

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

CARRERA DE NUTRICIÓN

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

**Comparación seguridad alimentaria según la
escala FIES / FAO, hábitos alimenticios de
población adulta sana de 25 a 45 años con
reducción o suspensión de jornada laboral con
los que mantienen su jornada laboral, Costa
Rica, 2021**

Graciela Miranda Quesada

Mayo, 2021

Dedicatoria

A mi amado esposo por ser mi motor, mi gasolina y mi mayor apoyo durante este proceso. Sin su sabiduría y paciencia nada habría sido lo mismo. Gracias por ser, pero principalmente creer en mi cuando ni yo misma lo lograba, a vos mi amor, mi agradecimiento y mi admiración por siempre. ¡Este triunfo es de los dos!

A mi amada Victoria, quizás no podés estar acá para celebrar físicamente, pero sé que desde el cielo lo estás haciendo y en grande, el ejemplo de lucha, perseverancia y fortaleza siempre me acompañaron y tu recuerdo no ha dejado un solo instante, tus palabras de motivación y empuje son tesoros que guardo hasta que nos podamos volver a abrazar... Acá está lo que te prometí. ¡Lo logré mi ángel, lo logré!

Agradecimiento

Mi mayor agradecimiento es a mi padre celestial, gracias Dios por permitir que mis ojos vean lo que me prometiste, por permitirme la vida y por hacer este, mi sueño, una realidad.

A mis padres por su acompañamiento y constantes palabras de motivación. Pa, Ma, acá está finalmente, tenían razón, lo logré. A mis hermanos, los mejores que un ser humano pueda desear, mi fortuna es tenerlos.

A mis tías y consejeras Tere y Martha, sus brazos siempre estuvieron presurosos al abrazo y sus palabras llenas de amor y sabiduría

Jenni Badilla, desde que iniciamos este proceso de crecimiento personal has sido la dupla perfecta, mejor amiga y hermana. ¡Gracias por acompañarme en esto también!

A los tesoros heredados por la universidad, mis amigos Bayron Calvo, Melissa Paniagua, Stephanie Mendoza, Stephanie Chavarría, Nicole Charpantier, Hannia Badilla, Gabriela Soto, Laura Vargas, Lorgie Borges y Fanny Gómez. Sin ustedes esta aventura no habría sido la misma, gracias por compartirla conmigo en todo momento.

A los profesores que me acompañaron en este proceso, principalmente la Dra. Ingrid Cerna y el Dr. Alfredo Monge, su mística y entrega marcaron un camino con pasos muy fuertes.

Finalmente, a mi tutora de tesis MSc Merceditas Lizano Vega, no tengo como agradecer tanta entrega, tanta sabiduría y tanta paciencia, es usted un ser humano realmente increíble, mi respeto y admiración para usted siempre. *“Uno recuerda con aprecio a sus maestros brillantes, pero con gratitud a aquellos que tocaron nuestros sentimientos.”* Carl Gustav Jung

TABLA DE CONTENIDOS

Contenido

Dedicatoria.....	2
Agradecimiento.....	3
RESUMEN	12
Summary	13
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1.1 Antecedentes del problema.....	15
1.1.2 Delimitación del problema.....	19
1.1.3 Justificación	19
INVESTIGACIÓN	20
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	21
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	22
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1 EL CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL.....	24
2.1.1 Seguridad Alimentaria	24
2.1.1.1 La Escala de experiencia de Inseguridad Alimentaria (FIES)	24
2.1.2 Hábitos Alimentarios	25
2.1.2.1 Consumo de frutas y vegetales	27

2.1.2.2 Consumo de lácteos y derivados.....	28
2.1.2.3 Consumo de productos de origen animal.....	29
2.1.2.4 Consumo de cereales y granos.....	29
2.1.3 Acceso alimentario.....	30
MARCO METODOLÓGICO.....	32
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN.....	33
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	33
3.3 UNIDADES DE ANALISIS U OBJETOS DE ESTUDIO.....	34
3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión.....	36
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN ...	36
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	39
3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	40
3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS).....	52
3.8 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.....	52
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS.....	53
3.10 ANALISIS DE DATOS.....	53
PRESENTACION DE RESULTADOS.....	54
4.1 Características Socioeconómicas.....	55
DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	79
5.1. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	80

5.1.1. Aspectos sociodemográficos.....	80
5.1.2. Aspectos Socioeconómicos.....	84
5.1.3. Seguridad Alimentaria	88
5.1.4. Hábitos Alimentarios	90
5.1.5. Comparación entre la Seguridad Alimentaria y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral.....	93
5.2.6. Relación entre los Hábitos Alimentarios y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral.....	94
5.2.7. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria.....	98
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	103
6.1. Conclusiones	104
6.2. Recomendaciones	107
Bibliografía	109
GLOSARIO Y ABREVIATURAS.....	122
Anexos.	123
CONSENTIMIENTO INFORMADO	123
Instrumento de Evaluación.	125

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1. Conformación Territorial.....	34
Tabla N° 2. Criterios de Inclusión y exclusión	36
Tabla N° 3.	55
<i>Sexo biológico, rangos etarios y nivel de escolaridad. Distribución de la muestra según perfil sociodemográfico de las personas, 2021 n=98.</i>	55
Tabla N° 4. Distribución de la muestra de acuerdo con las preguntas de la escala de seguridad alimentaria de la FAO, 2021 n=98.	65
Tabla N° 5. <i>Distribución de la muestra de acuerdo con la frecuencia de consumo de distintos alimentos de interés, 2021 n=98.</i>	70
Tabla N° 6.	72
<i>Distribución de la muestra de acuerdo con comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral, 2021 n=98.</i>	72
Tabla N° 7. Comparación entre el puntaje de consumo de los alimentos y la reducción de la jornada laboral, n=98.	74
Tabla N° 8. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria, n=98. 75	
Tabla N° 9. Comparación entre el puntaje de consumo de los alimentos y la seguridad alimentaria n=98.	77

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1. Mapa con delimitación geográfica del área de estudio. Fuente: Elaboración propia, 2021	35
4.1.1. Perfil Sociodemográfico.....	55
4.1.2. Situación laboral de los entrevistados.....	56
Figura N° 1. Distribución de la muestra según el tipo de trabajo de las personas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	56
Figura N° 2. Distribución de la muestra según el tipo de patrono de las personas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	57
Figura N° 3. Distribución de la muestra según la jornada laboral de las personas antes y después de la pandemia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	57
Figura N° 4. Distribución de la muestra según el cambio en el tipo de trabajo, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	58
4.1.3. Perfil Socioeconómico.....	58
Figura N° 5. Distribución de la muestra según ingreso familiar, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	59
Figura N° 6. Distribución de la muestra según la composición de la familia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	59
Figura N° 7. Distribución de la muestra según los grupos de edad de los miembros de la familia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	60

Figura N° 8. Distribución de la muestra según el número de miembros de la familia que trabajan, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	60
Figura N° 9. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia desempleados o con reducción de jornada laboral, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	61
Figura N° 10. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia con secundaria completa o estudios universitarios, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	61
Figura N° 11. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia que estudian luego de secundaria completa, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	62
Figura N° 12. Distribución de la muestra según la cantidad de miembro que trabajan antes y después de la pandemia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	62
Figura N° 13. Distribución de la muestra según la afectación negativa sobre los ingresos destinados a la compra de alimento, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	63
Figura N° 14. Distribución de la muestra según la cantidad de menores edad en el sistema educativo formal, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	64
Figura N° 15. Distribución de la muestra según tipo de aseguramiento, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	64
4.1.4. Seguridad Alimentaria	65
Figura N° 16. Distribución de la muestra según el resultado de la escala de seguridad alimentaria de la FAO, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	66
4.1.5. Hábitos Alimentarios	66

Figura N° 17. Distribución de la muestra según del dinero destinado a la compra de alimentos, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	66
Figura N° 18. Distribución de la muestra según cambios recientes en la alimentación, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	67
Figura N° 19. Distribución de la muestra según la dirección de los cambios recientes en la alimentación, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	67
Figura N° 20. Distribución de la muestra según las personas consideran que los cambios recientes en la alimentación son beneficiosos para su salud o no, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	68
Figura N° 21. Distribución de la muestra según la disponibilidad de alimentos frescos, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	68
Figura N° 22. Distribución de la muestra según el lugar donde se consume la mayoría de los alimentos, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	69
Figura N° 23. Distribución de la muestra según la cantidad de tiempos de comida por día, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.....	69
Figura N° 24. Distribución de la muestra según el método de cocción preferido para preparar los alimentos, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	70
4.1.6. Comparación entre la Seguridad Alimentaria y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral	71
Figura N° 25. Relación entre el resultado de seguridad alimentaria y la reducción o suspensión laboral en las personas entrevistadas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.	71

Figura N° 26. Relación entre los tiempos de comida y la reducción o suspensión laboral en las personas entrevistadas, 2021 N=98. Fuente: Elaboración propia, 2021. 74

4.1.8. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria..... 75

Figura N° 27. Relación entre los tiempos de comida y la seguridad alimentaria en las personas entrevistadas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021..... 76

RESUMEN

Introducción: El 11 de marzo del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) realiza una declaratoria de pandemia por el virus SARS-CoV-2 (del inglés severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), que provoca la enfermedad llamada COVID-19, popularizada con el nombre de Pandemia por Covid -19. Una de las principales medidas para reducir el impacto de la pandemia es el distanciamiento físico entre las personas, por lo que los gobiernos, incluyendo el de Costa Rica han tomado una serie de medidas tendientes a mantener a las personas en su propia casa, compartiendo exclusivamente con los miembros de su propia burbuja social. Estas medidas incluyeron el cierre de actividades económicas completas por varios meses, provocando la disminución en la actividad económica y el aumento en el desempleo por ende comprometiendo la seguridad alimentaria y nutricional en algunos grupos poblacionales.

Objetivo general: Comparar la seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica 2021. **Metodología:** En esta investigación se presenta un enfoque cuantitativo, ya que la recolección de datos y el análisis estadísticos se realizan con el fin de medir las variables de seguridad alimentaria según la escala FIES/FAO, los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral hábitos y acceso alimentarios mediante la aplicación de encuesta digital por medio en Google Forms.

Resultados: La población involucrada en este estudio fue de 98 personas predominando la participación de las mujeres, con rangos de edad de los 25 a los 35 años y en su mayoría con un nivel de escolaridad alto. En su mayoría con puestos laborales calificados. El total de entrevistados cuenta con aseguramiento. La comparación de la seguridad alimentaria y los hábitos alimenticios de la población estudiada demuestra que si se tuvo un impacto negativo para las personas con reducción o suspensión con respecto a las que mantuvieron su jornada laboral. La escala FIES / FAO evidencia que el porcentaje para las personas que tienen seguridad alimentaria y los que tienen inseguridad leve fue el mismo y un porcentaje menor para quienes presentaron inseguridad alimentaria moderada y seguridad alimentaria severa. En relación con la seguridad alimentaria y hábitos se observa que la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el resultado de la seguridad alimentaria con la proporción de personas que tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el resultado de la seguridad alimentaria, dentro del total de personas con reducción laboral, se encuentra clasificado bajo la categoría de inseguridad alimentaria. El hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral empeora los resultados obtenidos respecto a la seguridad alimentaria. El grupo con reducción de jornada laboral o suspensión es el que se considera con mayor afectación tanto en adquisición como en consumo de una alimentación adecuada.

Palabras claves: Pandemia, Covid-19, seguridad alimentaria, hábitos alimentarios, FIES/FAO, jornada laboral.

Summary

Introduction: On March 11, 2020, the World Health Organization (WHO) declares a pandemic due to the SARS-CoV-2 virus (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), which causes the disease called COVID-19, popularized with the name of Pandemic by Covid -19. One of the main measures to reduce the impact of the pandemic is physical distancing between people, which is why governments, including that of Costa Rica, have implemented a series of measures aimed at keeping people in their own home, sharing exclusively with members of your own social bubble. These measures included the closure of complete economic activities for several months, causing a decrease in economic activity and an increase in unemployment, thus compromising food and nutritional security in some population groups. **General objective:** Compare food security according to the FIES / FAO scale, the eating habits of the healthy adult population aged 25 to 45 years with reduction or suspension of working hours and those who maintain their working hours, Costa Rica 2021. **Methodology:** In this research A quantitative approach is presented, since the data collection and statistical analysis are carried out in order to measure the food security variables according to the FIES / FAO scale, the eating habits of the healthy adult population aged 25 to 45 years with reduction or suspension of working hours and those who maintain their working hours, habits and food access through the application of a digital survey through Google Forms. **Results:** The population involved in this study was 98 people, predominantly female participation, with age ranges from 25 to 35 years and mostly with a high level of education. Mostly with skilled jobs. The total number of interviewees has insurance. Comparison of food safety and eating habits of the studied population shows that there was a negative impact for people with reduction or suspension compared to those who kept their working hours. The FIES / FAO scale shows that the percentage for people with food security and those with mild insecurity was the same and a lower percentage for those with moderate food insecurity and severe food security. In relation to food safety and habits, it is observed that the proportion of people who did not have a reduction in working hours segmented according to the food safety result with the proportion of people who had a reduction in working hours segmented according to the result of food safety Within the total number of people with reduced employment, it is classified under the category of food insecurity. The fact of having presented a reduction in working hours worsens the results obtained with respect to food safety. The group with reduced working hours or suspension is the one that is considered to be the most affected both in terms of acquisition and consumption of adequate food.

Keywords: Pandemic, Covid-19, food security, eating habits, FIES / FAO, working hours.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

En este apartado se presentan tres secciones. En la primera sección se encuentran los principales antecedentes acerca de los hábitos y acceso alimentarios de la población en estudio y la afectación según mantienen una jornada laboral o con disminución de esta debido a la situación de deterioro del trabajo provocado por las medidas sanitarias ante la actual pandemia por COVID-19, seguidamente, en la segunda sección se describe la delimitación del problema y en la tercera sección se expone la justificación que presenta la investigación.

1.1.1 Antecedentes del problema

El 11 de marzo del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) realiza una declaratoria de pandemia por el virus SARS-CoV-2 (del inglés severe acute respiratory syndrome coronavirus 2), que provoca la enfermedad llamada COVID-19, popularizada con el nombre de Pandemia por Covid -19.

Una de las principales medidas para reducir el impacto de la pandemia es el distanciamiento físico entre las personas, por lo que los gobiernos, incluyendo el de Costa Rica han tomado una serie de medidas tendientes a mantener a las personas en su propia casa, compartiendo exclusivamente con los miembros de su propia burbuja social. Estas medidas incluyeron el cierre de actividades económicas completas por varios meses, provocando la disminución en la actividad económica y el aumento en el desempleo siendo el valor actual de 8.1% a nivel regional y se estima llegar a una tasa de 11,5%, actualmente, según la estadística realizada entre diciembre del 2020 a enero del 2021 por el INEC la tasa de desempleo aumentó 6,8 puntos porcentuales llegando a 19,1%, es decir, el doble con respecto al inicio de la pandemia. (INEC,

2021). Esto afecta los ingresos diarios, que son claves para adquirir bienes y servicios básicos de forma cotidiana de toda la población (CEPAL, 2020b). Lo anteriormente mencionado se presenta como un punto importante debido a que muchos de los sectores expuestos en esta crisis producida por la pandemia representan el 64% del empleo formal (CEPAL, 2020a).

En el ámbito laboral, según la Organización Internacional del Trabajo (OIT) calcula en 195 millones la destrucción de puestos de trabajo en el mundo a causa de la actual pandemia, refiriendo que los países más golpeados son los países árabes, Europa y la región Asia-Pacífico, incluyendo China. Los sectores más afectados mundialmente serán el turismo, manufactura, comercio minorista, reparación de vehículos automotores, así como actividades empresariales y administrativas, con el agravante de que muchos de los empleos afectados ya son precarios, mal remunerados, temporales, sin seguridad social y de baja cualificación (OIT, 2020).

Sin embargo, cabe recalcar que varios de los programas para combatir el hambre, como las transferencias monetarias, los bonos alimentarios en especie y los programas de alimentación escolar, se han ampliado o incluso se han introducido nuevas medidas en países como Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, El Salvador, Ecuador, Haití, Honduras, Jamaica, Panamá, Paraguay y Venezuela (FAO, CEPAL, 2020). En nuestro país la implementación del bono proteger.

Los malos hábitos alimentarios, tanto una ingesta insuficiente, como una ingesta alta que podrían ser los escenarios que se pueden dar en una pandemia, traen efectos adversos en la salud a mediano o largo plazo entre ellos obesidad, presión arterial alta, colesterol alto, enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular, diabetes tipo 2, osteoporosis, entre otras complicaciones (Khan, 2018).

Dariusz Mozaffarian menciona en implicaciones para la investigación actual, las pautas dietéticas y la política alimentaria que, actualmente diversos estudios evidencian cada vez de manera más consistente la influencia de patrones alimentarios en la salud ha venido cambiando, las dietas se están destacando por incluir alimentos mínimamente procesados; así como en aspectos que sugieren cambios necesarios en la calidad de la dieta (MOZAFFARIAN, ROSENBERG, & UAUY, 2018).

Con base en la Declaración de Roma, en el 2016, la Asamblea General de las Naciones Unidas, proclamó la Década de Acción en Nutrición (2016- 2025), haciendo un llamado para intensificar acciones para acabar con el hambre y erradicar la desnutrición en todo el mundo, además de asegurar el acceso universal a las dietas más saludables y sostenibles para todas las personas. Esta resolución coloca a la nutrición en el centro del desarrollo sostenible y su reconocimiento para cumplir en su totalidad con la Agenda 2030 (UNSCN, 2016).

En cuanto al ámbito nacional, una encuesta realizada en el mes de abril a los costarricenses, 46% de los encuestados indicaron que algún miembro de su familia ha perdido el trabajo y el 52% de ellos mencionaron que algún familiar ha tenido una disminución de la jornada laboral. Otro dato importante es que, del total de personas encuestadas, el 57% reportaron dificultades debido a que el ingreso que reciben mensualmente no les alcanza para vivir, el 32% afirma que apenas logra cubrir sus gastos y el 11% restante indican que cuentan con los suficientes recursos económicos para vivir e incluso ahorrar (CIEP, 2020).

Según la Encuesta Nacional de Hogares, Julio 2020 (Enaho) realizada a 13 440 viviendas en todo el país, siendo esta la fuente más reciente de información a nivel nacional lo siguiente:

“El ingreso promedio por hogar obtenido con la Enaho 2020 es de ₡891 934 mensuales, que representa una variación del -12,2 % respecto al año anterior cuando se ubicó en ₡1 016 358. En términos per cápita, el ingreso se estima en ₡326 483 mensuales, lo que

representa una disminución de 13,2 % en comparación con la estimación del año 2019 cuando se ubicó en ₡376 333, ambas variaciones son estadísticamente significativas. En términos del ingreso promedio por hogar, se observa una disminución estadísticamente significativa en el ingreso por trabajo y en Rentas de la propiedad. Los datos de la Enaho 2020 reflejan la mayor dificultad que enfrentaron los hogares en este año, para obtener ingresos por medio del trabajo. En el ámbito nacional el ingreso por salario disminuye, pasa de ₡650 004 por hogar en el 2019 a ₡560 143 en el 2020, lo que equivale a una baja de 13,8 %, por su parte el Ingreso autónomo, pasa de ₡165 958 en el 2019 a ₡107 325 en el 2020, lo que representa una variación de -35,3 %.” (INEC, 2020).

Lo mencionado anteriormente es parte de los efectos de la pandemia por Covid 19 declarada por la Organización Mundial de la Salud el 11 de marzo del 2020 y el 16 de marzo de 2020 oficialmente estado de emergencia nacional por el Gobierno de Costa Rica mediante el Decreto 442227-MP-S, los sistemas y la seguridad alimentarios en los países que conforman la Comunidad de Estados Latinoamericanos y Caribeños (CELAC), van a depender según las estrategias sanitarias desarrolladas en cada país y la extensión de su aplicación en el tiempo, en ausencia de políticas complementarias. Además, se menciona que el impacto en la oferta y demanda de alimentos dependerá de las estructuras productivas y comerciales de los países y en la desigualdad de los ingresos (FAO, 2020a).

Mediante una declaratoria de emergencia nacional, el gobierno de Costa Rica crea una ley llamada “*Reducción de jornadas de trabajo ante la declaratoria de emergencia nacional N° 9832*” firmada el 21 de marzo del 2020 con el objetivo de autorizar la reducción temporal de las jornadas de trabajo pactadas entre el empleador y sus colaboradores, lo que permitirá

preservar el empleo de las personas trabajadoras, cuando los ingresos brutos de las empresas se vean afectados. Para el 12 de enero del 2021 se firmó una prórroga de 3 meses adicionales para las empresas que demostraran afectación económica provocada por la pandemia, en pro de proteger los empleos (Presidencia de la República , 2021).

Actualmente la Asamblea Legislativa trabaja en un proyecto de ley para extender la reducción de jornadas laborales para todos los sectores, sin embargo, solo el sector turismo está en el foco de dicho acuerdo.

1.1.2 Delimitación del problema

La investigación se realiza con personas 96 personas entre los 25 a 45 años, de ambos sexos, de distintos niveles socioeconómicos, así como distintos niveles de escolaridad, con jornadas laborales sin cambios, con reducción de jornada laboral y los que se encuentran desempleados, los cuales serán evaluados durante el primer cuatrimestre del año 2021. Los miembros del estudio deben residir en Costa Rica.

1.1.3 Justificación

La investigación se realiza para medir si existe o no diferencias en la seguridad alimentaria en la población a estudiar por jornadas laborales reducidas, despidos o rebajo en los salarios de los participantes, la escala de experiencia de inseguridad alimentaria (Food Insecurity Experience Scale, por sus siglas en inglés FIES) es ideal para cubrir los urgentes desafíos de medición y monitoreo de la inseguridad alimentaria en el contexto de la pandemia del COVID-19 y para cuidadosamente evaluar su impacto. Asimismo, mide la gravedad de la inseguridad alimentaria

basándose en las respuestas de las personas a preguntas sobre las limitaciones a su capacidad de obtener alimentos suficientes (FAO, 2016b).

La inclusión en encuestas de población a gran escala de la versión del módulo de encuesta de la FIES referida a las personas o la referida a los hogares permite realizar análisis más detallados de la situación de inseguridad alimentaria atendiendo a los ingresos, el sexo, la edad, la raza, el origen étnico, el estado migratorio, la discapacidad y la ubicación geográfica u otras características pertinentes para las políticas (WHO, 2020).

La situación que vive el país y el mundo a causa del COVID-19 obliga a hacer las cosas de manera diferente. Es por esto por lo que las empresas tienen derecho a solicitar reducción de jornada (Romero, 2020) y suspensión temporal de contratos (MTSS, 2020).

1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la diferencia en cuanto a la seguridad alimentaria según la escala FIES/FAO, los hábitos alimenticios de la población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral en Costa Rica, 2021?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo general

Comparar la seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, los hábitos alimenticios de la población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica 2021.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Caracterizar socioeconómicamente a la población de estudio.
2. Cuantificar la seguridad alimentaria usando la escala FIES / FAO de población adulta sana de 25 a 45 años.
3. Conocer los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años.
4. Comparar la seguridad alimentaria con los hábitos alimenticios de las personas adulta sana de 25 a 45 años según reducción o no de su jornada.
6. Comparar la seguridad alimentaria de la población con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral.
7. Comparar los hábitos alimentarios de la población con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

Seguidamente, se presentan los principales alcances y las limitaciones que se encontraron en el momento de desarrollar la investigación.

1.4.1 Alcances de la investigación

Con esta investigación se pone en evidencia la problemática actual que vive el país económica y socialmente, poniendo en riesgo algunas poblaciones a inseguridad alimentaria.

1.4.2 Limitaciones de la investigación

De realizarse dicha investigación con más recursos, mayor tiempo y principalmente con una mayor muestra en la población se podrá evidenciar más a fondo la problemática.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 EL CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

En el siguiente apartado, se describen los conceptos necesarios sobre el tema de investigación para obtener más información y orientación de las variables en estudio.

2.1.1 Seguridad Alimentaria

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), indica que “existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias”. Los ámbitos fundamentales que determinan la seguridad alimentaria y nutricional son: a) disponibilidad, b) acceso, c) consumo y d) utilización biológica.

En el entorno occidental, las tres primeras se alcanzan de forma generalizada, por lo que las políticas de control sanitario van dirigidas a garantizar la inocuidad, referida habitualmente como seguridad, de los alimentos, para que estos lleguen al consumidor libres de contaminantes que puedan suponer un riesgo para la salud (Bes-Rastrollo, 2017).

2.1.1.1 La Escala de experiencia de Inseguridad Alimentaria (FIES)

La respectiva herramienta es la escala de experiencia de inseguridad alimentaria (FIES, por sus siglas en inglés: Food Insecurity Experience Scale), esta puede mejorar la gobernanza de la seguridad alimentaria ya que facilita la planificación, la toma de decisiones y la implementación, al tiempo que certifica la transparencia en las publicaciones de resultados, y es un punto de referencia para desarrollar políticas y asignar los recursos. Para el desarrollo

FIES se ejecutó un proyecto denominado “Voices of the Hungry”, el cual involucró directamente a las personas sobre sus experiencias. En 2014, la FAO contrató a Gallup, Inc. para compilar datos de FIES con una encuesta internacional que se realiza anualmente a personas en aproximadamente 150 países. Entre los precursores de FIES se consideran el Módulo de Encuesta de Seguridad Alimentaria de los Hogares de EE.UU y la Escala de Seguridad Alimentaria de América Latina y el Caribe (Pérez-Escamilla, 2017).

La escala de experiencia de inseguridad alimentaria (FIES) es una herramienta valiosa que mide el acceso de las personas o los hogares a los alimentos. También, mide la gravedad de la inseguridad alimentaria basándose en las respuestas de las personas a preguntas sobre las limitaciones a su capacidad de obtener alimentos suficientes. (FAO, 2016b).

La FIES se deriva de dos escalas de seguridad alimentaria basadas en la experiencia que se utilizan ampliamente, el Módulo Estadounidense de Encuesta de la Seguridad Alimentaria de los Hogares y la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA). Está formada por un conjunto de ocho preguntas dicotómicas o cerradas (sí/no) cortas que se realizan directamente a las personas, generalmente en entrevistas en persona, aunque también se pueden hacer por teléfono. Las preguntas se centran en experiencias y comportamientos relativos a la alimentación descritos por los encuestados en relación con dificultades crecientes para acceder a los alimentos debido a limitaciones de recursos (Ballard & Kepple, 2013).

2.1.2 Hábitos Alimentarios

Los hábitos alimentarios se definen como comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que impulsan a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados

alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. Además, el proceso de adquisición de los hábitos alimentarios inicia en la familia, existen factores que determinan los hábitos alimentarios como son los factores fisiológicos tales como sexo, edad, herencia genética, estados de salud, factores ambientales, disponibilidad de alimentos, factores económicos, o factores socioculturales (tradición gastronómica, creencias religiosas, estatus social, estilos de vida). El proceso de adquisición de los hábitos alimentarios comienza en la familia (FEN, 2014).

Los hábitos alimentarios se definen como los hábitos que se aprenden a lo largo de la vida que influyen en la alimentación diaria, si la alimentación diaria es completa, equilibrada, variada, suficiente e inocua se obtendrá la fórmula perfecta para obtener una buena salud; se habla de una dieta completa al cumplir con los requerimientos necesarios para satisfacer necesidades energéticas y nutritivas que incluya alimentos de todos los grupos alimentarios (Ghattas, 2014). Un hábito es un proceso gradual y se adquiere a lo largo de los años mediante una práctica repetida. En este sentido, los hábitos alimentarios son patrones de consumo de alimentos que se han enseñado o se van adoptando paulatinamente de acuerdo con los gustos y preferencias. Y se hace referencia a hábitos alimentarios saludables, a aquellas prácticas de consumo de alimentos por medio de las cuales las personas seleccionan su alimentación en función de mantener una buena salud (Hidalgo, 2012).

La Escuela Nacional de Sanidad Madrileña menciona que los hábitos alimentarios evolucionan con el tiempo, esto se debe a que intervienen muchos factores como lo son estilos de vida, grado de accesibilidad a los alimentos, aspectos socioeconómicos, normas sociales y culturales, presión comercial y mercados cada vez más globales. En sí, la evolución se da de manera integral y acelerada, con cambios muy marcados que han dado lugar a la denominada transición nutricional, caracterizada por un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, con alto

contenido en grasas saturadas, azúcares, sal y proteínas de origen animal sufriendo un deterioro de la ingesta de alimentos frescos de origen vegetal. El consumidor actual se enfrenta, por un lado, a un mercado diversificado con una gran variedad de productos que hace su elección más compleja, y, por otro lado, a un entorno con numerosos reclamos publicitarios, que ejercen sobre su persona una poderosa influencia y le obligan a tomar decisiones de compra bajo una enorme presión (Bes-Rastrollo, 2017).

Una apropiada alimentación, en calidad y cantidad, es indispensable para el crecimiento ya que aportará los nutrientes que se relacionan con la formación de los tejidos y la energía necesaria para el buen funcionamiento de los órganos, además funcionará como factor de prevención de las enfermedades que pueden ser causadas por la deficiencia o exceso de alimentos. Esto incluye adoptar un patrón de consumo que incluya todos los grupos de alimentos, según lo enseñan las guías alimentarias para Costa Rica y además respetar horarios y tiempos de comida (MEP, 2012).

2.1.2.1 Consumo de frutas y vegetales

Las frutas y verduras son fuente importante no sólo de agua sino también de nutrientes como las vitaminas, minerales y fibra, componentes que les confieren propiedades nutritivas y apariencia, textura y color específicas a este grupo de alimentos (MORILLAS-RUIZ JM, 2012). El consumo diario de hortalizas y frutas se ha relacionado a los hábitos alimentarios con alto predominio vegetariano con una menor incidencia de trastornos intestinales crónicos, cataratas, sobrepeso y obesidad, diabetes del adulto. Este grupo de alimentos aporta variedad de vitaminas y minerales. Las vitaminas son sustancias indispensables para la vida que el organismo necesita en muy pequeñas cantidades y no es capaz de sintetizar por sí mismo. Los minerales son elementos inorgánicos que el organismo necesita para funcionar. Ambos cumplen funciones a

nivel de estructura de huesos y dientes, transporte de oxígeno en los glóbulos rojos, transmisión de los impulsos nerviosos, contracción muscular, cicatrización de las heridas, respuesta inmunológica, etcétera (SAN, 2016).

2.1.2.2 Consumo de lácteos y derivados

La leche es un alimento que aporta al organismo una importante cantidad de macronutrientes de gran biodisponibilidad, además es accesible y de relativo bajo costo. La leche y sus derivados como el yogur y el queso son las principales fuentes de calcio y proteínas de alto valor biológico en la dieta de los países industrializados (Uscanga-Domínguez, 2019).

El consumo de grasa procedente de los lácteos se ha asociado con una menor incidencia de enfermedad coronaria y con resultados intermedios para el ictus en multitudes que usan biomarcadores intermedios (Mozaffarian, 2016b). No está claro si estos resultados están relacionados con los beneficios para la salud de determinados ácidos grasos presentes en los lácteos (p.ej. ácidos grasos de cadena ramificados, ácidos grasos de cadena media o ácidos grasos trans específicos de rumiantes), otros factores liposolubles en la grasa de los lácteos, u otros factores presentes en los lácteos ricos en grasas como en la producción de vitamina K2 en la fermentación de los quesos, por ejemplo. Sin embargo, no existe suficiente evidencia científica para afirmar que los lácteos descremados tengan un mejor perfil cardiosaludable que los lácteos enteros. No obstante, se ha encontrado en distintas poblaciones que un mayor consumo de lácteos deslactosados se asocia a menor riesgo de desarrollar hipertensión (Soedamah-Muthu SS, 2012).

El calcio, presente en numerosos productos lácteos, podría proteger el colon y prevenir el cáncer colorrectal por su capacidad para unirse a los ácidos biliares y ácidos grasos, gracias a su mecanismo biológico evitando que dañen el revestimiento intestinal. Otra asociación aun no

demostrada pero sugerente es la que se encuentra entre un elevado consumo de productos ricos en calcio y un aumento en el riesgo de cáncer de próstata (Bes-Rastrollo, 2017).

2.1.2.3 Consumo de productos de origen animal

Los productos de origen animal se caracterizan por aportar proteína de elevada calidad o de alto valor biológico, ya que están formadas por casi todos los aminoácidos necesarios para formar las proteínas en el cuerpo. Entre los productos de origen animal encontramos la leche y sus derivados, huevos, carnes, pescados y sus derivados. Además, las carnes son fuente de minerales y vitaminas, entre ellos especialmente el hierro y el zinc (Carbajal, 2013).

Las necesidades de proteínas se reflejan según las necesidades nutricionales de cada individuo, tomando en cuenta su composición de aminoácidos y su digestibilidad, de los cuales depende la eficiencia de utilización, indicada por la relación entre las necesidades de proteínas de referencia y la calidad promedio de las proteínas de la dieta. La necesidad total de proteínas, aunque corresponde a un porcentaje del aporte energético total, es la suma de las proteínas requeridas para compensar la pérdida obligatoria y las requeridas para el crecimiento por formación de nuevos tejidos cuando es necesario. Al aumentar la edad termina el crecimiento de nuevos tejidos, pero se necesita una cantidad de proteínas para el mantenimiento del organismo. En el adulto la necesidad total de proteínas es igual a la estimada como pérdida obligatoria para mantener el balance nitrogenado (Guerra, 2013).

2.1.2.4 Consumo de cereales y granos

La Asociación Americana del Corazón (American Heart Association) declara que el consumo de cereales integrales basada en su contenido en fibra, que debe ser $\geq 1,1$ g de fibra por cada 10g de carbohidratos en el producto basado en cereales (p.ej. pan o galletas), pero no hay una

definición universal de cereal integral (Martinez-Gonzalez MA, 2014). El término cereal integral incluye normalmente el salvado, germen y endospermo del cereal natural. De hecho, son conocidos como carbohidratos “lente” por su lenta (*lentus* en latín) absorción gastrointestinal y por producir menor elevación de los niveles plasmáticos de insulina en comparación con los cereales refinados. El salvado es rico en fibra, vitaminas tipo B, minerales, flavonoides y tocoferoles. El germen contiene numerosos ácidos grasos, antioxidantes y compuestos fitoquímicos. El endospermo aporta solo combustible y principalmente almidón (polisacáridos) y proteínas de reserva. Los cereales refinados sólo contienen el endospermo y, por tanto, se absorben más rápidamente y carecen de los elementos beneficiosos que están presentes en el salvado y en el germen, por ende, la recomendación se dirige a los cereales integrales ya que aportan mayor nivel de saciedad. En estudios epidemiológicos bien realizados el consumo de cereales integrales (al contrario que el de cereales refinados) se ha asociado consistentemente con baja incidencia de enfermedad coronaria y posiblemente ictus (Bes-Rastrollo, 2017).

Un metaanálisis de estudios prospectivos de cohortes encontró que por cada 7 g más al día de fibra la enfermedad coronaria se reduce en un 9% (RR: 0,91; IC al 95%: 0,87-0,94) y por cada 10 g más al día de fibra se reduce en un 16% el riesgo de ictus (RR: 0,84; IC al 95%: 0,91-0,97). La ingesta de fibra reduce la glucosa postprandial después de comidas ricas en hidratos de carbono y disminuye el colesterol total y los niveles de LDL (Bes-Rastrollo, 2017).

2.1.3 Acceso alimentario

Entre los pilares de la seguridad alimentaria se encuentra el acceso alimentario, el acceso a los alimentos puede ser económico, físico o cultural, donde se ve favorecido cuando existe el

empleo, el intercambio de servicios, el trueque, crédito, remesas, vínculos de apoyo familiar, o comunitario (OPS, 2018).

Además, la capacidad de la población para conseguir los alimentos, y sea comprando o produciendo suficientes y variados para cubrir sus necesidades nutricionales, depende del precio, la disponibilidad, el poder adquisitivo, el autoconsumo de alimentos. Según un documento realizado en la Asamblea Legislativa indica que el acceso de la población vulnerable a alimentos debe ser garantizado por el área de protección social, con la finalidad de fortalecer los núcleos de las familias (entrega de recursos temporales, incentivo para el desarrollo de capital social, incentivo para capacitación y desarrollo de competencias laborales), y apoyar poblaciones en desventaja social (servicios de bienestar social para adultos mayores, personas en indigencia y aquellos con discapacidad) (MORALES, 2017).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

En el siguiente capítulo se abarcan temas relacionados directamente con la población a estudiar, así como la descripción clara del instrumento (ver anexo.1), que se utilizará para la presente investigación, así como criterios de exclusión e inclusión para la realización de este. Además, la metodología a utilizar para obtener los resultados deseados.

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

En esta investigación se presenta un enfoque cuantitativo, ya que la recolección de datos y el análisis estadísticos se realizan con el fin de medir las variables de seguridad alimentaria según la escala FIES/FAO, los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral, hábitos y acceso alimentarios mediante la aplicación de encuesta digital por medio de Google Forms.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación es de tipo correlacional, pues pretende realizar una relación de los datos obtenidos como resultado de las variables aplicadas, las cuales corresponden a comparar la seguridad alimentaria según la escala FIES/FAO, los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2020.

3.3 UNIDADES DE ANALISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

Área de estudio: El área de estudio para llevar a cabo esta investigación es Costa Rica, suma 51.100 kilómetros cuadrados comprendidos entre 7 provincias, Cartago, San José, Alajuela, Heredia, Guanacaste, Puntarenas y Limón (INEC, 2019) con la siguiente distribución:

Tabla N° 1. Conformación Territorial

Provincia	Cantones	N.º de distritos
Costa Rica	82	486
San José	20	123
Alajuela	16	116
Cartago	8	51
Heredia	10	47
Guanacaste	11	59
Puntarenas	11	60
Limón	6	30

Fuente: INEC, 2019



Figura N° 1. Mapa con delimitación geográfica del área de estudio. Fuente: Elaboración propia, 2021

3.3.1 Población

En esta investigación la población consta de $N = 2.211.688$ personas adultas jóvenes costarricenses, según los datos del INEC para el II trimestre 2020 (INEC, 2020).

3.3.2 Muestra

La muestra utilizada para el presente proyecto es la de tipo probabilístico, porque se toman en cuenta todos los hombres y mujeres del área en estudio.

$$n = \frac{N * Z^2 * P * Q}{d^2 (N-1) + Z^2 * P * Q}$$

$$n = \frac{2.211.688 (1,96)^2 (0,5) (0,5)}{2(0,1)^2 (2.211.688 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)} = 96 \text{ Adultos jóvenes.}$$

Según la fórmula aplicada para el cálculo de la población, inicialmente debería aplicarse a 96 adultos jóvenes, pero para asegurar que sea proporcional y pueda existir una comparación

adecuada se aplicará el instrumento a 14 personas por provincia, siendo el total de 98 adultos jóvenes.

3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión

Tabla N° 2. Criterios de Inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterio de exclusión
Hombres y mujeres mayores de 25 a 45 años. Población residente en Costa Rica. Personas con afectación laboral o sin afectación laboral. Conocimiento del consentimiento informado.	Población sin acceso a internet Población enferma

Fuente: elaboración propia, 2020.

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Para la recolección de los datos, se desarrolla un instrumento que se combina con la escala FIES/FAO y elaboración propia, el cual se divide de la siguiente manera:

- a. Perfil sociodemográfico y socioeconómico: en este se incluye preguntas personales como lo son, la edad, sexo, escolaridad, estado civil, acceso económico, jornada laboral, tipo de jornada laboral, actualmente laborando o desempleado, composición familiar, ingresos totales a nivel familiar, número de miembros trabajando, ambiente educativo y tipo de aseguramiento.
- b. Seguridad alimentaria: FIES/FAO

- c. Hábitos alimentarios: se utiliza para conocer el consumo de frutas, vegetales, lácteos, carnes, cereales, repostería, presencia de alimentos frescos, preparaciones en casa, tiempos de comida y tipos de cocción, frecuencia de consumo, suspensión de tiempos de comida y si ha surgido algún cambio (positivo o negativo).
- d. Acceso alimentario: en este apartado se utiliza preguntas para conocer el dinero que destina los participantes para la compra de los alimentos y si este acceso se ha visto afectado.
- e. Jornada Laboral: Suspensión, reducción o mantenimiento de jornada laboral completa.

3.4.1 Validez de un cuestionario

El instrumento presenta validez, debido que permite obtener la información requerida para el análisis de cada variable, además brinda los datos que permiten cumplir con los objetivos de la investigación. Se encuentra constituido por dos grandes partes una propia cuya validez se hace por medio de una prueba piloto y otra con validez internacional según lo que se profundiza seguidamente.

En setiembre del 2020, la FAO habilita un cuestionario FIES ideal para cubrir los urgentes desafíos de medición y monitoreo de la inseguridad alimentaria en el contexto de la pandemia del COVID-19 y para cuidadosamente evaluar su impacto. Se desarrolla un módulo adaptado para responder a la necesidad de información confiable y oportuna sobre la seguridad alimentaria. Esta versión agrega preguntas subsiguientes para captar el alcance con el cual los

encuestados asocian experiencias de inseguridad alimentaria con la crisis del COVID-19 (WHO, 2020).

Con respecto a la escala Fies/FAO, las preguntas que la componen se basan en investigaciones empíricas bien fundamentadas relacionadas con la experiencia del hambre y el acceso limitado a los alimentos. En conjunto, las ocho preguntas forman un instrumento cuantitativo destinado a medir la prevalencia de la inseguridad alimentaria (moderada y grave) en una población determinada utilizando métodos estadísticos que permiten una estimación del error (intervalos de aceptación en torno a las mediciones producidas) (WHO, 2020).

La metodología analítica de la FIES implica un enfoque probabilístico sofisticado para clasificar los hogares según su estado de seguridad alimentaria, los resultados son estadísticamente sólidos y comparables entre países y subpoblaciones, este enfoque analítico permite tener en cuenta las diferencias en las experiencias de inseguridad alimentaria a través de percepciones culturales o personales específicas (INDDEX Project, 2018).

La escala FIES tiene el potencial de contribuir a una comprensión más completa de las causas y consecuencias de la inseguridad alimentaria y de informar políticas e intervenciones más efectivas. Debido a que es fácil de usar para profesionales e instituciones de cualquier sector, su inclusión en diversos tipos de encuestas puede ayudar a fortalecer los vínculos entre diferentes perspectivas sectoriales tales como salud, nutrición, entre otros. Proporciona información oportuna, confiable y significativa sobre la capacidad del acceso a los alimentos a nivel individual o familiar. Algunas otras ventajas adicionales y de gran importancia es que se aplica fácilmente a bajo costo dentro de cualquier encuesta y mide directamente la inseguridad alimentaria que experimentan las personas y los hogares (FAO, 2018).

Las escalas basadas en la experiencia, por otro lado, surgen como herramientas muy prometedoras para medir un concepto válido de inseguridad alimentaria a nivel doméstico e individual. Su uso, especialmente si se combina con otros indicadores de la condición socioeconómica o del estado nutricional del individuo o del hogar, puede contribuir a una mejor comprensión de los factores determinantes y las consecuencias de la inseguridad alimentaria (Cafiero, 2014).

3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación es de tipo no experimental-transversal. Una investigación no experimental es cualquier investigación en la que resulta imposible manipular variables o asignar aleatoriamente a los sujetos o a las condiciones. No hay condiciones o estímulos a los cuales se expongan los sujetos del estudio. Los diseños de investigación transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Perez, 2010).

Estos puntajes se construyen de la siguiente manera:

- Se codifica la frecuencia de consumo disponible en el cuestionario aplicado con un número del 0 al 3. Donde 0 corresponde a la menor frecuencia de consumo (nunca) y el 3 a la mayor frecuencia de consumo (diario).
- Para cada individuo, se reescala la frecuencia de consumo codificada en el paso anterior, restando a cada código, el valor mínimo observado dentro del consumo de todos individuos para el alimento de interés y se divide entre la diferencia entre el valor máximo y mínimo observados para cada individuo para el alimento de interés. Seguido, se multiplica por 10 el resultado anterior para darle mayor interpretabilidad:

$$Puntaje\ del\ grupo = \frac{Código - Valor\ mínimo\ entre\ todas\ las\ personas}{Valor\ máximo - Valor\ mínimo\ entre\ todas\ las\ personas} * 10$$

Por ejemplo, si para el consumo de pollo se obtuvo un código igual a 2 y se supone que, para todos los individuos, el menor valor observado para el alimento es 0 y el mayor valor observado es de 3, el resultado reescalado para el consumo de lácteos de la persona seleccionada es de:

$$Puntaje\ grupo = \frac{2 - 0}{3 - 0} * 10 = 66.66$$

De esta forma, los puntajes propuestos asignan a cada persona un valor entre 0 y 10, según sea la magnitud de la frecuencia en se consume cada uno de los alimentos. Mientras más cercano a 0 sea el puntaje obtenido por cada persona, menor será su consumo relativo en comparación con el resto de los individuos. Por el contrario, mientras más cercano a 10 sea el puntaje obtenido, mayor será su consumo relativo en comparación con el resto de los individuos. De esta manera es posible evidenciar y ordenar cuáles son las personas que consumen con mayor frecuencia cada uno de los alimentos.

3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Objetivos específicos	VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Instrumento
Caracterizar socioeconómicamente a la población de estudio	Aspectos socioeconómicos	Incluyen determinantes importantes de características sociales, económicas y demográficas de la población en estudio.	Recolección de datos generales sobre características demográficas en cuestionario de carácter personal de cada participante mediante un formulario	Sexo.	Femenino y Masculino	Ítem 1.
				Edad.	25-35 años 36-45 años	Ítem 2.
				Lugar de residencia.	San José Alajuela Heredia Cartago	Ítem 3.

realizado en
Google Forms.

Guanacaste
Puntarenas
Limón

Nivel de
escolaridad

Primaria
completa.
Primaria
incompleta.
Secundaria
completa.
Secundaria
incompleta.
Universidad
completa.
Universidad
incompleta.
Técnico.

Ítem 4.

Tipo de trabajo

Calificado.
(puesto exige
certificado de
estudios
técnicos o
superiores)
No calificado.
(el puesto no
exige
certificado de
estudios
técnicos o
superiores)

Ítem 5.

	Estado	
	Empresa Privada	Ítem 6.
Tipo de Patrono	Nacional	
	Empresa Privada	
	Internacional	
	ONG	
	Cuenta Propia	
	Tiempo completo	
	(8hrs diarias, 48hrs semanales)	Ítem 7.
Jornada laboral antes de pandemia.	Medio tiempo	
	(4hrs diarias, 24hrs semanales)	
	Menos de 4hrs diarias o menos de 24hrs semanales	
		Ítem 9.
Cambio en el tipo de trabajo	Teletrabajo	
	Se mantiene igual	

Ingresos familiares	<p>1 salario mínimo ¢260,000.</p> <p>De 2 a 3 salarios mínimos ¢520,000- ¢780,000.</p> <p>De 3 a 4 salarios mínimos ¢780,000- ¢1,040,000.</p> <p>Más de 4 salarios mínimos.</p>	<p>Ítem 12.</p>
Composición familiar	<p>Persona sola.</p> <p>De 2 a 3 personas.</p> <p>De 4 a 5 personas.</p> <p>De 6 a 7 personas.</p> <p>Más de 7 personas.</p>	<p>Ítem 13.</p>
	<p>Menores a 18 años</p>	

Grupos de edad de los miembros de la familia	De 18 a 65 años	Ítem 14.
	De 65 a 80 años	
	más de 80 años	
	años	

Número de miembros que trabajan	1 persona.	Ítem 15.
	2 personas.	
	3 personas.	
	Más de 3 personas.	

Número de menores en sistema educativo formal	1 menor de edad.	Ítem 22.
	2 menores de edad.	
	3 menores de edad.	
	Más de 3 menores de edad.	

Número de miembros en el hogar con secundaria completa y con estudios universitarios	1 persona	Ítem 19.
	2 personas	
	3 personas	

	Más de 3 personas	
Número de miembros mayores a 18 años que estudian o personas cursando estudios después de secundaria completa	1 persona 2 personas 3 personas Más de 3 personas	Ítem 20.

Tipo de aseguramiento	Asalariados (as). Trabajadores independientes. Voluntarios (as). Por cuenta del estado. Asegurados (as) por convenios específicos. Pensionados por el Seguro de Invalidez, Vejez y Muerte. Pensionados por Regímenes Especiales.	Ítem 23.
--------------------------	---	----------

Cuantificar la seguridad alimentaria usando la escala FIES/FAO de población adulta sana de 25 a 45 años	ESCALA DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA BASADA EN LA EXPERIENCIA Unidad de referencia - Individuo	Capacidad de la población para adquirir alimentos suficientes y variados por medio de la compra, producción o intercambio y poder satisfacer sus necesidades nutricionales.	Recolección de datos generales sobre características demográficas en cuestionario de carácter personal de cada participante mediante un formulario realizado en Google Forms.	Durante los últimos 12 meses:		
				¿Se ha preocupado por no tener suficientes alimentos para comer?	0 No 1 Si	Ítem 24.
				Pensando aún en los últimos 12 meses ¿hubo alguna vez en que usted no haya podido comer alimentos saludables y nutritivos por falta de dinero u otros recursos?	0 No. 1 Si	Ítem 25.
				¿Hubo alguna vez en que usted haya comido poca variedad de alimentos por falta de dinero u otros recursos?	0 No. 1 Si	Ítem 26.
				¿Hubo alguna vez en que usted haya tenido que dejar de desayunar, almorzar o cenar porque no había suficiente	0 No. 1 Si	Ítem 27.

dinero u otros recursos para obtener alimentos?

Pensando aún en los últimos 12 meses, ¿hubo alguna vez en que usted haya comido menos de lo que pensaba que debía comer por falta de dinero u otros recursos?

0 No.
1 Si

Ítem 28.

¿Hubo alguna vez en que su hogar se haya quedado sin alimentos por falta de dinero u otros recursos?

0 No.
1 Si

Ítem 29.

¿Hubo alguna vez en que usted haya sentido hambre pero no comió porque no había suficiente dinero u otros recursos para obtener alimentos?

0 No.
1 Si

Ítem 30.

¿Hubo alguna vez en que usted haya dejado de comer todo un día por falta de dinero u otros recursos?

0 No.
1 Si

Ítem 31.

Conocer los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años	Hábitos de alimentación	Comportamientos repetitivos que realizan las personas desde edades tempranas de forma consciente y colectiva que los condicen a seleccionar, consumir o utilizar determinados alimentos	Recolección de datos generales sobre características demográficas en cuestionario de carácter personal de cada participante mediante un formulario realizado en Google Forms.	Dinero destinado para la compra de alimentos.	<p> ¢ 25.000 - ¢50.000. ¢51.000- ¢70.000. ¢71.000- ¢100.000. ¢101.000- ¢150.000. Más de ¢151.000. </p>	Ítem 32.
				Alcance de manera constante alimentos frescos.	Si. No.	Ítem 36.
				Consumo de la mayor parte de las comidas.	Casa. Fuera. Otro.	Ítem 37.
				Tiempos de comida realiza.	1 – 2 3 – 4 5 – 6	Ítem 38.
					Asado.	

				Tipos de cocción que más utiliza	Fritura. Hervido. A la plancha. Al vapor.	Ítem 39.
				Frecuencia de Consumo (Grasas, proteínas, carbohidratos)	Marcar con x el consumo; N: Nunca, D = diario, S= semanal, M= mensual.)	Ítem 40.
Comparar la seguridad alimentaria con los hábitos de las personas adultas sanas de 25 a 45 años según reducción o no de su jornada.	Seguridad alimentaria.	Existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias.	Recolección de datos generales sobre características demográficas en cuestionario de carácter personal de cada participante mediante un formulario realizado en Google Forms.	¿Ha realizado durante el último año algún cambio en su alimentación?	Si. No.	Ítem 33.
				Dirección del cambio.	Positiva Negativa.	Ítem 34.

Comparar la seguridad alimentaria de la población con reducción o suspensión de jornada laboral y los que mantienen su jornada laboral	Seguridad Alimentaria	Existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias	Recolección de datos generales sobre características demográficas en cuestionario de carácter personal de cada participante mediante un formulario realizado en Google Forms.	Jornada laboral actual	Tiempo completo (8hrs diarias, 48hrs semanales). Medio tiempo (4hrs diarias, 24hrs semanales). Menos de 4hrs diarias o menos de 24hrs semanales. Desempleado.	Ítem 8.
				Cambio ha sido positivo o negativo.	Positivo. Negativo.	Ítem 10.
				Cambio en la jornada laboral.	Reducción. Suspensión o despido. Se mantiene. Consiguió trabajo.	Ítem 11.
				Número de personas en el hogar desempleadas, con reducción de jornada.	1 persona 2 personas 3 personas Más de 3 personas	Ítem 16.
				Cantidad de miembros que trabajaban antes de la pandemia.	1 persona 2 personas 3 personas Más de 3 personas	Ítem 17.
					1 persona 2 personas	Ítem 18.

3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS)

La prueba piloto se realiza a 16 personas. Se envía el formulario de Google Forms vía WhatsApp para que lo llenen, en el proceso se valora si se comprende con claridad, si las preguntas están bien formuladas o si existe prevalencia en algún punto en específico a la aplicación que no sea comprensible del todo.

Al momento de realizar los gráficos, específicamente en el cuadro de frecuencia de consumo, se encuentra que el planteamiento podría inducir al error en la respuesta, por lo que se realiza la corrección de este para que sea más sencillo de llenar eliminando el formato de “veces al día” y colocando únicamente consumo diario, semanal, mensual o nunca. (ver anexo 3)

Los demás ítems son comprendidos y contestados de manera correcta.

Con la información recolectada en la prueba piloto se realizó una prueba de las tablas y gráficos bivariantes útiles para cumplir los objetivos de la investigación.

3.8 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

Se aplica el instrumento mediante Google Forms, se envía mediante correo electrónico o vía mensajería instantánea tales como Whatsapp, Telegram o Signal.

Por medio de las plataformas Facebook, Instagram o de mensajería instantánea se solicita la participación inicialmente de 16 personas en total para el plan piloto y posteriormente de 14 personas por provincia que cumplan los criterios de inclusión establecidos.

La participación de todas las provincias se asegura invitando a la población de estudio por grupos, es decir, se trabajará primero con las primeras 14 personas de San José, posteriormente Alajuela, Heredia, Cartago, Puntarenas, Guanacaste y Limón. De esta manera se lleva un orden adecuado y una muestra apropiada para la realización del análisis.

Participan todas las personas que cumplan con los criterios de inclusión, para esto, la solicitud para la participación es específica y detallada en el cartel que se publica en las plataformas que se utilizan como herramienta para lograr un mayor alcance.

3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS

Los datos son organizados en archivo Excel dado por Google Forms, se verificará su consistencia antes de su uso.

3.10 ANALISIS DE DATOS

Los datos son analizados mediante gráficos realizados en Excel con la correspondiente estructura, descripción, interpretación y análisis de cada uno. Para la comparación se usará la prueba estadística de Chi cuadrado.

CAPITULO IV

PRESENTACION DE RESULTADOS

4.1 Características Socioeconómicas

4.1.1. Perfil Sociodemográfico

A continuación, se presentan los principales hallazgos relacionados al perfil sociodemográfico de los participantes, tales como, sexo biológico, rangos etarios, lugar de residencia y nivel de escolaridad.

Tabla N° 3.

Sexo biológico, rangos etarios y nivel de escolaridad. Distribución de la muestra según perfil sociodemográfico de las personas, 2021 n=98.

Características Sociodemográficas	Cantidad de Personas n=98	Porcentaje %
Sexo		
Femenino	70	71,4
Masculino	28	28,9
Rangos etarios		
Entre 25 y 35 años	62	63,2
Entre 36 y 45 años	36	36,7
Escolaridad		
Secundaria incompleta	2	2
Secundaria completa	10	10,2
Universidad incompleta	26	26,5
Universidad completa	51	52,
Técnico	9	9,1

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la distribución de la muestra, participan 14 personas por provincia, una gran parte los participantes son mujeres (71,42%), en cuanto a la edad adultos jóvenes (63,2%). El nivel de escolaridad de mayor predominio es la universidad completa en 51 de los participantes (52%).

4.1.2. Situación laboral de los entrevistados

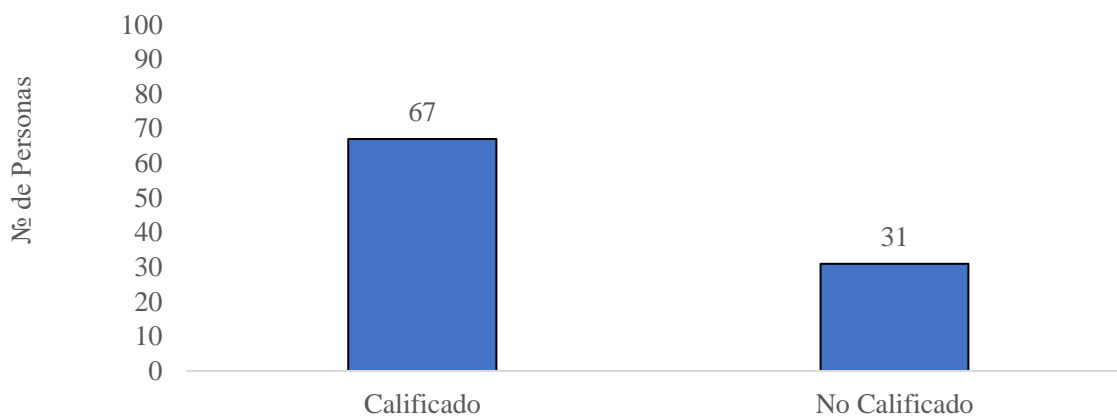


Figura N° 1. Distribución de la muestra según el tipo de trabajo de las personas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Referente al tipo de trabajo de los entrevistados, 67 personas (68,3%), indican tener un puesto calificado, es decir, requiriendo preparación académica para el mismo, mientras que 31 de los participantes (31,6%), tienen trabajos no calificados, es decir, sin necesidad de preparación académica para desarrollar el puesto.

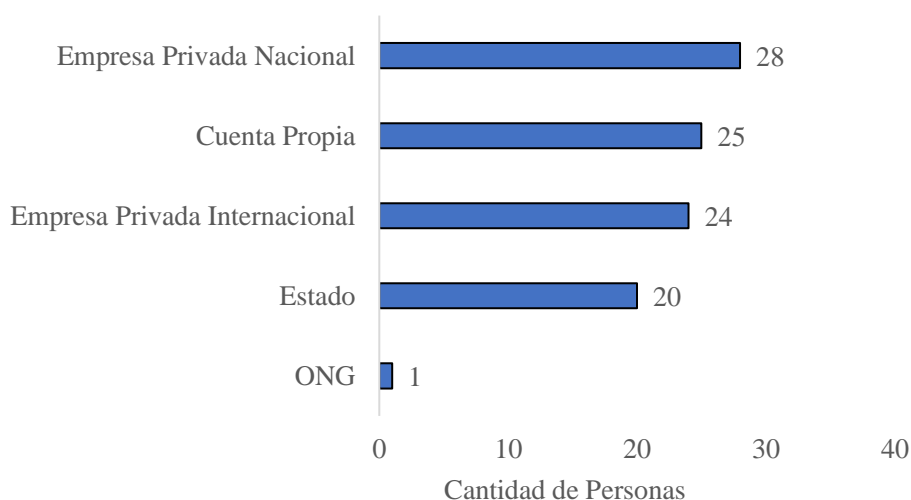


Figura N° 2. Distribución de la muestra según el tipo de patrono de las personas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Según la distribución de la muestra sobre el tipo de patrono, 28 personas indican trabajar para empresa privada y 25 por cuenta propia, sólo una persona refiere trabajar en una ONG.

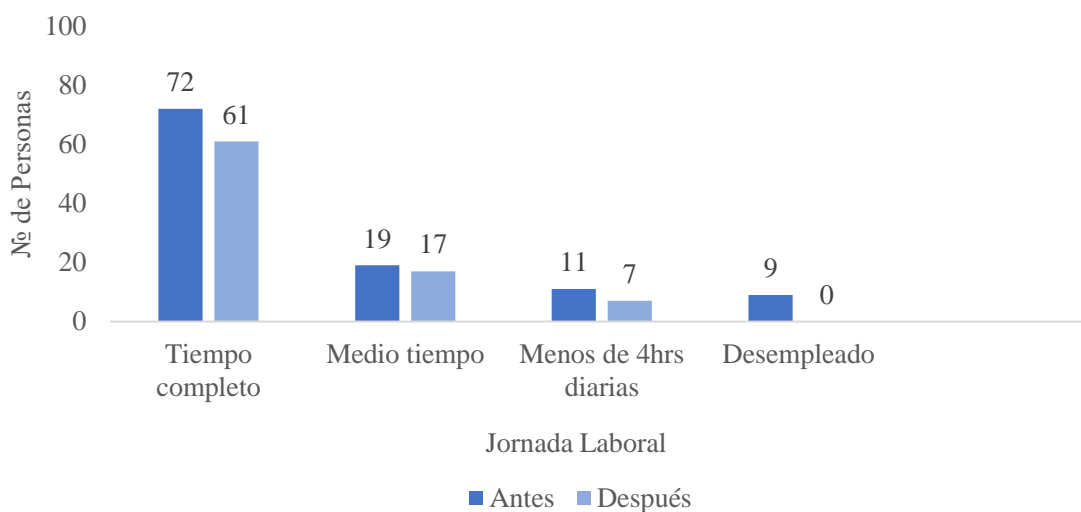


Figura N° 3. Distribución de la muestra según la jornada laboral de las personas antes y después de la pandemia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la jornada laboral, antes de la pandemia 72 (73,4%) personas indican que laboraban tiempo completo, el número disminuye durante la pandemia, solo 61 (62,2%), personas conservaron sus trabajos y 9 (9,1%) de ellos se encuentran en una situación laboral de desempleo.

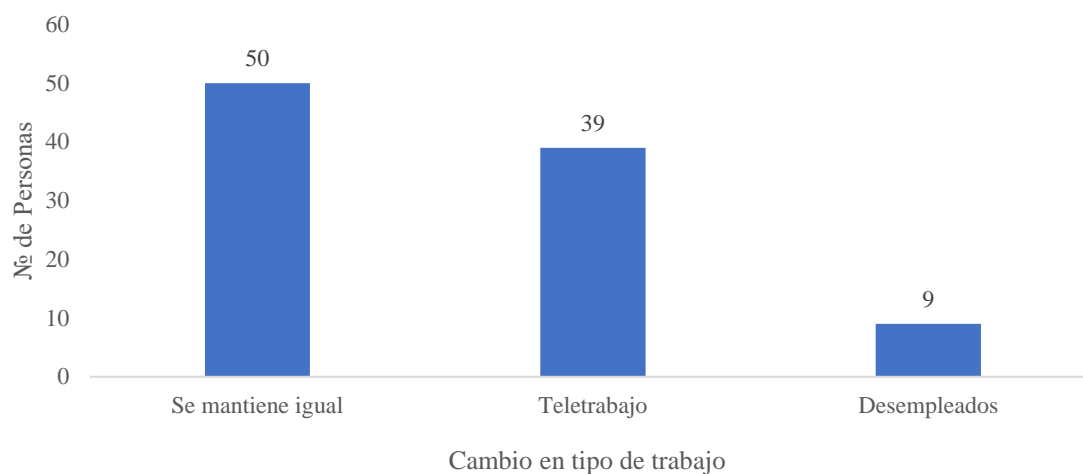


Figura N° 4. Distribución de la muestra según el cambio en el tipo de trabajo, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Además, el gráfico anterior muestra que durante la pandemia se observó un cambio en el tipo de trabajo, ya que 39 (39,7%) personas ahora se presentan en teletrabajo.

De acuerdo con la distribución de la muestra según la percepción sobre cambio en el tipo de trabajo, 2021 n=98, la percepción del cambio en la dinámica laboral para 75 (76,5%) personas fue positiva, para 23 (23,4%) personas fue negativo. En cuanto a la distribución de la muestra según el cambio en la jornada laboral de las personas, 2021 n=98, refleja que 61, (62,2%) de los participantes de la investigación mantienen su jornada con normalidad, 18 (18,3%) participantes tienen reducción de jornada, 10 (10,2%) participantes consiguieron trabajo y 9 (9,1%) participantes fueron despedidos.

4.1.3. Perfil Socioeconómico

Según el perfil socioeconómico de los participantes, los resultados son los siguientes:

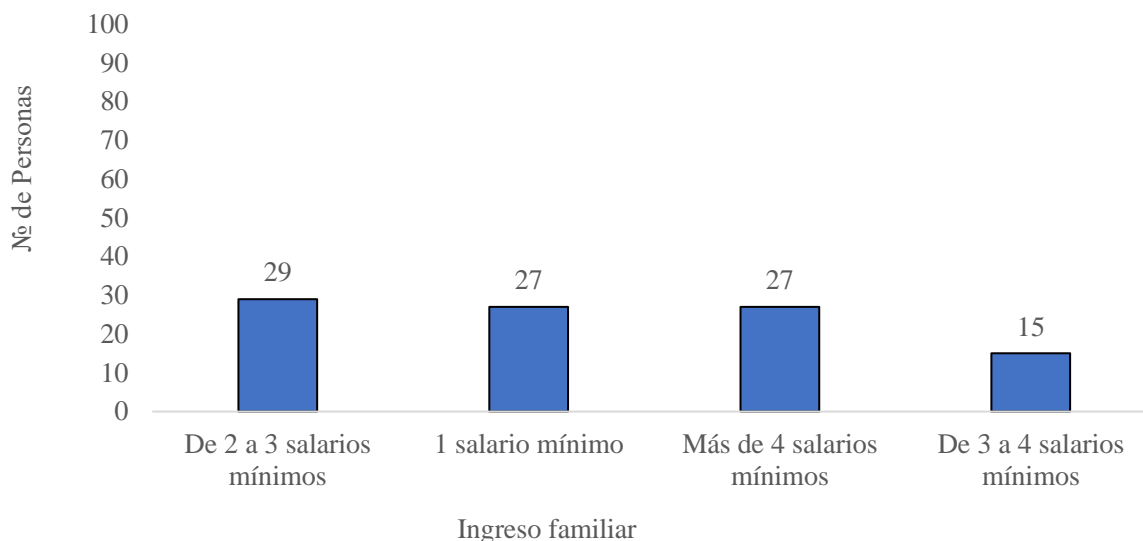


Figura N° 5. Distribución de la muestra según ingreso familiar, 2021 $n=98$. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Según el perfil socioeconómico de la muestra, 27 (27,5%) personas reciben solo un salario mínimo al mes y 27 (27,5%) personas reciben más de 4 salarios mínimos al mes.

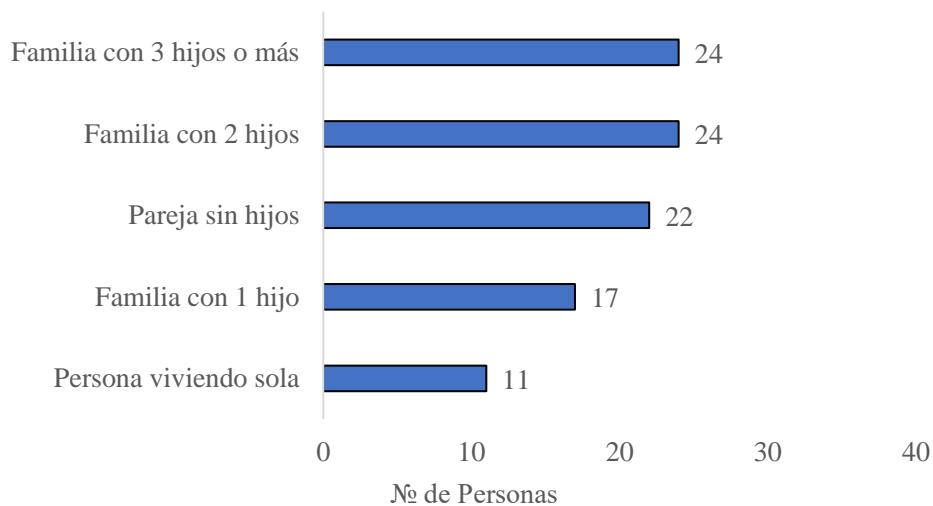


Figura N° 6. Distribución de la muestra según la composición de la familia, 2021 $n=98$. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La composición familiar de la muestra estudiada es de 24 personas con 3 hijos o más (24,4%), 22 personas indican que son pareja sin hijos (22,4%) y 11 personas viven solas (11,2%).

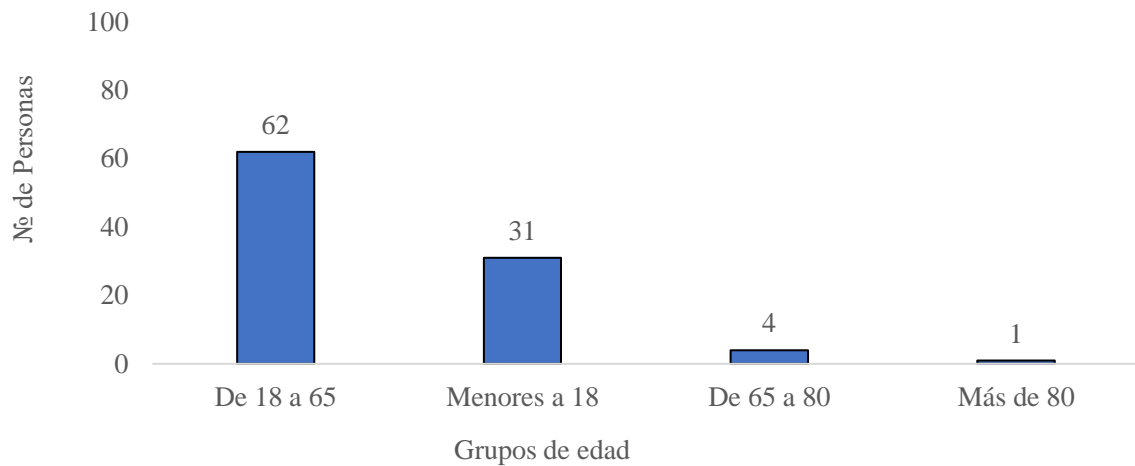


Figura N° 7. Distribución de la muestra según los grupos de edad de los miembros de la familia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La edad de los miembros de la familia de la población estudiada es en mayor parte de 18 a 65 años, 62 personas, (63,2%) y 18 personas (18,3%) indican que dentro de su núcleo familiar tienen menores de 18 años.

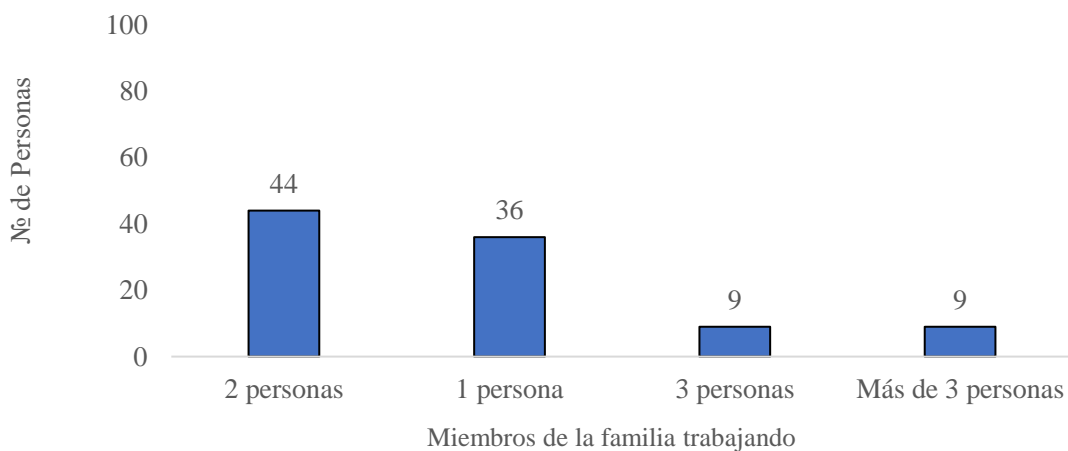


Figura N° 8. Distribución de la muestra según el número de miembros de la familia que trabajan, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la situación laboral actual del núcleo familiar, 44 de los participantes (44,8%) indican que 2 personas trabajan y 36 personas (36,7%) indican que solo una persona trabaja.

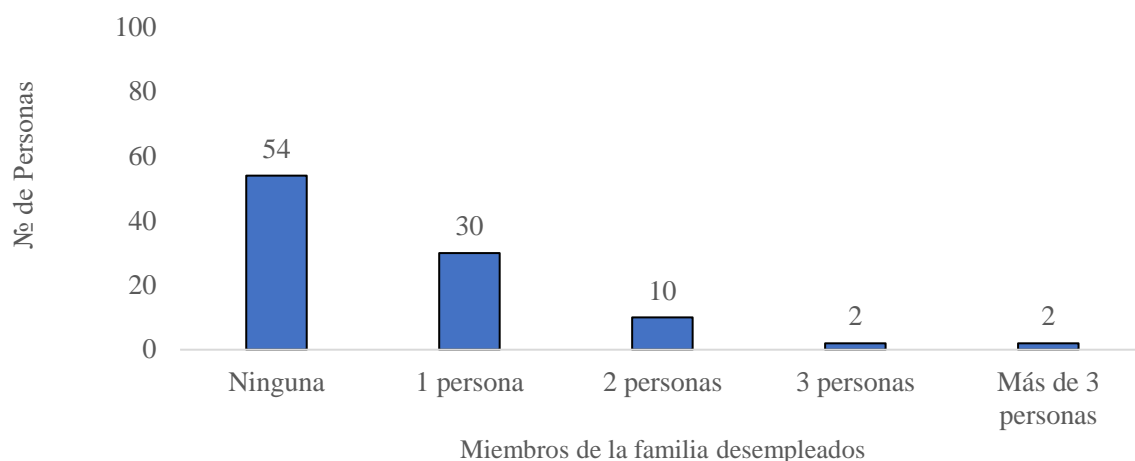


Figura N° 9. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia desempleados o con reducción de jornada laboral, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

El desempleo en el núcleo familiar de los participantes se vio reflejado en 44 personas (44,8%) en total que refieren que al menos una persona en su familia se encuentra desempleada, en 54 hogares (55,1%) no presentaron desempleo.

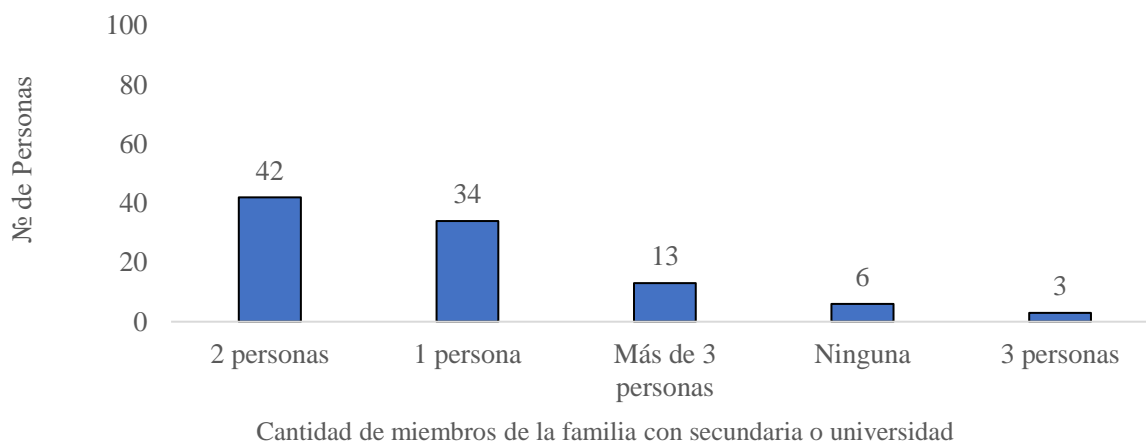
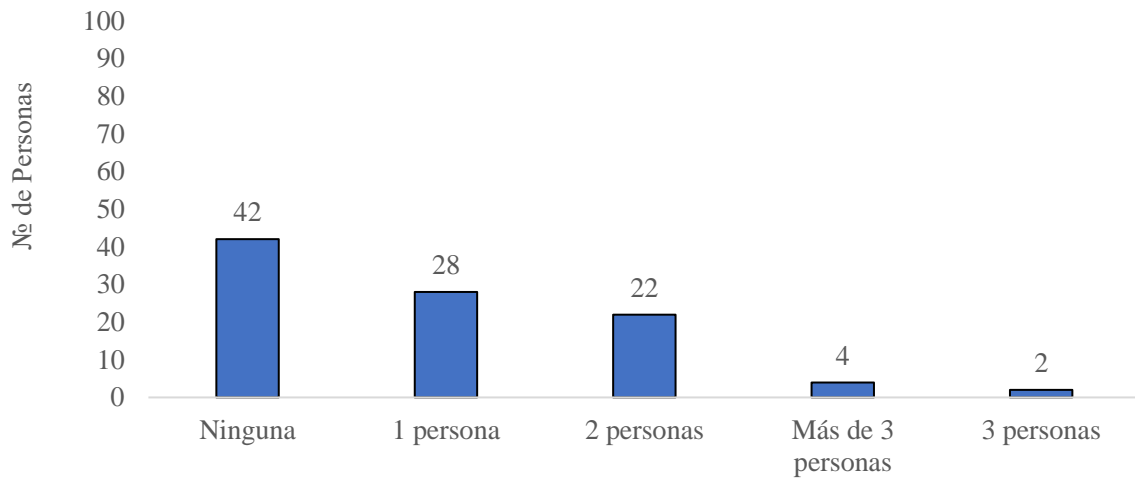


Figura N° 10. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia con secundaria completa o estudios universitarios, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

De acuerdo con lo reflejado por la investigación, 42 personas (42,8%) indican que al menos 2 personas tienen secundaria completa o estudios universitarios y 6 personas (6,1%) muestran que ninguna persona tiene estos estudios.



Integrantes de la familia cursando estudios superiores

Figura Nº 11. Distribución de la muestra según la cantidad de miembros de la familia que estudian luego de secundaria completa, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Además, 42 personas (42,8%) refieren que ninguna persona en su familia se encuentra estudiando después de la secundaria y 28 personas (28,5%) indicaron que una persona de su núcleo familia continúa estudiando en educación superior.

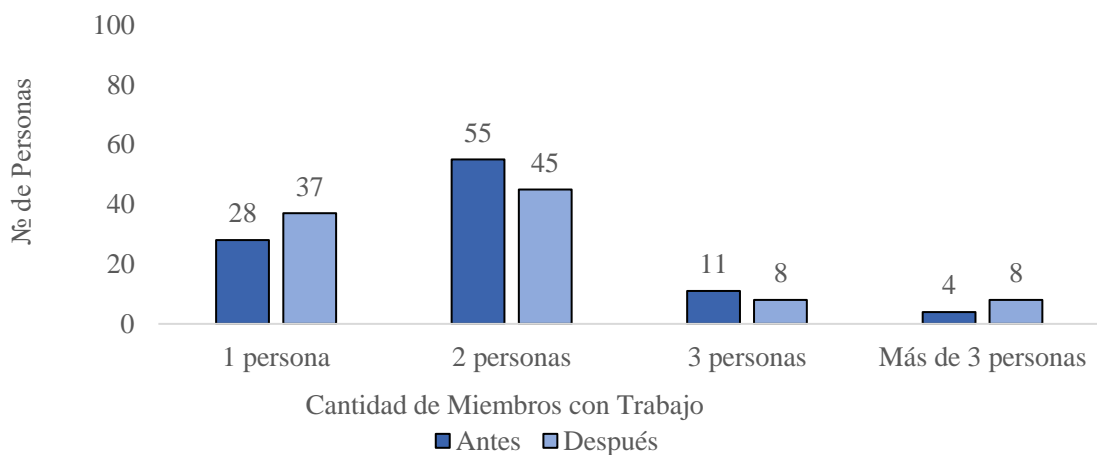


Figura Nº 12. Distribución de la muestra según la cantidad de miembro que trabajan antes y después de la pandemia, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Según la situación laboral, antes y durante la pandemia, 55 personas (56,2%), indican mantener el trabajo antes y 45 personas (45,9%) durante.

Por otro lado, 28 personas (28,5%) indicaban que al menos una persona tenía trabajo antes de la pandemia, pero el número aumenta durante con 37 personas (37,7%).

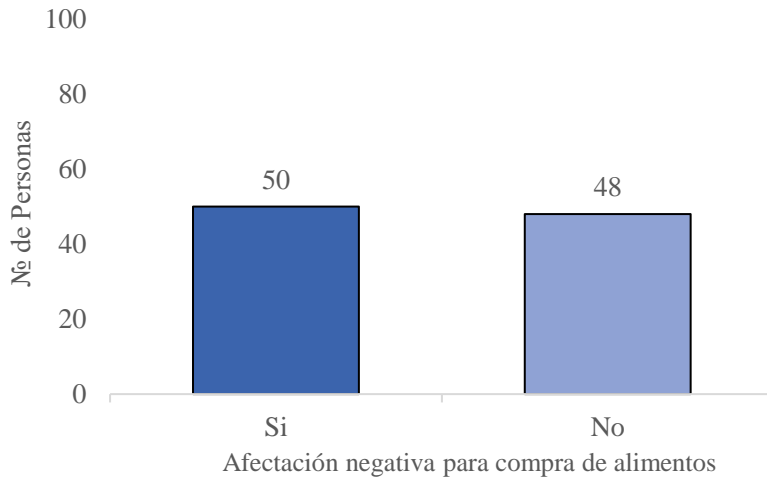


Figura N° 13. Distribución de la muestra según la afectación negativa sobre los ingresos destinados a la compra de alimento, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la afectación en los ingresos familiares para compra de alimentos, 50 personas (51%) indican que si sufrieron negativa y 48 personas (48,9%) reflejan que no.

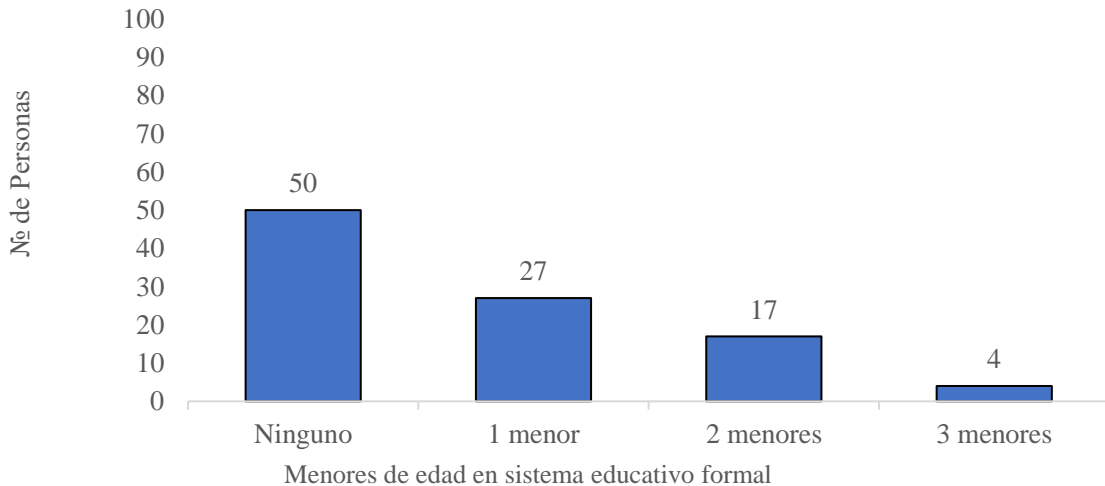


Figura N° 14. Distribución de la muestra según la cantidad de menores edad en el sistema educativo formal, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La mayoría de las personas entrevistadas indica no tener menores de edad en casa y 27 personas (27,5%), refieren tener al menos un menor de edad en su núcleo familiar.

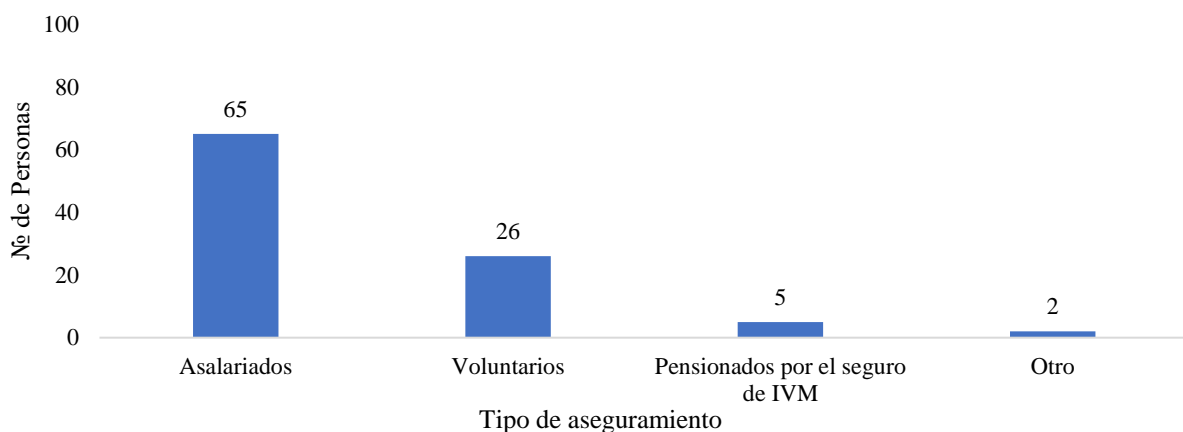


Figura N° 15. Distribución de la muestra según tipo de aseguramiento, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

El tipo de aseguramiento mayoritario en la población de estudio fue de 65 personas asalariadas (66,3%) y 26 personas (26,5%), pagan aseguramiento voluntario.

4.1.4. Seguridad Alimentaria

Tabla N° 4. Distribución de la muestra de acuerdo con las preguntas de la escala de seguridad alimentaria de la FAO, 2021 n=98.

Pregunta	No n=98	%	Si n=98	%	Total
Durante los últimos 12 MESES, ha habido algún momento en que: ¿Se ha preocupado por no tener suficientes alimentos para comer?	64	65,3	34	34,6	98
Pensando en los últimos 12 meses: ¿hubo alguna vez en que usted no haya podido comer alimentos saludables y nutritivos por falta de dinero u otros recursos?	62	63,2	36	36,7	98
¿Hubo alguna vez en que usted haya comido poca variedad de alimentos por falta de dinero u otros recursos?	51	52	47	48	98
¿Hubo alguna vez en que usted haya tenido que dejar de desayunar, almorzar o cenar porque no había suficiente dinero u otros recursos para obtener alimentos?	78	79,5	20	20,4	98
Pensando en los últimos 12 meses: ¿hubo alguna vez en que usted haya comido menos de lo que pensaba que debía comer por falta de dinero u otros recursos?	68	69,3	30	30,6	98
¿Hubo alguna vez en que su hogar se haya quedado sin alimentos por falta de dinero u otros recursos?	80	81,6	18	18,3	98
¿Hubo alguna vez en que usted haya sentido hambre, pero no comió porque no había suficiente dinero u otros recursos para obtener alimentos?	79	80,6	19	19,3	98
¿Hubo alguna vez en que usted haya dejado de comer todo un día por falta de dinero u otros recursos?	92	94	6	6,1	98

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Con respecto a los resultados de las 8 preguntas planteadas por la FAO para FIES se desprenden los siguientes resultados:

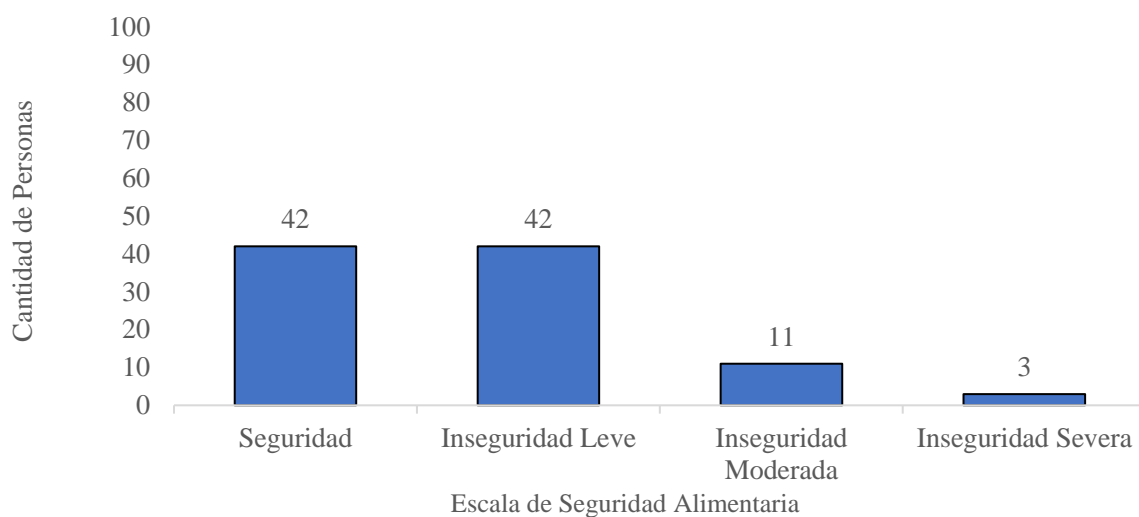


Figura N° 16. Distribución de la muestra según el resultado de la escala de seguridad alimentaria de la FAO, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

4.1.5. Hábitos Alimentarios

De acuerdo con los datos arrojados para seguridad alimentaria, los resultados son los siguientes:

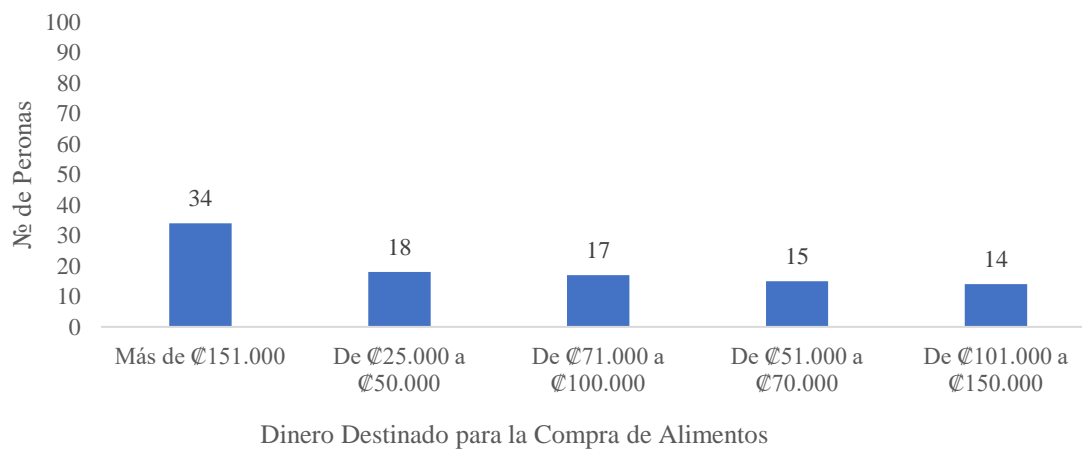


Figura N° 17. Distribución de la muestra según del dinero destinado a la compra de alimentos, 2021.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En referencia al dinero destinado para la compra de alimentos, 34 personas (34,6%), indican que invierten más de ¢150.000 en la compra de estos y 18 personas (18,3%) invierten únicamente entre ¢25.000 y ¢50.000 mensualmente.

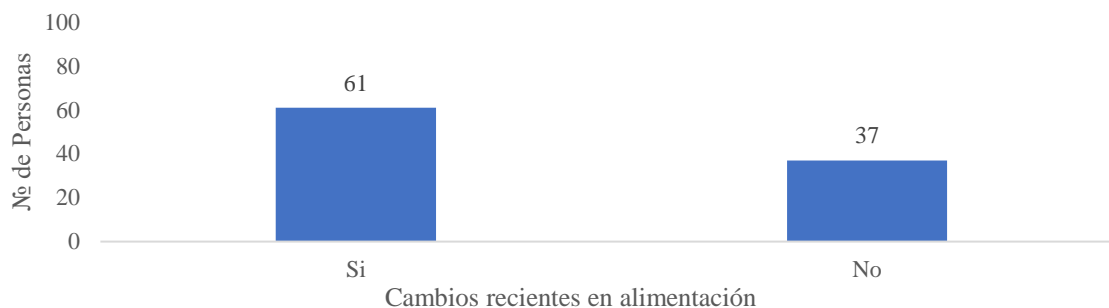


Figura N° 18. Distribución de la muestra según cambios recientes en la alimentación, 2021 n=98.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Por otro lado, el cambio en la alimentación se dio en 61 de los participantes (62,2%), 37 de ellos (37,7%), indican que no realizaron cambios.

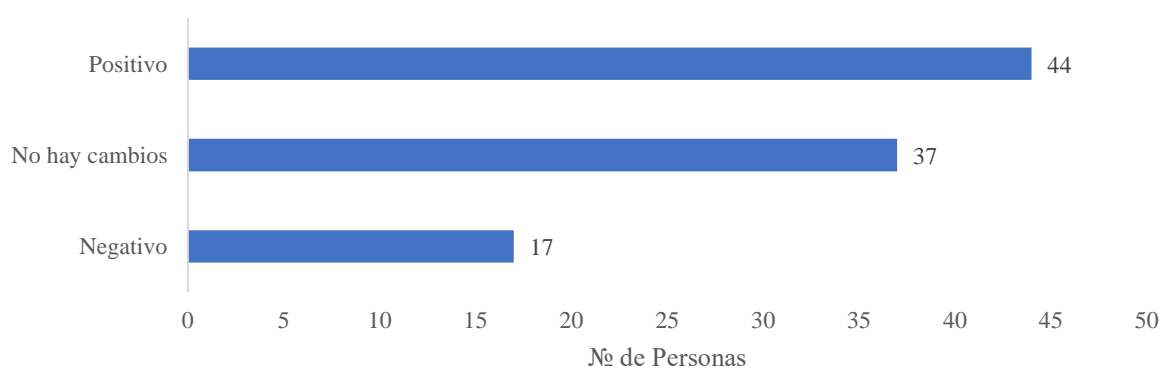


Figura N° 19. Distribución de la muestra según la dirección de los cambios recientes en la alimentación, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La dirección del cambio en la alimentación fue positivo para 44 de las personas entrevistadas y negativo para 17 de ellas.

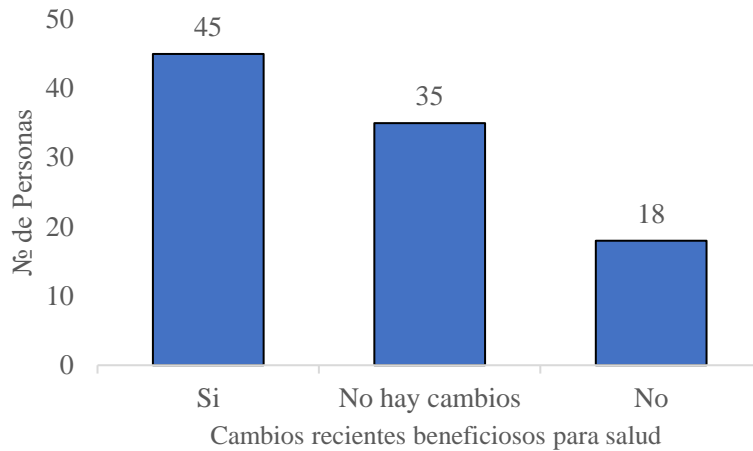


Figura N° 20. Distribución de la muestra según las personas consideran que los cambios recientes en la alimentación son beneficiosos para su salud o no, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Por su parte, la dirección del cambio en la alimentación ha sido beneficiosa para la salud de 45 participantes (46%), para 18 de ellos no lo ha sido (18,3%).

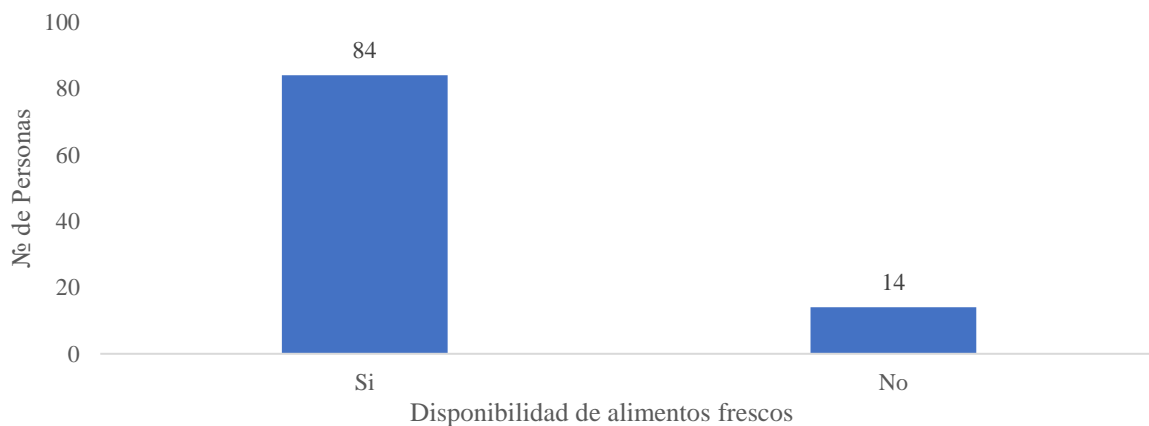


Figura N° 21. Distribución de la muestra según la disponibilidad de alimentos frescos, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La disponibilidad de alimentos frescos fue positiva para 84 de los participantes (85,7%), mientras que 14 de ellos (14,2%), muestran que no tienen alimentos frescos disponibles.

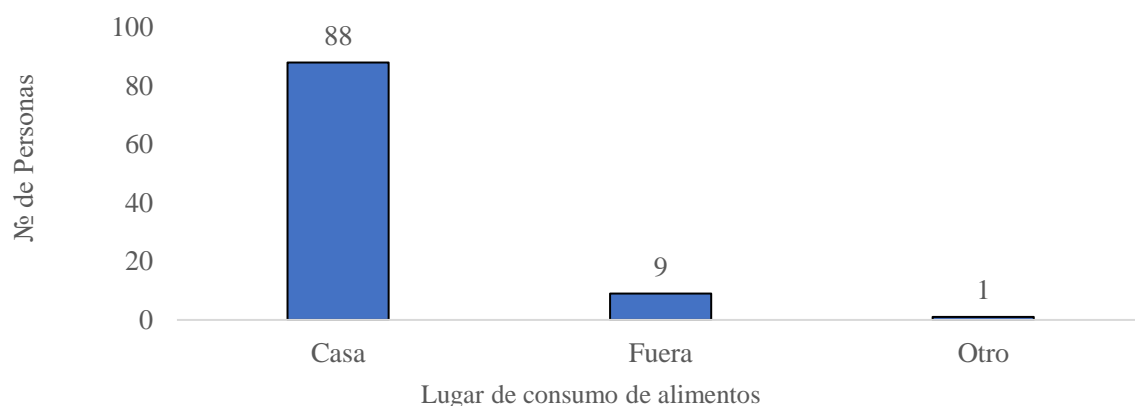


Figura N° 22. Distribución de la muestra según el lugar donde se consume la mayoría de los alimentos, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto al consumo de la mayoría de los alimentos, la mayoría, 88 personas (89,7%), indica que se consumen en casa y solo 9 de los entrevistados (9,1%), realiza los consumos fuera de casa.

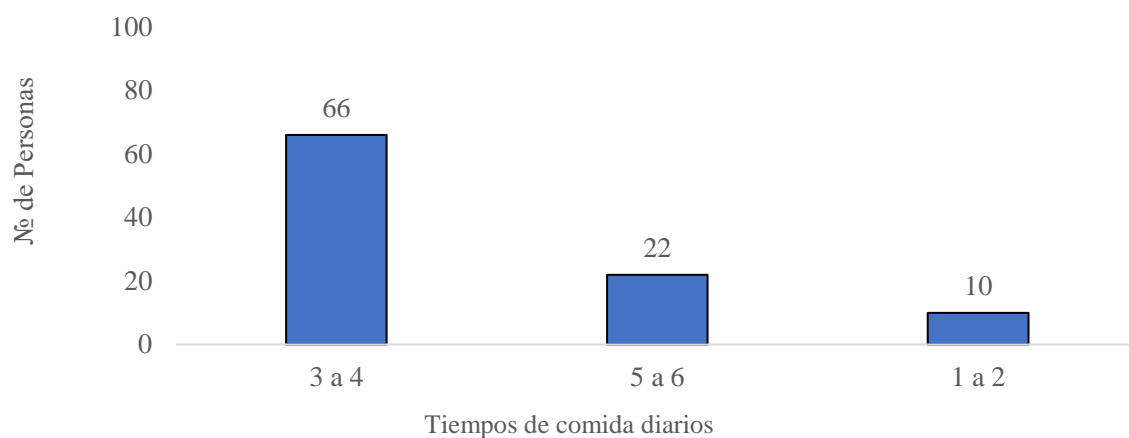


Figura N° 23. Distribución de la muestra según la cantidad de tiempos de comida por día, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Los tiempos de comida realizados por los participantes fue de 3 a 4 para 66 de ellos (67,3%) y 10 indican que solo realizan de 1 a 2 tiempos de comida (10,2%).

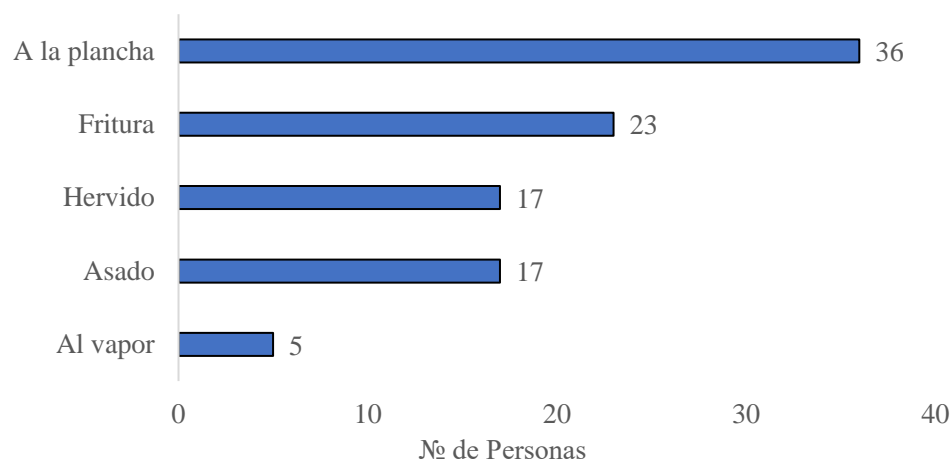


Figura N° 24. Distribución de la muestra según el método de cocción preferido para preparar los alimentos, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

El tipo de cocción utilizado en la mayoría de los participantes 36 de ellos (36,7%) fue a la plancha y solo 5 indica que utiliza el método de cocción al vapor (5,1%).

Tabla N° 5. Distribución de la muestra de acuerdo con la frecuencia de consumo de distintos alimentos de interés, 2021 n=98.

Alimento	Frecuencia de Consumo				Total
	N	M	S	D	
Grasas para cocción	8	4	34	52	98
Mantequillas y quesos untables	13	12	36	37	98
Carne de res	12	19	53	14	98
Pollo	4	9	60	25	98
Pescado	22	20	49	7	98
Cerdo	18	27	47	6	98
Mariscos	38	33	23	4	98
Huevo	6	3	21	68	98
Frutas frescas	2	6	36	54	98
Vegetales frescos	2	3	32	61	98
Leche	12	5	38	43	98
Yogurt	28	26	34	10	98
Queso fresco	7	12	50	29	98
Embutidos	32	23	37	6	98
Embutidos light	45	18	29	6	98
Repostería Dulce	16	30	41	11	98

Repostería salada	17	32	39	10	98
Tortillas de maíz	13	14	53	18	98
Tortillas de trigo	31	26	36	5	98
Gaseosas	42	20	25	11	98
Azúcar blanca	35	12	23	28	98
Arroz	7	5	24	62	98
Frijoles	6	6	30	56	98
Garbanzos	19	25	49	5	98
Lentejas	23	28	44	3	98

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La frecuencia de consumo aplicada a los participantes muestra en negrita los resultados mayores y menores de consumo de los grupos de alimentos, divididos en N= nunca, M= mensual, S= semanal y D= diario.

4.1.6. Comparación entre la Seguridad Alimentaria y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral

A continuación, se presentan los resultados de los objetivos bivariados.

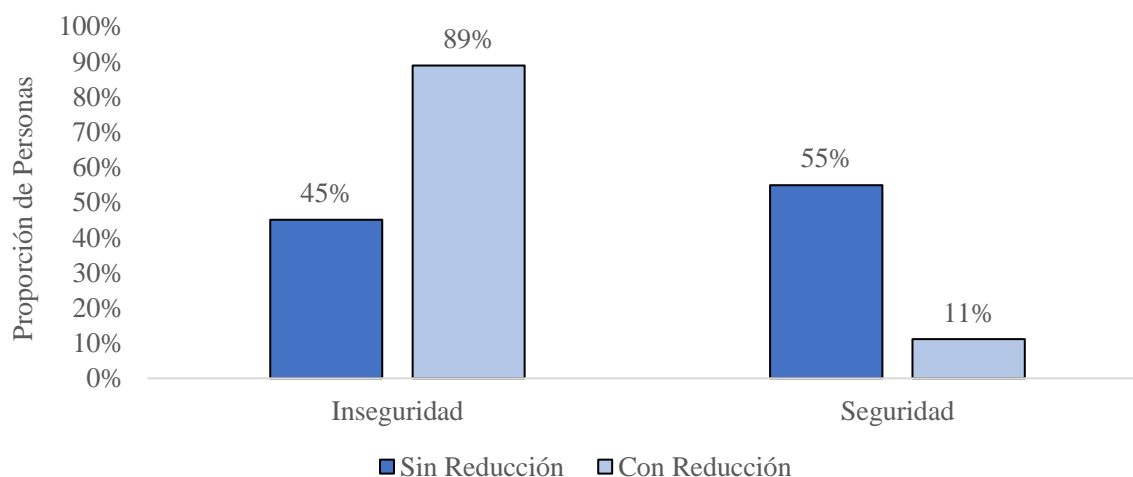


Figura N° 25. Relación entre el resultado de seguridad alimentaria y la reducción o suspensión laboral en las personas entrevistadas, 2021 n=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En relación con la proporción de personas entrevistadas 32, (89%) presenta inseguridad alimentaria con reducción de jornada laboral y 39 (55%) presenta seguridad alimentaria sin reducción de jornada laboral. Además, La indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($Chi=13.60$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.01$).

4.1.7. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral

Tabla N° 6.

Distribución de la muestra de acuerdo con comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral, 2021 n=98.

Variables	Sin reducción (%)	Con reducción (%)
Nivel de gasto mayor a \$70.000,00	70	56
Nivel de gasto menor a \$70.000,00	30	44
Presencia de cambios recientes en la alimentación	55	81
Percepción negativa en cambios de alimentación	18	45

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En cuanto a la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el nivel de gasto, se observa que, dentro del total de 21 personas con reducción laboral, (44%) gasta menos de \$70,000. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, 12, esa proporción cae (30%). La misma indica que las diferencias no son estadísticamente

significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 ($Chi=1.33$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.25$).

Por su parte, la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según la presencia de cambios recientes en la alimentación de las personas. Se observa que, dentro del total de 22 personas con reducción laboral, (81%) afirma haber realizado cambios en su alimentación recientemente. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, 5, esa proporción cae a 55%. Muestra que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($Chi=4.79$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.03$).

Según la percepción del cambio en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con reducción laboral, 10, (45%) considera que los cambios sufridos en la alimentación son negativos. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, 7, esa proporción cae a 18%. La misma indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($Chi=4.01$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.04$).

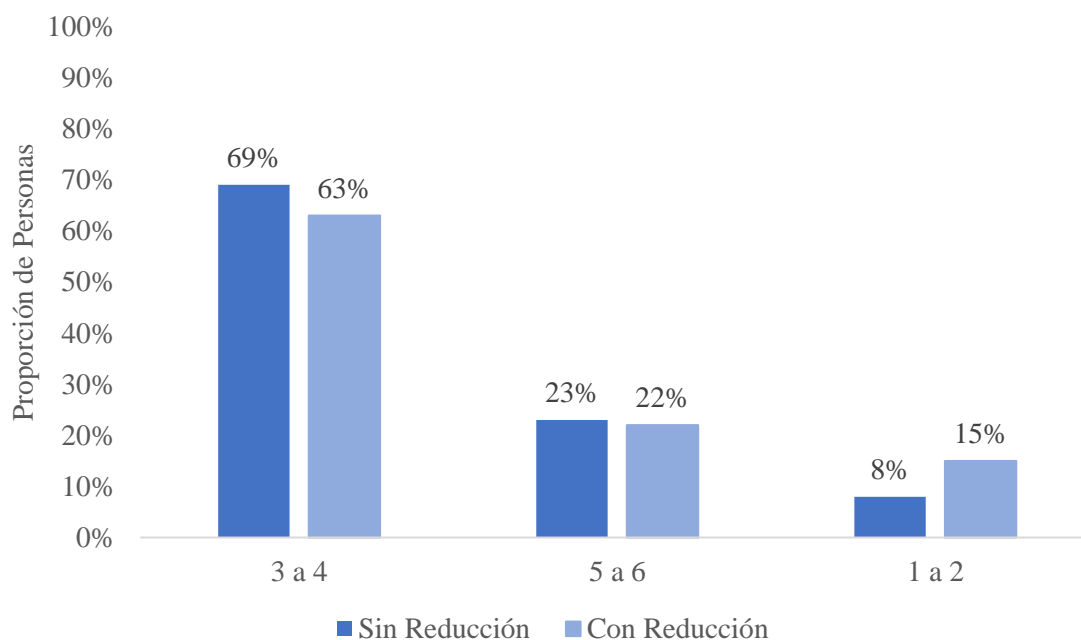


Figura N° 26. Relación entre los tiempos de comida y la reducción o suspensión laboral en las personas entrevistadas, 2021 N=98. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Los tiempos de comida tanto para los participantes sin reducción de jornada 49 personas (69%), como los que presentaron reducción de jornada 17, (63%) fue similar, indicando que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 ($Chi=0.88$; $grados\ libertad=2$; $valor\ p=0.64$).

Tabla N° 7. Comparación entre el puntaje de consumo de los alimentos y la reducción de la jornada laboral, n=98.

Alimento	Reducción o Suspensión Laboral		F	Valor p
	No	Sí		
Grasas para cocción	7.79	7.65	0.04	0.84
Mantequillas y quesos untables	6.53	6.91	0.25	0.62
Carne de res	5.92	5.06	1.73	0.19
Pollo	7.09	6.54	1.03	0.31
Pescado	4.88	4.32	0.66	0.42
Cerdo	4.98	4.07	1.95	0.17
Mariscos	3.52	1.98	5.59	0.02
Huevo	8.45	8.52	0.01	0.91
Frutas frescas	8.36	7.65	1.76	0.19
Vegetales frescos	8.69	8.02	1.78	0.19
Leche	6.90	7.78	1.40	0.24
Yogurt	4.37	3.83	0.52	0.47
Queso fresco	6.81	6.67	0.05	0.83
Embutidos	3.94	3.83	0.03	0.87
Embutidos light	3.71	1.85	6.35	0.01
Repostería Dulce	4.60	5.80	3.21	0.08
Repostería salada	4.51	5.43	1.89	0.17
Tortillas de maíz	6.01	5.68	0.23	0.63
Tortillas de trigo	3.85	3.83	0.00	0.97
Gaseosas	2.86	5.19	8.99	0.00
Azúcar blanca	4.41	5.93	2.65	0.11
Arroz	8.22	7.90	0.22	0.64
Frijoles	7.84	8.27	0.44	0.51
Garbanzos	4.98	3.95	2.55	0.11
Lentejas	4.51	3.58	2.07	0.15

Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, se compara la frecuencia de consumo de alimentos respecto a la presencia o no de reducción en la jornada laboral. Lo anterior, de manera que se pueda buscar evidencia de si la

reducción de la jornada laboral afecta de alguna manera los hábitos de consumo de las personas. En este caso, solo el consumo de vegetales frescos obtiene un valor p de la prueba inferior a 0.05. Por lo tanto, para los vegetales frescos, es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre su consumo y la seguridad alimentaria. En este caso, solo los consumos de mariscos, embutidos light y gaseosas obtienen valores p de la prueba inferiores a 0.05. Por lo tanto, para estos alimentos es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre el consumo y el hecho de presentar reducción en la jornada laboral o no.

4.1.8. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria

Tabla N° 8. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria, n=98.

Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria		
Cantidad de personas en estudio (n) = 98		
Variables	Inseguridad (%)	Seguridad (%)
Nivel de gasto mayor a \$70.000,00	50	88
Nivel de gasto menor a \$70.000,00	50	12
Presencia de cambios recientes en la alimentación	70	52
Percepción negativa en cambios de alimentación	41	5

Fuente: Elaboración propia.

Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, 28 (50%) gasta menos de \$70,000. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, 5 personas, esa proporción cae a 12%, evidenciando que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($Chi=13.93$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.01$).

Por su parte, la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según la presencia de cambios recientes en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, 39 (70%) afirma haber realizado cambios recientes en su alimentación. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, 22, esa proporción cae a 52%. Esta muestra que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 ($Chi=2.35$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.13$).

Adicionalmente, la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según la percepción de los cambios recientes en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, 16 (41%) afirma que los cambios recientes en su alimentación son negativos. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, 1, esa proporción cae a 5% evidenciando que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($Chi=7.58$; $grados\ libertad=1$; $valor\ p=0.01$).

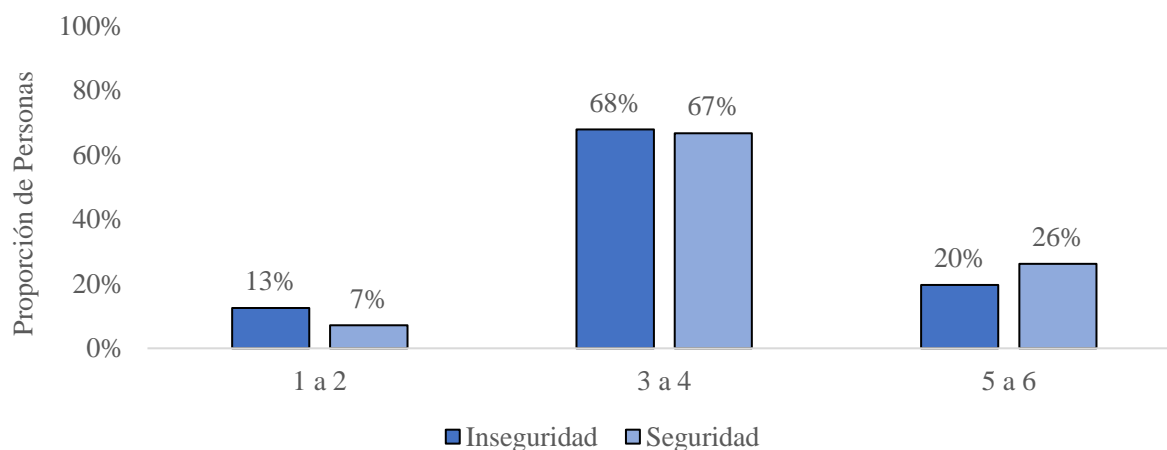


Figura N° 27. Relación entre los tiempos de comida y la seguridad alimentaria en las personas entrevistadas, 2021 $n=98$. Fuente: Elaboración propia, 2021.

Finalmente, se compara también la distribución de los tiempos de comida según la seguridad alimentaria. En este caso, se observa que, sin importar el resultado de la seguridad alimentaria, ambas distribuciones son bastante similares siendo de 38 personas (68%) para quienes se encuentran en inseguridad alimentaria y 28 personas (67%) para los que no. La misma indica que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 ($Chi=1.13$; $grados\ libertad=2$; $valor\ p=0.56$).

Tabla N° 9. Comparación entre el puntaje de consumo de los alimentos y la seguridad alimentaria n=98.

Alimento	Resultado de la Seguridad Alimentaria		F	Valor p
	Inseguridad	Seguridad		
Grasas para cocción	7.50	8.10	0.96	0.33
Mantequillas y quesos untables	6.85	6.35	0.51	0.48
Carne de res	5.71	5.63	0.02	0.89
Pollo	6.90	6.98	0.03	0.87
Pescado	4.64	4.84	0.10	0.75
Cerdo	4.35	5.24	2.36	0.13
Mariscos	2.74	3.57	1.92	0.17
Huevo	8.39	8.57	0.10	0.75
Frutas frescas	7.86	8.57	2.24	0.14
Vegetales frescos	8.04	9.13	6.22	0.01
Leche	7.20	7.06	0.04	0.84
Yogurt	3.75	4.84	2.67	0.11
Queso fresco	6.67	6.90	0.17	0.68
Embutidos	3.69	4.21	0.62	0.43
Embutidos light	2.74	3.81	2.50	0.12
Repostería Dulce	5.06	4.76	0.23	0.63
Repostería salada	4.94	4.52	0.46	0.50
Tortillas de maíz	5.77	6.11	0.30	0.59
Tortillas de trigo	3.75	3.97	0.12	0.73
Gaseosas	3.39	3.65	0.12	0.72
Azúcar blanca	5.42	4.05	2.66	0.11
Arroz	7.98	8.33	0.35	0.56
Frijoles	7.50	8.57	3.46	0.07
Garbanzos	4.58	4.84	0.19	0.66
Lentejas	3.99	4.60	1.11	0.29

Fuente: Elaboración propia.

De la misma forma en que se analizó el comportamiento de los puntajes de consumo contra la presencia o no de reducción laboral, la Tabla N° 8 contiene los promedios de los distintos puntajes de consumo segmentados por el resultado de la seguridad alimentaria. En este caso, solo el consumo de vegetales frescos obtiene un valor p de la prueba inferior a 0.05. Por lo tanto, para los vegetales frescos, es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre su consumo y la seguridad alimentaria. Para el resto de los alimentos, las diferencias observadas, solo son representativas a nivel de la muestra de personas seleccionada para el estudio.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

A continuación, se presenta el análisis de los resultados obtenidos en la presente investigación, con base en los objetivos específicos planteados.

5.1.1. Aspectos sociodemográficos

Los participantes en esta investigación según su sexo biológico fueron en su mayoría mujeres 70 personas (71,4%) y 28 hombres (28,5%), según un estudio realizado en nuestro país, Costa Rica cerró 2019 con una población de 5.075.000 personas, lo que supone un incremento de 53.000 habitantes, 24.809 mujeres y 23.311 hombres, respecto a 2018, en el que la población fue de 5.022.000 personas. (Expansión, 2021). Además, la población mayoritaria ronda en edades entre los 25 a 35 años, 62 personas y de 36 a 46 años minoritariamente, 36 personas, según las proyecciones del Instituto Nacional de Estadística y Censos, la población con rangos de edad entre los 25 a 45 años corresponde a 806.226 habitantes para el 2021 (INEC, 2018).

La distribución de la muestra según la residencia de las personas, en este caso las siete provincias de nuestro país fue igual, 14 personas, para que la investigación fuera proporcional en cuanto a la población. Costa Rica, suma 51.100 kilómetros cuadrados comprendidos entre 7 provincias, Cartago, San José cantones y, Alajuela, Heredia, Guanacaste, Puntarenas y Limón, la población consta de adultos jóvenes, de Costa Rica N = 2.211.688 personas adultos jóvenes según los datos del INEC para el II trimestre 2020 (INEC, 2020).

De acuerdo con los resultados arrojados por esta investigación en cuanto a el nivel de escolaridad de los entrevistados, 51 de ellos indicaron tener la universidad completa (52%) y 10 personas indicaron tener la secundaria incompleta (10%). Sin embargo, el estudio realizado por El Estado de La Educación indica que existen evidencias de que un porcentaje importante de

quienes asisten a la educación superior se gradúa tardíamente. En 2017, el 19,9% de la población de 25 a 64 años que tenía estudios superiores no se había graduado y el 2,7% había obtenido un título de educación superior no universitaria (4,9% en 2010). Aunado a eso, la proporción de personas con estudios superiores sin titulación disminuye más de 10 puntos porcentuales a partir de los 35 años hasta alcanzar un mínimo cerca de los 40 años. En Costa Rica el promedio de edad de las personas que asisten a la educación superior es de 25,2 años (CONARE, 2019).

Además, específicamente con respecto al tipo de trabajo de la muestra, 67 personas del total de entrevistados tienen algún tipo de trabajo calificado (68,3%), es decir, puestos que requieren estudios universitarios, por su parte, 22 de los entrevistados señalan que su trabajo es no calificado (22%), el cual no requiere estudios universitarios y 9 personas se encuentran desempleadas (9%). Y que en general, las personas trabajan en empresas privadas (nacionales e internacionales), por cuenta propia o en el aparato estatal. Una investigación realizada en Costa Rica por La Organización Internacional del Trabajo (OIT) hace especial énfasis a la economía informal ya que esta es particularmente sensible a los impactos de la pandemia del COVID-19. El empleo informal ha venido creciendo en tamaño y peso relativo respecto al total de la ocupación, caracterizado por no estar cubierto por la seguridad social (acceso a seguro de salud y/o riesgos profesionales), ser de bajos ingresos (47.7% percibe ingresos mensuales por debajo de 1 salario mínimo), concentrado en unidades económicas de pequeño tamaño (MYPE) y especialmente en los sectores donde más fuerte golpeará la crisis (el 67% del empleo informal se realiza en el sector servicios). Los trabajadores en condición de informalidad están más expuestos a las consecuencias de la crisis económica que se avecina (ILO, 2020).

La figura N° 1 muestra un comparativo de la jornada laboral antes y después de la pandemia del COVID-19. Se observan leves diferencias, pero, por ejemplo, antes de la pandemia no había personas desempleadas, mientras que después de la pandemia, aparecen ahora 9 personas desempleadas. Además, se nota que la cantidad de personas que trabajan tiempo completo disminuyó luego de la pandemia. Según la encuesta continua de empleo realizada por el Instituto de Estadística y Censos en el IV trimestre del 2020, nuestro país cuenta con una fuerza laboral de 1 953 151 personas y 487 675 personas desempleadas, las personas de 25 a 44 años representan el 45,7% de los desempleados y las personas de 45 años o más el 24,5%, centrando la mayoría de los desempleos en la región Chorotega con un 27,1% (INEC, 2021).

La figura N° 2 muestra que durante la pandemia se observó un cambio en el tipo de trabajo, ya que 39 personas ahora se presentan en teletrabajo (39,7%). Un estudio realizado por la Universidad Estatal a Distancia logró identificar que un 56% de los entrevistados que laboran bajo este sistema, lo llevan a cabo una vez a la semana y un 25% de los trabajadores pueden hacer uso al menos de dos días de teletrabajo por semana. En términos de empleadores, algunos tienen rangos más amplios de días para teletrabajar, sin embargo; la mayoría de los empleadores en sector privado aplica rangos desde un mínimo de un día hasta un máximo de tres días de teletrabajo por semana (UNED, 2013).

Por su parte, la figura N° 3 muestra que 75 personas (76%) afirman que los cambios en la dinámica laboral son positivos, mientras que 23 personas (23,4%) perciben el cambio como negativo, entre ellos los que se encuentran en desempleo. De acuerdo con un estudio exploratorio sobre la implementación del teletrabajo en el gran área metropolitana, en relación con las percepciones de los teletrabajadores se destaca que un 83% de ellos tienen una percepción positiva hacia esta modalidad de laboral, valorando principalmente aspectos

favorables en la calidad de vida y la satisfacción; más del 80% perciben el teletrabajo como un beneficio; en cuanto a la variable “ahorro económico”, un 88% advierte que esto se ha generado como resultado de laborar desde sus casas 1 o 2 días a la semana (principalmente por el ahorro en el gasto por combustible, en el pago de transportes y peajes, así como en vestuario y parqueos). Por otra parte, un 37% indica que con esta práctica laboral se incrementan sus gastos fijos relacionados con los pagos por Internet, telefonía y electricidad; y un 86% señala que el teletrabajo afecta de manera positiva su calidad de vida, permitiéndoles tener un mejor equilibrio entre la vida personal, la familiar y la laboral, lo cual contribuye de manera significativa a disminuir los niveles de estrés. Por otro lado, un 78% considera que el teletrabajo es una circunstancia que les ayuda a desempeñarse laboralmente con mayor calidad, les permite ser más creativos y a la vez productivos en las diferentes actividades que realizan (Nuñez, 2017).

Finalmente, la figura N° 4 muestra algunas características del cambio en la jornada laboral. Si bien, 61 personas (62%) mantienen la misma jornada, 27 personas (27%) presentaron reducción o suspensión de la jornada. La situación que vive el país y el mundo a causa del COVID-19 obliga a hacer las cosas de manera diferente. Es por esto por lo que las empresas tienen derecho a solicitar reducción de jornada (Romero, 2020) y suspensión temporal de contratos (MTSS, 2020). Mediante una declaratoria de emergencia nacional, el gobierno de Costa Rica crea una ley llamada “*Reducción de jornadas de trabajo ante la declaratoria de emergencia nacional N° 9832*” firmada el 21 de marzo del 2020 con el objetivo de autorizar la reducción temporal de las jornadas de trabajo pactadas entre el empleador y sus colaboradores, lo que permitirá preservar el empleo de las personas trabajadoras, cuando los ingresos brutos de las empresas se vean afectados. Para el 12 de enero del 2021 se firmó una

prórroga de 3 meses adicionales para las empresas que demostraran afectación económica provocada por la pandemia, en pro de proteger los empleos (Presidencia de la República, 2021). Un estudio realizado en Argentina menciona que casi un diez por ciento de las empresas adoptaron medidas que atentaban la estabilidad en el empleo (despidos y suspensiones) y del ingreso (descuentos y escalonamiento del pago); porcentaje al que se le suma un 24,1% con vulneración como la desregulación con suspensiones y disminución salarial, para aquellos que tuvieron una fuerte desestructuración de la configuración de la jornada la media se ubicaba en 45%, por ejemplo, en el caso del sector de enseñanza subió a 57,5%; en aquellos trabajadores ligados al sector industrial de alimentos, bebidas, productos químicos y farmacéuticos bajó al 28,9% y en el caso de la administración pública ronda los 44,7% (Delfini, 2020).

5.1.2. Aspectos Socioeconómicos

Respecto al análisis del perfil socioeconómico, se encuentra que los ingresos familiares se ven distribuidos de forma similar entre 1 salario mínimo, 27 personas (27,5%), 2 a 3 salarios mínimos, 29 personas (29,5%), siendo el dato más alto y más de 4 salarios mínimos, 27 personas (27,5%). Levemente se observa una disminución en la frecuencia de personas entre 3 y 4 salarios mínimos, 15 personas (15,3%) (ver figura N° 5). El salario es la forma por excelencia de remuneración de la fuerza de trabajo. En Costa Rica los asalariados representan el 76% del total de ocupados, de los cuales el 15% son del sector público y el 61% restante corresponde al sector privado. El salario se constituye en la principal fuente de ingresos para la mayoría de los hogares costarricenses, en consecuencia, el monto que reciban los perceptores por ese concepto tiene impacto directo en los índices de pobreza y como medio de distribución de la riqueza puede conducir a niveles de equidad y bienestar socialmente deseables (MTSS, 2011).

Por otra parte, la figura N° 6 muestra la forma en la que se componen las familias de las personas entrevistadas. La composición familiar de la muestra estudiada es de 24 personas con 3 hijos o más (24,4%), 22 personas indican que son pareja sin hijos (22,4%) y 11 personas viven solas (11,22%). Según la II Encuesta Nacional de Salud Sexual y Salud Reproductiva, en promedio, las mujeres de 15 a 49 años tienen 2,4 hijos y los hombres de 15 a 59 años, 2,3. El 50,2% de las mujeres y 67,8% de los hombres de entre 15 y 49 años que tienen al menos un hijo vivo, no deseaban el último embarazo suyo o de su pareja (MINSA, 2016).

Conjuntamente, también se encuentra que la distribución por grupos de edad de las familias de los entrevistados generalmente en edades entre 18 y 65 años, 62 personas (63,2%). Seguido, de las edades menores a 18 años (ver figura N° 7). Según muestra la evolución de la pirámide de población de Costa Rica, para el 2019, el grupo de personas en edades entre 15 y 64 años es de un 69,04% y de 64 años en adelante representa el 9,88% (Expansión, 2019).

Adicionalmente se observa en la figura N° 8, que la mayoría de las familias de las personas entrevistadas, se conforman por 1 o 2 personas que trabajan. Además, en general cuentan con ninguna o 1 persona desempleada (ver figura N° 9). El más reciente estudio de opinión pública del Centro de Investigación en Estudios Políticos (CIEP) de la Universidad de Costa Rica (UCR), reveló que un 46% de los costarricenses afirma que algún miembro de su familia ha perdido su trabajo y el 52% que algún familiar ha tenido una disminución de su jornada laboral. La medición además reveló que 66.5 % de las personas consultadas perciben con pesimismo la situación económica, cifra que, si bien es menor al panorama registrado en noviembre anterior, cuando este rubro alcanzó el 80 %, no deja de representar a dos tercios de la población (UCR, 2020).

Por su parte, la figura N° 10 contiene la cantidad de miembros de la familia con secundaria completa o estudios universitarios. Se observa que en la mayoría de las familias los miembros con dichas características rondan entre 1 y 2 personas generalmente. El capítulo 5 del Estado de La Nación, referente a la educación superior menciona que, en el 2017, el 28% de la población costarricense de 25 a 34 años contaba con educación superior, cifra que se mantiene relativamente estancada desde 2009. La brecha con respecto a los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) ha crecido desde 6 puntos porcentuales a finales de los noventa, a 16,5% en 2017. La población de 18 a 24 años que trabaja mientras asiste a la educación superior se ha venido reduciendo, de 38,4% en 2012 a 34,2% en 2017. Por su parte los miembros de la familia con secundaria completa que estudian dentro de cada familia rondan entre 0, 1 o 2 personas solamente (ver figura N° 11).

Se consultó también sobre la distribución de personas con trabajo en cada familia antes y después de la pandemia se observa que después de la pandemia, aumentó la cantidad de personas donde solo una persona tenía trabajo (ver figura N° 12). La crisis económica que se avecina repercutirá adversamente en el mundo del trabajo en tres dimensiones: 1) la cantidad de empleo disponible, 2) la calidad del trabajo, y 3) los efectos en los grupos específicos en condición de vulnerabilidad frente a las consecuencias adversas en el mercado laboral. En cada una de estas dimensiones se generarán presiones adicionales a las que ya los países afrontaban en primer lugar. Una evaluación preliminar de los empleos actuales en riesgo desde un enfoque sectorial para Costa Rica indica que el 40% del total de empleos están en riesgo alto, es decir, un poco menos de 870,000 empleos ubicados en los sectores económicos que se prevé sean los más afectados por la crisis económica. Los empleos de las mujeres se verán particularmente afectados por la alta participación femenina en los sectores de más alto riesgo ante la crisis: los

hogares como empleadores y hoteles y restaurantes (89.2% y 63.3% respectivamente) (ILO, 2020).

Por su parte, la figura N° 13 muestra que, del total de personas entrevistadas, 50 manifiestan que han sufrido un golpe en sus ingresos (51%), y por lo tanto en los ingresos destinados a la compra de alimentos. Los impactos económicos por la crisis sanitaria del COVID-19, y posteriormente una crisis social, provocarán una extensión mayor entre clases sociales, en la medida en que más personas verán disminuidos sus ingresos, lo que se reflejará en la forma en que consumen y compran. En la medida en que los consumidores de mayor renta no vean afectados sus ingresos, mantendrán una preferencia por productos con afirmaciones de “libre de”, naturales, con propiedades medicinales, o con mejoradores del sistema inmune, entre otros, los cuales usualmente se caracterizan por tener un costo generalmente mayor. Por otro lado, un grupo importante de personas están viendo afectados sus ingresos, lo que conlleva, tanto una disminución en el consumo, como una preferencia por productos de menor costo y presentaciones más grandes y económicas (PROCOMER, 2020).

Finalmente, se encuentra que en general, las familias que tienen menores de edad tienen entre 1 o 2 menores (ver la figura N° 14), los niños tenían el doble de probabilidades que los adultos de vivir en la pobreza extrema. La UNICEF menciona que existe una solución probada que puede proteger a los niños y a las familias de la catástrofe económica, restablecer sus medios de subsistencia y proporcionarles a los niños la estabilidad que necesitan para prosperar: las transferencias en efectivo. Las familias que reciben transferencias en efectivo están más preparadas para obtener comida y acceder a unos servicios de salud ordinarios, así como para mandar a sus hijos a la escuela. Además, tienen menos probabilidades de sufrir estrés debilitante, que puede inducir a la violencia y empeorar la salud mental, (UNICEF, 2020).

Dicha práctica se realizó en nuestro país mediante en bono PROTEGER que incluía tanto ayuda por medio de transacciones como entrega de víveres en todas las escuelas de nuestro país.

Por su parte, el tipo de aseguramiento corresponde al aseguramiento obligatorio de los asalariados y el aseguramiento voluntario (ver la figura N° 15). Nueve de cada 10 personas que están aseguradas como trabajadoras independientes en la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) tienen un porcentaje de cotización similar o menor respecto a las que están aseguradas bajo la modalidad de asalariados, tal como se desprende de una información proporcionada por la Dirección Actuarial y Económica de la institución. Además, según cifras de la Caja Costarricense del Seguro Social, únicamente el 0,27% de los trabajadores independientes cotizan el 18,78% de sus ingresos, si están asegurados en el seguro de salud y en el de pensiones (CCSS, 2021).

5.1.3. Seguridad Alimentaria

Como parte de la investigación, se requiere comparar el comportamiento de ciertas variables de interés asociadas a la seguridad alimentaria, los hábitos alimenticios y la presencia o no de reducción o suspensión de la jornada laboral. De forma que se permita evidenciar:

- 1) Si existe un efecto sobre la seguridad alimentaria según la presencia de reducción o suspensión laboral.
- 2) Si los hábitos alimenticios cambian cuando hay presencia de reducción o suspensión laboral.
- 3) Si existe asociación entre los hábitos alimenticios y la seguridad alimentaria segmentando acorde con la presencia o no de reducción o suspensión laboral.

En ese sentido, para evaluar de manera formal las comparaciones anteriores, se utilizarán dos tipos de pruebas estadísticas.

La primera corresponde a la prueba Chi Cuadrado de Independencia. En esta prueba, se evalúa la posible asociación que existe entre dos variables categóricas. Es decir, dos variables cualitativas que tiene cada una un número específico de clasificaciones. Su cálculo interno relaciona la tabla cruzada de los conteos observados en la muestra contra una tabla equivalente donde se asume que los conteos suceden de forma aleatoria. La distribución de probabilidad del estadístico muestral corresponde a una distribución de probabilidad Chi Cuadrado. La hipótesis nula de la prueba se asocia a la siguiente afirmación: las variables asociadas son independientes. Si se obtiene evidencia estadística a favor de la hipótesis nula se podría concluir que, para el caso de interés, la reducción o no de jornadas laborales no afecta el comportamiento de las variables bajo estudio, es decir, no existe evidencia para pensar que exista un comportamiento distinto en los hábitos alimenticios y seguridad alimentaria, según el tipo de jornada laboral (lo opuesto si se obtiene evidencia estadística en contra de la hipótesis nula).

La segunda prueba corresponde a la prueba ANOVA. En esta prueba se permite evaluar la posible asociación que existe entre una variable cualitativa con un número específico de categorías contra una variable cuantitativa. Su cálculo interno compara el promedio de la variable cuantitativa sobre cada una de las categorías de la primera variable. La distribución de probabilidad del estadístico muestral corresponde a una distribución de probabilidad F. La hipótesis nula de la prueba se asocia a la siguiente información: los promedios de la variable cuantitativa son iguales para cada una de las categorías de la variable cualitativa. Si se obtiene evidencia estadística a favor de la hipótesis nula se podría concluir que, para el caso de interés, el turno de trabajo no afecta el comportamiento de las variables cuantitativas bajo estudio (lo opuesto si se obtiene evidencia estadística en contra de la hipótesis nula).

Para ambas pruebas se utilizará un nivel de significancia del 5%, por lo cual, para encontrar evidencia en contra de las hipótesis nulas, es decir, encontrar un efecto significativo del consumo de alimentos sobre las variables de interés, el valor p de la prueba debe ser inferior a 5%.

5.1.4. Hábitos Alimentarios

En referencia al dinero destinado para la compra de alimentos, 34 personas (34,6%), indican que invierten más de ₡150.000 en la compra de estos y 18 personas (18,3%), invierten únicamente entre ₡25.000 y ₡50.000 mensualmente. Un análisis realizado para Semanario Universidad indica que el consumo de los hogares costarricenses disminuyó ₡100.000. El promedio de gasto por hogar en productos o servicios de consumo fue de ₡575.715, según el estudio cuyos datos se recopilaron entre febrero de 2018 y marzo de 2019. En el estudio anterior, cinco años atrás, el promedio de gasto en consumo por cada hogar era ₡654.758, en colones traídos a valor presente, estos números, sin embargo, cubren amplias desigualdades entre ricos, pobres y categorías medias. El promedio de gasto en consumo en los hogares de menos ingresos (el 20% más desfavorecido) ronda los ₡292.000, frente a los ₡1.115.000 promedio del 20% más adinerado. Otra forma de decirlo: el 20% de los hogares (los más ricos) concentra el 39% del total nacional de gasto en consumo, mientras los del otro extremo apenas cubren un 10% de ese total. La forma como consumen también es distinta entre clase social: el 38% del dinero para consumo en los hogares pobres se va en la comida, mientras los más ricos solo dedican a este rubro un 17% de su gasto en consumo (Murillo, 2019).

Por otro lado, el cambio en la alimentación se dio en 61 de los participantes (62,2%), 37 de ellos indican que no realizaron cambios (37,7%). La dirección del cambio en la alimentación fue positivo para 44 de las personas entrevistadas (44,8%) y negativo para 17 de ellas (17,3%). La crisis de salud por COVID-19 está teniendo impactos únicos e individuales, desde la perspectiva

del comportamiento alimentario se pueden considerar aquellas problemáticas asociadas a la seguridad alimentaria, así como a la selección y consumo de alimentos, aspectos mediados no sólo por cuestiones económicas sino por el estado de ánimo y los cambios generados en el estilo de vida a nivel personal y social. En este sentido, la situación nutricional durante y posterior a la cuarentena resulta un aspecto prioritario (Vergara-Castañeda, 2020). Un estudio realizado en Bogotá indica que 88% de las personas han realizado cambios en los hábitos de compra de alimentos debido a una disminución en los ingresos de las personas a causa de la pandemia presentada buscando los más económicos en las poblaciones más vulnerables, pero también aumentando el consumo de frutas y vegetales (SANCHEZ, 2020).

Por su parte, la dirección del cambio en la alimentación ha sido beneficiosa para la salud de 45 participantes (45,9%), para 18 de ellos no lo ha sido (18,3%). El suministro de alimentos para un período de tiempo impredecible, un mayor número de oportunidades para consumir alimentos y la situación de estrés que pudiera generar el aislamiento y la incertidumbre son algunos ejemplos de factores que pueden influir sobre el comportamiento alimentario y propiciar dietas poco saludables; ricas en grasas saturadas, azúcares e hidratos de carbono refinados, mismos que podrían impactar sobre la problemática actual de obesidad y diabetes y a su vez, incidir sobre el sistema inmune innato colocando a ésta población en una situación de riesgo por el COVID-19 (Muscogiuri, 2020).

La disponibilidad de alimentos frescos fue positiva para 84 de los participantes (85,7%), mientras que 14 de ellos muestran que no tienen alimentos frescos disponibles (14,2%). La vulnerabilidad social es un determinante importante de la calidad de la dieta. Intervenciones diseñadas para reducir las desigualdades sociales vinculadas a la nutrición y la salud resultan imprescindibles. Las dietas más saludables, con mejor calidad nutricional, suelen ser más costosas y, por lo tanto, tienden a ser menos consumidas por la población de nivel

socioeconómico (Kovalskys, 2019). Una investigación reciente realizada por el Programa Mundial de Alimentos llamada “Consumer Sentiment” revela cómo se han afectado los hábitos de consumo durante la pandemia, los consumidores chinos indicaron que compran más fruta fresca ahora que antes de la pandemia (76% más), mientras que en Brasil se tiene un 49% de alza, en Estados Unidos un 37% y en el Reino Unido un 28% con porcentajes muy similares para vegetales frescos (PMA, 2020).

En cuanto al consumo de la mayoría de los alimentos, la mayoría, 88 personas (89,7%), indica que se consumen en casa y solo 9 (9,1%) de los entrevistados realiza los consumos fuera de casa. Investigaciones recientes relacionadas al comportamiento alimentario a causa de la COVID19 en diversos países se han reportado grandes cambios en el empleo, ingresos, compra de alimentos y comportamiento alimentario. En EE. UU. se reportó que las tasas de empleo y los ingresos disminuyeron en más del 35%, los gastos en restaurantes y hoteles se redujeron en más de 60%, el 37% de personas incrementó la compra de artículos en la despensa y más del 40% aumentó la capacidad de almacenamiento de alimentos congelados (MARIÑOS, 2021).

Los tiempos de comida realizados por los participantes fue de 3 a 4 para 66 de ellos (67,3%) y 10 indican que solo realizan de 1 a 2 tiempos de comida (10,2%), esto puede explicarse como la característica de la disponibilidad de comida, lo cual genera un constante consumo de alimentos, conocido como "síndrome de patata en el escritorio" el cual genera obesidad y desórdenes en los tiempos de comida (Gómez, 2020).

El tipo de cocción utilizado en la mayoría de los participantes 36 de ellos (36,7%), fue a la plancha, dicha cocción se caracteriza por la utilización de pequeñas cantidades de grasa. 26 personas (26,5%) indicaron que prefieren la cocción tipo fritura caracterizada por aumentar la cantidad de grasa y solo 5 indica que utiliza el método de cocción al vapor.

5.1.5. Comparación entre la Seguridad Alimentaria y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral

Como primer punto se estudia la posible asociación que existe entre el resultado de la seguridad alimentaria y la presencia de reducción o suspensión de la jornada laboral. Para ello, la tabla N° 6 muestra la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el resultado de la seguridad alimentaria. De igual forma, se muestra la proporción de personas que tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el resultado de la seguridad alimentaria. Se observa que, dentro del total de personas con reducción laboral, un 89% se encuentra clasificado bajo la categoría de inseguridad alimentaria. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, esa proporción cae a 45%. Lo anterior, parece evidenciar que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral empeora los resultados obtenidos respecto a la seguridad alimentaria. Para evaluar si la distribución muestral de la seguridad alimentaria es estadísticamente diferente según la presencia o no de reducción de la jornada laboral, se calcula la prueba de independencia (Chi Cuadrado). La misma indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 (Chi=13.60; grados libertad=1; valor p=0.01). Según un estudio realizado por Acción contra el Hambre en el distrito de Villaverde (Madrid), los hogares con menos ingresos tienden a reducir el consumo de alimentos frescos y con proteínas, más caros en muchas ocasiones. (Acción Contra El Hambre, 2019). Según el estudio realizado por El Programa Mundial de Alimentos en conjunto con la FAO, OPS Y OMS para la población de América Latina y el Caribe, la prevalencia de la inseguridad alimentaria moderada o grave fue de 32,4% en mujeres y 25,7% en hombres, con casi 20 millones más en mujeres que hombres (WFP, 2020).

5.2.6. Relación entre los Hábitos Alimentarios y la Reducción o Suspensión de Jornada Laboral

Adicionalmente, se busca estudiar sobre los posibles efectos de la reducción en la jornada laboral sobre los hábitos de consumo de las personas entrevistadas. En ese sentido, se estudia la posible asociación que existe entre el monto de gasto en alimentos y la presencia de reducción o suspensión de la jornada laboral. Para ello, la tabla N° 6 muestra la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según el nivel de gasto. Se observa que, dentro del total de personas con reducción laboral, un 44% gasta menos de C\$70,000. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, esa proporción cae a 30%. Lo anterior, parece evidenciar que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral restringe el gasto en alimentos a montos menores a C\$70,000. La misma indica que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 (Chi=1.33; grados libertad=1; valor p=0.25). Según el estudio de gasto por consumo promedio del INEC, entre los grupos de gasto de consumo se evidenció diferencias significativas en el nivel y estructura según el quintil de ingreso en que se ubicaron los hogares. Se observó que a medida que aumentaba el ingreso per cápita del hogar, disminuía la participación relativa de los alimentos y vivienda y, por el contrario, aumentaba la participación en gastos de salud, transporte, restaurantes y hoteles. La diferencia más amplia en la estructura del gasto se presentó en los alimentos y bebidas no alcohólicas, que es 37,7% del gasto de consumo para los hogares del quintil uno, pero baja a 16,1% para los hogares del quintil cinco, siendo para el primer grupo de hogares el rubro más importante, mientras que para los segundos el rubro de mayor importancia es el transporte (con 19,2% de peso en el gasto). (INEC, 2018)

Por su parte, la tabla N° 6 muestra la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según la presencia de cambios recientes en la alimentación de las

personas. Se observa que, dentro del total de personas con reducción laboral, un 81% afirma haber realizado cambios en su alimentación recientemente. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, esa proporción cae a 55%. Lo anterior, parece evidenciar que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral afectó la alimentación de las personas de una forma más frecuente que en el caso de las personas que continuaron con su jornada laboral normal. Para evaluar si la distribución muestral de los cambios en la alimentación es estadísticamente diferente según la presencia o no de reducción de la jornada laboral, la misma indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 (Chi=4.79; grados libertad=1; valor p=0.03). Un estudio realizado por Findasense, empresa costarricense dedicada a construir experiencias de consumidor revela que un 80% de los habitantes de San José cambió sus hábitos de consumo por la pandemia provocada por la Covid-19. Los cambios que perciben como más serios son los relacionados en la forma de comprar por desempleo y reducción de ingresos. La pandemia provocó que el 76% de la población de estudio se empezara a preocupar por el precio de productos esenciales y que un 68% de la población ponga más atención ahora a las promociones. Las prioridades de compra se inclinan a granos, frutas, productos de higiene personal, lácteos y limpieza, mientras que los snacks y comidas preparadas disminuyeron. El 50% de los encuestados indicó cocinar más que antes. Casi el 50% aseguró que ha visto su situación laboral alterada y un 30% sufrió una reducción de su jornada (Rosso, 2020).

Además, se estudia cuál es la percepción de las personas sobre el cambio reciente en la alimentación. Es decir, si las personas piensan que los cambios sufridos en la alimentación son positivos o negativos. Al respecto, la tabla N° 6 muestra la proporción de personas que no tuvieron reducción de jornada laboral segmentada según la percepción del cambio en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con reducción laboral, un 45%

considera que los cambios sufridos en la alimentación son negativos. Mientras que, en el caso de las personas sin reducción laboral, esa proporción cae a 18%. Lo anterior, parece evidenciar que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral afectó la alimentación de las personas de forma negativa más frecuentemente, que en el caso de las personas que continuaron con su jornada laboral normal. La misma indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 (Chi=4.01; grados libertad=1; valor p=0.04). Un informe publicado por el Banco Mundial en julio reveló que el 40% de las familias del país declararon haber disminuido su consumo de alimentos desde el comienzo de la pandemia. La peor parte se la llevaron los hogares de bajos ingresos, sobre todo cuando comenzaron a agotarse las ayudas económicas que recibían de los familiares que trabajaban en el extranjero (UNICEF, 2020).

Se compara también la distribución de los tiempos de comida según la presencia de reducción en la jornada laboral o no. En este caso, se observa que, sin importar la reducción de la jornada laboral, ambas distribuciones son bastante similares. Lo anterior, parece evidenciar que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral no afectó la cantidad de tiempos de comida diarios de las personas. Muestra que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 (Chi=0.88; grados libertad=2; valor p=0.64). Un estudio realizado en nuestro país relacionado a los hábitos alimenticios menciona que, en la actualidad, se desconocen los hábitos alimentarios de la población costarricense más allá de lo arrojado en la Encuesta Nacional de Nutrición del año 1996.

Adicional a lo anterior, de la última Encuesta Nacional de Nutrición (2008-2009) realizada en el país, solo se ha publicado los datos referentes al estado nutricional según antropometría, por lo que existe un gran vacío de información sobre el consumo habitual de alimentos.

Contar con una descripción actualizada sobre los hábitos alimentarios permitiría redireccionar, planificar y desarrollar políticas, programas de educación nutricional y estrategias de comunicación alimentario-nutricional basados en la evidencia y dirigidos a combatir los principales problemas de salud, como el exceso de peso (GUEVARA-VILLALOBOS, 2019). Finalmente, se compara la frecuencia de consumo de alimentos respecto a la presencia o no de reducción en la jornada laboral. Lo anterior, de manera que se pueda buscar evidencia de si la reducción de la jornada laboral afecta de alguna manera los hábitos de consumo de las personas. Para cumplir con lo anterior, se les brindó a las personas entrevistadas un cuestionario con una serie de preguntas asociadas a la frecuencia de consumo de 25 tipos de alimentos de interés y a partir de las respuestas obtenidas se construyeron puntajes estandarizados a nivel de individuo (Dodge, 2003), de manera que se pueda resumir la frecuencia de consumo que tienen los entrevistados, en cada uno de los alimentos de interés y ordenar los individuos de acuerdo con su mayor o menor frecuencia de consumo.

Se logran construir 25 variables que contienen los puntajes de frecuencia de consumo de la totalidad de individuos en la muestra. Cada uno de estos puntajes (variables cuantitativas) se puede asociar con otras variables numéricas o variables categóricas de interés.

Al respecto, la Tabla N° 5 contiene los promedios de los distintos puntajes de consumo según la presencia o no de reducción de la jornada laboral. Se observa, por ejemplo, que el puntaje de consumo de carne de res, pollo, cerdo y mariscos tiende a ser mayor en el grupo de personas que no sufrieron reducción de la jornada laboral. En este caso, solo los consumos de mariscos, embutidos light y gaseosas obtienen valores p de la prueba inferiores a 0.05. Por lo tanto, para estos alimentos es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre el consumo y el hecho de presentar reducción en la jornada laboral o no. Para el resto de

los alimentos, se pueden observar, descriptivamente, algunas diferencias en el consumo, sin embargo, solo son representativas a nivel de la muestra de personas seleccionada para el estudio. La encuesta Condiciones de Vida del INE indica que el 3,8% de las personas en España no pueden permitirse una comida de carne, pollo y pescado al menos cada dos días, una cifra que sube al 13,8% para la gente que tiene la renta más baja e inferior a la renta básica. (INE, 2020). Además, otro estudio realizado en este mismo país sobre cambios en los hábitos alimentarios durante el periodo de confinamiento por la pandemia por La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria refleja que hubo reducción en el consumo de carnes procesadas (35,5%) y carnes de res (32,9%) y un aumento en el consumo de pescado (20%) (Citores, 2020).

5.2.7. Comparación entre los Hábitos Alimentarios y la Seguridad Alimentaria

Se analiza respecto a los posibles efectos de la seguridad alimentaria sobre los hábitos de consumo de las personas entrevistadas. En ese sentido, se investiga sobre la posible asociación que existe entre el monto de gasto en alimentos y la seguridad alimentaria. Para ello, la tabla N° 8 muestra la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según el nivel de gasto. Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, un 50% gasta menos de €70,000. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, esa proporción cae a 12%. Lo anterior, parece evidenciar que la inseguridad alimentaria, se asocia negativamente al gasto en alimentos. La misma indica que las diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 (Chi=13.93; grados libertad=1; valor p=0.01). América latina y el Caribe verán un aumento del 269% en el número de personas en situación de inseguridad alimentaria grave durante los próximos meses, es decir, que 16 millones de personas en la región no tendrán la certeza de comer al día siguiente según

una investigación realizada por la Organización de las Naciones Unidas. En 2019, esa cantidad de personas en situación de pobreza llegaba a 4,3 millones. En la región, el hambre proviene predominantemente de la pobreza y no de la falta de alimentos. Ahora, bajo el impacto de COVID-19, la tasa de pobreza podría aumentar del 30,3 al 37,2%, con la pobreza extrema subiendo del 11 al 15,5,5% (ONU, 2020).

Por su parte, la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según la presencia de cambios recientes en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, un 70% afirma haber realizado cambios recientes en su alimentación. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, esa proporción cae a 52%. Lo anterior, parece evidenciar que la inseguridad alimentaria, se asocia a la presencia de cambios en la alimentación. La evaluación muestra que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 (Chi=2.35; grados libertad=1; valor p=0.13). El Banco Interamericano de Desarrollo estima una afectación de más de 200 mil empleos, llevando al desempleo al 19 % (actualmente 12 %), mientras que la pobreza podría aumentar 5 p.p. (período de pago). Según la encuesta de Consultoría Interdisciplinaria en Desarrollo (CID Gallup) (2020), 60 % de las familias no podría sobrevivir económicamente después de 6 semanas sin ingresos (López, 2021).

Adicionalmente, la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según la percepción de los cambios recientes en la alimentación. Se observa que, dentro del total de personas con inseguridad alimentaria, un 41% afirma que los cambios recientes en su alimentación son negativos. Mientras que, en el caso de las personas sin inseguridad alimentaria, esa proporción cae a 5%. Lo anterior, parece evidenciar que la inseguridad alimentaria, se asocia a cambios negativos en la alimentación. Los resultados muestran que las

diferencias si son estadísticamente significativas debido a que su valor p es inferior a 0.05 ($\text{Chi}=7.58$; grados libertad=1; valor $p=0.01$). Las personas más pobres tienden a gastar los porcentajes más altos de sus ingresos en alimentos, no tienen ahorros ni acceso a créditos y un aumento en los precios podría empujarlos a un mayor empobrecimiento. Independientemente de la evaluación de la crisis, las medidas actuales ya afectan a las personas con mayor inseguridad económica y alimentaria. Son las personas con menos recursos, sin acceso a protección social o redes de seguridad y sin capacidad para hacer frente a la pérdida de ingresos que los lleva a una pobreza extrema (IFRC, 2020).

Finalmente, se compara también la distribución de los tiempos de comida según la seguridad alimentaria (ver figura N° 27). En este caso, se observa que, sin importar el resultado de la seguridad alimentaria, ambas distribuciones son bastante similares. Lo anterior, parece evidenciar que la seguridad alimentaria, no afecta la cantidad de tiempos de comida diarios de las personas. La prueba arroja que las diferencias no son estadísticamente significativas debido a que su valor p es superior a 0.05 ($\text{Chi}=1.13$; grados libertad=2; valor $p=0.56$). Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (2013), el gasto de consumo mensual per cápita en alimentación de los hogares de mayores ingresos fue casi tres veces al de los hogares de menores ingresos. Por tanto, los hogares más pobres consumen con frecuencia alimentos de menor costo. Otros factores que influyen en el consumo de alimentos en las personas de menores ingresos económicos son la falta de conocimientos sobre temas de nutrición, la apatía hacia los mensajes de prevención nutricional y el tiempo limitado para las compras y la cocción de los alimentos. (GUEVARA-VILLALOBOS, 2019)

De la misma forma en que se analizó el comportamiento de los puntajes de consumo contra la presencia o no de reducción laboral, la Tabla N° 7 contiene los promedios de los distintos

puntajes de consumo segmentados por el resultado de la seguridad alimentaria. En este caso, se observa, por ejemplo, que el puntaje de alimentos como el pollo, cerdo y mariscos tiende a ser levemente mayor en el grupo de personas bajo la categoría de seguridad alimentaria. Sin embargo, a diferencia de los resultados expuestos en la Tabla N° 9, las diferencias son mucho menos notorias. En este caso, solo el consumo de vegetales frescos obtiene un valor p de la prueba inferior a 0.05. Por lo tanto, para los vegetales frescos, es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre su consumo y la seguridad alimentaria siendo mayor en esta y menor en inseguridad alimentaria. Para el resto de los alimentos, las diferencias observadas, solo son representativas a nivel de la muestra de personas seleccionada para el estudio. Un estudio realizado en 7 países demostró que, en los países desarrollados, las personas de posición socioeconómica más baja (por ejemplo, el nivel de instrucción, ocupación e ingresos), por lo general consumen menos frutas y verduras que los de más alta posición. Más allá de la posición socioeconómica individual, el entorno local de barrio tiene el potencial de influir en la dieta de los residentes. Los residentes de los barrios más desfavorecidos pueden ser más propensos a comer menos sano si no pueden acceder a los comercios en que se pueden comprar productos más sanos (Bola, 2016). Por su parte, un estudio sobre el consumo de frutas realizado en Chile indica que, los quintiles más bajos, sólo destinan 4% del gasto total mensual en frutas y 15% en hortalizas, correspondiente a US\$5 y US\$19 respectivamente (considerando un sueldo mínimo aproximado de US\$370 y 30% destinado alimentación general), monto que dificulta adquirir estos alimentos en cantidades que permitan cumplir con la recomendación que indica el consumo de al menos 5 porciones de estos alimentos diariamente (Araneda, 2016).

En cuanto a nuestro país, una investigación sobre el consumo de algunos grupos alimenticios indica que, con respecto al consumo de vegetales, los más consumidos son los fructíferos (no cucurbitáceas y hongos) que representan el 39 % del total, seguidos por los vegetales de bulbo

(24 %) y los fructíferos (cucurbitáceas) (27 %). Entre los fructíferos cucurbitáceas el más consumido es el chayote (50 %) y, entre los del grupo de fructíferos no cucurbitáceas, el tomate crudo o cocido con una representación del 92 % de los vegetales consumidos en este grupo. Otros vegetales que se destacan dentro su grupo son el repollo (76 %), dentro de las básicas, la cebolla (80 %) entre los vegetales de bulbo, la lechuga (78 %) en el grupo de vegetales de hoja, las vainicas dentro del grupo de leguminosas frescas (99 %) y las zanahorias (78 %) entre el grupo de raíces. El estudio encontró que, en promedio, la población costarricense consume 220.1 g/p/d de frutas y vegetales, equivalente al 55 % de la recomendación (400 g/p/d). Los datos presentados muestran que, indistintamente del factor sociodemográfico, menos del 20 % de la población alcanza dicha recomendación (Salas, 2020), lo evidencia el presente estudio donde el consumo se ve reducido en aquellos que presentaron inseguridad alimentaria.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

La población involucrada en este estudio fue de 98 personas predominando la participación de las mujeres, con rangos de edad de los 25 a los 35 años la mayor parte de los participantes con un nivel de escolaridad alto, gran parte con puestos laborales calificados. El total de entrevistados cuenta con aseguramiento, inclusive quienes refirieron trabajar independientemente como los que se reportaron como desempleados. Las personas con con reducción o suspensión vieron afectados sus ingresos económicos.

La escala FIES / FAO evidencia que el porcentaje para las personas que tienen seguridad alimentaria y los que tienen inseguridad leve fue el mismo y un porcentaje menor para quienes presentaron inseguridad alimentaria moderada y seguridad alimentaria severa.

En referencia a los hábitos alimentarios, la mayoría invierte una cantidad considerable en alimentos, sin embargo, 18 personas refieren invertir el rango mínimo. Además, se percibe un cambio en la alimentación en general, dentro de este grupo, 17 personas consideran que fue negativo y por ende perjudicial para su salud.

La disponibilidad de alimentos frescos fue positiva en gran parte de los participantes, mientras que 14 de ellos muestran que no tienen alimentos frescos disponibles.

En cuanto al consumo de la mayoría de los alimentos, indica que se consumen en casa y solo 9 de los entrevistados realiza los consumos fuera de casa.

Los tiempos de comida realizados por los participantes fue de 3 a 4 para la mayor cantidad de ellos y 10 indican que solo realizan de 1 a 2 tiempos de comida.

La comparación de la seguridad alimentaria y los hábitos alimenticios de la población estudiada demuestra que si se tuvo un impacto negativo para las personas con reducción o suspensión con respecto a las que mantuvieron su jornada laboral.

Dentro del total de personas con reducción laboral, se encuentra clasificado bajo la categoría de inseguridad alimentaria. Lo anterior evidencia que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral empeora los resultados obtenidos respecto a la seguridad alimentaria

Referente a las personas con reducción laboral, un porcentaje alto afirma haber realizado cambios en su alimentación recientemente. Lo anterior, evidencia que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral afectó la alimentación de las personas de una forma más frecuente que en el caso de las personas que continuaron con su jornada laboral normal.

El hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral afectó la alimentación de las personas de forma negativa más frecuentemente, que en el caso de las personas que continuaron con su jornada laboral normal. Asimismo, la distribución de los tiempos de comida según la presencia de reducción en la jornada laboral o no. En este caso, se observa que, sin importar la reducción de la jornada laboral, ambas distribuciones son bastante similares. Lo anterior demuestra que el hecho de haber presentado reducción de la jornada laboral no afectó la cantidad de tiempos de comida diarios de las personas.

Posteriormente, los consumos alimentarios según la presencia o no de reducción de la jornada laboral, se observa que el puntaje de consumo de carne de res, pollo, cerdo y mariscos tiende a ser mayor en el grupo de personas que no sufrieron reducción de la jornada laboral.

La inseguridad alimentaria se asocia negativamente al gasto en alimentos. Por su parte, la proporción de personas clasificadas bajo inseguridad alimentaria según la presencia de cambios recientes en la alimentación se evidencia que la inseguridad alimentaria, se asocia a la presencia de cambios en la alimentación. Adicionalmente, según la percepción de los cambios recientes en la alimentación, se evidencia que la inseguridad alimentaria, se asocia a cambios negativos en la alimentación.

El puntaje de alimentos como el pollo, cerdo y mariscos tiende a ser levemente mayor en el grupo de personas bajo la categoría de seguridad alimentaria. Sin embargo, a diferencia de los resultados expuestos en la Tabla número 5, las diferencias son mucho menos notorias. En este caso, solo el consumo de vegetales frescos obtiene un valor p de la prueba inferior a 0.05. Por lo tanto, para los vegetales frescos, es posible concluir que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre su consumo y la seguridad alimentaria. Para el resto de los alimentos, las diferencias observadas, solo son representativas a nivel de la muestra de personas seleccionada para el estudio.

6.2. Recomendaciones

De acuerdo con el estudio realizado en adultos con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, para evaluar la seguridad alimentaria y hábitos alimenticios, se recomienda para futuros trabajos de investigación:

- Utilizar escalas de medición adicionales para reforzar los resultados de la investigación similares o superiores a la FIES/ FAO en torno a una adecuada comparación entre seguridad y hábitos alimentarios en diversos tipos de población.
- Ampliar la muestra de estudio para una mejor caracterización de la población meta de este estudio y así obtener resultados óptimos.
- Relacionar la cantidad de personas analizadas en esta investigación específicamente adultos sanos de 25 a 45 años de acuerdo con escalas similares o superiores a la FIES/ FAO.
- Ampliar la muestra de la población en estudio para obtener información más detallada correspondiente a los hábitos alimenticios de las personas.
- Dar seguimiento a las personas que aún mantienen disminución en sus jornadas laborales para poder establecer un escenario certero de comparación entre la seguridad y hábitos alimentarios.
- Actualizar periódicamente los índices de las personas que mantienen reducción de jornada o suspensión con los que mantienen su jornada laboral para asegurar resultados adecuados de comparación entre estas dos poblaciones.

- Actualizar periódicamente los datos mostrados en esta investigación para lograr mantener la mayor exactitud posible sobre la situación actual de ambas poblaciones.

Bibliografía

- Acción Contra El Hambre. (26 de Marzo de 2019). *Un estudio demuestra la relación entre malnutrición y desempleo*. Obtenido de <https://www.accioncontraelhambre.org/es/te-contamos/actualidad/un-estudio-demuestra-la-relacion-entre-malnutricion-y-desempleo>
- ALEGSA. (24 de Junio de 2016). *Definición de nivel socioeconómico*. Obtenido de https://www.definiciones-de.com/Definicion/de/nivel_socioeconomico.php
- Alvarez, L. G. (Junio de 2012). *Factores sociales y económicos asociados a la pobreza*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54525297007>
- Araneda, J. (Setiembre de 2016). *Consumo aparente de frutas, hortalizas y alimentos ultraprocesados en la población chilena*. Obtenido de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-75182016000300006&script=sci_arttext&tlng=n
- Ballard, T., & Kepple, A. y. (2013). *The Food Insecurity Experience Scale*. Obtenido de Development of a Global Standard for Monitoring Hunger Worldwide: goo.gl/ynngLg
- Bes-Rastrollo, M. (2017). *NUTRICIÓN EN SALUD PÚBLICA*. Obtenido de <file:///C:/Users/Chela/Downloads/Nutrici%C3%B3n%20y%20politica%20p%C3%BAblica.pdf>
- Bola, K. E. (Junio de 2016). *Instituto de Nutrición y Actividad Física, Facultad del Ejercicio y Ciencias de la Nutrición, Universidad de Deakin, AUSTRALIA*. Obtenido de Desventajas Socioeconómicas entre Barrios y Consumo de Frutas y Verduras: una Comparación de Siete Países: https://www.5aldia.org/datos/60/1554371074_Junio%202016_esp.pdf

- Cafiero, C. (18 de Noviembre de 2014). *The New York Academy of Sciences*. Obtenido de Validez y fiabilidad de las medidas de seguridad alimentaria: <https://nyaspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/nyas.12594>
- Carbajal. (2013). *Universidad Complutense de Madrid*. Obtenido de Manual de Nutrición y Dietética.: <https://www.ucm.es/nutricioncarbajal/manual-de-nutricion>
- CCSS. (08 de Abril de 2021). *Nueve de cada 10 trabajadores independientes tienen una contribución similar o menor respecto a los asalariados*. Obtenido de https://www.ccss.sa.cr/noticias/servicios_noticia?nueve-de-cada-10-trabajadores-independientes-tienen-una-contribucion-similar-o-menor-respecto-a-los-asalariados
- CEPAL. (2020a). *Informe especial COVID-19 No 1: América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales*. . Obtenido de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45337-america-latina-caribe-la-pandemia-covid-19-efectos-economicos-sociales>
- CEPAL. (2020b). *Informe Especial COVID-19 No 2: Dimensionar los efectos del COVID-19 para pensar en la reactivación*. Obtenido de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45445-dimensionar-efectos-covid-19-pensar-la-reactivacion>
- CIEP. (2020). *Informe de resultados del estudio de opinión sociopolítica*. Obtenido de https://ciep.ucr.ac.cr/sites/default/files/Informe%20diagramado%20versi%C3%B3n%20final%20CIEP-PEN%20Abril%202020_0.pdf
- Citores, M. G. (2020). *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. Obtenido de Cambios en los hábitos alimentarios durante el periodo de confinamiento por la pandemia COVID-19 en España:

https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/NUTRICION_COMUNITARIA_2-2020_articulo_6.pdf

CONARE. (Agosto de 2019). *PROGRAMA ESTADO DE LA NACIÓN*. Obtenido de Estado de la Educación Costarricense: <https://estadonacion.or.cr/wp-content/uploads/2019/08/Estado-Educacio%CC%81n-RESUMEN-2019-WEB.pdf>

D. Jiménez-Benítez, A. R.-M.-R. (Octubre de 2010). *Nutrición Hospitalaria*. Obtenido de Social determinants analysis of malnutrition in Latin America: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900003

Delfini, M. (Julio de 2020). *CONICET*. Obtenido de Lidiando con el Trabajo. Impacto del COVID-19 sobre el trabajo productivo y reproductivo: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/117797>

Dodge, Y. (2003). *The Oxford Dictionary of Statistical Terms*. Oxford University Press, Oxford, Hardcover. Obtenido de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/sim.1812>

Expansión. (2019). *Datos macro*. Obtenido de Costa Rica - Piramide de población: <https://datosmacro.expansion.com/demografia/estructura-poblacion/costa-rica>

Expansión. (4 de Febrero de 2021). *Costa Rica - Población*. Obtenido de POBLACIÓN COSTA RICA 2019: <https://datosmacro.expansion.com/demografia/poblacion/costa-rica#:~:text=Costa%20Rica%20cerr%C3%B3%202019%20con,fue%20de%205.022.00%20personas>.

FAO. (2016b). *Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura*. Obtenido de La escala de experiencia de inseguridad alimentaria: <http://www.fao.org/3/a-bl354s.pdf>

- FAO. (11 de Enero de 2018). *Proyecto Voces del Hambre*. Obtenido de ESCALA DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA BASADA EN LA EXPERIENCIA: www.fao.org/3/a-bl404s.pdf
- FAO. (2020a). *Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura*. Obtenido de Seguridad Alimentaria bajo la Pandemia de COVID-19: http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/rlc/docs/covid19/Boletin-FAO-CELAC.pdf
- FAO, CEPAL. (2020). *Cómo evitar que la crisis del COVID-19 se transforme en una catástrofe alimentaria*. . Obtenido de Acciones urgentes contra el hambre en América Latina: <https://www.cepal.org/es/temas/covid-19>
- FEN. (1 de Octubre de 2014). *Fundación Española de la Nutrición*. Obtenido de Hábitos alimentarios: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>
- Galarza, V. (2014). *Hábitos Alimentarios*. Obtenido de http://cecu.es/publicaciones/habitos_alimentarios.pdf
- Ghattas, H. (2014). *Food Security and Nutrition in the context of the Global Nutrition Transition*. Obtenido de www.fao.org/3/a-i3862e.pdf
- Gómez, S. G. (1 de Enero de 2020). *Aibi revista de investigación, administración e ingeniería*. Obtenido de Prevención de los peligros y promoción de entornos saludables en el teletrabajo desde la perspectiva de la salud pública: <https://revistas.udes.edu.co/aibi/article/view/1642>
- Guerra, M. N. (Dic de 2013). *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. Obtenido de Valores de referencia de proteínas para la población venezolana: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222013000400004

- GUEVARA-VILLALOBOS, D. e. (Diciembre de 2019). *Hábitos alimentarios de la población urbana costarricense*. Obtenido de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S0001-60022019000400152&script=sci_arttext&tlng=es
- Guías de Costa Rica. (s.f.). *Guías de Costa Rica*. Obtenido de <https://guiascostarica.com/mapas-red-vial-nacional/>
- Hidalgo, K. (2012). *Ministerio de Educación*. Obtenido de <https://www.mep.go.cr/noticias/habitos-alimentarios-saludables>
- IFRC. (2020). *COVID-19 y el IMPACTO en la Seguridad Alimentaria y los Medios de Vida*. Obtenido de Breve resumen sobre la situación actual y el impacto anticipado para: los medios de vida, la seguridad alimentaria y la nutrición : <https://www.livelihoodscentre.org/documents/114097690/181759481/SAyMdV+impacto+y+COVID19.pdf/e0f5c90c-947d-695a-2512-3cd4834ea32b?t=1587119816343>
- ILO. (7 de Junio de 2020). *Organización Internacional del Trabajo*. Obtenido de COVID-19 y el Mundo del Trabajo: Punto de partida, respuesta y desafíos en Costa Rica: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-san_jose/documents/publication/wcms_747046.pdf
- INDDEX Project. (2018). *International Dietary Data Expansion Project*. Obtenido de Building Blocks for Diet-related Food Security Analysis. Tufts University, Boston, MA.: <https://inddex.nutrition.tufts.edu/data4diets/indicator/food-insecurity-experience-scales>
- INE. (2020). *Instituto Nacional de Estadística*. Obtenido de Riesgo de pobreza y/o exclusión social (estrategia Europa 2020). Indicador AROPE : https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259941637944&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout

- INEC. (Marzo de 2016). *Reporte de Pobreza*. Obtenido de https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/POBREZA/2016/Marzo_2016/Informe%20pobreza-mar16.pdf
- INEC. (19 de Julio de 2018). *Estadísticas demográficas. 2011 – 2025. Proyecciones nacionales. Población total proyectada al 30 de junio por grupos de edades, según provincia, cantón, distrito y sexo | INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICA Y CENSOS*. Obtenido de <https://www.inec.go.cr/documento/estadisticas-demograficas-2011-2025-proyecciones-nacionales-poblacion-total-proyectada-a-1>
- INEC. (14 de Noviembre de 2018). *Resultados de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2018*. Obtenido de GASTO DE CONSUMO PROMEDIO DE LOS HOGARES ES DE ¢575 715 MENSUALES: <https://www.inec.cr/noticia/gasto-de-consumo-promedio-de-los-hogares-es-de-cl575-715-mensuales>
- INEC. (Setiembre de 2019). *Total de cantones y distritos según provincia 2019*. Obtenido de Anuario Estadístico - Población: <https://www.inec.cr/buscador?buscar=cantones>
- INEC. (Julio de 2020). *Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO) 2020*. Obtenido de <https://www.inec.cr/content/encuesta-nacional-de-hogares-enaho>
- INEC. (2020). *POBLACIÓN JOVEN Y ADULTA*. Obtenido de <https://www.inec.cr/social/poblacion-joven-y-adulta>
- INEC. (04 de Marzo de 2021). *ECE, trimestre móvil Noviembre – Diciembre 2020 y Enero 2021*. Obtenido de DESEMPLEO NACIONAL ES DE 19,1 %: <https://www.inec.cr/noticia/desempleo-nacional-es-de-191>
- INEC. (4 de Febrero de 2021). *Encuesta Continua de Empleo, IV trimestre 2020*. Obtenido de Situación del mercado laboral en Costa Rica : <https://www.inec.cr/sites/default/files/infografias-pdf/imgeceivt2020.pdf>

- Khan, e. a. (2018). *Nutritional complications and its effects on human health*. Obtenido de www.alliedacademies.org/articles/nutritional-complications-and-its-effects-on-human-health.pdf
- Kovalskys, I. (15 de Octubre de 2019). *La pobreza como determinante de la calidad alimentaria en Argentina. Resultados del Estudio Argentino de Nutrición y Salud*. Obtenido de EA de Nutrición - nutricionhospitalaria.org
- López, I. V. (21 de Enero de 2021). *Impactos de la COVID-19 en Centroamérica*. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0252-85842021000200007&script=sci_arttext&tlng=pt
- MARIÑOS, G. (2021). *ESTADO DEL ARTE SOBRE EL CONOCIMIENTO Y LA INVESTIGACIÓN SOBRE LOS CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO EN LA CRISIS OCASIONADA POR LA PANDEMIA DE LA COVID-19*. Obtenido de https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9098/Estado_MarinosGiraldo_Julissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martinez-Gonzalez MA, B.-R. M. (2014). *Nutrition and cardiovascular disease*. Obtenido de *Metabolic medicine and surgery*: <https://www.routledge.com/Metabolic-Medicine-and-Surgery/Rothkopf-Nusbaum-Haverstick-RDN-CNSC/p/book/9781138033887>
- MEP. (6 de Febrero de 2012). *Ministerio de Educación Pública*. Obtenido de Hábitos alimentarios saludables: <https://www.mep.go.cr/noticias/habitos-alimentarios-saludables>
- MINSA. (2016). *Ministerio de Salud*. Obtenido de II Encuesta Nacional de Salud Sexual y Salud Reproductiva: Costa Rica 2015. San José: MS; 2016: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/579-sobre-el-ministerio/campanas-en-salud/800-ii-encuesta-nacional-de-salud-sexual-y-salud-reproductiva>

- MORALES, E. J. (29 de Mayo de 2017). *ASAMBLEA LEGISLATIVA DE LA REPÚBLICA DE COSTA RICA*. Obtenido de LEY MARCO DEL DERECHO HUMANO A LA ALIMENTACION Y DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL: <http://proyectos.conare.ac.cr/asamblea/20076%20STE.pdf>
- MORILLAS-RUIZ JM, D.-A. J. (2012). *MEDES*. Obtenido de Análisis nutricional de alimentos vegetales con diferentes orígenes: Evaluación de capacidad antioxidante y compuestos fenólicos totales: <https://medes.com/publication/75308>
- Mozaffarian, D. (12 de Jan de 2016b). *US National Library of Medicine. National Institutes of Health*. Obtenido de Dietary and Policy Priorities for Cardiovascular Disease, Diabetes, and Obesity – A Comprehensive Review: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4814348/>
- MOZAFFARIAN, D., ROSENBERG, I., & UAUY, R. (Junio de 2018). *History of modern nutrition science – implications for current research, dietary guidelines, and food policy. BMJ*. Obtenido de www.bmj.com/content/361/bmj.k2392
- MTSS. (Octubre de 2011). *Ministerio de Trabajo y Seguridad Social*. Obtenido de Situación Actual de los Salarios Mínimos en Costa Rica. : http://www.mtss.go.cr/elministerio/transparencia/informes_institucionales/informes/Situacion%20actual%20de%20los%20salarios%20minimos%20en%20Costa%20Rica.pdf
- MTSS. (20 de Marzo de 2020). *Ministerio de Trabajo y Seguridad Social*. Obtenido de Reglamento para el procedimiento de suspensión temporal de contratos de trabajo: <http://www.mtss.go.cr/elministerio/despacho/covid-19-mtss/archivos/decreto%2042248-MTSS.pdf>

- Murillo, Á. (14 de Noviembre de 2019). *El nuevo consumo de los hogares: ¢100.000 menos que hace 5 años*. Obtenido de <https://semanariouniversidad.com/pais/el-nuevo-consumo-de-los-hogares-100-000-menos-que-hace-5-anos/#:~:text=El%20promedio%20de%20gasto%20por,2018%20y%20marzo%20de%202019.>
- Muscogiuri, G. (14 de Abril de 2020). *European Journal of Clinical Nutrition*. Obtenido de Nutritional recommendations for CoVID-19 quarantine: <https://www.nature.com/articles/s41430-020-0635-2>
- Núñez, N. y. (2017). *EL TELETRABAJO EN COSTA RICA*. Obtenido de UN ESTUDIO EXPLORATORIO SOBRE SU IMPLEMENTACIÓN EN EL GRAN ÁREA METROPOLITANA: http://www.prosic.ucr.ac.cr/sites/default/files/recursos/c6_dig2017.pdf
- OIT. (2020). *El coronavirus destruirá 195 millones de puestos de trabajo en el mundo*. Obtenido de Huffington Post: https://www.huffingtonpost.es/entry/el-coronavirus-destruira-195-millones-de-puestos-de-trabajo-en-el-mundo_es_5e8c9891c5b62459a92f9578
- ONU. (12 de Diciembre de 2017). *Objetivos de desarrollo sostenible*. Obtenido de Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/poverty/>
- ONU. (29 de Julio de 2020). *La pandemia de COVID-19 provoca un aumento del hambre en América Latina*. Obtenido de <https://news.un.org/es/story/2020/07/1478081>
- OPS. (2018). *Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Obtenido de https://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254

OPS. (s.f.). *La escala de experiencia de inseguridad alimentaria FIES*. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-bl354s.pdf>

Perez, A. (2010). *Diseño no experimental transversal*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/merlina10/diseo-no-experimental-transversal-252#:~:text=%E2%80%9CLa%20investigaci%C3%B3n%20no%20experimental%20o,expongan%20los%20sujetos%20del%20estudio>.

Pérez-Escamilla, R. (Julio de 2017). *Current Developments in Nutrition*. Obtenido de Food Security and the 2015–2030 Sustainable Development Goals: From Human to Planetary Health: Perspectives and Opinions : <https://academic.oup.com/cdn/article/1/7/e000513/4259862>

PMA. (8 de Junio de 2020). *Consumer Sentiment During the Coronavirus Crisis in the U.S., U.K., China and Brazil*. Obtenido de <https://www.pma.com/content/articles/2020/04/international-consumer-sentiment-during-coronavirus-crisis>

Presidencia de la República . (13 de Enero de 2021). *Presidencia de la República*. Obtenido de HOY ENTRARÍA A REGIR LEY PARA AMPLIAR LA REDUCCIÓN DE JORNADAS DE TRABAJO TRES MESES MÁS: <https://www.presidencia.go.cr/comunicados/2021/01/hoy-entraria-a-regir-ley-para-ampliar-la-reduccion-de-jornadas-de-trabajo-tres-meses-mas/>

PROCOMER. (14 de Agosto de 2020). *CRISIS DEL COVID-19 PODRÍA RECONFIGURAR LA “CLASE MEDIA” EN EL SECTOR ALIMENTARIO*. Obtenido de https://www.procomer.com/alertas_comerciales/exportador-alerta/crisis-del-covid-19-podria-reconfigurar-la-clase-media-en-el-sector-alimentario/

- Romero, G. D. (23 de Marzo de 2020). *La Gaceta*. Obtenido de AUTORIZACIÓN DE REDUCCIÓN DE JORNADAS DE TRABAJO ANTE LA DECLARATORIA DE EMERGENCIA NACIONAL : <http://www.mtss.go.cr/elministerio/despacho/covid-19-mtss/archivos/9832.pdf>
- Rosso, F. (28 de Abril de 2020). *findasense*. Obtenido de COVID-19 Paper: Futuro del consumo y la producción: <https://es.insights.findasense.com/estudios>
- Salas, G. G. (Diciembre de 2020). *La Consumo de frutas y vegetales en la población urbana costarricense: Resultados del Estudio Latino Americano de Nutrición y Salud (ELANS)-Costa Rica*. Obtenido de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/psm/article/view/42383/43478#:~:text=Este%20estudio%20se%20encontr%C3%B3%20que,g%2Fp%2Fd>.
- SAN. (12 de Noviembre de 2016). *Sociedad Argentina de Nutrición*. Obtenido de VEGETALES Y FRUTAS LOS ANTIOXIDANTES NATURALES: http://www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/charla_vegetales_frutas.pdf
- SANCHEZ, M. P. (2020). *Los cambios, comportamiento y adaptabilidad de los hábitos de alimentación de los bogotanos durante la pandemia*. Obtenido de <https://repository.ean.edu.co/bitstream/handle/10882/10256/GiraldoDaniela2020?sequence=1&isAllowed=y>
- Soedamah-Muthu SS, V. L. (2012). *Dairy consumption and incidence of hypertension: a dose-response meta-analysis of prospective cohort studies*. Obtenido de Hypertension: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22987924/>
- UCR. (28 de Abril de 2020). *Desempleo y reducción de ingresos agobian a costarricenses durante la crisis del COVID-19*. Obtenido de <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/04/28/desempleo-y-reduccion-de-ingresos->

agobian-a-costarricenses-durante-la-crisis-del-covid-

19.html#:~:text=Un%2046%20%25%20de%20los%20costarricenses,para%20enfrenta
r%20el%20COVID%2D19.

UNED. (Noviembre de 2013). *Teletrabajo: medio ambiente, economía y calidad de vida.*

Obtenido de https://www.uned.ac.cr/viplan/images/teletrabajo/Teletrabajo_calidad_de_vida_economia_y_medio_ambiente.pdf

UNICEF. (26 de Octubre de 2020). *Proteger a las familias del impacto económico de la COVID-19.* Obtenido de <https://www.unicef.org/es/coronavirus/proteger-familias-impacto-economico-covid-19>

UNSCN. (2016). *UNITED NATIONS SYSTEM STANDING COMMITTEE ON NUTRITION.*

Obtenido de Plan Estratégico 2016-2020.: http://www.unscn.org/files/Announcements/StrPlan_SP_WEB.pdf.

Uscanga-Domínguez. (Setiembre de 2019). *Posición técnica sobre la leche y derivados lácteos en la salud y en la enfermedad del adulto de la Asociación Mexicana de Gastroenterología y la Asociación Mexicana de Gerontología y Geriátrica.* Obtenido de Revista de Gastroenterología de México: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2255534X19300647?via%3Dihub>

Vergara-Castañeda, A. (6 de Mayo de 2020). *Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19.* Obtenido de <https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/1767/Cambios%20en%20el%20comportamiento%20alimentario%20en%20la%20era%20del%20COVID-19.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

WFP. (2020). *PANORAMA DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN AMERICA LATINA Y EL CARIBE*. Obtenido de SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL PARA LOS TERRITORIOS MÁS REZAGADOS: <http://www.fao.org/3/cb2242es/CB2242ES.pdf>

WHO. (Setiembre de 2020). *Proyecto Voces del Hambre. ESCALA DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA BASADA EN LA EXPERIENCIA* . Obtenido de MÓDULOS DE LA ENCUESTA: <http://www.fao.org/3/b1404s/b1404s.pdf>

GLOSARIO Y ABREVIATURAS

CELAC: Comunidad de estados latinoamericanos y caribeños

COVID-19: Enfermedad por corona virus de 2019

EE. UU: Estados Unidos de Norteamérica

ELCSA: Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria

Enaho: Encuesta nacional de hogares

FAO: Food and Agriculture Organization of the United Nations (por sus siglas en inglés)

FIES: Food Insecurity Experience Scale (por sus siglas en inglés)

INEC: Instituto Nacional de Estadista y Censos

OIT: International Labor Organization (por sus siglas en inglés)

OMS: Organización Mundial de la Salud

OPS: Organización Panamericana de la Salud

SARS-CoV-2: Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus (por sus siglas en inglés)

Anexos.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación:

Comparación de la seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, los hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2021

Nombre del participante: Graciela Miranda Quesada.

Cédula: 2-0608-0051

A. PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

Esta investigación es llevada a cabo por Graciela Miranda, estudiante de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana con el fin de optar por el grado académico de Licenciatura en Nutrición. Debido a las repercusiones económicas experimentadas por la pandemia del COVID-19 surgen cambios en la alimentación de las familias costarricenses, este estudio pretende conocer la situación actual de cada individuo.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?:

Su participación consiste en llenar una encuesta e indicar datos sociodemográficos tales como provincia, edad, sexo, además algunos datos socioeconómicos tales como nivel de ingresos y si estos se han visto o no afectados durante la pandemia por COVID-19, así como una frecuencia de consumo de ciertos grupos de alimentos.

C. RIESGOS:

La participación en este estudio no conlleva riesgos significativos, pero podría existir cierta incomodidad para usted en cuanto a la invasión de su espacio personal.

D. BENEFICIOS:

Como resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo. Sin embargo, será posible que la investigadora aprenda más acerca del conocimiento sobre la seguridad alimentaria del grupo estudiado, así como la escogencia de grupos de alimentos en personas que mantienen sus jornadas laborales con los que no, y que, a su vez, este conocimiento beneficie a otras personas en el futuro.

E. Antes de dar su autorización para este estudio, usted debió haber hablado con la investigadora Graciela Miranda, quien debió haber contestado, en forma satisfactoria, a todas sus preguntas. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a la investigadora a cargo al teléfono 7076-7442 de lunes a viernes en el horario de 9 a.m. a 6 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Universidad Hispanoamericana al teléfono 2256-8197, de lunes a viernes en el horario de 8 a.m. a 5 p.m.

F. 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.

G. Su participación en este estudio es confidencial, por lo tanto, en caso de publicarse los resultados de esta investigación o de divulgarse en una reunión científica, se garantiza estrictamente el anonimato de todas las personas participantes en el estudio.

H. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

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.

Instrumento de Evaluación.

Anexo 1. Instrumento de Evaluación.

<p>1. Sexo *</p> <p><input type="radio"/> Femenino</p> <p><input type="radio"/> Masculino</p>
<p>2. Edad *</p> <p><input type="radio"/> 25-35 años</p> <p><input type="radio"/> 36-45 años</p>
<p>3. Lugar de Residencia *</p> <p><input type="radio"/> Cartago</p> <p><input type="radio"/> San José</p> <p><input type="radio"/> Alajuela</p> <p><input type="radio"/> Heredia</p> <p><input type="radio"/> Puntarenas</p> <p><input type="radio"/> Guanacaste</p> <p><input type="radio"/> Limón</p>

4. Nivel de Escolaridad *

- Primaria completa
- Primaria incompleta
- Secundaria completa
- Secundaria incompleta
- Universidad completa
- Universidad incompleta
- Técnico

5. Tipo de trabajo *

- Calificado (puesto exige certificado de estudios técnicos o superiores)
- No calificado (el puesto no exige certificado de estudios técnicos o superiores)

6. Tipo de patrono: *

- Estado
- Empresa Privada Nacional
- Empresa Privada Internacional
- ONG
- Cuenta Propia

7. Jornada laboral antes de pandemia *

- Tiempo completo (8hrs diarias, 48hrs semanales)
- Medio tiempo (4hrs diarias, 24hrs semanales)
- Menos de 4hrs diarias o menos de 24hrs semanales

8. Jornada laboral actual *

- Tiempo completo (8hrs diarias, 48hrs semanales)
- Medio tiempo (4hrs diarias, 24hrs semanales)
- Menos de 4hrs diarias o menos de 24hrs semanales
- Desempleado

9. Cambio en el tipo de trabajo *

- Teletrabajo
- Se mantiene igual

10. ¿El cambio es positivo o negativo? *

- Positivo
- Negativo

11. ¿Ha tenido cambio de jornada laboral? *

- Reducción
- Suspensión o despido
- Se mantiene
- Consiguió trabajo

12. Ingresos familiares *

- 1 salario mínimo (¢260,000)
- De 2 a 3 salarios mínimos (¢520,000- ¢780,000)
- De 3 a 4 salarios mínimos (¢780,000- ¢1,040,000)
- Más de ¢1,040,000.

13. Composición familiar *

- Persona viviendo sola
- Pareja sin hijos
- Familia con 1 hijo
- Familia con 2 hijos
- Familia con 3 hijos o más

14. Grupos de edad de los miembros de la familia *

- menores a 18 años
- De 18 a 65 años
- De 65 a 80 años
- más de 80 años

15. Número de miembros que trabajan *

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

16. Número de personas en el hogar desempleadas o con reducción de jornada:

*

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

17. Cantidad de miembros que trabajaban antes de la pandemia: *

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

18. Cantidad de miembros que trabajan ahora: *

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

19. Número de miembros en el hogar con secundaria completa y con estudios universitarios: *

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

20. Número de miembros mayores a 18 años que estudian o personas cursando estudios después de secundaria completa: *

- 1 persona
- 2 personas
- 3 personas
- Más de 3 personas

21. ¿Se han visto afectados sus ingresos para la compra de alimentos según jornada laboral? *

- Si
- No

22. Número de menores en sistema educativo formal. En caso de no tener menores de edad en casa, puede continuar con la siguiente pregunta. *

- 1 menor de edad
- 2 menores de edad
- 3 menores de edad
- Más de 3 menores de edad

23. Tipo de aseguramiento *

- Asalariados (as)
- Trabajadores independientes
- Voluntarios (as)
- Por cuenta del Estado
- Asegurados (as) por convenios específicos
- Pensionados por el Seguro de Invalidez, Vejez y Muerte
- Pensionados por Regímenes Especiales

24. Durante los últimos 12 MESES, ha habido algún momento en que: ¿Se ha preocupado por no tener suficientes alimentos para comer? *

- Sí
- No

25. Pensando aún en los últimos 12 meses ¿hubo alguna vez en que usted no haya podido comer alimentos saludables y nutritivos por falta de dinero u otros recursos? *

- Sí
- No

26. ¿Hubo alguna vez en que usted haya comido poca variedad de alimentos por falta de dinero u otros recursos? *

- Sí
- No

27. ¿Hubo alguna vez en que usted haya tenido que dejar de desayunar, almorzar o cenar porque no había suficiente dinero u otros recursos para obtener alimentos? *

- Sí
- No

28. Pensando aún en los últimos 12 meses, ¿hubo alguna vez en que usted haya comido menos de lo que pensaba que debía comer por falta de dinero u otros recursos? *

- Sí
- No

29. ¿Hubo alguna vez en que su hogar se haya quedado sin alimentos por falta de dinero u otros recursos? *

- Sí
- No

30. ¿Hubo alguna vez en que usted haya sentido hambre, pero no comió porque no había suficiente dinero u otros recursos para obtener alimentos? *

- Sí
- No

31. ¿Hubo alguna vez en que usted haya dejado de comer todo un día por falta de dinero u otros recursos? *

- Sí
- No

32. Hábitos Alimentarios. De sus ingresos. ¿Cuánto dinero destina para la compra de alimentos? *

- ₡ 25.000 - ₡50.000
- ₡51.000- ₡70.000
- ₡71.000- ₡100.000
- ₡101.000- ₡150.000
- Más de ₡151.000

33. ¿Ha realizado actualmente algún cambio en su alimentación? *

- Sí
- No

34. La dirección del cambio ha sido: *

- Positiva
- Negativa

35. ¿Considera que ese cambio es beneficioso para su salud? *

- Sí
- No

36. ¿Tiene a su alcance de manera constante alimentos frescos? *

- Sí
- No

37. ¿Dónde consume la mayor parte de sus comidas? *

- Casa
- Fuera
- Otro

38. ¿Cuántos tiempos de comida realiza? *

- 1 - 2
- 3 - 4
- 5 - 6

39. Indique el tipo de cocción que más utiliza: *

- Asado
- Fritura
- Hervido
- A la plancha
- Al vapor

40. Evaluación Dietética. Frecuencia de Consumo. Marque con una x la opción que se ajuste a su consumo nutricional frecuente(N: Nunca, (D = diario, veces al día v1, v2, v3), S= semanal, M= mensual.) *

	N	D	v1	v2
Grasas para cocción	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mantequillas y quesos untables	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carne de res	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pollo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pescado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mariscos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Huevo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frutas frescas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vegetales frescos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leche	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yogurt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Queso fresco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
Embutidos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Embutidos light	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Repostería Dulce	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Repostería salada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tortillas de maíz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tortillas de trigo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gaseosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Azúcar blanca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Azúcar blanca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Arroz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frijoles	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Garbanzos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lentejas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fila 27	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

 Esta pregunta requiere una respuesta por fila

Se enviará un correo electrónico con una copia de tus respuestas a la dirección que suministraste.

Enviar



reCAPTCHA
[Privacidad](#) [Términos y condiciones](#)

Anexo 3. Corrección de instrumento en frecuencia de consumo.

40. Evaluación Dietética. Frecuencia de Consumo. Marque con una x la opción que se ajuste a su consumo nutricional frecuente(N: Nunca, D = diario, S= semanal, M= mensual.) *

	N	D	S	M
Grasas para cocción	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mantequillas y quesos untables	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carne de res	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pollo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pescado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mariscos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Huevo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frutas frescas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

DECLARACIÓN JURADA

Yo Graciela Miranda Quesada, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 206080051 egresado de la carrera de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercebido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado:

Comparación seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2021, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho 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; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos 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, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los nueve días del mes de mayo del año dos mil veintiuno.

Graciela Miranda

Firma del estudiante

Cédula: 2-608-051

San José, 10 de mayo del 2021

Departamento de Registro
UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

Estimados señores:

La estudiante Graciela Miranda Quesada, cédula de identidad número 2-0608-0051, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: “Comparación seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2021.” el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Nutrición.

He verificado que se han incluido las observaciones y hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría 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.

Los resultados obtenidos por el postulante implican la siguiente calificación:

CONCEPTO	Porcentaje máximo	Porcentaje obtenido
a) Original del tema	10	10
b) Cumplimiento de entrega de avances	20	20
C) Coherencia entre los objetivos, los Instrumentos aplicados y los resultados de la investigación	30	30
d) Relevancia de las conclusiones y recomendaciones	20	20
e) Calidad, detalle del marco teórico	20	20
TOTAL	100	100

Por consiguiente, se avala el traslado de la tesis al proceso de lectura.

Atentamente,

MERCEDITAS LIZANO Firmado digitalmente por
MERCEDITAS LIZANO VEGA (FIRMA)
Fecha: 2021.05.10 18:05:13 -0600
VEGA (FIRMA)

MSc Merceditas Lizano Vega
Catedrática Universitario
Tutora

CARTA DEL LECTOR

19 de julio de 2021

Sres.

Departamento de Registro

Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante Graciela Miranda Quesada, cédula de identidad número 2 0608 0051, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de Tesis “Comparación de la seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2021.”, el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura.

En mi calidad de lectora, 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.

Por lo tanto se avala el traslado al siguiente proceso.

Atentamente,



Aurelia Blanco Lobo
603790947
CPN 2491-18

**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.

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, 08 de octubre del 2021

Señores:
Universidad
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

La suscrita Graciela Miranda Quesada con número de identificación 206080051 autora del trabajo de graduación titulado "*Comparación seguridad alimentaria según la escala FIES / FAO, hábitos alimenticios de población adulta sana de 25 a 45 años con reducción o suspensión de jornada laboral con los que mantienen su jornada laboral, Costa Rica, 2021*" como requisito para optar por el grado de licenciatura; 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,

Graciela Quesada 206080051
Firma y Cédula de Identidad