acceso, disponibilidad de alimentos, conducta alimentaria y el estado nutricional actual de el personal de la empresa Bimbo de Costa Rica, para optar por el título de licenciatura en Nutrición, dicha investigación se realizará durante el presente año.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?:

1. Para comparar las variables del tema de investigación, únicamente se le solicita completar la encuesta brindada y aceptar ser medido y pesado y a su vez, aceptar por su propia voluntad que desea ser parte de la investigación y responder cada una de las preguntas con datos reales.
2. Los requisitos que se necesitan para poder ser evaluado son: a) Trabajar actualmente en el area administrativa o trasportista de la empresa Bimbo de Costa Rica y b) Tener entre 18 y 50 años de edad.

C. RIESGOS:

La participación en este estudio no presenta ningún riesgo, la información proporcionada a través del formulario será totalmente confidencial.

D. BENEFICIOS:

Como resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo, sin embargo, será posible que obtenga información sobre su estado nutricional; además ayudara a que la investigadora obtenga conocimiento sobre este tema en específico y este conocimiento beneficiará a otras personas que deseen información sobre el tema a tratar. , con el fin de identificar hábitos y sus consecuencias en el estado nutricional de adultos trabajadores. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

- E.** Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con la investigadora Mariana Ramirez Fernandez, quien debió haber contestado de forma satisfactoria todas sus preguntas. Si quisiera mayor información más adelante, puede obtenerla llamando a la investigadora a cargo, al teléfono 7295-1342 en el horario de lunes a viernes de 8:00 am a 4:00 pm. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Universidad Hispanoamericana **al teléfono 2241-9090**, de lunes a viernes en el horario de 8 am a 5 pm.
- F.** Recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.
- G.** Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho **de negarse a participar o a interrumpir** su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la calidad de la atención médica o de otra índole que requiera.
- H.** Su participación en este estudio es confidencial por lo que en caso de publicarse los resultados de esta investigación o divulgarse en una reunión científica, se garantiza estrictamente el anonimato de todas las personas participantes en el estudio.
- I.** No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de estudio en esta investigación.

Nombre, cédula y firma del testigo

fecha

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

fecha

ANEXO 3

DECLARACION JURADA

Yo, Mariana Ramírez Fernández, cedula de identidad 1-1439-0382, en condición de egresado de la carrera de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana, y advertido de las penas con las que la ley castiga el falso testimonio y el perjuicio, declaro bajo fe de juramento que dejo rendido en este acto, que mi trabajo de graduación, para optar por el título de Licenciada en Nutrición titulado “ Relación entre el acceso a los alimentos, disponibilidad alimentaria y conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel de planta y nivel gerencial de la empresa Bimbo de Costa Rica, Iagunilla de Heredia, 2020” es una obra original y para su realización he respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derechos de Autor y Derecho Conexos, número 6683 del 14 de Octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de Noviembre de 1982, especialmente el numeral 70 de dicha ley en el que se establece : “ Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que estos no sean tantos y seguidos que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original”. Asimismo, que conozco y acepto que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. Firmo, en fe de lo anterior, en la ciudad de San José, Aranjuez, el 29 de septiembre de 2020.



Mariana Ramírez Fernández

ANEXO 4

CARTA DEL TUTOR

CARTA DEL TUTOR

28 de setiembre de 2020

Sres.
Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante Mariana Ramirez Fernández, cédula de identidad número 114390382 me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de Tesis “Relación entre el acceso a los alimentos, la disponibilidad alimentaria y conducta alimentaria, en horas laborales del personal de nivel gerencial y nivel de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Lagunilla de Heredia, 2020.”, el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura.

En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por la postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	10
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	18
C)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20
	TOTAL		98

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



MBA. Yorlenny Chacón Sandí
1-1087-0860
Código Colegio Profesional 251-10

ANEXO 5

CARTA DEL LECTOR

San José, 14 de octubre de 2020

Señores

Comisión de Revisión de Tesis

Universidad Hispanoamericana

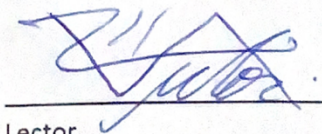
S.D.

Estimados Señores:

Por este medio hago constar, en mi calidad de lector de la carrera de Nutrición, que he revisado en forma detallada el documento bajo el formato de Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Nutrición de la estudiante **Mariana Ramírez Fernández**, cédula de identidad 1 1439 0382, titulado "RELACIÓN ENTRE ACCESO A LOS ALIMENTOS, LA DISPONIBILIDAD ALIMENTARIA Y CONDUCTA ALIMENTARIA, EN HORAS LABORALES, DEL PERSONAL DE NIVEL GERENCIAL Y NIVEL DE PLANTA DE LA EMPRESA BIMBO DE COSTA RICA, LAGUNILLA DE HEREDIA, 2020".

El documento cuenta con las características y condiciones de una modalidad de graduación, razón por la cual lo doy por aprobado, dando el visto bueno para continuar con las siguientes fases

Atentamente



Lector

Dr. Víctor Rodríguez Arias

Nutricionista

ANEXO 6

CARTA DEL FILÓLOGO

Astrid Quirós Granados

Filóloga UCR

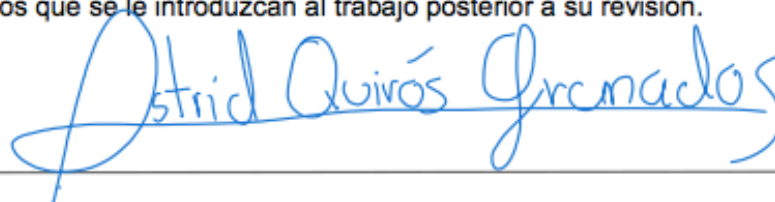
A quien interese:

Yo, Astrid Quirós Granados, Filóloga de la Universidad de Costa Rica; con cédula de identidad 3-438-182, inscrita en el Colegio Licenciados y Profesores, con el carné N° 80791 y en la Asociación Costarricense de Filólogos, con el carné N° 0096, hago constar que he revisado el trabajo. Y he corregido en él, los errores encontrados en redacción, ortografía, gramática y sintaxis. El trabajo se titula:

**RELACIÓN ENTRE ACCESO A LOS ALIMENTOS, LA
DISPONIBILIDAD ALIMENTARIA Y CONDUCTA
ALIMENTARIA, EN HORAS LABORALES, DEL
PERSONAL DE NIVEL GERENCIAL Y NIVEL DE
PLANTA DE LA EMPRESA BIMBO DE COSTA RICA,
LAGUNILLA DE HEREDIA, 2020**

MARIANA RAMÍREZ FERNÁNDEZ

Se extiende la presente certificación a solicitud del interesado, en la ciudad de San José a los diecisiete días del mes de octubre del dos mil veinte. La filóloga no se hace responsable de los cambios que se le introduzcan al trabajo posterior a su revisión.



Teléfono: 8315 95 27 Correo: asqui24@hotmail.es

Autorización CENIT

BIBLIOTECA UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN**

San José, 10 de diciembre 2020

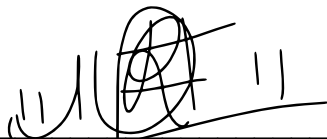
Señores:
Universidad
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito Mariana Ramírez Fernández con número de identificación 114390382 autora del trabajo de graduación titulado “*Relación del acceso, disponibilidad de alimentos y conducta alimentaria en horas laborales del personal de nivel gerencial y de planta de la empresa Bimbo de Costa Rica, Lagunilla de Heredia, 2020*” como requisito para optar por el grado de Licenciatura en Nutrición, si autorizo a la Biblioteca de la Universidad Hispanoamericana para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,


Firma y Cédula de Identidad

ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.

b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana

c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.