

**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y
POLÍTICAS**

Trabajo de Integración Curricular modalidad Proyecto de Investigación
previo a la obtención del Grado de título de Licenciada en Sociología:

TÍTULO

Nutriendo la identidad: Un Análisis del sentido social de los hábitos
alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la
Universidad Estatal de Bolívar 2024

AUTORA

Angie Rashel Bonilla Quinatoa

CARRERA

Sociología

TUTORA

Soc. Sheila Janet Rangel Gómez MSc.

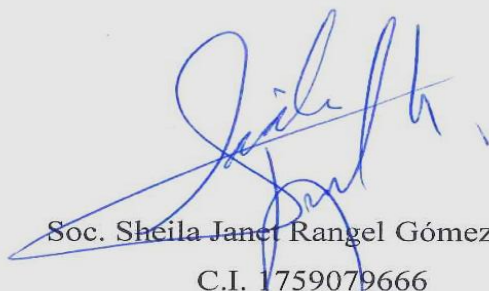
OCTUBRE 2024

GUARANDA - ECUADOR

ii. Página de la declaración de autoría

Yo, Soc. Sheila Janet Rangel Gómez MSC, en mi calidad de tutora del proyecto de investigación, modalidad proyecto de investigación completada en el reglamento de la Unidad de Titulación de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas, designado mediante Resolución Nro. DFJCSP RCD-130 dictada por el Honorable Consejo Directivo, bajo el juramento CERTIFICO que la Srta. ANGIE RASHEL BONILLA QUINATOYA, con número de cédula, 1150623140 egresada de la Universidad Estatal de Bolívar, Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas, Carrera de Sociología, ha cumplido con todos los requisitos pertinentes en esta titulación respecto a la modalidad de Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Licenciada en Sociología, con el tema: "NUTRIENDO LA IDENTIDAD: UN ANÁLISIS DEL SENTIDO SOCIAL DE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES NO LOCALES DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR 2024", habiendo trabajado conjuntamente en el desarrollo de este documento, constando de esa manera, que este proyecto es de autoría del egresado, por lo cual doy fe, apruebo y certifico todo lo antes mencionado.

Es todo en cuanto puedo manifestar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente documento en los tramites respecto a su titulación, al igual que, una vez emitido este se autoriza la presentación del proyecto de investigación a las diversas instancias correspondientes.



Soc. Sheila Janet Rangel Gómez. Msc.

C.I. 1759079666

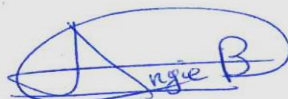
iii. Página de la declaración juramentada/cesión de reproducción (notarizada)

iii. Página de la declaración juramentada/cesión de reproducción (notarizada)

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo: ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO, portadora de la cédula N° 1150623146
Inscrita en la Unidad de Titulación de Integración Curricular de la Carrera de Sociología
de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas, bajo juramento declaro en
forma libre y voluntaria que el presente proyecto, con el tema “NUTRIENDO LA
IDENTIDAD: UN ANÁLISIS DEL SENTIDO SOCIAL DE LOS HÁBITOS
ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES NO LOCALES DE LA CARRERA DE
SOCIOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR 2024” es de mi
autoría, así como las expresiones vertidas en la misma, que se ha realizado bajo la
recopilación bibliográfica, tanto de libros, revistas, publicaciones y recolección de datos
en territorio, mismo que fueron necesarios para la elaboración del presente trabajo
investigativo.

Atentamente:



ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO

C.I. 1150623146

Investigadora del proyecto





Notaria Tercera del Cantón Guaranda
Msc. Ab. Henry Rojas Narvaez
Notario



....rio

N° ESCRITURA 20250201003P00

DECLARACION JURAMENTADA

OTORGADA POR:

ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO A

INDETERMINADA

DI: 2 COPIAS

L.L

Factura: 001-001-000016

En la ciudad de Guaranda, capital de la provincia Bolívar, República del Ecuador, hoy día veintinueve de enero del dos mil veinticinco, ante mi Abogado HENRY ROJAS NARVAEZ, Notario Público Tercero del Cantón Guaranda, comparece la señorita ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO A soltera, con número de celular 0962718572, domiciliado en el Cantón Chillanes y de paso por esta ciudad de Guaranda, por sus propios derechos, obligarse a quien de conocerla doy fe en virtud de haberme exhibido sus documentos de identificación y con su autorización se ha procedido a verificar la información en el Sistema Nacional de Identificación Ciudadana; bien instruida por mí el Notario con el objeto y resultado de esta escritura pública a la que procede libre y voluntariamente, advertida de la gravedad del juramento y las penas de perjurio, me presenta su declaración Bajo Juramento declaramos lo siguientes Previo a la obtención del Título de Licenciado en Sociología de la carrera de Sociología través de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas, de la Universidad Estatal de Bolívar, manifestó que los criterios e ideas emitidas en el presente estudio de caso titulado: "NUTRIENDO LA IDENTIDAD: UN ANÁLISIS DEL SENTIDO SOCIAL DE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES NO LOCALES DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR 2024", es de mi exclusiva responsabilidad en calidad de autora. Es todo cuanto puedo declarar en honor a la verdad, la misma que la hago para los fines legales pertinentes. HASTA AQUÍ LA DECLARACIÓN JURADA. La misma que queda elevada a escritura pública con todo su valor legal. Para el otorgamiento de la presente escritura pública se observaron todos los preceptos legales del caso, leída que le fue a la compareciente por mí el Notario en unidad de acto, aquella se ratifica y firma conmigo se incorpora al protocolo de esta Notaria la presente escritura, de todo lo cual doy fe.-

ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO A

C.C. 115062314-6

ABOGADO HENRY ROJAS NARVAEZ

NOTARIO PUBLICO TERCERO DEL CANTON GUARANDA



iv. Reporte de similitud de Turnitin

 UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR	UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS CARRERA DE SOCIOLOGÍA
--	---

INFORME DE TURNITIN

PARA: Angie Rashel Bonilla Quinatoa
DE: Soc. Sheila J. Rangel Gómez MSc.
ASUNTO: Informe de TURNITIN
FECHA: 20 de enero de 2025

Adjunto al presente, sírvase encontrar el documento final del Trabajo de Investigación titulado: **“NUTRIENDO LA IDENTIDAD: UN ANÁLISIS DEL SENTIDO SOCIAL DE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES NO LOCALES DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR 2024”** elaborado por la señorita **ANGIE RASHEL BONILLA QUINATO**A bajo mi dirección, previa a la obtención del título de **LICENCIADA EN SOCIOLOGÍA**, el mismo que cumple con los componentes que exige el Reglamento de Titulación vigente de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar e incluye el informe de la herramienta TURNITIN, el cual avala los niveles del 3% de similitud y el 97% de originalidad del trabajo investigativo.



Página 2 of 122 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid:::3117:415835780

3% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 2%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 3%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Atentamente,



firmado digitalmente por
SHEILA JANET RANGEL
GOMEZ

Soc. Sheila J. Rangel Gómez MSc.
TUTORA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

DERECHOS DE AUTOR

Yo; Angie Rashel Bonilla Quinatoa, portador de la Cédula de Identidad No 1150623146, en calidad de autor titular de los derechos morales y patrimoniales del Trabajo de Titulación: **Nutriendo la identidad: Un Análisis del sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024**, Modalidad presencial, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, concedemos a favor de la Universidad Estatal de Bolívar, una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservamos a mi/nuestro favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo/autorizamos a la Universidad Estatal de Bolívar, para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Digital, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El (los) autor (es) declara (n) que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.


Angie Rashel Bonilla Quinatoa

Autora

vi. Dedicatoria

Dedico este trabajo, en primer lugar, a mis padres, su incondicional apoyo y sacrificio diario me han brindado la oportunidad de alcanzar esta gran meta académica. Su amor, dedicación y constante aliento han sido el motor que me ha impulsado a superar cada obstáculo en el camino hacia la realización de mis sueños. Este trabajo también es fruto de todo el gran sacrificio que han hecho para que yo esté aquí hoy.

A mis hermanos, quienes han estado para mí en momentos emocionalmente críticos, gracias por su paciencia, comprensión y ánimo constante, que han sido un faro de luz en los momentos más oscuros. Su ejemplo y palabras me han dado la fortaleza para perseverar y alcanzar mis objetivos.

Y por supuesto, a Adrián, quien desde que estamos juntos me ha ayudado a seguir adelante, levantándome cada vez que sentía que no podía más y dándome aliento para continuar.

A todos quienes creyeron en mí y siempre estuvieron a mi lado en cada momento difícil de esta etapa, su fe en mis capacidades y su constante apoyo han sido el sustento que me ha permitido alcanzar este éxito. ¡Este logro es suyo también!

vii. Agradecimiento

En primer lugar, quiero agradecer a Dios, por regalarme cada día sabiduría y entendimiento para culminar mis estudios, además de permitirme estudiar una carrera en la que he conocido personas y lugares increíbles que siempre llevaré en mi corazón.

Con todo mi corazón agradezco profundamente a mi familia, especialmente a mis padres por su gran apoyo incondicional y amor constante. Gracias por todos sus esfuerzos, que a pesar de estar cansados nunca han dejado de trabajar para darme a mí y a mis hermanos todo. A mi papá, Luis, gracias por quedarte hasta altas horas de la noche trabajando para que a mí no me faltara nada mientras me encuentro estudiando lejos; a mi mamá, Karina, gracias por cada palabra de consuelo al regresar a casa, y tus palabras de aliento al despedirme. Su confianza y amor me han dado las fuerzas necesarias para superar cada desafío diario.

A mis compañeras y amigas de clase que en más de una ocasión me ayudaron a salvar no solo el semestre, sino también mi vida, gracias por cada ocurrencia graciosa que me levantaba el ánimo cuando más sola me sentía. A Adrián, quien, a más de brindarme su cariño, ha sido un amigo y gran compañero al que puedo contarle todo y sentirme segura cuando todo se complica, gracias por acompañarme en los momentos de llanto cuando ya no podía más y ayudarme a levantar.

También quiero agradecer profundamente a mi tutora de tesis, Soc. Sheila Rangel, gracias por toda la paciencia para enseñarme y guiarme durante la realización de este trabajo, aunque es poco el tiempo que hemos compartido, realmente es una docente que se gana no solo el respeto por su gran profesionalismo, sino también, el corazón de sus alumnos con su gran carisma. Siempre la llevaré en mi corazón como un ejemplo a seguir.

A todos quienes formaron parte de mi vida universitaria, quiero expresarles mi más profundo agradecimiento por haber contribuido de alguna manera significativa en este proceso.

viii. Índice

ii. Página de la declaración de autoría	2
iii. Página de la declaración juramentada/cesión de reproducción (notarizada)	3
v. Reporte de similitud de Turnitin.....	4
vi. Dedicatoria	6
vii. Agradecimiento	7
vi. Índice	8
CAPÍTULO I: PROBLEMA	12
1. TÍTULO.....	13
1.1 Resumen	14
Abstract.....	15
1.2 Introducción.....	16
1.3 Planteamiento del Problema	18
1.4 Formulación del problema.....	21
1.5 Hipótesis (Supuesto).....	21
1.6 Variables	21
1.6.1 Variable Independiente.....	21
1.6.2 Variable Dependiente	21
1.7. Objetivos.....	21
1.7.1 Objetivo General.....	21
1.7.2 Objetivos Específicos	21
1.8 Justificación	22
CAPÍTULO II – MARCO TEÓRICO.....	23
2.1 Marco Teórico	24

2.1.1 Cuerpo y alma en armonía: La sabiduría nutritiva de Platón y Aristóteles	24
2.1.1.1 Desde la fenomenología: Maurice Merleau-Ponty	25
2.1.2 Sabores y Sociedad: Explorando la Sociología de la Alimentación	27
2.1.3 Bourdieu y el gusto: La Sociología del gusto	28
2.1.3.1 Forjando el gusto personal: Explorando los conceptos clave de Bourdieu (capital cultural, social y económico)	30
2.1.3.2 Explorando “La Distinción: Una crítica social del juicio del gusto”	33
2.1.3.3 La distinción del gusto: Cómo las preferencias estéticas refuerzan las jerarquías sociales	34
2.1.3.4 El impacto transformador de la socialización	36
2.1.4 Más allá del paladar: El Sentido Social del Gusto	38
2.1.4.1 Sabores que hablan: La construcción de identidades y la inclusión o exclusión a través de los hábitos alimenticios	39
2.1.5 Explorando la identidad a través de la alimentación	41
2.1.6 Sabor global: La alimentación en la era de la globalización	43
2.1.6.1 Sabores del mundo y de Ecuador: Un recorrido por los alimentos más populares	45
2.1.6.2 Tendencias alimentarias entre regiones: Una comparativa entre la Costa y la Sierra	46
2.1.7 Más allá del plato: Alimentación vs nutrición	48
2.1.7.1 El plato del buen comer	49
2.1.7.2 Cantidad vs calidad	50
2.1.8 Detrás del telón: La dramaturgia de Goffman en la vida universitaria	51
2.1.8.1 El banquete universitario: Explorando la vida cotidiana de los alimentos en estudiantes universitarios	52

2.1.8.2 Descubriendo identidades: ¿Quiénes son los estudiantes no locales?	53
2.1.8.3 De sabores familiares a nuevas experiencias: Desafíos y estrategias de los estudiantes no locales	54
2.1.8.4 Sabores y contextos: Cómo la cultura y el entorno moldean los hábitos alimenticios	57
2.1.8.5 Sabor a identidad: El efecto de los hábitos alimenticios en estudiantes no locales	58
2.1.9 Las identidades alimentarias de los estudiantes universitarios no locales	59
CAPÍTULO III – METODOLOGÍA	62
3.1 Método de la investigación	63
3.2 Tipo de Investigación (metodología)	63
3.2.1 Investigación fenomenológica	63
3.2.2 Investigación bibliográfica:	63
3.2.3 Investigación de campo:	64
3.2.4 Investigación analítica:	64
3.3 Técnicas e instrumentos de investigación	65
3.3.1 Técnica: Focus group	65
3.3.2 Instrumento: Cuestionario	65
3.4 Criterio de inclusión y criterio de exclusión	66
3.4.1 Criterio de inclusión	66
3.4.2 Criterio de exclusión	66
3.5 Población y muestra	66
3.5.1 Población:	66
3.5.2 Muestra:	66
3.6 Localización geográfica del estudio	67

CAPÍTULO IV – RESULTADOS Y DISCUSIÓN	68
4.1. Resultados.....	69
4.2 Resultados de aplicación por categorías.....	71
4.2. Discusión	82
CAPITULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	85
5.1. Conclusiones.....	86
5.2. Recomendaciones	88
Bibliografía:.....	89
Anexos.....	96

CAPÍTULO I: PROBLEMA

1. TÍTULO

“NUTRIENDO LA IDENTIDAD: UN ANÁLISIS DEL SENTIDO SOCIAL DE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES NO LOCALES DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR 2024”.

1.1 Resumen

La alimentación no solo satisface el hambre; también contribuye a la construcción de la identidad y facilita la integración social en nuevos entornos. Los hábitos alimenticios reflejan las costumbres y cultura de la sociedad, y no son solo decisiones individuales, están influenciados por normas sociales y culturales. Comprender estos hábitos ayuda a desentrañar la interacción entre necesidades personales y construcciones sociales.

El objetivo de la investigación es analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024, enfocándose en la influencia de factores socioculturales en la formación de sus identidades alimentarias. Se empleó una metodología cualitativa que incluye investigaciones bibliográficas, de campo y analítica, utilizando el focus group basado en la observación y diálogo con los estudiantes.

Los resultados encontrados arrojan que los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales están influenciados por sus antecedentes socioculturales, permitiéndoles mantener una conexión con su identidad y origen. Sin embargo, esta identidad puede verse afectada por el nuevo entorno, llevándolos a optar por comidas más económicas o rápidas debido a la falta de tiempo o recursos. En conclusión, esta investigación permitió conocer cómo los estudiantes no locales manejan y adaptan sus hábitos alimenticios en un nuevo entorno, reflejando tanto la reproducción de sus prácticas culturales como la adaptación a nuevas circunstancias socioculturales. Además, de que la construcción de su identidad es influenciada por la necesidad de adaptación social, el deseo de integración y la presión de conformarse a los hábitos alimenticios locales.

Palabras clave: alimentación, hábitos alimenticios, socioculturales, identidad, integración social.

Abstract

Food not only satisfies hunger; It also contributes to the construction of identity and facilitates social integration in new environments. Eating habits reflect the customs and culture of society, and are not just individual decisions, they are influenced by social and cultural norms. Understanding these habits helps unravel the interaction between personal needs and social constructs.

The objective of the research is to analyze the social meaning of eating habits among non-local sociology students at the State University of Bolívar in 2024, focusing on the influence of sociocultural factors in the formation of their food identities. A qualitative methodology was used that includes bibliographic, field and analytical research, using the focus group based on observation and dialogue with students.

It is expected to find that the eating habits of non-local students are influenced by their sociocultural background, allowing them to maintain a connection with their identity and origin. However, this identity may be affected by the new environment, leading them to opt for cheaper or faster meals due to lack of time or resources. In conclusion, this research allowed us to understand how non-local students manage and adapt their eating habits in a new environment, reflecting both the reproduction of their cultural practices and the adaptation to new sociocultural circumstances. Furthermore, the construction of their identity is influenced by the need for social adaptation, the desire for integration and the pressure to conform to local eating habits.

Keywords: diet, eating habits, sociocultural, identity, social integration.

1.2 Introducción

El sentido social de los hábitos alimenticios se refiere a cómo las prácticas alimentarias de los individuos están influenciadas por su entorno social y cultural. Este estudio se centra en los estudiantes no locales de la carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar, explorando cómo sus antecedentes y experiencias culturales moldean sus preferencias y comportamientos alimenticios. A través de una metodología fenomenológica, se buscó comprender las percepciones y experiencias de estos estudiantes en relación con sus hábitos alimentarios, identificando las dinámicas sociales y culturales que influyen en ellos. El análisis permitió profundizar en la construcción de la identidad alimentaria y cómo esta se ve afectada por el contexto académico y social en el que se desarrollan.

Mediante de la técnica del focus group, que consiste en una entrevista grupal, se investigó cómo la identidad alimentaria de los estudiantes no locales es moldeada por diversos factores socioculturales, este método permitió comprender cómo estos estudiantes adaptan sus costumbres culinarias tradicionales para integrarse en un nuevo entorno y adoptar los hábitos alimenticios locales. Desde la perspectiva de Pierre Bourdieu, el gusto, influenciado por el entorno sociocultural, desempeña un papel clave en estas adaptaciones, lo que refleja que los hábitos alimenticios no son simplemente una preferencia individual, sino una manifestación de las estructuras sociales y culturales. A lo largo del estudio, se analizaron las percepciones, actitudes y prácticas alimenticias de los estudiantes, identificando patrones comunes y diferencias significativas en sus hábitos alimenticios. También se explora los conflictos y desafíos que enfrentan al equilibrar sus costumbres alimentarias previas con las nuevas influencias locales, y cómo estos procesos afectan su identidad alimentaria. Los resultados obtenidos ofrecen una visión profunda de cómo los hábitos alimenticios se desarrollan y transforman en respuesta a un nuevo contexto social, y cómo estos cambios influyen en la formación de las identidades de los estudiantes.

Finalmente, la investigación se organiza en cinco capítulos, cada uno diseñado para abordar aspectos clave del estudio, proporcionando una comprensión detallada y estructurada de los temas analizados. A continuación, se presenta un resumen de los contenidos de cada capítulo, destacando los puntos más importantes que se desarrollan en la investigación.

Capítulo I. En este primer capítulo se desarrolla el contexto y la relevancia del problema de investigación, subrayando la necesidad de explorar el tema en cuestión y presentando claro la formulación del problema a investigar lo que permite identificar las variables esenciales para el estudio, seguido de ello, se formula la hipótesis o supuesto, la cual orienta la dirección del estudio al proponer una posible respuesta al problema planteado. Además, se presentan tanto el objetivo general como los objetivos específicos, los cuales sirven de guía estructural para el desarrollo coherente de la investigación. Y este capítulo cierra presentando la justificación fundamentando la importancia y la pertinencia del estudio.

Capítulo II. Este capítulo es la base de toda la investigación, ya que reúne la información teórica a través de una exhaustiva revisión bibliográfica. Desarrollando aquí el marco teórico, que proporciona el fundamento conceptual necesario para el análisis del problema, este marco teórico respalda la investigación. Además, se examinan estudios previos y teorías relevantes, que enriquecen la comprensión del tema, facilitando la verificación de la hipótesis planteada en el primer capítulo.

Capítulo III. En este capítulo, se presenta a detalle la metodología empleada en el desarrollo del estudio, especificando los tipos de investigación, así como las técnicas e instrumentos utilizados. Empleando una metodología cualitativa, basada en la recopilación bibliográfica y la aplicación de la técnica de focus group con estudiantes no locales de la carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar. Se establecen los criterios de inclusión y exclusión, identificando a las personas adecuadas para participar en el cuestionario diseñado para el focus group. Además, se optó por un muestreo de tipo bola de nieve, para la selección de los participantes.

Capítulo IV. En este capítulo, se presentarán los resultados obtenidos del cuestionario aplicado a través del focus group. Se llevará a cabo un análisis detallado de las categorías seleccionadas, estableciendo conexiones con las respuestas proporcionadas por los participantes. A partir de este análisis, se desarrollará una discusión integral de los resultados obtenidos, que permitirá interpretar y contextualizar los hallazgos dentro del marco de la investigación.

Capítulo V. En este último capítulo, se elaborarán las conclusiones y recomendaciones basadas en la información que se recolectará a lo largo de la investigación. Las conclusiones reflejarán el grado de cumplimiento de los objetivos

propuestos y se derivarán del análisis exhaustivo de la información obtenida. Las recomendaciones se formularán en función de los hallazgos y se orientarán hacia la resolución de la problemática planteada y el objeto de estudio. Además, en este capítulo se incluirán las referencias bibliográficas utilizadas durante la investigación, así como evidencias fotografías relevantes y la estructura del cuestionario, para proporcionar una visión completa del proceso y los resultados obtenidos.

1.3 Planteamiento del Problema

Investigar cómo la entrada a la Universidad afecta a los estudiantes en todos los aspectos de su vida diaria, especialmente en su alimentación, es bastante interesante, sobre todo para aquellos que vienen de afuera del entorno universitario y cambian su entorno y vida para continuar con sus estudios. Lo que los lleva a desarrollar y adquirir nuevos hábitos, sobre todo alimenticios, a menudo priorizando sus estudios sobre la alimentación, lo que resulta en comidas poco nutritivas debido a los horarios ajustados y mala gestión del tiempo.

Los estudios sobre los hábitos alimenticios de estudiantes no locales, aunque son pocos, han cobrado una significativa relevancia debido a la creciente movilidad estudiantil. En todo el mundo, en numerosas universidades, se observa una gran cantidad de estudiantes que provienen de diferentes países, ciudades y culturas, lo que genera un contexto multicultural y enriquecedor, pero a su vez plantea desafíos en cuanto a la adaptación cultural, gustos y hábitos de vida, especialmente en lo que respecta a la alimentación. El análisis de los hábitos alimenticios se vuelve vital para comprender cómo estos estudiantes construyen su identidad en un entorno multicultural y cómo su bienestar se ve influenciado por estas prácticas alimenticias.

En el contexto de la globalización, la movilidad estudiantil es un fenómeno que ha cobrado mucha importancia en los últimos años, este fenómeno permite mejorar su formación académica, cada vez el número de estudiantes que se desplazan internacionalmente crece y se diversifican los países de destino. Según la UNESCO (s,f), “los estudiantes internacionalmente móviles son personas que se desplazan físicamente de un país a otro con el objetivo de participar académicamente en el país de destino, el cual es diferente a su país de origen”. (párrafo 2)

La presión social por un trabajo y el obtener ingresos económicos son los principales motivos por los cuales los jóvenes buscan salir de su zona local en busca de

un título de tercer nivel que los ayude a salir adelante. En México la movilidad estudiantil a universidades extranjeras últimamente ha crecido considerablemente. Al migrar a un país ajeno, los estudiantes llevan consigo su cultura y hábitos, por lo que siguen repitiendo sus conductas y costumbres del país de origen, sin embargo, su identidad y hábitos se ven afectados por diversos factores del nuevo país residente. De allí que se puede decir que los hábitos alimenticios se producen, modifican y reproducen socialmente, es decir, son construcciones sociales. La forma en que eligen, preparan y consumen los alimentos no es solo de acuerdo con sus necesidades individuales, sino que está influenciada por factores sociales, culturales y económicos, al igual que la generalidad de las realidades sociales. Los hábitos alimenticios no son algo aislado o exclusivo personal, sino que estos pueden ser modificados por el entorno social en el que se vive.

En Ecuador, la movilidad estudiantil a nivel universitario ha tenido un aumento bastante significativo, con un creciente número de estudiantes no locales que acuden a Universidades lejanas. Dentro de este contexto, la Universidad Estatal de Bolívar es un escenario de encuentro multicultural donde estudiantes de diferentes ciudades y culturas conviven y comparten hábitos sociales, sin embargo, a pesar de la gran diversidad que se encuentra presente en la Universidad, existe una falta de investigaciones que aborden cómo los hábitos alimenticios de estudiantes no locales influyen en su construcción social y bienestar.

Ecuador cuenta con 62 universidades que se encuentran distribuidas en 27 ciudades del país. Las que cuentan con mayor número de estudiantes se encuentran ubicadas en la ciudad de Riobamba con una aproximación de 34000 estudiantes en las universidades “Espoch” y la “Unach” donde el 63% de ellos son estudiantes no locales provenientes en su mayoría de Tungurahua, Pichincha y Bolívar. Debido a su ubicación geográfica, Riobamba que se encuentra alrededor de 3 a 4 horas a las diferentes regiones del Ecuador, lo convierte en la opción más viable a la hora de decidir donde residir para los estudiantes no locales. Entre otra de las opciones más demandadas en cuanto a universidades, se encuentran también las instalaciones académicas de Guayaquil por sus ofertas académicas que en algunos casos no existen en sus provincias, y también grandes instalaciones, donde asisten alrededor de 14000 jóvenes provenientes de 17 provincias de los cuales 2000 son foráneos.

Debido a su ubicación geográfica, Riobamba que se encuentra alrededor de 3 a 4 horas a las diferentes regiones del Ecuador, lo convierte en la opción más viable a la hora de decidir donde residir para los estudiantes no locales. Los hábitos alimenticios más comunes de estas zonas son los productos altamente industrializados como snacks, bebidas gaseosas, bollerías entre otros productos que no se ajustan al entorno de donde pertenecen como productos autóctonos de la zona, que brindan varios nutrientes a su salud. Otra de las opciones más demandadas en cuanto a universidades, se encuentran también las instalaciones académicas de Guayaquil por sus ofertas académicas que en algunos casos no existen en sus provincias, y también grandes instalaciones, donde asisten alrededor de 14000 jóvenes provenientes de 17 provincias de los cuales 11.180 son foráneos. Los alimentos más consumidos por los estudiantes no locales son los snacks, gaseosas y comidas rápidas, es muy poco el consumo de frutas, verduras y lácteos.

Los estudiantes universitarios no locales se ven inmersos en un periodo de constantes cambios para el desarrollo de sus estilos de vida, ya que la influencia en los hábitos alimenticios de sus amigos, el consumo de alcohol, su estabilidad económica y la disponibilidad de tiempo para cocinar hacen que cambien sus hábitos alimenticios. A nivel nacional los pocos estudios y nada de estos a nivel local del tema en este grupo de estudiantes reflejan un inadecuado seguimiento a este fenómeno social.

Solamente existen datos de estudiantes que migran a otras ciudades y su estado nutricional en cuanto a ser propensos a enfermedades cardiovasculares u obesidad, pero no existen datos exactos sobre sus hábitos alimenticios por lo que se dificulta la comprensión de cómo estos hábitos están influenciados por diversos factores sociales. Este estudio reflejará un antecedente de esta línea base de los hábitos alimenticios de la carrera de Sociología. Comprender cómo estos hábitos están influenciados por factores socioculturales y demás, y cómo estos afectan la identidad social de los estudiantes es fundamental para enriquecer y contribuir al conocimiento en el campo de la Sociología de la alimentación. Detrás de esta búsqueda de nuevas oportunidades de superación existen muchos sacrificios, procesos de adaptación, nuevos hábitos, soledad y duras experiencias en cuanto a sus costumbres.

1.4 Formulación del problema

¿Cuáles son los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar y cómo influyen en su identidad y sentido social?

1.5 Hipótesis (Supuesto)

El sentido social de los hábitos alimenticios en los estudiantes no locales es el resultado de la interacción entre sus antecedentes socioculturales y las prácticas alimentarias adoptadas en el entorno universitario que configura sus identidades alimentarias.

1.6 Variables

1.6.1 Variable Independiente

Identidad y Sentido social.

1.6.2 Variable Dependiente

Hábitos alimenticios.

1.7. Objetivos

1.7.1 Objetivo General

- Analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024, derivados de la influencia de factores socioculturales en la formación de sus identidades alimentarias.

1.7.2 Objetivos Específicos

- Identificar la corriente del sentido social del gusto propuesta por Pierre Bourdieu, comprendiendo las prácticas alimenticias de los estudiantes en su configuración de identidades y de sus contextos socioculturales.
- Examinar las percepciones, actitudes y prácticas alimenticias de estudiantes no locales, centrándose en la influencia de su entorno sociocultural.
- Clasificar los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar, identificando los patrones comunes y diferencias significativas en sus hábitos alimenticios.

1.8 Justificación

La presente investigación tiene como objetivo analizar los significados que los estudiantes no locales de la carrera de Sociología atribuyen a sus hábitos alimenticios, con el propósito de revelar cómo las estructuras sociales, las normas culturales y los gustos individuales influyen en sus elecciones alimentarias dentro del contexto de la Universidad Estatal de Bolívar. Comprender estas dinámicas permitirá visibilizar de qué manera las estructuras sociales y culturales afectan las prácticas alimenticias de los estudiantes no locales.

Es importante siempre considerar el bienestar, la diversidad cultural y los diferentes contextos alimenticios de los estudiantes, por ello, estudiar sus hábitos alimenticios no solo contribuye al conocimiento sobre las elecciones alimentarias, sino también a entender los desafíos y adaptaciones que enfrentan los estudiantes no locales al integrarse a un nuevo entorno. Esta investigación responde a la necesidad de abordar un vacío en los estudios locales, ya que actualmente no existen análisis específicos sobre los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales y su impacto en la construcción de identidad y en su proceso de adaptación social.

Esta investigación se llevó a cabo en la Universidad Estatal de Bolívar, Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas, tomando como muestra a aquellos estudiantes no locales matriculados en la carrera de Sociología. Para lo cual primero se realizará una revisión de literatura de teorías e investigaciones existentes sobre los hábitos alimenticios y adaptación social en estudiantes no locales.

Por todo ello es que, la importancia de esta investigación radica principalmente en su capacidad para ofrecer una comprensión profunda de los hábitos alimenticios de estudiantes no locales y su impacto en la identidad y la adaptación social, se trata de una investigación que aborda una cuestión esencial y hasta ahora inexplorada a nivel local, se trata de una innovación significativa en el campo sociológico.

CAPÍTULO II – MARCO TEÓRICO

2.1 Marco Teórico

2.1.1 Cuerpo y alma en armonía: La sabiduría nutritiva de Platón y Aristóteles

La teoría de alimentar el cuerpo y el alma de Platón y Aristóteles aborda la naturaleza humana y su desarrollo ético. Antiguamente se solía entender la “psique” como una parte integral de la identidad, donde los sentimientos y afectos humanos ocupaban lugares específicos en el cuerpo, como si fueran un órgano más. Es así como el alma debe cultivarse a través de la búsqueda de la verdad y la moderación en todos los aspectos de la vida, incluidos los hábitos alimenticios, que deben ser equilibrados para no perturbar la armonía espiritual.

Platón en sus obras, enfatiza la dualidad del ser humano, dividiéndolo así en cuerpo y alma, donde la parte espiritual (el alma), “se encuentra dividida en tres partes ubicadas en una parte diferente del cuerpo, el *logos* ubicado en la cabeza; el *thymos* que estaba en el tórax; y, el *eros* que actuaba desde el estómago”. (Alonso, 2024, párrafo 4). De tal manera que cada una de estas se encarga de dirigir cada parte de la psique que le corresponde, el *thymos* tiene que ver con las emociones, mientras que el *eros* con los apetitos del cuerpo y del alma, siendo controlados por el *logos*, para que todo sea de manera racional de manera igualitaria.

La relación entre el *thymos* y el *eros*, Timeo basado en la teoría platónica la llama “el alma apetitiva, que es una especie de alma que siente apetito de alimentos y de todo aquello que es indispensable para el funcionamiento del cuerpo” (Timeo citado por Lanza, 2017, p.179). Y es por esta función alimenticia que, los deseos e impulsos necesitan ser controlados y separados de la capacidad de pensar racionalmente para mantener la tranquilidad necesaria para la reflexión adecuada, de tal manera que las decisiones no beneficien solo al individuo, sino también a cada una de sus partes individuales de manera equilibrada y adecuada. “El hombre razona en tanto su cerebro se encuentre firme”. (Timeo citado por Lanza, 2017, p.179). Entonces, la buena convivencia y armonía entre estas tres partes deben considerarse equitativamente e ir ligadas de la idea de moderación donde el límite marca el final de cada parte y el respeto hacia esta para evitar desequilibrios en la “psique”, pues “las fallas en la inteligencia pueden ser mejoradas gracias a una dieta adecuada que devuelva el equilibrio al cuerpo” (Timeo citado por Lanza, 2017, p.176)

Aristóteles, por otro lado, considera la relación entre el cuerpo y el alma de manera más holística, argumentando que la virtud se encuentra en el término medio, evitando tanto los excesos como las deficiencias, destacando la importancia de moderar los deseos y apetitos, incluidos los relacionados con la alimentación, para mantener la armonía y alcanzar la excelencia moral y personal. Cuidar del cuerpo a través de los apetitos del hombre es crucial porque el cuerpo es el vehículo que permite al alma realizar sus funciones. Una buena alimentación proporciona la energía y el bienestar necesarios para que la mente pueda dedicarse a la reflexión y al desarrollo de las virtudes, por lo que la persona debe moderar y ordenar sus deseos y apetitos para que esté en equilibrio con su razón. Pues solo hay armonía cuando las distintas partes trabajan juntas sin conflicto, creando así un resultado positivo y equilibrado. Como dice Aristóteles:

[...] Hay armonía cuando las diferentes partes o funciones de un ser no se oponen, sino que confluyen en un mismo efecto o combinación feliz. Al implicar la armonía la simultaneidad en la percepción o en el concepto, es justificado su empleo en el carácter estético. (Aristóteles citado por Cruz, s.f., párrafo 3)

Estas filosofías no solo proporcionan un marco para entender la relación entre el cuerpo y el alma, sino que también ofrecen principios fundamentales para la formación de una identidad coherente y virtuosa, basada en el equilibrio y el desarrollo integral, destacando la importancia del cuidado del alma para alcanzar la sabiduría y la virtud. El cuerpo debe ser cuidado y nutrido adecuadamente, ya que es el vehículo a través del cual el alma puede realizar sus actividades, y es que, al mantener una dieta adecuada, se logra una armonía entre cuerpo y alma, lo que permite un crecimiento personal y una identidad coherente y reflexiva. La moderación y el equilibrio en la dieta son pilares fundamentales para una vida armoniosa.

2.1.1.1 Desde la fenomenología: Maurice Merleau-Ponty

La fenomenología de Maurice Merleau-Ponty se centra en la experiencia del cuerpo y la percepción, argumentando que el cuerpo no es solo un objeto, sino el medio o camino por el cual interactuamos y comprendemos el mundo. La percepción es fundamental para la relación con el entorno, no se experimenta el mundo como una colección de objetos aislados, sino como un todo interconectado y vivido. Maurice Ponty, destaca la importancia de la experiencia directa y sugiere que para entender el mundo y a uno mismo, se debe tomar especial atención en cómo se experimentan las cosas de manera inmediata, en lugar de analizarlas en términos vagos.

La “encarnación” es un término central en su pensamiento, que describe cómo nuestra existencia está intrínsecamente ligada al cuerpo, el cual constituye el medio esencial para vivir y percibir la realidad. “Es la existencia y la experiencia lo que se encuentra en el cuerpo al vincularse con el mundo, y es el mundo lo que se revela por medio del cuerpo” (Merleau-Ponty, citado por Ferrada, 2019, párrafo 2). Es así como Merleau-Ponty sostiene que la relación entre el individuo y el mundo es recíproca y constante donde ambos se sostienen y comprenden mutuamente a través de las experiencias compartidas. Dicho en sus palabras: “Estamos en el mundo, somos del mundo y cada coexistencia se comprende y comprende a los demás”. (Merleau-Ponty, citado por Ferrada, 2019, párrafo 3)

La interacción con otros es también una parte crucial de su fenomenología, ya que comprendemos y nos relacionamos con otras personas a través de nuestro cuerpo. Merleau-Ponty destaca la ambigüedad inherente a la experiencia humana, señalando que las experiencias son complejas y a menudo contradictorias, y que la percepción del mundo es una interacción viva y dinámica con nuestro entorno.

El cuerpo no es solo un espacio físico que existe para sí mismo, sino también para interactuar y conectarse con otros cuerpos humanos y con el entorno viviente. En lugar de ser algo exclusivamente personal, el cuerpo se percibe como un medio expresivo que se entrelaza con otros seres y con el mundo en su totalidad. Esta interconexión permite al individuo coexistir con su entorno y contribuir a la formación de una identidad compartida. (Ferrada, 2019, sección de Ser cuerpo como comunidad de cuerpos según Merleau-Ponty)

El cuerpo humano, al interactuar con el mundo a través de sus sentidos y percepciones, no solo experimenta el entorno físico, sino que también construye una comprensión de sí mismo en relación con ese entorno. En el contexto de los hábitos alimenticios y la construcción de identidades, esto significa que lo que se come y cómo se lo experimenta no es simplemente una cuestión de nutrición, sino que también refleja y refuerza las identidades culturales, sociales y personales, como lo dice Merleau-Ponty: estar en el mundo significa descubrirse a uno mismo, mientras el cuerpo observa y percibe el mundo. Y es a través de los sentidos que el cuerpo se vuelve consciente de su entorno y lo incorpora a su experiencia personal, donde el cuerpo se convierte en el medio a través del cual el individuo se relaciona y comprende las cosas que percibe, formando así la experiencia diaria de existir y relacionarse con el mundo.

2.1.2 Sabores y Sociedad: Explorando la Sociología de la Alimentación

La sociología de la alimentación, es un campo de investigación bastante curioso, donde se estudia cómo los hábitos y preferencias alimenticias de los individuos no solo satisfacen la necesidad biológica de alimentarse, sino que también reflejan y moldean las identidades culturales, sociales y económicas, de este modo se explora las complejas relaciones entre comida, cultura y sociedad, analizando además cómo factores como la clase social, la globalización y las tradiciones culturales influyen tanto en lo que se come como en la percepción de los alimentos. Al estudiar estas dinámicas, la sociología de la alimentación proporciona una visión profunda de cómo las elecciones alimenticias están profundamente vinculadas a la vida cotidiana y las estructuras sociales. Por lo tanto, la sociología de la alimentación de acuerdo con Porras (2008), “pretende abordar las prácticas alimentarias no solo como hábitos o comportamientos, sino también como prácticas sociales que comprenden una dimensión de significado simbólico y común a diferentes grupos sociales a los que el individuo pertenece”. (párrafo 3)

El acto de comer va más allá de la necesidad biológica, es también una práctica social, lo que demuestra que el biológico y social de un individuo están profundamente conectados. En este sentido, la alimentación no se limita a estudiar qué consumen las personas y cómo lo hacen; sino que también, explora cómo los hábitos alimenticios se convierten en acciones sociales con un significado especial. De este modo, las elecciones alimenticias y el consumo adquieren un valor simbólico, reflejando la cultura y las costumbres de los diferentes grupos sociales. Por ejemplo, un plato típico de una festividad puede tener un significado cultural profundo y ser un medio para reforzar la identidad y el sentido de pertenencia a un grupo específico.

A lo que Fischler menciona que:

[...] la alimentación es una función tanto biológica como social esenciales para comprender por completo el fenómeno de la alimentación, compuesto principalmente por el hombre biológico y el hombre social o cultural, por lo que estos dos aspectos se encuentran profundamente relacionados en el acto alimenticio. De esta manera, las prácticas alimenticias no son solo comportamientos o hábitos, ya que esto no es en lo que se diferencian de los demás, sino también, y, sobre todo, son prácticas sociales que comparten una dimensión imaginaria, simbólica y social. (Fischler, citado por Díaz y Gómez, 2005, p. 23)

La alimentación, es más que el hecho de ingerir nutrientes, es un fenómeno social que comprende tanto la dimensión biológica como cultural, por lo que su análisis requiere

considerar ambos aspectos. Desde un enfoque biológico, se comprende como una necesidad esencial del organismo para obtener los nutrientes que aseguran su funcionamiento; mientras que, en lo social, la alimentación se adentra en las prácticas culturales del entorno, actuando como un elemento clave en la construcción de identidades individuales y colectivas, así como en la cohesión social y la transmisión de valores y tradiciones.

Entender la alimentación en su totalidad implica integrar estas dos perspectivas. Aunque la primera establece la necesidad fundamental de alimentarse, es la sociedad la que moldea la forma en que esta necesidad se satisface, influyendo en las preferencias alimenticias, las técnicas culinarias y los hábitos de consumo. Estos aspectos están profundamente condicionados por factores económicos, culturales y sociales. Asimismo, el acto de comer adquiere significados que trascienden lo nutricional, pues los alimentos se convierten en símbolos culturales que reflejan identidades, estatus y creencias, sirviendo como un medio para preservar y transmitir valores y tradiciones a través de las generaciones.

2.1.3 Bourdieu y el gusto: La Sociología del gusto

La sociología del gusto es principalmente reconocida y abordada por el sociólogo Pierre Bourdieu, donde se explora cómo las preferencias de los individuos no son solo personales, sino que están profundamente influenciadas por su estatus social y prácticas culturales que poseen y que solo forman parte del habitus, es decir, que son un conjunto de prácticas moldeables. Además, menciona que, las preferencias son una forma de capital cultural, que sirve para mantener y reforzar las prácticas sociales existentes.

Para Bourdieu (2010), el gusto se define como la capacidad de diferenciar y categorizar los objetos presentes en el entorno. Esta categorización no solo implica identificar las características distintivas de los objetos, sino también relacionarlas con preferencias personales, lo que permite a los individuos realizar elecciones basadas en dichas distinciones. Dicho en sus propias palabras, el gusto es:

La capacidad de hacer diferencias entre lo salado y lo dulce, lo moderno y lo antiguo, lo romántico y lo gótico, o entre diferentes pintores, o entre diferentes maneras de un mismo pintor, y, en segunda instancia, de probar y enunciar preferencias. (p. 32)

Su concepto del habitus o las disposiciones sociales tienen un papel importante en la formación del gusto, de tal manera que este se convierte en una herramienta fundamental

para comprender cómo la cultura y la sociedad moldean la elección y percepción de las cosas, reflejando y reproduciendo las estructuras sociales en las que vivimos. Bourdieu define al habitus como:

Sistemas de disposiciones duraderas y transferibles, estructuras estructuradas predispuestas a funcionar como estructuras estructurantes que integran todas las experiencias pasadas y funciona en cada momento como matriz estructurante de las percepciones, las apreciaciones y las acciones de los agentes frente a un acontecimiento y que él contribuye a dar forma. (Bourdieu, 1988, p. 54)

En otras palabras, el habitus se entiende como un sistema de acciones adquiridas que permite a los individuos ajustar sus acciones a las exigencias específicas de cada entorno. Este concepto actúa como un punto de conexión entre lo externo y lo interno, es decir, la interiorización de las condiciones sociales externas, en este contexto, el gusto actúa como un marcador de distinción social, diferenciando a los individuos y grupos en función de sus prácticas culturales y estilos de vida. A lo que Bourdieu menciona que:

El habitus es lo social incorporado, a lo que él llama “estructura estructurada” convirtiéndose en una estructura internalizada que se manifiesta de forma duradera en el cuerpo, como una segunda naturaleza socialmente formada. No es solo un estado del alma, sino, un estado del cuerpo una condición especial donde las situaciones objetivas se han interiorizado y transformado en disposiciones duraderas. El habitus permite la producción libre de acciones, expresiones, y preferencias, pero siempre dentro de los límites establecidos por las condiciones sociales específicas de su producción, incluso en los ámbitos más personales como los gustos y preferencias. (Bourdieu, 2010, p. 15)

Disposiciones resultantes de condiciones objetivas y sociales que parecen naturales, pero en realidad son acciones adaptadas a condiciones ajenas. De esta manera, el habitus permite la creación libre del gusto, aunque esta creación permanece condicionada por las restricciones impuestas por las circunstancias históricas, culturales y sociales que rodean al individuo. Esta idea resalta cómo las elecciones personales, aunque aparentemente autónomas, están profundamente influenciadas por el entorno y las estructuras que configuran la vida social.

En el campo de la alimentación, las preferencias alimentarias de una persona están influenciadas por el habitus, por ejemplo, alguien criado en una familia adinerada puede tener un gusto adquirido por los alimentos de alta calidad, mientras que una persona de clase más baja se inclina por elecciones más sencillas y tradicionales. Más allá de tratarse de elecciones individuales reflejan las estructuras sociales y culturales donde se han desarrollado.

El habitus y el gusto, en el contexto de la sociología del gusto, están profundamente interrelacionados. El habitus proporciona el marco en el que se desarrollan y expresan las preferencias culturales y estéticas, demostrando que, las elecciones por más personales y espontáneas que sean, están profundamente influenciadas por las estructuras socioculturales. Al incorporar y reflejar las condiciones sociales, el habitus moldea los gustos y prácticas, influyendo en los aspectos más personales de la vida diaria. Comprender este concepto permite identificar las diversas influencias que configuran las preferencias, dejando claro que el gusto no es únicamente una cuestión individual, sino también un reflejo del lugar que ocupa el individuo en la sociedad.

2.1.3.1 Forjando el gusto personal: Explorando los conceptos clave de Bourdieu (capital cultural, social y económico)

Bourdieu resalta la gran conexión entre el individuo y su entorno social en el proceso de toma de decisiones. Según su perspectiva, el individuo y la sociedad no pueden comprenderse por separado, ya que el desarrollo personal está profundamente influenciado por las estructuras sociales existentes. A través de su interacción con estas estructuras, el individuo adopta valores y preferencias que orientan sus elecciones y determinan sus gustos. En este marco, Bourdieu identifica tres tipos de capital que desempeñan un papel clave en la configuración del gusto: el capital cultural, social y económico, que más allá de ser simples recursos materiales, actúan como herramientas esenciales para modelar las preferencias estéticas y establecer las distinciones que definen las elecciones de las personas en diferentes aspectos de su vida. De acuerdo con Bourdieu:

La relación entre ingresos y consumo no puede reducirse a una simple causalidad directa, ya que el habitus formado por las condiciones sociales y económicas determinan las elecciones y principios de selección de cada individuo, esto explica cómo ingresos similares pueden producir consumos distintos. (Bourdieu, 1988, p. 382)

Este aporte permite comprender cómo las desigualdades sociales se reproducen y perpetúan a través de las preferencias y prácticas culturales de los individuos, ya que no son solo cuestiones personales, sino que están profundamente arraigadas a la posición social y económica de los mismos. En este sentido, “el gusto es una disposición adquirida, para diferenciar y apreciar o preferir, para establecer o marcar diferencias mediante una operación de distinción...” (Bourdieu, citado por Araya, y Villena, 2018, p. 226). Bajo

su apariencia de neutralidad, el gusto se convierte en una herramienta para mantener y reproducir las desigualdades sociales.

Por otro lado, el capital cultural de un individuo nace de sus prácticas e impulsos primarios además de su posición social, que se establecen como una estructura de relaciones sociales. Para Araya y Villena (2018) el capital cultural es “todo aquel conocimiento que permite producir y consumir, esto es apropiar y apreciar, crear, disfrutar, clasificar, etc. en una sociedad” (p. 231). Sin embargo, este capital es mucho más que solo eso, ya que también es una herramienta de poder para jerarquizar y definir todo lo que es válido, de tal manera que las personas eligen, se inclinan y consumen determinadas prácticas sociales y ciertos bienes, que depende tanto del contexto social como de las experiencias particulares de cada individuo.

Generalmente este tipo de capital se transmite de generación en generación a través de la herencia y la crianza, inculcando y transmitiendo así también ciertos gustos o hábitos respecto a que consumir o no de acuerdo a lo que es correcto y apropiado para cada sociedad. El capital cultural según Bourdieu, a su vez se subdivide en tres tipos:

- a. **El incorporado:** es el capital que cada individuo tiene incorporado en su cuerpo, el que se convierte en parte de su forma de actuar y ser, incluyendo sus valores.
- b. **El objetivado:** es la manifestación material de los conocimientos y habilidades que puede ser compartido por medio de diversos objetos y prácticas culturales, consiste en los objetos con valor cultural que el individuo posee.
- c. **El institucionalizado:** es aquel que se recibe por parte de instituciones sociales como el sistema educativo, que reflejan lo que se ha aprendido, son una construcción social que da valor y legitimidad a ciertas prácticas o cosas.

Más allá del capital cultural, Bourdieu enfatiza que el capital social y económico también juegan un papel crucial en la configuración de las preferencias individuales. El capital social conformado por las redes de relaciones y contratos sociales que dan acceso a información y recursos que pueden influir significativamente en las elecciones estéticas de las personas. Estas relaciones duraderas y recíprocas pueden estar basadas en lazos familiares, de amistad o de cualquier otro tipo de asociación que orientarán a las elecciones individuales.

En relación a ello Bourdieu menciona que “el valor social de las diferentes cosas depende también de la representación que los agentes se hacen del espacio social, que

depende, a su vez, de su posición en la clase y de su trayectoria social”. (Bourdieu, 2010, p. 216). Los individuos desarrollan un sentido de la orientación social en función de su posición en la sociedad, y es que guiados por este sentido, eligen prácticas compatibles con su estatus, moldeados por el capital social que refuerzan la identidad social y las preferencias de bienes y prácticas comunes y valoradas por su grupo social.

El capital social en la formación del gusto desempeña un papel crucial al proporcionar acceso a redes de relaciones y oportunidades culturales que moldean las preferencias individuales, a través de las cuales, las personas se exponen a una variedad de prácticas culturales, valores y normas que influyen en lo que consideran atractivo o deseable, enriqueciendo y diversificando así el gusto personal. Además, el deseo de pertenencia y reconocimiento dentro de un grupo social puede llevar a la adopción de preferencias culturales que reflejen los ideales y expectativas del grupo, contribuyendo así a la distinción y legitimación social.

Por su parte, el capital económico, representado por los bienes materiales y financieros de un individuo o grupo, otorga a sus poseedores poder e influencia en la sociedad al permitirles acceder a bienes y servicios que no están al alcance de todos, ampliando sus opciones y posibilidades. En lo que respecta al gusto, es importante “prestar atención a la disponibilidad que los individuos tienen de capital económico, es decir, a la posición de los individuos en las diferentes clases sociales” (Araya y Villena, 2018, p. 232). Este factor tiene una gran influencia en la formación del gusto, ya que las personas con mayores recursos pueden permitirse adquirir bienes exclusivos. “La comida y las formas de consumirse o presentarse, al igual que otros consumos, es una forma de diferenciación social que usa la clase dominante para mostrar su fortaleza económica”. (Veblen citado por Díaz y Gómez. 2005, p. 27). Bourdieu argumenta que las elecciones culturales, como la música, el arte, los libros o los alimentos que consumimos, no son simplemente resultado de preferencias individuales, sino que están profundamente arraigadas en nuestra posición dentro de la estructura social y económica. El gusto está configurado y controlado por la cultura, “la cocina de una sociedad refleja su estructura social”. (Díaz y Gómez, 2005, p. 28)

La interacción entre estos tres tipos de capital contribuye significativamente a la reproducción de las desigualdades sociales y a la construcción del gusto. El origen social influye determina el acceso a los alimentos y, en consecuencia, en los patrones de

consumo, lo que refuerza la diferenciación social. Según Bourdieu, el capital cultural no se limita a la educación formal; incluye un conjunto de conocimientos, prácticas y disposiciones adquiridas a lo largo de la vida, los cuales moldean las percepciones y preferencias individuales. El capital económico, en combinación con el capital cultural, consolida las preferencias y los gustos culturales, condicionados por los recursos disponibles y la aceptación social de ciertos bienes.

2.1.3.2 Explorando “La Distinción: Una crítica social del juicio del gusto”

La obra “La Distinción” publicada en 1979, es una de las contribuciones más destacadas del sociólogo Pierre Bourdieu. En ella, el autor explora cómo los gustos y las preferencias culturales están profundamente influenciados por la estructura social y las posiciones que los individuos ocupan en ella. Central a su análisis es el concepto de habitus, entendido como los patrones duraderos de percepción, pensamiento y acción que las personas adquieren a lo largo de su vida, moldeados por sus condiciones sociales. Bourdieu argumenta que el capital cultural (conocimientos, educación y habilidades culturales) y el capital económico (recursos financieros) desempeñan un papel clave en la configuración de los gustos. Las personas con mayor capital cultural y económico acceden a experiencias y productos culturales más diversos y prestigiosos, lo que incide directamente en sus preferencias. Además, la obra analiza cómo los gustos culturales actúan como indicadores de distinción social, delimitando las diferencias entre clases y legitimando la posición de las élites culturales y económicas. “La Distinción” demuestra que los gustos no son innatos, sino construcciones sociales determinadas por la educación y el entorno. Estos gustos no solo refuerzan identidades y posiciones sociales, sino que también perpetúan las desigualdades en la sociedad.

Entonces, la obra en sí como lo mencionan Araya y Villena (2018):

[...] tiene un propósito directriz: reconstruir teóricamente los principios o disposiciones sociales que subyacen a las acciones de los individuos y que hacen que éstos consuman o se inclinen por determinadas prácticas y bienes materiales. Qué es lo que produce el gusto y cómo eligen los individuos en el mundo de los bienes culturales. (p. 226)

Esta obra se caracteriza principalmente por su profundo análisis de la sociedad, trascendiendo los confines de la producción social del gusto y el consumo cultural. A la vez que explora estas áreas con detalle, su teoría se convierte en una brújula indispensable para comprenderlas en su totalidad. Su amplia difusión y aplicación a diversos problemas

sociales ha familiarizado a los estudiosos del mundo social con conceptos clave como habitus, gusto y capitales. Mostrando una realidad más profunda “el gusto, aparentemente neutral, es una práctica que suele recalcar las relaciones sociales de desigualdad” (Araya, y Villena, 2018)

2.1.3.3 La distinción del gusto: Cómo las preferencias estéticas refuerzan las jerarquías sociales

El gusto, como ya se ha mencionado, actúa como un mecanismo de diferenciación social y de reproducción de la jerarquía social, al reflejar y perpetuar las diferencias de clase. Estas diferencias están vinculadas a la disponibilidad de capital económico que poseen los individuos, lo cual determina su posición dentro de la sociedad. En este sentido, las preferencias y gustos de los individuos están estrechamente relacionados con las posiciones de clase que ocupan.

[...] las posiciones de clase no son ajenas al tipo de gustos que los individuos tienen... la menor disponibilidad de recursos económicos (así como ausencia de tradición familiar y menor capital cultural) impacta el habitus del gusto de las clases bajas. La ubicación de los individuos en las clases bajas marca su habitus del gusto, en tanto configura un patrón de gusto cercano a las experiencias de la vida cotidiana, en las que resalta su carácter práctico y la importancia del contenido. Por el contrario, las clases altas pueden disfrutar del arte al margen de las necesidades cotidianas, dejando de lado su carácter práctico y privilegiando, sobre todo, su carácter estético. (Araya y Villena, 2018, p. 232)

Es así como los bienes o prácticas que los individuos de clase alta consumen es seleccionado principalmente por su estética y no por su contenido. Por otro lado:

[...] la clase media, por su parte, interioriza un habitus que se caracteriza por la búsqueda de la distinción, esto es, por el deseo de alejamiento del habitus de consumo del gusto en el que se privilegia el contenido, y por la adquisición de las capacidades que hacen posible disfrutar el arte desde un punto de vista de la estética pura. (Araya y Villena, 2018, p. 233)

Tal como lo sugiere el propio concepto del gusto, su finalidad es diferenciar y apreciar, como resultado llegando a formar “esquemas clasificadores acompañados de esquemas valorativos que no son ajenos a los intereses de quienes clasifican, constituyen estructuras mentales que son compartidas por el conjunto de los agentes de una sociedad y posibilitan la producción de un mundo común” (Bourdieu, 2010, p 176). Es así como las preferencias no solo dividen el mundo, sino que también lo ordenan. Mediante la distinción y el valor otorgado a ciertas prácticas y bienes sobre otros, se crea una jerarquía, esta jerarquía no solo clasifica a los bienes y prácticas, sino también a las personas que los poseen.

Aquellos con “buen gusto” se ubican en posiciones más altas de la escala social, mientras que los de “mal gusto” se ubican en posiciones inferiores.

En esencia, la distinción entre gustos es una herramienta para clasificar y jerarquizar a los individuos en la sociedad. La jerarquía del gusto es una brecha social que separa y enfrenta a los grupos sociales, sobre todo a aquellos considerados de “mal gusto”, quienes no solo son vistos como diferentes, sino como inferiores. “Los gustos son inherentes a las repulsiones, la aversión por estilos de vida diferentes es probablemente una de las más poderosas barreras entre las clases.” (Bourdieu, 1990, p. 176)

En este contexto, la ampliación de las brechas sociales ocurre cuando aquellos que aprecian las obras de arte desde un enfoque estético de la forma, utilizan su influencia para establecer sus gustos como la norma “legítima” del arte, mientras estigmatizan otros patrones de consumo. Esta dinámica, tanto en el plano simbólico como material, convierte la diferencia etiquetada como “mal gusto” en una manifestación de desigualdad social. La competencia por el capital cultural se convierte, entonces, en una lucha por el poder de definir lo que se considera buen y mal gusto, es decir, lo que es considerado legítimo o ilegítimo en el ámbito cultural.

Es así como el gusto desempeña un papel fundamental en distinguir unas prácticas de otras, algunos bienes de otros, y unas personas de otras, contribuyendo a la consolidación de las relaciones de dominación social. Además, no solo actúa como una herramienta para consumir, sino que también:

[...] funciona como un instrumento de poder al estigmatizar y crear diferencias sociales, asignando identidades desde fuera del individuo y generando mecanismos de auto identificación social. Estas estructuras mentales, que dividen el mundo entre lo que se considera buen o mal gusto, se reflejan en el lenguaje a través de pares de adjetivos como dominante/dominado, feo/bonito, entre otros. Que representan y refieren a las divisiones más profundas dentro de un orden social establecido, así como a la división objetiva en clases sociales amplias que incluyen grupos etarios, sexuales, y sociales. (Araya y Villena, 2018, p. 235)

Esto no solo refuerza una visión de las relaciones sociales como naturalmente desiguales, sino que también establece y mantiene dichas desigualdades. Estas categorías que dividen el mundo, aunque históricamente construidas, se adquieren de manera individual y organizan tanto el pensamiento como las prácticas sociales de cada individuo dentro de esa sociedad. Además, actúan como mecanismos internalizados en el subconsciente, a través de los cuales los individuos se ubican en la jerarquía social del gusto.

Bourdieu sostiene que las desigualdades del orden social se interiorizan gradualmente en la mente de los individuos, transformándose en esquemas que estructuran su percepción y comprensión del mundo social. Estas divisiones objetivas se convierten, a través de este proceso de autoidentificación y de clasificación de los demás, en límites que definen y perpetúan las jerarquías sociales, cuyo origen social se pierde en la memoria. El gusto no solo es un indicador de distancia social, sino también un instrumento que guía a las personas hacia prácticas y bienes que se consideran adecuados para sus posiciones sociales, anticipando cómo serán valorados socialmente esos bienes o prácticas según su distribución en el espacio social y el conocimiento práctico que tienen otros agentes sociales sobre la correspondencia entre esos bienes y los grupos sociales.

Uno de los capitales más determinantes en los hábitos alimenticios es el capital socioeconómico-cultural, dado que, generalmente, la dieta varía en función del nivel socioeconómico. Por ejemplo, cuando los recursos son limitados, las decisiones de compra tienden a centrarse en alimentos no perecederos debido a su menor costo y mayor durabilidad, lo que resulta en una dieta predominantemente rica en carbohidratos. En contraste, un mayor poder adquisitivo permite acceder a alimentos más frescos y variados, configurando prácticas alimenticias distintas. Por su parte, el capital cultural, según Bourdieu, trasciende la educación formal e incluye un conjunto amplio de conocimientos, habilidades y disposiciones adquiridos a lo largo de la vida. Este tipo de capital no solo facilita el acceso a oportunidades y el logro del éxito social, sino que también influye de manera significativa en las preferencias alimenticias y la percepción de los alimentos, moldeando los hábitos y elecciones de consumo.

2.1.3.4 El impacto transformador de la socialización

A lo largo de la vida, el conocimiento del mundo se desarrolla a través del cuerpo, el cual inicialmente está profundamente influenciado por la cultura de pertenencia. Esta influencia se manifiesta en los hábitos, gustos e ideologías compartidas que moldean la primera conciencia corporal. Sin embargo, a medida que la vida avanza, se incorporan nuevos elementos culturales y experiencias que transforman esta relación, generando una sensación de extrañeza en la identidad. “La identidad y los gustos crecen y se consolidan a través de contactos e instituciones que nos ofrecen la oportunidad de llegar a un acuerdo y reconocimiento con los demás”. (Dallari citado por Bajardi, 2015, p. 110). Durante la

infancia, la persona comienza a percibir y a relacionarse con el entorno que la rodea. Luego llega el momento donde surge la pregunta sobre qué elementos definen su identidad y sus preferencias. Y es en este proceso donde reside la importancia la familia, la escuela y la sociedad, ya que son ellos quienes influyen en la formación de estos rasgos identitarios.

- **Influencia familiar:** la familia es el primer entorno social donde los individuos forjan sus preferencias, valores, gustos y costumbres culturales que influyen en su formación. Los hábitos alimenticios y las tradiciones culinarias inculcadas por los padres y otros miembros de la familia tienen un impacto duradero en los gustos individuales, por lo que estos permanecen con el individuo a cualquier lugar a donde vaya, como una manera de llevarse algo su familia con él y mantener su identidad.
- **Grupos sociales:** los amigos o instituciones reconocidas, también influyen en los gustos personales. La interacción y las actividades compartidas, introducen a los individuos a nuevas clases de alimentos, música, arte, etc. incitándoles así a la aceptación de las normas del grupo y adopción de ciertos gustos y preferencias para integrarse socialmente.
- **La educación:** la escuela es un camino a la formación del capital cultural. Los individuos al exponerse a diversas culturas, comparten normas sociales y culturales que influyen en los hábitos y preferencias individuales, como los gustos alimenticios. Además, la escuela forja el juicio crítico y la capacidad de reflexionar sobre las preferencias personales.

La formación del gusto es influenciada por factores sociales clave como la familia y la sociedad. La familia introduce a temprana edad los hábitos alimenticios y culturales, mientras que los grupos de amigos y compañeros de clases influyen en el transcurso de su vida a través de interacciones sociales y normas de grupo. Estas dinámicas sociales no solo moldean las preferencias individuales, sino que también contribuyen a la identidad y las elecciones personales a lo largo de la vida. Las relaciones que se establecen con otras personas contribuyen a vivir nuevas experiencias y aprendizajes diferentes a los de la familia, desprendiéndose así de lo habitual, no por perder la identidad individual, sino por aprender nuevas cosas que quizá puedan tener un mayor peso en el futuro.

[...] “las consecuencias de la socialización de la comida y la imposición de normas sociales regulan las necesidades y gustos individuales de alimentos inciden en cómo se van adquiriendo pautas estéticas de comportamiento con la comida”. (Simmel citado por Díaz y Gómez, 2005, p. 27). Entonces, la formación del gusto está relacionado con diversos procesos de desarrollo en base a la evolución de toda la vida de un individuo. A lo que Pérez de Lara Ferré (2001) menciona que “las personas son seres definidos y en constante construcción y cambio” (párrafo 14), por lo es fundamental tener en cuenta diversos factores sociales en el proceso de formación de su identidad.

Las preferencias estéticas, tanto a nivel individual como colectivo, se moldean a través de dos vías principales: la educación formal recibida en las instituciones educativas y la herencia cultural transmitida dentro del seno familiar. Esta influencia combinada determina la adquisición de capital cultural, es decir, la capacidad de apreciar y consumir aquello que se considera legítimo dentro de una sociedad. Además, este capital engloba un conjunto de conocimiento, habilidades y prácticas que adquiere a lo largo de su vida en diferentes espacios sociales, moldeando sus percepciones y preferencias individuales configurando así, como resultado, el gusto personal.

2.1.4 Más allá del paladar: El Sentido Social del Gusto

Pierre Bourdieu es también ampliamente reconocido por su contribución al concepto del sentido social del gusto, el cual plantea que las preferencias y elecciones personales, incluyendo las relacionadas con la alimentación, están marcadas por nuestra ubicación dentro de la estructura social, así como por las costumbres y prácticas particulares de cada individuo. De este modo, el gusto se transforma en una herramienta de diferenciación y afirmación social. A lo que el autor menciona que “el gusto está estrechamente relacionado al nivel de educación, al capital cultural y al origen social”. (Bourdieu, 2010, pp. 232-233)

El gusto no es solo una cuestión de preferencias individuales, sino que refleja y refuerza las distinciones sociales y por medio del habitus estas preferencias se interiorizan y se expresan como propias, aunque solo están condicionadas por factores históricos y sociales específicos. El gusto, a menudo considerado una cuestión de preferencias individuales, va mucho más allá de las simples elecciones personales de alimentos. Es un fenómeno social que refleja y moldea la identidad, las relaciones sociales y la cultura.

Al formar parte del habitus, se aclara la idea de que el gusto no es algo natural, sino más bien una construcción social, forjada por la educación temprana y el desarrollo posterior de la vida de un individuo en determinados entornos de la sociedad, y se afirma que las variaciones en la alimentación reflejan diferencias de clase social, y que los gustos se forman culturalmente y son regulados socialmente. Las preferencias de los individuos que generalmente son atribuidas al gusto individual son predecibles si se conoce su herencia social.

2.1.4.1 Sabores que hablan: La construcción de identidades y la inclusión o exclusión a través de los hábitos alimenticios

Las elecciones estéticas y los gustos, que incluyen decisiones sobre estilo personal, moda, hábitos y otras formas de expresión, desempeñan un papel crucial en la construcción de la identidad personal y en el proceso de pertenencia a grupos sociales. A través de estas elecciones, las personas tienen la oportunidad de expresar su individualidad, comunicar diversos aspectos de su identidad, demostrar su vínculo con determinados grupos y marcar una diferenciación social. Estas decisiones, a su vez, están moldeadas por las normas culturales y el contexto social en el que se encuentran, lo que puede fortalecer tanto la cohesión interna de los grupos como generar procesos de exclusión social. En este contexto, los hábitos alimenticios son una parte integral de la construcción de la identidad personal y la pertenencia a grupos sociales. Las elecciones de alimentos y los modos de consumo reflejan y refuerzan la identidad, las creencias, tradiciones y las comunidades a las que se pertenece; estos hábitos pueden ser influenciados por la cultura, la religión, la clase social, las interacciones sociales, y sirven como un medio para expresar la individualidad y la afiliación a ciertos grupos.

Mary Douglas sugiere que:

[...] cada individuo por cultura se introduce en un mundo que es preestablecido y juzgado para él, al investigar los hábitos culturales de la comida, se puede conocer los principios y la jerarquía de los gustos, sabores y olores difieren de unas sociedades a otras, siendo expresiones de exclusión e inclusión y eventos sociales. (Douglas citado por Díaz y Gómez, 2005, p.29)

Las personas, de manera inconsciente, eligen prácticas y bienes que están en línea con lo que se considera legítimo según sus habitus, que son disposiciones internas y hábitos adquiridos a lo largo de su vida, en este sentido, el gusto sirve para marcar diferencias sociales: desde fuera, asigna una identidad social a la persona, y desde dentro, ayuda al

individuo a identificarse socialmente. Entonces, Sanchis (2020), dice que: “La construcción de la identidad se trata, por tanto, de un proceso multifactorial que se retroalimenta constantemente, donde las experiencias vitales crean esta identidad, que, a la vez, condiciona las vivencias posteriores, que de nuevo es alimentada por ellas”. (Sanchis, 2020, párrafo 7)

Es así como las elecciones estéticas, como el estilo de vestir, música preferida, alimentos que se consumen, y la expresión artística, son formas en las que los individuos comunican su identidad y valores personales, reflejando así sus gustos, influencias culturales y el entorno social en el que viven. Al adoptar ciertos estilos estéticos, las personas se alinean con grupos que comparten esos mismos gustos, reforzando su sentido de pertenencia y diferenciándose de otros grupos, es así, las elecciones estéticas no solo construyen la identidad personal, sino que también facilitan la conexión y la cohesión dentro de grupos sociales específicos, demostrando cómo las preferencias estéticas contribuyen a la construcción de la identidad personal y la pertenencia a grupos sociales. “La inclusión y la pertenencia son clave en la identidad social, esta se fortalece a través de gustos compartidos, como puede ser la admiración por los mismos artistas o moda”. (Ramírez, 2018, sección de Medio de inclusión y pertenencia)

Es así como las elecciones alimentarias personales, como ser vegano o seguir una dieta específica, reflejan la identidad individual a través de valores personales y preferencias. A nivel colectivo, los hábitos alimenticios también alinean a las personas con grupos sociales específicos, como comunidades veganas o grupos fitness, basándose en valores compartidos y tradiciones culturales, fortaleciendo así el sentido de pertenencia e identidad grupal. Estos hábitos no solo promueven la cohesión dentro de los grupos, sino que también contribuyen a la diversidad y riqueza de prácticas alimenticias en contextos sociales y culturales diversos, enriqueciendo la experiencia humana a través de la comida.

Por otro lado, también el gusto actúa como medio para imponer las preferencias de clases dominantes como superiores a través de instituciones culturales como industrias, universidades y medios de comunicación, que promueven y valoran sus preferencias estéticas. Estas instituciones, al respaldar las preferencias de las clases dominantes, las presentan como estándares de “buen gusto” o “alta cultura” que implica una valoración diferencial de los gustos, donde las preferencias asociadas con las clases altas se

consideran más refinadas y valiosas, mientras que los gustos populares o de clases trabajadoras se desvalorizan. La valoración de estos gustos está fuertemente influenciada por normas culturales y sociales que reflejan y refuerzan las divisiones de clase y el acceso a recursos. Las dietas de las clases dominantes no solo se basan en la salud y la calidad de los alimentos, sino también en el capital cultural y la capacidad de acceso a opciones alimentarias más caras y culturalmente valoradas.

La clase dominante impone como verdades universales, impone sus gustos, gestos y fobias, para representar como colectivo su propio interés e imprimir sus ideas a todos. Cómo alimentarse, vestirse, educarse e incluso hablar, soñar, entender, disfrutar y confiar, bajo una red de estereotipos exhibidos por la dictadura cultural y comunicación dominantes. (Abad, 2018, párrafo 6)

Las elecciones alimenticias no solo muestran la individualidad, sino que también expresan la pertenencia cultural. Optar por una dieta sin gluten o preferir productos locales no solo refleja preocupaciones de salud, sino también la conexión con comunidades y tradiciones específicas. Estas decisiones definen estilos de vida y actúan como indicadores de valores personales y preocupaciones ambientales. A nivel personal, los hábitos alimenticios muestran preferencias individuales influenciadas por factores como la educación y la salud. A nivel colectivo, simbolizan la identidad cultural y social, fortaleciendo los lazos dentro de un grupo y diferenciándolo de otros. Moldeados por normas culturales y sociales, y adaptados a través de la globalización y la migración, estos hábitos también pueden indicar estatus social, enriqueciendo la identidad alimentaria en diversos contextos.

2.1.5 Explorando la identidad a través de la alimentación

Identidad y alimentación, aunque suene algo extraño, la relación entre estos dos ámbitos es bastante común y necesaria para entender la identidad y adaptación de un individuo en un nuevo entorno. Esto debido a que la comida no solo satisface la necesidad biológica del ser humano que es el hambre, sino que también tiene un papel fundamental en la construcción y expresión de la identidad individual y colectiva, las elecciones alimentarias reflejan o refuerzan prácticas culturales, tradiciones, pertenencia a grupos sociales e incluso religión. La alimentación puede ser una forma de resistencia y afirmación de la identidad en contextos de globalización y cambio social.

La comida, es flexible y está profundamente ligada a las identidades culturales de las personas, ayudándoles a definirse y distinguirse de otros grupos. “Mientras que las

zonas urbanas tienden a cambiar y adaptar la cocina con más frecuencia que las rurales, aquellos aspectos más estrechamente vinculados a la identidad tienden a cambiar lentamente en todos los entornos”. (Lewis, *et al.*, 2022, párrafo 1). Además de ello:

La comida se mueve a través de culturas con notable frecuencia y facilidad, a menudo más que cualquier otra tradición. En ocasiones, las prácticas culinarias viajan junto con los alimentos, mientras que otras veces los alimentos se combinan con las tradiciones culinarias existentes para formar nuevas prácticas y hábitos. Al igual que la cultura misma, los alimentos se comparten dentro y entre comunidades, adaptándose a circunstancias y entornos cambiantes. (Lewis *et al.*, 2022, párrafo 1)

La alimentación, o la cultura gastronómica es una parte esencial de la identidad humana, capaz de unir o separar a las personas. Más que eso, “la alimentación es un pilar fundamental de nuestra existencia, reflejando no solo la historia, geografía y política de una nación, sino también su esencia cultural”. (UCMA. 2024, párrafo 2). Las diversas culturas tienen distintas formas de preparar y consumir alimentos, la comida y la cultura están estrechamente relacionadas, revelando aspectos sobre las personas y sus interacciones, cada una narra la historia sobre sus orígenes y su significado cultural.

De acuerdo con Vilaplana, (2003), la alimentación está condicionada por muchos factores, la disponibilidad es uno de ellos. La alimentación actúa como un signo de identidad, influenciada por condicionantes geográficos, climáticos, sociales, económicos, religiosos e ideológicos, que pueden favorecer o impedir que la dieta sea nutricionalmente adecuada. Una parte crucial de la cultura humana está constituida por su alimentación, vinculada a su entorno y factores como el clima y la geografía. (párrafo 2)

Vilaplana también menciona que valores religiosos e ideológicos tienen mucho peso sobre los hábitos alimenticios, influyendo en la formación de una cultura alimentaria y gastronómica concreta. Además, los avances tecnológicos y la sociedad industrial en un mundo globalizado nos alejan de la naturaleza y nos acercan más al supermercado, lo que lleva a una pérdida de señales de identidad y a una alimentación cada vez más universal y desligada de la cultura, siendo reemplazada la comida tradicional por las instantáneas.

Existen diversas reglas y costumbres en torno a la comida y la alimentación, clasificadas como recetas alimentarias o tabúes alimenticios. Estas regulaciones alimentarias son normas sociales que conectan la producción y el consumo con el mantenimiento de la identidad cultural, son bastante comunes en todas las culturas y ayudan a establecer y mantener la identidad de un grupo. (Lewis, *et al.*, 2022, párrafo 10)

La comida une a personas de todas las nacionalidades, siendo así un elemento fundamental de muchas culturas, un componente central de incontables tradiciones y un

testigo de la historia de una región. Normalmente se asocia la comida con prácticas culturales (como hacer una cena familiar por un cumpleaños), valores (como comprar productos frescos en el mercado en lugar de en las tiendas), prácticas religiosas (como hacer y comer la fanesca) y otras tradiciones que hablan de la herencia cultural. Muy libre del lugar de origen de un platillo, “gran parte de la identidad cultural se consolida alrededor de la comida, además, los platillos tradicionales generalmente tienen una larga historia, a menudo remontándose a tiempos ancestrales y a la dieta de nuestros antepasados”. (Casas, 2021, párrafo 7). Por todo ello, la comida se transforma en una expresión que representa la historia e identidad, los valores y la cosmovisión de una sociedad.

La alimentación no solo satisface necesidades básicas, sino que también actúa como un poderoso medio de expresión cultural y social. Y es que, a través de las elecciones alimenticias, se afirma la identidad individual y colectiva, se transmite tradiciones ancestrales y permite conectarse con comunidades que comparten los mismos valores y creencias. Este vínculo entre identidad y alimentación no solo enriquece la diversidad culinaria, sino que también subraya la importancia de la comida como un símbolo de resistencia y continuidad cultural en un mundo globalizado en constante cambio.

2.1.6 Sabor global: La alimentación en la era de la globalización

Cada elección alimentaria está influenciada por una compleja red de significados sociales, tanto a nivel estructural como simbólico. “Comer no es solo el acto de alimentarse, comer es una expresión de quién se es en un tiempo y espacio” (Bourdieu, 1979, citado por Peraza y Castillo, 2017, p. 3). Sin embargo, esta afirmación se complejiza cuando se da un vistazo a la realidad social actual, cuando ya desde hace mucho todo empezó a seguir una tendencia común, todo se ha ido homogeneizando, en donde la globalización ha tenido un papel protagónico.

Al hablar de la alimentación en la era global se debe considerar los efectos de la globalización. La globalización de hábitos y prácticas ocurre a medida que las naciones adoptan diferentes modelos y estrategias para producir, transformar, distribuir y consumir alimentos. Por otro lado, la alimentación es un ámbito bastante complejo. A primera vista, podría parecer que solo implica las decisiones que una persona toma sobre los alimentos que consume, pero esto no es así. Hablar sobre alimentación implica necesariamente

considerar el contexto social, ya que todo lo relacionado con la alimentación está influenciado por los usos y costumbres específicos de diferentes grupos sociales.

A lo largo de la historia de la humanidad, las tendencias en el consumo de alimentos han experimentado cambios significativos, especialmente en las últimas cinco décadas, en consonancia con el avance de la globalización. Las dietas contemporáneas, moldeadas por este proceso de cambio a nivel mundial, están siendo objeto de críticas actualmente. Estas críticas se fundamentan en ciertos criterios que se consideran subóptimos en cuanto a las necesidades nutricionales de las personas. (Piñeiro, *et al.*, 2021, p. 3)

Los sistemas alimentarios a nivel nacional varían significativamente y han experimentado cambios a lo largo del tiempo, influenciados por la disponibilidad de recursos naturales, la historia cultural y económica de cada país. Las tendencias actuales en la manera de alimentarse revelan un cambio significativo en los comportamientos básicos: los horarios de las comidas se han extendido, pero la importancia que se les atribuye ha disminuido; el contexto doméstico y familiar de la alimentación ha sido alterado, perdiendo parte de su sociabilidad y volviéndose más individualista. Además, las comidas tradicionales ahora compiten con productos alimenticios industriales, que son homogéneos e indiferenciados. El impacto de la globalización en las elecciones alimenticias ha sido profundo, transformando las preferencias y ampliando el acceso a nuevos sabores e ingredientes de todo el mundo. Con el creciente nivel de interconexión entre las sociedades y el aumento de los viajes y la migración entre países, el intercambio de tradiciones culinarias y técnicas de cocina se ha intensificado notablemente.

En la era de la globalización, la fusión de cocinas y la adopción de alimentos extranjeros se han convertido en una tendencia común que enriquece la gastronomía mundial. Este fenómeno permite la combinación de ingredientes y técnicas culinarias de diversas culturas, creando platos únicos y deliciosos que reflejan la diversidad cultural y la innovación en la cocina. Como, por ejemplo: el sushi, un plato muy conocido, tradicional de Japón, pero que gracias a la globalización se ha vuelto muy popular en todo el mundo; el arroz chaulafán, que combina técnicas e ingredientes de la cocina china y peruanos; el tex-mex, platillo que combina elementos de la comida mexicana y de Texas, contiene queso cheddar, carne de res, y tortillas de harina, creando platos como nachos, fajitas y burritos; entre otros platos. Además, las grandes industrias de comida rápida como McDonald's y KFC, que se han expandido mundialmente, tienen gran influencia en las preferencias alimentarias locales.

Aunque hay mucha información y muchas opciones de alimentos disponibles gracias a la globalización alimentaria, es difícil decidir qué comer y estar seguro de que se está haciendo la elección correcta. Esto se debe a que las instituciones sociales tradicionales, como la familia, la escuela y el estado, ya no regulan nuestra alimentación como antes. Esto ha llevado a la pérdida de la estructura en los hábitos alimenticios, menos interacción social durante las comidas, falta de horarios fijos para comer y la desaparición de rituales alrededor de la comida, es decir, aunque hay más información y opciones que nunca, tomar decisiones adecuadas sobre qué comer se ha vuelto más complicado.

2.1.6.1 Sabores del mundo y de Ecuador: Un recorrido por los alimentos más populares

La gastronomía mundial y local ofrece una gran diversidad de sabores y alimentos que reflejan la historia, cultura y preferencias de diferentes lugares. Explorar los alimentos más consumidos a nivel mundial permite entender las tendencias globales, las influencias culturales y la disponibilidad de recursos que moldean los hábitos alimenticios, a su vez, analizar los alimentos más consumidos en Ecuador brinda una visión única de cómo las tradiciones, el clima y la geografía influyen en la cocina ecuatoriana, destacando la riqueza y variedad de las costumbres culinarias que unen y distinguen a las personas.

A pesar de que depende del país para determinar los alimentos más consumidos a nivel global, existen alimentos universales que son consumidos muy comúnmente en la mayoría de los países, como lo es el caso del infaltable arroz, que es el alimento más comúnmente consumido por todos además claro de las harinas, carnes rojas, etc. si bien es cierto, la globalización ha acercado hábitos y recetas de todos las regiones del mundo al resto y son muy pocos los alimentos que no se conozcan en los demás países, aunque no se puede asegurar que en todos los lugares sean bien aceptados.

De acuerdo con Morales (2023), entre los alimentos más consumidos a nivel mundial están: 1. el arroz que es la base de la mayoría de las gastronomías del mundo; 2. el maíz, imprescindible en Latinoamérica; 3. el trigo que es la base del pan y pasta consumidos en todo el mundo; 4. la carne de cerdo que es la carne más consumida, pero que algunas personas por cuestión de religión la evitan, le sigue la 5. carne de pollo que su consumo también es bastante consumida; 6. huevos como alimento primordial para los desayunos gracias a su gran aportación de proteína; y 7. el azúcar y la cebolla para dar sabor a las comidas y darles un toque único.

Por otro lado, el Ecuador es un país caracterizado por gran diversidad cultural y geográfica que se refleja en gastronomía, ya que es la fusión de diversas culturas, sabores y tradiciones, destacados por utilizar ingredientes frescos y naturales, como es el caso de las frutas tropicales que se utilizan para hacer postres y jugos; además, este país es conocido también por la producción y consumo de granos como el maíz y la quinua presentes en varios platos tradicionales.

La gastronomía ecuatoriana se caracteriza principalmente por platos como el ceviche, el llapingacho, la fritada y el encebollado, sin embargo, como en el caso del alimento más consumido a nivel mundial, el arroz también es que predomina como el alimento más consumido en el país, siendo el principal ingrediente para casi todos los platillos del país. (Empresas Ecuador, 2023)

La alimentación juega un papel fundamental en la cultura e identidad de un país, sin embargo, se debe tener en cuenta que para determinar el producto más consumido se debe considerar diversos factores como el precio, calidad, gustos de los consumidores, disponibilidad del mercado y por supuesto, economía de las personas, además también claro de la influencia de la globalización en los hábitos alimenticios. Al comprender los hábitos en cuanto a alimentación de una sociedad, brinda una visión profunda de su cultura, identidad y forma de vida.

2.1.6.2 Tendencias alimentarias entre regiones: Una comparativa entre la Costa y la Sierra

La gastronomía ecuatoriana es muy rica y diversa, que es el resultado de la mezcla de diferentes culturas que han poblado el país, los distintos alimentos e ingredientes de cada región varían de acuerdo con su entorno. Reflejando así las diferentes tendencias alimentarias que existen en las distintas regiones del Ecuador, desde la Costa con sus típicos mariscos frescos, hasta la Sierra con sus platos típicos de sabores andinos, ofreciendo así cada uno una experiencia gastronómica única que refleja su identidad cultural y su entorno social.

La comida de la Costa ecuatoriana es una rica fusión de sabores, tradiciones y culturas que refleja la diversidad y la abundancia de su tierra y mar, en esta región, la gastronomía no solo es un placer culinario, sino también un elemento esencial de la identidad y la vida cotidiana de sus habitantes. La Costa, por su clima cálido, es reconocida principalmente por sus platos típicos costeros, caracterizados por el uso de

mariscos frescos, verde y yuca, cuentan historias de herencia indígena, influencias africanas y mestizaje cultural.

Entre sus principales platos están: el ceviche, el encebollado, el bolón y sango de verde, corviches, pescado frito entre otras. (Irma, 2023) Cada uno de estos platillos no solo deleita el paladar, sino que también refleja la rica herencia cultural y la biodiversidad de la costa ecuatoriana. El ceviche, por ejemplo, destaca por su frescura y acidez, combinando mariscos con jugo de limón y especias, mientras que el encebollado, una sopa robusta de pescado y yuca, es famoso por ser el remedio perfecto para los trasnochos; el bolón y sango de verde, ambos a base de plátano, muestran la creatividad culinaria en el uso de ingredientes locales, estos platos son ejemplos perfectos de cómo la cocina costera combina los sabores del mar. Cada plato es una invitación a explorar la riqueza cultural y gastronómica de la costa ecuatoriana, ofreciendo una experiencia culinaria que va más allá del simple acto de comer.

A diferencia de la región Sierra que tiene un clima más frío, la comida es un testimonio vibrante de la riqueza cultural y la diversidad geográfica de esta región andina, la sierra ofrece una abundancia de ingredientes frescos y nutritivos que se reflejan en su gastronomía. Los platos serranos, caracterizados por el uso de papas, maíz, granos, carnes y una variedad de hierbas y especias, no solo satisfacen el paladar, sino que también narran historias de antiguas civilizaciones indígenas y tradiciones ancestrales que han sido transmitidas de generación en generación, atrapando la esencia de la identidad y la resiliencia de su gente.

Gracias a su gran diversidad, es considerada una de las regiones más importantes del país, los platos típicos de esta región incluyen: el cuy, el locro, el hornado, tortillas, el mote con fritada, etc. Esta gran variada no solo refleja la riqueza de ingredientes en la sierra, sino también la capacidad de sus habitantes para fusionar tradición e innovación en la cocina. La importancia de la gastronomía serrana va más allá del ámbito culinario, ya que desempeña un papel central en las celebraciones, rituales y la vida cotidiana de la comunidad.

Las prácticas alimentarias entre la Costa y la Sierra ecuatorianas resaltan cómo el gusto refleja la identidad cultural y el entorno de cada región. La Costa, con sus mariscos frescos y platos a base de plátano, ofrece sabores vibrantes y exquisitos que evocan la riqueza del mar y la influencia de diversas culturas. Mientras que, por otro lado, la Sierra

presenta sabores robustos y nutritivos, derivados de ingredientes andinos que narran historias de antiguas civilizaciones andinas y tradiciones transmitidas a lo largo de generaciones.

Estas diferencias en el gusto no solo deleitan el paladar, sino que también sirven como marcadores de distinción cultural, mostrando cómo cada región del Ecuador utiliza su gastronomía para expresar su singularidad y conectar a sus habitantes con su herencia y entorno. Al explorar estos sabores, se descubre una riqueza culinaria que va más allá del simple acto de comer, revelando la esencia de la identidad ecuatoriana a través del gusto.

2.1.7 Más allá del plato: Alimentación vs nutrición

La alimentación y la nutrición son conceptos interrelacionados pero distintos, fundamentales para la salud y bienestar de las personas, la relación entre estos dos términos es fundamental para entender cómo los hábitos alimenticios afectan al cuerpo humano. La alimentación no se limita solo a comer, sino que abarca las elecciones diarias y culturales en torno a los alimentos. Por otro lado, la nutrición se enfoca en cómo esos alimentos proporcionan los nutrientes esenciales que el cuerpo necesita para funcionar correctamente.

Entonces para profundizar, por alimentación se entiende “el proceso del ingreso o aporte de alimentos en el organismo para tomar una serie de sustancias de los alimentos para complementar la nutrición”. (Alimentación y nutrición, s.f., párrafo 6). Por otro lado, “la nutrición es un proceso biológico mediante el cual los organismos obtienen y asimilan los nutrientes esenciales para su supervivencia a partir de fuentes orgánicas o inorgánicas”. (Fernández, 2020). Su objetivo es proporcionar la energía indispensable para el adecuado funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales de los seres vivos. Para García (2023), la nutrición, [...] “es el conjunto de procesos por los que el organismo transforma y utiliza las sustancias contenidas en los alimentos, sintetizando los componentes necesarios y esenciales para mantener la vida”. (párrafo 8)

Al estudiar estos términos se puede comprender cómo las decisiones alimenticias pueden influir en la nutrición y bienestar general, por lo que es necesario adoptar una dieta equilibrada que satisfaga tanto las necesidades culturales como nutricionales. Es fundamental reconocer que las elecciones alimenticias no solo satisfacen las necesidades culturales y emocionales, sino que también tienen un impacto directo en la obtención de

los nutrientes necesarios para el funcionamiento óptimo del cuerpo. Al adoptar hábitos alimenticios equilibrados, se asegura una nutrición adecuada que no solo sustente la vitalidad, sino que también promueva una vida más saludable y plena.

La alimentación de un individuo está determinada por la disponibilidad de alimentos y sus preferencias que dependen de factores colectivos e individuales, como lo es la cultura, valores religiosos, educación, etc. la alimentación que sigue cada persona está ligada a su entorno. “Normalmente las personas al elegir los alimentos, no suelen guiarse por su valor nutritivo, sino por sus cualidades, sentido emocional, cultural o social”. (García, 2023, párrafo 4)

2.1.7.1 El plato del buen comer

El “Plato del buen comer” es una guía nutricional desarrollada para fomentar una alimentación saludable, con el objetivo de proporcionar a la población una herramienta que facilite la elección de alimentos de manera equilibrada y variada, donde también se detalla la cantidad y que debe contener un plato para alimentarse de manera nutritiva. Para Janire (2019), “el plato del buen comer es una herramienta nutricional que busca mejorar los hábitos alimenticios, enseñando los diferentes tipos de alimentos que existen y cómo deben ser combinados, ya que si no se lo hace correctamente podemos dañar nuestra salud”. (párrafo 1)

Los beneficios del plato del buen comer ayudan a gozar de un buen estado de salud, tanto físico como mental. De acuerdo con Janire (2019), entre los principales están:

- Enseña a elegir de forma racional las comidas en función a su color, propiedades y beneficios.
- Combinar los diferentes grupos nutritivos correctamente.
- Implementar una gran variedad de alimentos a la dieta.
- Asegura ingerir todos los nutrientes que el cuerpo necesita.
- Incrementa la cantidad de alimentos ricos en nutrientes y bajos en calorías.
- Logra un gran equilibrio energético y nutricional de acuerdo con cada cuerpo.
- Evita enfermedades como la obesidad y diabetes.

Entonces, el plato del buen comer es una herramienta fundamental para promover hábitos alimenticios saludables y equilibrados entre la población. Al enfatizar la importancia de consumir una variedad de alimentos que garantiza la ingesta adecuada de nutrientes esenciales para el bienestar general. Esta herramienta no solo contribuye a la

prevención de enfermedades, sino que también fomenta una mejor calidad de vida a través de una alimentación balanceada. Y no solo beneficia a individuos, sino que también tiene un impacto positivo en la salud pública al promover prácticas alimenticias que pueden ser transmitidas de generación en generación, fortaleciendo así la salud y el bienestar de la sociedad total.

2.1.7.2 Cantidad vs calidad

Una buena alimentación no solo implica ingerir alimentos por gran cantidad, sino obtenerlos en un balance apropiado. Por lo que no es lo mismo cantidad que calidad, lo primero se refiere a la cantidad total de alimentos consumidos, mientras que la calidad se refiere al valor nutricional y la riqueza de nutrientes presentes en los alimentos. Por lo que es fundamental diferenciar bien estos dos términos para comprender cómo las elecciones alimenticias impactan la salud y bienestar. Consumir grandes cantidades de alimentos no garantiza una nutrición adecuada si estos no son nutritivos.

“Para alimentarse correctamente es necesario conocer la composición de los alimentos, para así elegir los que sean más adecuados y conseguir así un buen estado de salud además de un crecimiento y desarrollo óptimo”. (Martínez y Pedrón, 2016, p. 3)

Esta distinción entre alimentación y nutrición se vuelve especialmente relevante en el contexto de estudiantes no locales, quienes a menudo enfrentan desafíos únicos relacionados con sus hábitos alimenticios. Al trasladarse a un nuevo entorno, estos estudiantes pueden encontrarse con limitaciones en la disponibilidad de alimentos familiares, lo que puede llevarlos a optar por cantidad sobre calidad en sus elecciones alimenticias. Para este tipo de estudiantes, es crucial entender que una alimentación equilibrada y rica en nutrientes es esencial para mantener su salud física y mental durante su periodo de estudios.

Tanto la cantidad como la calidad de los alimentos consumidos son importantes, pero es la calidad la que asegura que el cuerpo reciba los nutrientes necesarios para funcionar de manera óptima. En el caso de los estudiantes no locales, adoptar una dieta nutritiva y balanceada puede ser un verdadero desafío, pero es una inversión esencial en su salud y éxito académico. Al priorizar la calidad sobre la cantidad, los estudiantes pueden garantizar que su alimentación contribuya positivamente a su nutrición y bienestar general.

2.1.8 Detrás del telón: La dramaturgia de Goffman en la vida universitaria

La vida cotidiana de los estudiantes universitarios está llena de interacciones sociales que moldean y reflejan su identidad, tanto dentro como fuera de la universidad, se caracteriza principalmente por una combinación de actividades académicas, sociales y personales que varían según la universidad y el entorno del estudiante. Además de asistir a clases y estudiar, los estudiantes universitarios participan en diversas actividades que enriquecen su experiencia universitaria como salir a bailar o tomarse algo con sus amigos, ir de viaje a lugares cercanos, cocinar entre amigos, etc., de tal manera que se encuentran inmersos en un constante proceso de presentación y representación de sí mismos.

El sociólogo Erving Goffman brinda una gran perspectiva de estas interacciones a través de su teoría sobre la dramaturgia, donde compara la vida cotidiana con una obra de teatro en la que cada individuo es un actor que desempeña diferentes roles en diversos escenarios. Según Goffman, la vida social se compone de actuaciones en las que las personas intentan controlar la impresión que dan a los demás, utilizando estrategias conscientes y subconscientes para llegar a un grupo o persona específica.

[...] cuando un individuo llega a la presencia de otros, trata por lo general de adquirir información acerca de estos o de poner en juego la que ya posee. Aunque parte de esta información es buscada como un fin en sí, hay por lo general razones muy prácticas para adquirirla. La información acerca del individuo ayuda a definir la situación, permitiendo a los otros saber de antemano lo que él espera de ellos y lo que ellos pueden esperar de él. Así informados, los otros sabrán cómo actuar a fin de obtener de él una respuesta determinada. (Goffman citado por Jsantaren, 2019, párrafo 2)

Aplicando el enfoque de Goffman a la vida de los estudiantes universitarios, se puede observar cómo estos jóvenes asumen distintos papeles y se adaptan a las expectativas y normas de cada contexto en el que se encuentran. Por lo general, en las aulas, los estudiantes presentan una imagen de seriedad y compromiso académico, mostrando concentración y dedicación al estudio; en sus habitaciones de residencia, muestran aspectos más informales y personales de su identidad; y en eventos sociales, revelan su faceta más sociable y divertida.

Es así como la teoría de la dramaturgia de Goffman permite entender mejor las dinámicas sociales de la vida universitaria, revelando cómo los estudiantes manejan las impresiones y construyen su identidad a través de sus interacciones cotidianas. De tal manera que se muestran diferente ante otras personas intentando transmitir de manera

consciente muchas de las veces, cierta imagen de ellos a los demás, para ello interpretan el papel que desean transmitir. Así, toda esta interacción social es una dramatización que se desarrolla en el teatro, en este caso en entorno universitario, para la audiencia que es el resto de individuos de su entorno.

2.1.8.1 El banquete universitario: Explorando la vida cotidiana de los alimentos en estudiantes universitarios

La alimentación es un componente esencial de la cultura. Los hábitos alimenticios de estudiantes no locales pueden reflejar cómo ellos ajustan su dieta para incorporar elementos de la cocina local, lo cual refleja su grado de integración en la nueva comunidad y la forma en que mantienen sus propias tradiciones culturales en un entorno diferente, además, los cambios en los hábitos alimenticios pueden tener un impacto significativo en su salud.

Los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios suelen variar ampliamente debido a factores como el origen cultural, las circunstancias económicas y la disponibilidad de alimentos. Muchos de ellos tienden a incorporar alimentos y platos típicos de la región donde estudian, como una forma de adaptarse y sentirse parte de la comunidad universitaria y local; al mismo tiempo, tratan de mantener sus tradiciones alimenticias y preparan comidas típicas de su lugar de origen cuando es posible, lo cual puede incluir traer ingredientes específicos de casa o buscar tiendas que vendan productos de su zona.

“La adaptación a nuevos horarios de comida es común, ya que los estudiantes ajustan sus tiempos de desayuno, almuerzo y cena para alinearse con las prácticas locales o las exigencias de su horario académico” (Pinto, 2019, p. 12). Debido a la carga académica y la posible falta de tiempo, muchos recurren a alimentos rápidos y convenientes, como comidas rápidas, alimentos precocinados o snacks, lo que puede llevar a una dieta menos balanceada.

La calidad nutricional de la dieta de estos estudiantes puede variar significativamente ya que algunos pueden experimentar una dieta menos saludable debido a restricciones presupuestarias, mientras que otros aprovechan la oportunidad para mejorar sus hábitos alimenticios si tienen acceso a mejores opciones. Los estudiantes no locales también pueden cambiar sus hábitos alimenticios en función del entorno social, consumiendo más alimentos saludables si sus amigos locales tienen buenos hábitos

alimenticios, o adoptando prácticas menos saludables en ambientes donde prevalece la comida rápida.

Otro aspecto importante para considerar es que muchos estudiantes no locales enfrentan restricciones económicas que afectan sus hábitos alimenticios, optando por alimentos más económicos, que no siempre son los más nutritivos, y buscando maneras de equilibrar sus gastos con la necesidad de una dieta adecuada. A menudo tienen que adaptarse a los ingredientes disponibles en su nuevo entorno, lo que puede llevar a la modificación de recetas tradicionales o la incorporación de nuevos alimentos en su dieta. Muchos dependen de los comedores universitarios para sus comidas diarias, y la calidad y variedad de estos servicios pueden influir significativamente en sus hábitos alimenticios.

2.1.8.2 Descubriendo identidades: ¿Quiénes son los estudiantes no locales?

En el panorama universitario, los estudiantes no locales juegan un papel crucial en la diversificación y enriquecimiento de la universidad. Estos estudiantes, provenientes de diferentes lugares y culturas, optan por estudiar fuera de sus localidades por una variedad de razones académicas, personales y socioeconómicas. Desde la búsqueda de una educación de calidad y oportunidades de investigación hasta el desarrollo personal y la exploración de nuevos idiomas y culturas, la decisión de estudiar fuera no solo transforma las trayectorias educativas individuales, sino que también contribuye significativamente a la construcción de sus identidades.

Los estudiantes no locales, comúnmente conocidos como “estudiantes foráneos”, son aquellos que se desplazan desde su lugar de origen para estudiar en una institución educativa fuera de su región o país natal. Estos estudiantes suelen tener una diversidad de características demográficas, culturales y socioeconómicas que los distinguen de la población estudiantil local. Kassandra Ortega (2024), define a los estudiantes no locales como: “aquellos estudiantes que realizan sus estudios en una institución educativa ubicada fuera de su ciudad de origen, por lo que se trasladan geográficamente a otro lugar para vivir y continuar con sus estudios”. (párrafo 3)

Entre las características más comunes que presentan estos estudiantes se están:

- a) Jóvenes adultos, generalmente en un rango de edad de 18 a 30 años.
- b) Estudiantes que provienen de distintas regiones.

- c) Poseen distintos vocablos, tradiciones, costumbres y diversidad de formas de expresión.

Los estudiantes eligen estudiar fuera de su lugar de origen por una variedad de motivos, los cuales pueden clasificarse en académicos, personales y socioeconómicos. Entre las razones académicas, destacan la búsqueda de una educación de mayor calidad, con la posibilidad de ingresar a universidades de alto nivel que ofrecen carreras que no están disponibles en su ciudad natal o incluso no hay universidades cercanas. Además, algunas universidades suelen contar con recursos educativos de primera categoría, tales como laboratorios especializados, bibliotecas completas y profesores altamente capacitados. La experiencia de estudiar fuera también abre la puerta a oportunidades valiosas en áreas como la investigación, las prácticas profesionales y la creación de redes de contacto con organizaciones relevantes.

En cuanto a las razones personales, muchos jóvenes buscan la oportunidad de vivir y estudiar en un entorno diferente, considerando esta experiencia como una oportunidad para su crecimiento personal, desarrollo de independencia y el intercambio cultural. Otra motivación es la obtención de títulos académicos reconocidos, que a menudo brindan mejores oportunidades laborales. Además, muchas universidades ofrecen becas y ayudas financieras, lo que facilita el acceso a la educación superior para estudiantes de recursos limitados, a diferencia de instituciones donde los gastos deben ser cubiertos de manera exclusiva por el estudiante.

Los estudiantes no locales, también conocidos como “foráneos”, representan una valiosa contribución a la diversidad y enriquecimiento cultural de las universidades. Al decidir estudiar fuera de su lugar de origen, estos estudiantes no solo buscan ampliar sus horizontes académicos y profesionales, sino que también se embarcan en una aventura de autodescubrimiento y crecimiento personal. Su presencia en el nuevo entorno no solo diversifica el ambiente estudiantil, sino que también fomenta el intercambio de ideas y culturas entre estudiantes de diferentes orígenes.

2.1.8.3 De sabores familiares a nuevas experiencias: Desafíos y estrategias de los estudiantes no locales

Los estudiantes no locales a menudo enfrentan grandes desafíos al adaptarse a entornos universitarios lejos de sus hogares, en cuanto a sus hábitos alimenticios al adaptarse a nuevos entornos universitarios. La transición a una cultura alimentaria diferente puede

implicar ajustes significativos, desde la disponibilidad de alimentos familiares hasta la adaptación a nuevas opciones alimentarias y dietas locales. Estos cambios no solo afectan al bienestar de los estudiantes, sino que también influyen en su sentido de identidad cultural y conexión con su lugar de origen. Para manejar estos desafíos, los estudiantes a menudo recurren a estrategias como explorar opciones de las nuevas opciones de comida, cocinar sus propias comidas para mantener tradiciones culinarias, o buscar individuos que compartan sus preferencias alimentarias específicas.

Al mudarse a una nueva ciudad como estudiante universitario, especialmente como estudiante no local, es importante tener en cuenta que surgen diversos desafíos en el proceso de adaptación al nuevo entorno. Entre los cuales de acuerdo con Anáhuac (2023), están:

- **Choque cultural**, cuando se llega a un nuevo entorno con una cultura totalmente diferente es un gran desafío, debido a las diferentes costumbres que tienen en el nuevo entorno, para sobrellevar este desafío es necesario mantener una actitud abierta y estar dispuesto a sumergirse en la cultura local. Una forma efectiva de lograrlo es participar en actividades culturales locales e interactuar con residentes que tienen experiencia significativa en la nueva ciudad.
- **Soledad y falta de apoyo**, estar lejos de la familia y amigos puede generar una sensación de aislamiento y soledad, dificultando el manejo de desafíos cotidianos y académicos. El estudiante puede sentirse abrumado y desmotivado, afectando su bienestar y rendimiento. Por ello, es crucial que busquen construir nuevas relaciones sociales en su entorno universitario a través de actividades extracurriculares.
- **Estrés académico**, adaptarse a un nuevo sistema educativo y a las altas demandas académicas puede ser abrumador, especialmente sin el apoyo de familiares y amigos cercanos. La presión por mantener buenos resultados, entender el material y cumplir con plazos estrictos puede generar ansiedad y afectar el bienestar mental del estudiante. Para controlar esta situación es importante administrar bien el tiempo y desarrollar estrategias de estudio efectivas.
- **Escases financiera**, el dinero es un desafío crucial para estudiantes no locales, ya que gestionar los gastos de estudio, alquiler, comida y otros costos puede ser difícil sin acceso inmediato a recursos familiares. Esta situación puede generar

estrés y limitar la participación en actividades sociales y académicas. Para enfrentar este desafío, es útil crear un presupuesto detallado para priorizar gastos esenciales y buscar becas o ayudas económicas ofrecidas por la universidad.

- **Adaptación al nuevo estilo de vida**, esto incluye cambios en la rutina y hasta en la alimentación al ajustarse a una nueva cultura y entornos sociales desconocidos. Este proceso puede ser desafiante debido a diferencias en horarios, normas sociales, costumbres locales y la falta de familiaridad con el entorno. Y para combatir ese desafío es recomendable explorar nuevas actividades y experiencias que enriquezcan la vida, priorizando claro aquellas que sean beneficiosas.

Los desafíos que enfrentan los estudiantes no locales afectan profundamente sus hábitos alimenticios. El choque cultural puede hacer difícil encontrar alimentos familiares, lo que lleva a dietas desequilibradas mientras intentan adaptarse a nuevos sabores y platos; la soledad y la falta de apoyo pueden aumentar el consumo de alimentos reconfortantes y poco saludables como una forma de lidiar con el estrés emocional; el estrés académico también impacta negativamente, ya que los estudiantes tienden a elegir comidas rápidas y convenientes en lugar de opciones más saludables debido a la falta de tiempo; además, la escasez financiera limita la capacidad de comprar alimentos nutritivos, obligándolos a optar por opciones más baratas y menos saludables; y, la adaptación a un nuevo estilo de vida implica ajustar la rutina alimentaria a los nuevos horarios y normas sociales. Sin embargo, participar en actividades culturales locales, establecer nuevas relaciones sociales, desarrollar estrategias de estudio efectivas, crear un presupuesto detallado y explorar nuevas experiencias puede ayudar a los estudiantes a enfrentar estos desafíos y mantener hábitos alimenticios saludables.

Los estudiantes no locales se enfrentan con el gran desafío de adaptarse a nuevos hábitos alimenticios al explorar activamente lugares que ofrecen comidas típicas locales. A menudo buscan restaurantes o mercados donde puedan experimentar y aprender sobre la gastronomía local; además, buscan conectar con personas locales que compartan sus mismos gustos culinarios, lo que les permite no solo descubrir nuevos sabores, sino también entender mejor las prácticas alimenticias del nuevo entorno. Este proceso no solo implica ajustarse a los ingredientes y técnicas culinarias locales, sino también integrar estos nuevos hábitos alimenticios en su rutina diaria de manera equilibrada y saludable. Estas acciones no solo ayudan en el proceso de adaptación, sino que también mejoran la

experiencia al permitir una comprensión más completa y una conexión más profunda con el ambiente circundante.

La transición a un nuevo entorno puede conllevar estrés y cambios en la rutina diaria, haciendo aún más importante prestar atención a la calidad de los alimentos consumidos. Elegir alimentos que proporcionen una variedad de nutrientes, en lugar de simplemente llenar el estómago, es vital para sostener el rendimiento académico y el bienestar general. Entonces, encontrar un equilibrio entre mantener las tradiciones alimenticias y asegurarse de recibir una nutrición adecuada es crucial, especialmente para estudiantes no locales. Los estudiantes no locales pueden encontrar un equilibrio saludable entre sus tradiciones alimenticias y una nutrición adecuada mediante la adaptación de sus dietas, la incorporación de ingredientes nutritivos locales y la planificación de comidas equilibradas. Al hacerlo, pueden mantener sus costumbres culturales sin sacrificar su salud, asegurando así un estilo de vida más equilibrado y saludable.

2.1.8.4 Sabores y contextos: Cómo la cultura y el entorno moldean los hábitos alimenticios

Los hábitos alimenticios son profundamente influenciados por la cultura y el entorno en el que las personas viven. La manera de comer, qué alimentos se consideran apropiados o apetitosos, cómo se los prepara y consume, todo esto está moldeado por las prácticas culturales arraigadas y el entorno específico. Como ya se ha visto, la alimentación no es solo una cuestión de nutrición, sino que también juega un papel crucial en la identidad cultural y social de los individuos y comunidades. “Los hábitos alimentarios y los estilos de vida, se asimilan e integran a la identidad durante los primeros años, consolidándose hasta perdurar incluso en la edad adulta”. (De la Cruz, 2015, párrafo 7). Como menciona Latham (2002):

Las personas tienen ya sus propias preferencias, gustos y rechazos respecto a los alimentos, y muchas son conservadoras en sus hábitos alimentarios que han sido incorporados en ellos. Suelen aceptar lo que las madres preparaban, los alimentos que se servían en festividades de la comunidad durante la infancia. (sección de Factores sociales y culturales en la nutrición)

La cultura moldea profundamente los hábitos alimenticios al transmitir conocimientos culinarios que reflejan la identidad de una ciudad, grupo o sociedad. Estos conocimientos no solo se limitan a la preparación de alimentos, sino que también incorporan valores,

creencias y tradiciones arraigadas. Desde tiempos antiguos, las culturas han intercambiado influencias gastronómicas, enriqueciéndose mutuamente y creando variedades regionales y globales únicas. Más allá de la función biológica, la comida actúa como un vínculo generacional, donde la transmisión de recetas y técnicas culinarias entre familiares fortalece la cohesión social y preserva la identidad cultural.

Los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios están influenciados por diversos factores en su entorno. En el contexto universitario, la oferta variada de comedores y cafeterías ofrece desde opciones rápidas y convenientes hasta alternativas más saludables y nutritivas, afectando directamente las elecciones alimenticias. Además, la disponibilidad y accesibilidad de alimentos locales y étnicos desempeñan un papel crucial en la dieta de los estudiantes, limitando o ampliando sus opciones según los ingredientes disponibles. Las interacciones sociales, como las comidas compartidas con amigos y compañeros, introducen nuevas comidas y pueden influir en las preferencias dietéticas, a menudo siguiendo tendencias alimenticias populares.

Aunque la mayoría de los alimentos se ingieren en casa, cada vez aumenta la cantidad de individuos que consumen fuera, por ejemplo, en las universidades, trabajos y colegios. El lugar y la compañía donde se ingiere la comida afecta directamente a la elección de alimentos, especialmente en cuanto a los gustos de cada uno. (Factores determinantes de la elección de alimentos, 2006, párrafo 19)

Los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales están profundamente arraigados en su cultura de origen, actuando como vínculo con tradiciones culinarias, valores familiares y significados culturales. A través de la elección de ingredientes y la preparación de platos tradicionales, la alimentación se convierte en un medio para conectar con la identidad cultural y mantener un lazo con las raíces en un entorno nuevo y diferente. La identidad, en su naturaleza dinámica y relacional, se ve moldeada por el contexto ambiental, histórico y sociocultural en el que se desenvuelve, evidenciando cómo las interacciones y relaciones con otros influyen en la construcción individual de la identidad.

2.1.8.5 Sabor a identidad: El efecto de los hábitos alimenticios en estudiantes no locales

Aunque la alimentación es un hecho social presente en todas las sociedades y culturas, los sistemas de producción, significación, clasificación, preparación y consumo de los alimentos varían considerablemente según el entorno específico de cada sociedad. Esta diversidad se ve influenciada por la relación con el medio ambiente local, así como por las prácticas culturales y los sistemas alimentarios particulares de cada lugar. Estos

factores son especialmente relevantes al considerar el efecto de los hábitos alimenticios en estudiantes no locales, quienes enfrentan ajustes significativos en sus dietas al adaptarse a nuevos contextos culturales y gastronómicos.

Los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales desempeñan un papel crucial en la formación de su identidad al actuar como un vínculo vital con su cultura de origen y una poderosa forma de expresión cultural. A través de la elección de alimentos específicos, la preparación de platos tradicionales y la búsqueda de ingredientes que recuerdan a sabores de casa, estos estudiantes mantienen vivas sus raíces culturales y transmiten significados simbólicos importantes. La comida no solo satisface necesidades físicas, sino que también conecta emocionalmente con su identidad cultural, proporcionando continuidad y confort en un entorno nuevo y a menudo desafiante.

Los hábitos y preferencias alimenticias del lugar anfitrión ejercen una influencia significativa sobre los estudiantes no locales. La disponibilidad de alimentos locales, las normas sociales en torno a la comida y las tendencias dietéticas populares pueden influir en las elecciones alimenticias de estos estudiantes. Este proceso de adaptación puede implicar la integración de nuevos sabores y prácticas culinarias, así como la negociación continua entre mantener la identidad cultural y participar en la cultura alimentaria del nuevo entorno. Este intercambio no solo enriquece la experiencia gastronómica de los estudiantes, sino que también fomenta la comprensión mutua y el intercambio cultural entre diferentes grupos.

2.1.9 Las identidades alimentarias de los estudiantes universitarios no locales

La alimentación de los estudiantes universitarios no locales se ve constantemente influenciada por diversos factores que van más allá de la simple elección de alimentos. Estos individuos enfrentan ajustes significativos en sus hábitos alimenticios debido a cambios en su estilo de vida, así como a la disponibilidad limitada de ingredientes familiares en su nuevo entorno, sin embargo, también incorporan nuevos alimentos del lugar de destino, lo que no solo enriquece su dieta desde un punto de vista nutricional, sino que también añade significado cultural.

Entonces los hábitos alimenticios son más que solo prácticas físicas; son actos simbólicos y emocionales que reflejan identidades individuales y sociales. Lo que una persona elige comer y cómo lo interpreta está profundamente influenciado por su cultura, experiencias personales y conexiones sociales. Por ejemplo, los alimentos consumidos

pueden estar arraigados en tradiciones familiares o regionales, reflejar el estatus social o económico, o expresar preferencias personales y valores. Además, la forma en que se experimenta la comida y se relaciona con ella puede servir como una forma de autoexpresión y conexión con otros. Compartir comidas con familiares y amigos refuerza la identidad cultural y social, mientras que la elección de ciertos alimentos puede afirmar identidades subculturales o individuales. La teoría de Bourdieu sobre el gusto sugiere que los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales reflejan no solo sus preferencias individuales, sino también su capital cultural y su adaptación a nuevas normas sociales en el entorno universitario. Estos hábitos no solo son una cuestión de elección personal, sino que también actúan como marcadores sociales que pueden mantener conexiones con sus raíces culturales mientras se integran en nuevos contextos.

La alimentación no es solo una cuestión de nutrición; es una construcción social y cultural que refleja las normas de clasificación y combinación de una comunidad. A través de la comida, se transmiten culturas, gustos y herencias culinarias que definen a un grupo en relación con su entorno y las generaciones pasadas. Los platos y alimentos característicos se convierten en símbolos de identidad regional, preservando tradiciones que identifican a la comunidad frente a otras culturas. Este patrimonio cultural no solo representa un valor significativo dentro de su ámbito, sino que también reconoce la trascendencia y significación cultural de una región o población.

“La comida no solo se usa para satisfacer la necesidad de alimentarse. A través de ella se aprenden normas y conductas sociales mediante las cuales los individuos participan y se incorporan a la vida social”. (Mead, 1951; Simmel, 1986). La comida adquiere usos y significaciones diversas según el contexto histórico y social; no obstante, el proceso de socialización e interacción que ocurre en torno de la alimentación es el eje fundante del acto alimentario. El estar juntos, el encuentro regularizado y pautado respecto al proceso de alimentación, permite superar el nivel instintivo y fisiológico de satisfacer el hambre, para convertirse en un proceso socializador que supera la significación personal.

Los estudiantes no locales enfrentan una compleja interacción entre su cultura de origen, el nuevo entorno académico y las dinámicas sociales. Estos factores determinan no solo qué y cómo comen, sino también cómo experimentan su vida educativa y social. La adaptación a nuevas normas alimenticias y la integración de alimentos locales no solo

enriquece su experiencia gastronómica, sino que también promueve un entendimiento más profundo y respetuoso entre diferentes grupos culturales.

La alimentación, como elemento de identidad, es una característica cultural que puede alterarse por el contacto con otros grupos sociales. La migración y los hábitos alimentarios evidencian la adaptación de un grupo a una nueva sociedad y su capacidad de perdurar a pesar de las modificaciones del nuevo entorno. (Rebato, 2009, párrafo 6)

Entonces, la alimentación va más allá de la necesidad biológica de ingerir nutrientes, es un reflejo de identidad personal y colectiva. Desde la autoexpresión individual hasta la conformidad con normas sociales y tendencias alimenticias, los estudiantes universitarios no locales se ven inmersos en una compleja red de influencias culturales y sociales que moldean sus hábitos alimenticios, la alimentación es en un vehículo para la identidad en el contexto contemporáneo. Y el gusto por la comida se convierte así en una expresión de la identidad cultural y social, reflejando quién se es y la relación con el mundo.

CAPÍTULO III – METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

El método utilizado en el desarrollo de la investigación es el cualitativo, mismo que se define como:

[...] tipo de investigación que abarca una variedad de técnicas con valor interpretativo, cuyo propósito es describir, analizar, descodificar, traducir y sintetizar el significado natural. Tiene un enfoque interpretativo naturalista hacia el sujeto de estudio, examinando la realidad en su contexto natural entendiendo los fenómenos según los significados que tiene para los individuos y su entorno. (Creswell, citado por Álvarez, *et al.*, 2007, párrafo 6)

Este tipo de investigación permitió recopilar y analizar los diferentes datos obtenidos, mediante la aplicación de un cuestionario a estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar. Con este enfoque cualitativo, se pretende comprender de manera detallada y contextualizada el sentido social de los hábitos alimenticios entre estos estudiantes, explorando sus experiencias, percepciones y significados. Se obtuvo resultados concretos que evidencien la relación entre los hábitos alimenticios y la construcción de identidad entre los estudiantes no locales.

3.2 Tipo de Investigación (metodología)

3.2.1 Investigación fenomenológica

Esta investigación es de carácter fenomenológico, ya que se busca estudiar el sentido social de los hábitos alimenticios entre los estudiantes no locales de la carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar, de tal manera que:

Según Ayala (2022), el método fenomenológico es el que permite explorar las diversas situaciones de la vida y del mundo desde un punto de vista subjetivo, es decir a partir de nuestros sentidos. (párrafo 1). Esta aproximación permite captar las experiencias y percepciones individuales de los estudiantes, proporcionando una comprensión más profunda. A través de esta investigación, se espera arrojar luz sobre las dinámicas sociales y culturales que moldean estas prácticas dentro del contexto universitario.

3.2.2 Investigación bibliográfica:

La investigación bibliográfica es esencial para explorar a fondo diversos temas y comprender mejor sus implicaciones. Al analizar una amplia variedad de fuentes, se pueden identificar conceptos clave y obtener una visión profunda de cómo estos conceptos influyen en diferentes aspectos de la vida de las personas.

“La recolección bibliográfica consiste en la recopilación y revisión de todo tipo de información relacionada con el tema de investigación”. (Anónimo, 2023, párrafo 2). Este tipo de investigación es crucial porque establece un marco teórico sólido y orienta la dirección del estudio. Permite a los investigadores reunir y evaluar información exhaustivamente, proporcionando una base firme para el análisis e interpretación de los datos.

3.2.3 Investigación de campo:

La investigación de campo se emplea para obtener datos directos del entorno de estudio, lo que permite una recolección más precisa de información. En este caso, se llevan a cabo observaciones y un grupo focal para comprender a fondo los hábitos alimenticios y las influencias culturales en la construcción de sus identidades alimentarias.

“La investigación de campo es un tipo de investigación en la que se adquieren datos de un suceso en particular, en el lugar exacto donde ocurre, es decir, el investigador debe trasladarse al lugar donde sucede dicho fenómeno”. (Cajal, 2020, párrafo 1). Este tipo de investigación brindará una visión directa y detallada del fenómeno estudiado, permitiendo capturar la realidad tal como se presenta en su entorno natural, enriqueciendo tanto la comprensión de los hábitos alimenticios e influencias culturales.

3.2.4 Investigación analítica:

La investigación analítica permitirá analizar a profundidad la información recopilada sobre los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales, utilizando análisis cualitativos, permitiendo una comprensión más amplia de cómo se construyen las identidades alimentarias en este contexto específico.

[...] “su principal objetivo es descubrir información relevante de un tema. Para lo cual primero se debe recolectar información del fenómeno, para luego examinarlos y así comprobar una hipótesis o apoyar una idea”. (Rodríguez, 2022, párrafo 2). De esta manera, se obtendrá una visión profunda y detallada de los hábitos alimenticios y su impacto en la construcción de identidades entre los estudiantes no locales, aportando datos esenciales para futuras investigaciones.

3.3 Técnicas e instrumentos de investigación

La presente investigación pretende utilizar como técnica de recolección el “focus group” o grupo focal, que se basa en la observación y diálogo con el objeto de estudio. Esta metodología se centrará en tres categorías principales: sentido social, factores socioculturales e identidades alimentarias. Para ello, se diseñará un cuestionario específico que permitirá guiar las discusiones del grupo focal.

3.3.1 Técnica: *Focus group*

Es una técnica cualitativa de investigación utilizada para obtener información en profundidad a través de la interacción y el diálogo entre un grupo de personas. El focus group se define como:

[...] una técnica de investigación basada en una entrevista grupal dirigida por un moderador, que sigue un guion de temas específicos o una lista de preguntas. Busca fomentar la interacción entre los participantes para generar información valiosa, se obtiene una comprensión profunda de las opiniones y comportamientos de las personas. No se recopilan cifras ni datos medibles. (Prieto y Cerdá, (2002) citados por Ruiz 2018, diapositiva. 5)

Este método permite explorar y comprender mejor las percepciones, opiniones y actitudes de los participantes sobre un tema específico. A través de la dinámica grupal y un moderador, se generan discusiones ricas y detalladas que revelan hallazgos valiosos, dando una visión más completa a comparación de otras técnicas de investigación.

3.3.2 Instrumento: *Cuestionario*

Para realizar una investigación detallada, es importante usar herramientas que ayuden a recolectar datos precisos y relevantes. Una de estas herramientas es el cuestionario, que es esencial para organizar y guiar las sesiones de investigación. Permite obtener información valiosa de los participantes, asegurando que se cubran todos los temas importantes de manera clara y ordenada.

“Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir”. (Hernández, *et al.*, 2018, p.217) El cuestionario será clave para estructurar la sesión del focus group, facilitando la recolección de información detallada y profunda sobre las percepciones y experiencias de los participantes en relación con las categorías mencionadas, para obtener una comprensión más rica de los diversos temas en cuestión.

3.4 Criterio de inclusión y criterio de exclusión

3.4.1 Criterio de inclusión

- Estudiantes no locales de la carrera de Sociología de la Universidad Estatal de Bolívar.
- Estudiantes no locales entre 17-30 años.
- Estudiantes hombres y mujeres.

3.4.2 Criterio de exclusión

- Estudiantes locales de la carrera de Sociología de la Universidad Estatal de Bolívar.
- Estudiantes de otras carreras de la Universidad Estatal de Bolívar.
- Personal administrativo de la Universidad Estatal de Bolívar.
- Estudiantes menores de 17 y mayores a 30 años.

3.5 Población y muestra

3.5.1 Población:

La población escogida para estudiar en esta investigación se centra en los estudiantes no locales de la carrera de Sociología de la Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar, que son un total de 175 estudiantes matriculados de forma legal en el periodo septiembre – diciembre 2024.

3.5.2 Muestra:

Para llevar a cabo la investigación, fue crucial seleccionar un tipo de muestreo adecuado que se alinea con los objetivos de la investigación y las características de la población a investigar. Es así como el tipo de muestreo seleccionado en este caso fue el muestreo bola de nieve.

3.5.2.1 Bola de nieve.

El muestreo por bola de nieve es una técnica ampliamente utilizada en investigaciones sociales cuando se necesita acceder a poblaciones específicas que no son fáciles de identificar o accesibles mediante métodos tradicionales. Esta estrategia es particularmente utilizada en estudios cualitativos donde se busca profundizar en experiencias y conocimientos específicos de grupos sociales particulares.

[...] “tipo de muestreo no probabilístico donde los participantes de la investigación reclutan a otros participantes para la prueba o estudio. Los investigadores usan su propio criterio para elegir a los participantes”. (Velázquez, 2018, párrafo 2)

De acuerdo con ello, este tipo de muestreo es una técnica de selección de participantes donde el investigador identifica a unos pocos sujetos iniciales que cumplen con las características del estudio; luego, los participantes iniciales recomiendan a otros potenciales participantes dentro de su grupo social.

$n = ?$

Nivel de significancia $\alpha = 22\% = 0.22$

Nivel de confianza $= 1 - 0.22 = 0.78$

$p = 0.5$

$q = 0.5$

$$Z \frac{\alpha}{2} = Z \frac{0,22}{2} = 1 - \left(\frac{0,22}{2} \right) = 0,89 = 1,22$$

$$n = \frac{Z^2 pq}{\alpha^2}$$

$$n = \frac{(1,22)^2 * 0,5 * 0,5}{(0,22)^2} = 7,68 = 8$$

Como se puede observar, una vez aplicada la fórmula el número de estudiantes no locales participantes del focus group serán 8.

3.6 Localización geográfica del estudio

La Universidad Estatal de Bolívar se encuentra ubicada en la provincia Bolívar, cantón Guaranda, parroquia Guanujo en la Av. Ernesto Che Guevara y Gabriel Secaira.

Figura 1

Localización geográfica.



Nota: Google Maps




CAPÍTULO IV – RESULTADOS Y DISCUSIÓN





4.1. Resultados


En la presente investigación se llevó a cabo una sesión de grupo focal con 8 participantes: 3 de la Costa, 2 de la Sierra, 2 de la Amazonía y solo 1 participante de Galápagos, aplicando así el cuestionario previamente elaborado, a modo de una entrevista grupal. A continuación, se presentan datos relevantes de cada participante para conocer los aspectos principales de por qué son considerados estudiantes no locales y su lugar de procedencia.

Tabla 1.

Información de los participantes.

Participantes	Procedencia
Participante 1 Ronald Rocha 	Estudiante universitario de 23 años proveniente de la Sierra, específicamente de la ciudad de Cayambe, los platos más característicos de su región son el hornado y el cuy. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar. Actualmente reside en Guaranda por motivos de estudio, por lo que es considerado estudiante no local.
Participante 2 Mike Suntaxi 	Estudiante universitario de 22 años oriundo de la región Sierra de la ciudad de Quito, los platos más característicos de su región son el hornado y el cuy, así como también las legumbres. Estudia la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar y actualmente vive en la ciudad de Guaranda por motivos de estudio, por lo que se le caracteriza como un estudiante no local.
Participante 3 Adriana Córdova 	Estudiante universitaria con 22 años de edad proveniente de la Costa de la ciudad de Machala, se identifica principalmente con los típicos platos de su región que son el encebollado, ceviche, majado, etc. Pertenece a la carrera de Sociología- Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar, y actualmente se encuentra residiendo en la ciudad de Guaranda por sus estudios, razón por la cual se la considera como estudiante no local.

<p>Participante 4 Ángel Patiño</p> 	<p>Estudiante universitario de 30 años nativo de la Costa de la ciudad de Quevedo, los platos característicos de su lugar de procedencia son el chaulafán y bolones. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar, actualmente se encuentra viviendo en la ciudad de Guaranda por sus estudios, por lo cual se le considera un estudiante no local.</p>
<p>Participante 5 Jessenia Castillo</p> 	<p>Estudiante universitaria de 21 años proveniente de la Costa, de la ciudad de Babahoyo, los platos típicos más característicos de su región son el caldo de salchicha, bolones y majado. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar y actualmente se encuentra viviendo en la ciudad de Guaranda por motivos de estudio, que la caracteriza como estudiante no local.</p>
<p>Participante 6 María Chamba</p> 	<p>Estudiante universitaria con 21 años proveniente de la Amazonía (Chaco), de la ciudad de Tena, quien identifica como platos típicos de su región el maito de tilapia, de pollo y sobre todo el pincho de chontacuro. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar y por motivos de sus estudios actualmente se encuentra viviendo en la ciudad de Guaranda, razón por la cual es considerada una estudiante no local.</p>
<p>Participante 7 Jaderi Benavidez</p> 	<p>Estudiante universitaria con 21 años proveniente de la Amazonía, de la ciudad de Tena, quien identifica como platos típicos de su región el maito de tilapia, el pincho de chontacuro y, sobre todo, la yuca. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar y por motivos de sus estudios actualmente se encuentra viviendo en la ciudad de Guaranda, razón por la cual es considerada una estudiante no local.</p>

<p>Participante 8 Damaris Andagana</p> 	<p>Estudiante universitaria de 23 años originaria de Echeandía, que ha residido en Galápagos, lo que la identifica como representante de esta región. Reconoce como parte de la identidad del lugar los platos elaborados con mariscos. Pertenece a la carrera de Sociología - Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Estatal de Bolívar, quien por sus estudios actualmente se encuentra viviendo en la ciudad de Guaranda, por lo que es considerada dentro del grupo de estudiantes no locales.</p>
--	---

Nota: Elaboración propia. Información básica de los participantes que formaron parte de la sesión de focus group para la investigación.

4.2 Resultados de aplicación por categorías

En esta investigación, se seleccionó a 8 estudiantes de la carrera de Sociología como participantes del grupo focal, utilizando el método de muestreo bola de nieve. Previamente, se diseñó un cuestionario alineado con el tema de estudio y las categorías elegidas, los estudiantes fueron agrupados según su región de origen, y las categorías analizadas fueron: Sentido social, Factores socioculturales e Identidades alimentarias.

4.2.1 Categoría 1: Sentido social.

El sentido social del gusto de los hábitos alimenticios se centra en cómo las prácticas alimentarias, los cambios sociales y un nuevo entorno influyen en la alimentación de los individuos. Según Pierre Bourdieu, los hábitos alimenticios son parte del habitus, un conjunto de disposiciones que guían las prácticas y percepciones de los individuos en su vida cotidiana, estos hábitos se moldean a través de la interacción entre el entorno social y cultural y la experiencia individual. En el entorno universitario, especialmente entre los estudiantes no locales, este puede verse afectado por la interacción de diferentes contextos culturales y las nuevas experiencias alimentarias en las que se ven inmersos.

A medida que los estudiantes no locales se enfrentan a un nuevo entorno, sus hábitos alimenticios se ven profundamente afectados. Este cambio no solo altera la disponibilidad de ciertos alimentos, sino que también transforma los hábitos establecidos en sus hogares, qué comen, a qué hora y cuántas veces al día, como lo mencionan los siguientes estudiantes:

Estábamos enseñados a comer 3 veces al día que fue lo que nos han enseñado al igual que comer todo lo que haya en la casa y no desperdiciar nada y aquí a veces comemos solo 2 veces al día y hasta pasado las horas acostumbradas. (Grupo 2 Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

El sentido social del gusto, según Bourdieu, está profundamente arraigado a las disposiciones culturales y sociales que los individuos adquieren a lo largo de su vida. Sin embargo, este sentido puede cambiar cuando las personas se enfrentan a un nuevo entorno que transforma sus prácticas alimentarias tradicionales, en el caso de los estudiantes no locales, la influencia del nuevo entorno en su dieta es evidente. Es así como se puede ver claramente cómo el cambio de entorno afecta los hábitos alimenticios tradicionales de los estudiantes, lo que coincide con la idea de Bourdieu sobre cómo el habitus se ajusta a nuevas experiencias sociales y culturales.

4.2.1.1 Subcategoría 1: Prácticas alimentarias

Las prácticas alimentarias se refieren a los hábitos o comportamientos relacionados con la selección, preparación y consumo de alimentos que están influenciadas por factores culturales, sociales, económicos, etc. Estas prácticas reflejan no solo las necesidades nutricionales de los individuos, sino también su identidad cultural y social. Dentro de lo cual, el entorno familiar también juega un papel crucial en la formación de las prácticas alimentarias, las cuales han sido principalmente constituidas por este entorno, ya que son quienes les inculcan valores y tradiciones alimentarias que siguen presentes a lo largo de su vida. En este contexto, se puede hacer énfasis a lo mencionado por un participante: “Mi familia ha influido de gran manera positiva, me han educado a comer saludablemente por los riesgos a enfermedades como diabetes y colesterol”. (Grupo 4 Región Insular, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Los estudiantes no locales enfrentan una transformación significativa en sus prácticas alimentarias al trasladarse a un nuevo entorno, a pesar de los desafíos que conlleva adaptarse a diferentes disponibilidades y costumbres, el impacto del entorno familiar sigue siendo notable. Reafirmando cómo los hábitos familiares siguen influyendo en sus elecciones alimenticias y, a su vez, contribuyen a la formación de su identidad en un contexto diferente. Como lo expresa uno de los grupos participantes, que su familia ha influido:

De gran manera y positivamente, de pequeñas nos han enseñado a comer muy variado y saludable, por lo general siempre nos preparábamos fruta con avena, hasta cremas de verduras, lo que nos ha llevado a no tener problemas con la

comida de aquí”. (Grupo 3 Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Las prácticas alimentarias de los estudiantes no locales reflejan un complejo proceso de adaptación a su nuevo entorno. Al alejarse de sus hogares, estos estudiantes enfrentan cambios significativos en su dieta y costumbres alimentarias, influenciados por la disponibilidad de alimentos, las condiciones económicas y las costumbres familiares. A lo que un grupo de participantes menciona que el nuevo entorno: “[Sic] Nos ha perjudicado, ya que no estábamos acostumbrados a este tipo de entorno, sus alimentos y no comer las tres veces al día como solíamos hacerlo en casa, ahora comemos más arroz, papas, fideos “lonchys”, atún”. (Grupo 1 Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

A pesar de estos desafíos, muchos intentan conservar los hábitos tradicionales de sus regiones adaptándolos a los recursos y tiempo disponible, a lo que un grupo señala: “tratamos de mantener lo que normalmente en el Oriente comemos como yuca cocinada o frita al igual que comemos majado, todo tipo de productos que sean de allá para las bebidas, tomamos más guayusa”. (Grupo 3 Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). Sin embargo, la independencia y la exposición a nuevas culturas alimentarias pueden llevar a la incorporación de nuevas prácticas y alimentos no comunes en sus entornos familiares. Este proceso de adaptación se manifiesta también en el consumo de comida rápida, que algunos estudiantes limitan solo a los fines de semana mientras que otros prefieren evitarlo por cuestiones de salud. Además, otros participantes destacaron que:

[...] “cuando regresamos a nuestras tierras, nos alimentamos mejor que cuando estamos viviendo solos” (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024), evidenciando que el entorno familiar sigue siendo un referente crucial en sus elecciones alimenticias. Por lo que este vínculo con el hogar resalta la profunda influencia de las raíces familiares en la alimentación de los estudiantes, aunque adaptan sus hábitos al nuevo entorno, el retorno a sus costumbres refleja la persistencia de su identidad alimentaria.

4.2.1.2 Subcategoría 2: Cambio social-globalización

La globalización ha transformado de manera profunda los hábitos y las prácticas alimentarias, generando un impacto significativo en las dinámicas sociales a nivel global. En el ámbito de la alimentación, este proceso ha facilitado el intercambio cultural y la

homogenización de las dietas, alterando no solo la disponibilidad de alimentos, sino también las formas en que las personas se relacionan con la comida. Es así como el cambio social, impulsado por la globalización, ha modificado aspectos clave como los horarios, la sociabilidad durante las comidas, y ha favorecido la difusión de productos industriales en lugar de la alimentación tradicional. Así, la alimentación en la era global es un reflejo de cómo las sociedades contemporáneas enfrentan la creciente interconexión, adaptando sus costumbres y, al mismo tiempo, lidiando con la complejidad que implica elegir qué comer en un mundo con una gran variedad de opciones y significados sociales.

En relación a los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales, este fenómeno ha tenido un impacto significativo, debido a que estos estudiantes al trasladarse a un nuevo entorno se ven obligados a ajustar sus elecciones alimentarias en función de la disponibilidad y el acceso a los alimentos que solían consumir en sus hogares. Este proceso de adaptación refleja no solo los efectos de la globalización en sus dietas, sino también cómo el contexto local de cada estudiante afecta sus prácticas alimentarias. Por ejemplo, algunos estudiantes mencionan que, al cambiar de entorno, ya no pueden mantener los mismos hábitos alimentarios que tenían en casa.

El nuevo entorno si nos ha afectado y la verdad de manera negativa, porque en este lugar no encontramos fácilmente los alimentos que acostumbrábamos comer en casa, y también porque en su mayoría son más caros porque son traídos de otro lugar por lo que tenemos que comprar otros alimentos diferentes y más convenientes. (Grupo 3, Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Poniendo en evidencia la dificultad de acceder a ciertos productos tradicionales que forman parte de su identidad alimentaria y que ahora se ven reemplazados por opciones más globalizadas y costosas. Asimismo, el tiempo limitado y el ritmo de vida estudiantil han incitado un cambio en los hábitos alimenticios tradicionales. A lo que el mismo grupo comentó: “Ahora comemos más alimentos rápidos o enlatados, a diferencia que antes comíamos comida más preparada de casa, afectando a la salud por la falta de tiempo”. (comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). Esta situación ilustra cómo la falta de tiempo y la conveniencia del acceso a comida rápida o industrializada, ha desplazado las comidas caseras y más tradicionales.

Sin embargo, no todos ellos experimentan este cambio de manera negativa, a pesar de la difícil adaptación en lo económico, ya que, algunos logran mantener sus hábitos

alimenticios con relativa facilidad por su lugar de origen, como lo expresó un grupo que el nuevo entorno: “Ha influido en cuanto a lo económico para una moderada elección de alimentos por los precios. Pero para encontrar los alimentos no hay mucho problema porque lo que comíamos en casa encontramos fácilmente aquí”. (Grupo 2, Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). Demostrando que, aunque la globalización afecta de manera diversa, en algunos casos facilita el acceso a una variedad de alimentos que permite conservar en parte los hábitos tradicionales. Es decir, la globalización ha generado tanto oportunidades para acceder a alimentos de distintas culturas como retos al intentar preservar las tradiciones alimentarias que forman parte de su identidad.

4.2.2 Categoría 2: Factores socioculturales.

Los factores socioculturales desempeñan un papel fundamental en la configuración de las preferencias y hábitos alimenticios de los individuos, influyendo no solo sus elecciones, sino también su identidad y pertenencia a un grupo social. En este contexto, la teoría de Bourdieu sobre el capital cultural, social y económico ofrece un marco comprensivo para entender cómo estas dimensiones interrelacionadas afectan el gusto personal. A través de la asimilación de valores y prácticas culturales, los individuos desarrollan prácticas que guían su comportamiento alimentario, reflejando las estructuras sociales en las que están inmersos. Como lo mencionó uno de los grupos participantes:

“El nivel socioeconómico influye de manera significativa ya que se debe al nivel económico que una persona elija que alimentos comprar y dónde”. (Grupo 2, Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024), demostrando cómo la clase social impacta las decisiones alimentarias y, por ende, la construcción de identidades. Por lo tanto, las elecciones alimentarias no son solo decisiones individuales, sino que están profundamente arraigadas en contextos socioculturales. A través de la interacción de factores como el capital cultural y las condiciones económicas, se construyen identidades que reflejan las dinámicas sociales presentes en cada comunidad. Así, la alimentación se convierte en un indicador de pertenencia y diferencia en el tejido social.

4.2.2.1 Subcategoría 1: Cultura y tradición

La forma en que se transmiten los gustos de generación en generación, así como la influencia de las condiciones económicas, subrayan la complejidad de la relación entre la cultura y la alimentación. Así, al analizar los factores socioculturales, se puede ver cómo

estos factores influyen en la forma en que las personas construyen su identidad a través de la alimentación, las decisiones sobre qué comer reflejan las realidades sociales y económicas que impactan la vida cotidiana.

La alimentación no está solo determinada por las condiciones económicas y las tradiciones, sino también por las interacciones sociales y familiares que refuerzan los hábitos y preferencias, pues las prácticas alimentarias se van formando a través de estas relaciones, donde como ya se mencionó anteriormente, las familias desempeñan un papel central al enseñar no solo qué comer, sino también cómo preparar los alimentos, lo que contribuye a mantener las costumbres y a reforzar el sentido de identidad individual y grupal. Es así como muchos jóvenes aprenden a cocinar desde pequeños con sus padres los diversos platos tradicionales de su región, como una manera de transmisión de conocimientos culinarios. Como lo menciona el Grupo 1 Región Costa “Nos enseñan desde los 10 y 12 años a cocinar y preparar los alimentos” (Comunicación personal, 24 de septiembre de 2024) que también lo menciona otro grupo de estudiantes: “Desde corta edad colaboramos a nuestros mayores para realizar ciertos alimentos y poco a poco aprendemos las recetas”. (Grupo 4, Región Insular, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Además, esta transmisión de conocimientos culinarios en la familia no solo fortalece las habilidades individuales, sino que también crea un sentido de pertenencia y continuidad cultural.

Nos transmiten las recetas y tradiciones por lo general cuando hay reuniones familiares, escogemos un plato típico, y lo hacemos de manera participativa, transmitiendo de alguna manera la preparación para así no perder ese rasgo de identidad que caracteriza a nuestra región. (Grupo 3, Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

La relación entre cultura y alimentación es un proceso complejo que trasciende las simples decisiones sobre qué comer, ya que está influenciado por factores sociales y familiares que moldean la identidad individual y colectiva. La transmisión de recetas y prácticas culinarias juega un papel clave en la preservación de las tradiciones, conectando a los estudiantes con su cultura, ya que, no solo se enseñan habilidades culinarias, sino también se refuerzan valores y un sentido de pertenencia, aunque las prácticas alimentarias se adaptan al nuevo entorno, estas siguen siendo un vínculo importante con su lugar de origen. Así, la alimentación no solo satisface una necesidad básica, sino que

también nutre la identidad cultural, manteniendo vivas las tradiciones y fortaleciendo el sentido de comunidad.

4.2.2.2 Subcategoría 2: Estratificación social

La estratificación social se refiere a la organización jerárquica de individuos en una sociedad basada en criterios como riqueza, clase y acceso a recursos, por lo que influye de manera significativa en los hábitos alimenticios de los individuos, ya que las diferencias en clase y capital económico determinan las elecciones y preferencias alimentarias. A través del concepto de gusto, se reflejan y refuerzan las jerarquías sociales, donde el acceso a ciertos alimentos no solo depende de la disponibilidad económica, sino también de la construcción de identidades en función de la clase social. Como lo menciona un grupo participante: “Cuando no hay plata sí influye ya que no se puede comprar los alimentos de primera necesidad”. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). En este sentido, el gusto no solo actúa como una preferencia personal, sino como un reflejo de las condiciones sociales que moldean las prácticas alimentarias.

La disponibilidad económica condiciona qué alimentos se pueden comprar y dónde, lo que crea una clara diferencia en las elecciones alimentarias, especialmente entre los estudiantes no locales, por ejemplo, los estudiantes de clase baja tienden a consumir alimentos más económicos, priorizando la cantidad y la accesibilidad sobre otros factores; mientras que, aquellos estudiantes con un nivel económico mayor se centran en la estética, la exclusividad e incluso el origen de los productos que eligen optando por alimentos que no solo cumplen con sus necesidades nutricionales, sino que también reflejan su estatus social.

Sí se observa diferencias entre clases sociales ya que el factor socioeconómico influye mucho. Los estudiantes con más dinero compran en supermercados grandes mientras que los de menos dinero compran en tiendas pequeñas por el precio o incluso traen sus alimentos desde sus hogares. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024).

Esta distinción en los hábitos alimenticios no solo afecta la calidad de la dieta, sino que también contribuye a la formación de identidades y percepciones sociales, reforzando las divisiones entre clases. Las estudiantes de escasos recursos, a menudo, consumen productos de sus propias cosechas, mientras que aquellos con mayor capacidad económica tienen acceso a una amplia gama de alimentos, incluyendo productos enlatados y de fábrica, que suelen ser más caros. A medida que se identifican con ciertos

tipos de alimentos, los estudiantes construyen un sentido de pertenencia que se relaciona con sus gustos y valores culturales.

4.2.2.3 Subcategoría 3: Territorio (No local)

Como se ha mencionado ya, la alimentación es un elemento fundamental en la construcción de la identidad cultural de un territorio. En el contexto de Ecuador, un país con una vasta diversidad geográfica y cultural, los hábitos alimenticios reflejan las tradiciones y las influencias que han moldeado a sus comunidades, permitiendo explorar no solo los alimentos más valorados por su significado cultural, sino también cómo estos se comparan con los de otras regiones, destacando la fusión de sabores que caracterizan a la gastronomía ecuatoriana. La alimentación va más allá de la simple nutrición; es un reflejo de la cultura y las interacciones sociales que han dado forma a la identidad.

La rica diversidad de la gastronomía ecuatoriana se manifiesta en los platos típicos de cada región, cada uno con un significado cultural único. En la Costa, los sabores marinos y del verde predominan y son los más representativos de la identidad costera, como lo manifiestan un grupo de estudiantes provenientes de la región:

Los platos más valorados son el caldo de salchicha con sangre, chaulafan, encebollado, ceviche, bolones, porque es lo que más se conoce y come en la Costa por su buen sabor y además ya que los mariscos son muy comunes en esta región porque se encuentra rodeada de estos y es bastante conocida por sus exquisitos platos hechos con mariscos frescos. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Por otro lado, en la Sierra, los hábitos alimenticios se caracterizan por la ingesta de ingredientes locales como la papa, el cuy y las legumbres, que son fundamentales en la dieta diaria de sus habitantes. De hecho, “El cuy y el hornado son platos tradicionales más valorados por los habitantes de la Sierra, porque son los que más se reconocen en cualquier lugar de la Sierra”. (Grupo 2, Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024), o por otro lado en el Oriente que reconocen más el maito de tilapia y el pincho de chontacuro como sus principales platos típicos. Lo que resalta cómo cada uno de estos alimentos son un símbolo de identidad cultural.

Además de las diferencias en los ingredientes y platos, existe una clara variación en los hábitos alimentarios entre regiones. Por ejemplo, “[Sic] En la costa comemos más verde, maduro y mariscos. En la sierra comen más papa, meyoco, mote, chocho”. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). O también como lo manifiesta otra región: “Lo más notorio es en la ingesta de mariscos a diferencia de la

Sierra que comen más productos de campo y sobre todo aquí las tortillas propias de la ciudad”. (Grupo 4, Región Insular, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024). En contraste, en ciertos lugares de la Amazonía: “[Sic] En nuestra zona comemos más todo asado, en hoja de maito, hasta mas cocinado, que ha comparación que aquí en la cierra, comen mas frito”. (Grupo 3, Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

A través de la identificación de los diferentes platos típicos y su apreciación cultural por los estudiantes no locales, se puede apreciar la fusión de ingredientes frescos y naturales que caracterizan la cocina ecuatoriana, así como la forma en que las comunidades se relacionan con su alimentación. Al examinar las diferencias y similitudes en los hábitos alimenticios se logra descubrir cómo cada región utiliza su gastronomía para expresar su singularidad cultural, ofreciendo así una experiencia gastronómica que va más allá del simple acto de comer.

4.2.3 Categoría 3: Identidades alimentarias.

Las identidades alimentarias son una expresión de cómo las elecciones y los hábitos alimenticios se conectan profundamente con la construcción de la identidad individual y colectiva. Como se ha visto, más allá de ser una necesidad biológica, la comida refleja tradiciones culturales, normas sociales y la pertenencia a ciertos grupos, a través de los alimentos que se consumen, los individuos no solo satisfacen el hambre, sino que también comunican quiénes son, de dónde vienen y a qué comunidades pertenecen. Es así como las elecciones de comida pueden servir para unir o separar a las personas, ayudando a fortalecer los lazos entre quienes comparten gustos similares, pero también diferenciando a quienes tienen preferencias distintas.

La alimentación no se trata de la simple elección de alimentos, sino que actúa como un marcador de identidad, reforzando el sentido de pertenencia y las conexiones con la comunidad de origen. Como se menciona en una de las respuestas recopiladas:

La comida me ayuda a sentirme conectada con mi región. Cuando cocino platos típicos de allí siento que sigo en contacto con mi hogar aunque esté lejos. Además me permite relacionarme con otros estudiantes que comparten mis mismos gustos en comida. (Grupo 4, Región Insular, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

Lo que refleja cómo los hábitos alimenticios son un medio poderoso de expresión y conexión entre el individuo y su cultura, manteniendo vivas las tradiciones, aun cuando se encuentren lejos de su lugar de origen. Por tanto, la comida y sus hábitos, se convierte

en un elemento clave para mantener la conexión con la identidad cultural y el sentido de pertenencia. Las personas no solo nutren su cuerpo, sino que también preservan sus raíces y fortalecen sus vínculos con la comunidad.

4.2.3.1 Subcategoría 1: Gusto

El gusto se refiere a las preferencias individuales y estéticas que un individuo desarrolla a lo largo de su vida, influenciadas por factores sociales, culturales y familiares que reflejan su identidad, por lo que el gusto va más allá de una simple preferencia personal. Desde una edad temprana, las personas comienzan a desarrollar sus gustos a través de la interacción con su entorno social inmediato, como la familia, los amigos y las instituciones educativas. Estos factores influyen en la manera en que se forma el gusto, y a medida que las personas crecen, sus preferencias se ven moldeadas por experiencias nuevas, pero las raíces de su identidad y los gustos que forjan en su cultura de origen permanecen, creando un puente entre lo familiar y lo nuevo.

El gusto alimentario de los individuos se forma a partir de una combinación de factores socioeconómicos y experiencias personales que impactan directamente sus preferencias y elecciones. Aspectos como el contexto familiar y las condiciones económicas juegan un papel crucial en esta formación, muchos consideran que el sabor y la frescura son criterios clave en su selección de alimentos. Como se menciona en una de las respuestas, “que este fresco, buen sabor y sea barato y sin caducar”. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024) son aspectos fundamentales para la elección de un alimento. No obstante, el factor económico también es importante en la formación de las preferencias alimentarias, “para un foráneo el precio es lo más importante”, sugiriendo que los estudiantes no locales tienden a priorizar el costo de los alimentos al decidir qué comer que puede deberse a limitaciones financieras.

Las experiencias con diferentes comidas pueden influir de manera positiva o negativa en los gustos alimentarios del nuevo entorno, “Ha influido de manera positiva ya que nuestra alimentación diaria ha aumentado en variedad de comida” (Grupo 2, Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024) lo que indica que la exposición a nuevos sabores y preparaciones puede enriquecer las preferencias alimentarias de una persona. Mientras que, para otros, “Ha influido de manera negativa ya que al degustarse los sabores no son de nuestro agrado, por la diferencia de ingredientes y preparación” (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de

septiembre de 2024). Sin embargo, el deseo de experimentar con diferentes tipos de comida también está presente a lo que se agrega: “Yo como de todo, entonces ha influido positivamente porque ahora conozco todo tipo de alimentos de diversos lugares”. (Grupo 4, Región Insular, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024) reflejando cómo la interacción social y la exposición a diversas cocinas pueden expandir y diversificar los gustos personales.

4.2.3.2 Subcategoría 2: Identidad cultural y alimentación

La relación entre identidad y alimentación es una conexión fundamental que va más allá de la necesidad biológica de satisfacer el hambre. Cada elección alimentaria se convierte en un acto de afirmación de la identidad individual y colectiva, a través de la alimentación, las personas no solo conservan su herencia cultural, sino que también se conectan con comunidades que comparten valores y creencias similares. De este modo, la comida se transforma en un símbolo de resistencia y continuidad cultural de cada comunidad y estableciendo normas que ayudan a mantener viva su identidad.

Los hábitos alimenticios juegan un papel fundamental en la representación de la identidad cultural de los individuos, reflejando tanto sus orígenes como sus experiencias personales, de manera que cada lugar tiene características culinarias que las representan: “Somos de la costa y el verde y el pescado son más reconocidos. Y los costeños somos más reconocidos por eso”. (Grupo 1, Región Costa, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024); la manera en que estos alimentos son preparados y presentados también es fundamental, ya que contribuye a mantener tradiciones culturales únicas, “la presentación, es muy importante porque ahí es cuando podemos distinguir los alimentos de cada cultura”. (Grupo 3, Región Amazónica, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024)

A pesar de la riqueza y diversidad en sus elecciones alimentarias, hay quienes evitan ciertos alimentos debido a experiencias negativas o problemas de salud, como lo menciona María Chamba, una integrante del Grupo 3: “yo evito el maní por lo que soy alérgica a ese producto y por ende no como comida hecha con maní”. (Comunicación personal, 24 de septiembre de 2024), mientras que otros eligen no consumir ciertos alimentos por “malas experiencias, altos precios, por el sector donde nos encontramos y cocinan de manera diferente” (Grupo 2, Región Sierra, comunicación personal, 24 de septiembre de 2024) La comida no solo nutre el cuerpo, sino que también actúa como un

lazo que une a las personas con sus comunidades y les permite expresar y preservar su identidad cultural, incluso en un entorno diferente.

4.2. Discusión

Los hábitos alimenticios forman parte de la identidad cultural de los individuos, sin embargo, estos se ven afectados por la movilidad geográfica y la globalización. El sentido social de los hábitos alimenticios, en el contexto de los estudiantes no locales, revela cómo la movilidad y la adaptación a un nuevo entorno desafían y, al mismo tiempo, refuerzan las identidades culturales. Siguiendo la teoría del habitus de Pierre Bourdieu, los hábitos alimenticios de estos estudiantes no son solo una respuesta a necesidades biológicas, sino también una manifestación de disposiciones culturales adquiridas en sus hogares y comunidades de origen, para los estudiantes no locales, estas disposiciones se ven desafiadas por la interacción con nuevos contextos, donde las costumbres y prácticas alimentarias se enfrentan a un proceso de ajuste constante.

El cambio de entorno afecta tanto la disponibilidad como las preferencias alimentarias, ya que los estudiantes, al trasladarse a un nuevo lugar, se enfrentan a la dificultad de acceder a los productos típicos de su lugar de origen, obligándolos a modificar sus hábitos que conlleva una serie de retos y desafíos de adaptación. Algunos estudiantes reportan que ahora comen menos veces al día o cambian su dieta debido a la disponibilidad y costo de ciertos alimentos, otro de los cambios más notables es la alteración en los horarios y frecuencia de las comidas afectando a sus costumbres alimenticias y su bienestar general. A pesar de los desafíos que enfrentan, los estudiantes no locales muestran un fuerte deseo de mantener sus tradiciones alimentarias como un medio para reafirmar su identidad cultural, ya que, al regresar a sus hogares, muchos de ellos retoman sus hábitos alimenticios tradicionales, lo que subraya la importancia del entorno familiar en la conservación de estas prácticas. Sin embargo, este esfuerzo se ve limitado por las presiones del entorno académico y económico, que frecuentemente los obliga a optar por comida rápida y menos saludable.

Por su parte los factores socioculturales, como el capital económico y las estructuras sociales, también juegan un papel determinante en los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales. Los estudiantes con menos recursos económicos tienden a adaptar sus hábitos en función de la disponibilidad y el precio de los alimentos, llevándolos a priorizar la cantidad y el costo sobre la calidad o la variedad, lo que

contrasta con aquellos que tienen mayor capacidad económica y pueden acceder a una mayor variedad de productos y de mejor calidad o más exclusivos. Este fenómeno no solo refleja desigualdades económicas, sino que también, contribuye a una estratificación social en términos de hábitos alimenticios, donde las preferencias y prácticas alimenticias de los estudiantes varían significativamente según su clase social.

Por lo que los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales no son meramente respuestas a sus necesidades biológicas, sino que están profundamente arraigados en sus identidades culturales y sociales. A pesar de que la movilidad geográfica y la globalización han transformado estas prácticas, los estudiantes utilizan la comida como un medio para preservar sus raíces y enfrentar la tensión entre la tradición y la modernidad. Así, la alimentación no es solo una necesidad biológica, sino también un ámbito en el que se reflejan las dinámicas culturales de una sociedad. En este espacio, las tradiciones y los cambios se encuentran, se mezclan y se transforman.

Tabla 2.

(Cuadro comparativo)

Aspectos	Grupo 1: Costa	Grupo 2: Sierra	Grupo 3: Oriente	Grupo 4: Insular
Patrones comunes	Comen fuera ocasionalmente (1-2 veces por semana)	Comen fuera ocasionalmente (1-2 veces por semana)	Comen fuera ocasionalmente (1-2 veces por semana)	Comen fuera ocasionalmente (1-2 veces por semana)
	Consumo moderado de comida chatarra	Consumo moderado de comida chatarra	Consumo moderado de comida chatarra	Consumo moderado de comida chatarra
	Influencia familiar en la alimentación	Influencia familiar en la alimentación	Influencia familiar en la alimentación	Influencia familiar en la alimentación

<p><i>Diferencias significativas</i></p>	<p>Alta preferencia por mariscos, verde, pescado y arroz en las comidas diarias</p> <p>Mayor consumo de frituras</p> <p>Platos tradicionales como patacones y bolones</p>	<p>Mayor uso de carne de res o cerdo, y platos tradicionales como el cuy</p> <p>Enfocados en comida andina tradicional</p> <p>Mayor consumo de alimentos como granos y tubérculos</p>	<p>Incorporación de ingredientes locales como yuca y alimentos asados a diferencia de la Costa o Sierra que comen más frito</p>	<p>Alta ingesta de mariscos frescos</p> <p>Productos ricos en proteínas</p>
--	---	---	---	---

Nota: Elaboración propia. Comparación de los patrones alimentarios entre las diferentes regiones del Ecuador, destacando tanto los alimentos comunes como las diferencias significativas en las dietas de la Costa, Sierra, Amazonía, e Insular.

CAPITULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

A continuación, se presentan las conclusiones sobre el análisis de los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales de la carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar, profundizando en la comprensión de cómo sus elecciones alimentarias están interconectadas con su identidad cultural, influencias socioeconómicas y el contexto global en el que se desenvuelven.

- Analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales revela que las elecciones alimentarias son profundamente simbólicas y reflejan la identidad cultural de los estudiantes. A través de su relación con la comida, los estudiantes no solo satisfacen sus necesidades biológicas, sino que también comunican su pertenencia a un lugar específico y mantienen vivas sus tradiciones culturales, incluso cuando se encuentran lejos de su hogar. A pesar de los desafíos que enfrentan al trasladarse a un nuevo entorno, los estudiantes no locales preservan sus hábitos alimenticios tradicionales, lo que refuerza su sentido de identidad cultural, esta continuidad alimentaria actúa como un mecanismo de resistencia cultural, manteniendo un fuerte vínculo con sus raíces en un contexto de cambio social y territorial, siendo la familia el principal pilar en la formación y preservación de sus hábitos alimenticios.
- Identificar la corriente del sentido social del gusto propuesta por Pierre Bourdieu muestra que las preferencias alimentarias de los estudiantes no locales están influenciadas por sus experiencias socioeconómicas y culturales. Los hábitos alimenticios de los estudiantes no son meras elecciones individuales, sino que están condicionados por su contexto social y cultural. El acceso a alimentos y la capacidad de preservar las costumbres alimentarias entre los estudiantes no locales varía considerablemente según su estrato socioeconómico, los estudiantes de clases más bajas adaptan sus prácticas alimentarias debido a limitaciones económicas, mientras que los de clases altas tienen mayor acceso a productos exclusivos que refuerzan su estatus social, lo que refleja que el gusto alimentario no solo responde a necesidades nutricionales, sino que se convierte en un marcador de distinción y pertenencia a una clase, como lo señala Bourdieu.
- Examinar las percepciones, actitudes y prácticas alimenticias de los estudiantes no locales evidencia que su entorno sociocultural, junto con la globalización,

afecta su adaptación a nuevas prácticas alimentarias. Si bien la exposición a diversos alimentos ha enriquecido la variedad de sus elecciones, también han encontrado dificultades para aceptar nuevos ingredientes y preparaciones que difieren significativamente de sus hábitos alimenticios tradicionales, lo que sugiere que la globalización, aunque amplía sus horizontes gastronómicos, también puede generar tensiones entre lo tradicional y lo nuevo, por ejemplo, los estudiantes, especialmente aquellos con menos recursos, enfrentan dificultades para acceder a alimentos tradicionales, lo que puede llevar a un desplazamiento hacia opciones más industrializadas y económicas (comida rápida).

- Clasificar los hábitos alimenticios de los estudiantes no locales refleja patrones comunes, como la preferencia por alimentos frescos y económicos o también el gusto por mariscos o verduras, etc., junto con diferencias significativas basadas en sus regiones de origen. Aunque los estudiantes tienden a adaptar sus costumbres alimentarias al nuevo entorno, sus preferencias están profundamente influenciadas por las tradiciones familiares que han aprendido desde la infancia, de tal manera que la preparación y el consumo de alimentos típicos no solo les permiten mantener un vínculo con su herencia cultural, sino que también se convierten en un acto consciente de preservación en un mundo globalizado.

5.2. Recomendaciones

- Fomentar espacios interculturales de cocina tradicional en la universidad, organizando talleres de cocina donde los estudiantes no locales puedan compartir recetas de sus regiones de origen con sus compañeros. Esto permitiría a los estudiantes mantener vivas sus tradiciones alimenticias, promover la apreciación de la diversidad cultural en la comunidad universitaria y fortalecer el sentido de identidad cultural en un nuevo entorno, brindando un espacio para recrear los sabores de sus hogares.
- Desarrollar programas de apoyo alimentario con enfoque en la equidad socioeconómica. La universidad puede establecer acuerdos con proveedores de tiendas cercanas para ofrecer productos frescos y accesibles, de esta manera, se facilitará el acceso a alimentos nutritivos sin sacrificar las costumbres alimentarias, reduciendo la brecha socioeconómica en las elecciones alimenticias. Esto garantizará que todos los estudiantes, independientemente de su nivel económico, puedan mantener hábitos alimenticios saludables y culturalmente relevantes.
- Ofrecer talleres y seminarios sobre alimentación consciente y sostenible, integrando el “Plato del buen comer” para abordar cómo equilibrar las costumbres alimenticias tradicionales con opciones más accesibles y sostenibles en un entorno globalizado. Estos talleres enseñarán a los estudiantes a seleccionar alimentos de manera equilibrada y variada, asegurando así una ingesta adecuada de nutrientes esenciales. Además, se proporcionará información sobre cómo adaptar recetas familiares utilizando ingredientes locales, promoviendo así una dieta rica en diversidad y saludable.
- Crear comunidades culinarias a través de aplicaciones de mensajería como WhatsApp, Telegram o Facebook para que los estudiantes no locales puedan crear grupos de chat donde puedan compartir recetas sencillas y rápidas de platos típicos de su región. Además del intercambio de recetas, los estudiantes podrían ofrecer consejos sobre cómo adaptar los ingredientes disponibles en su entorno local, sugiriendo sustitutos para ingredientes difíciles de encontrar. Esto no solo mantendría viva su cultura alimentaria, sino que también fomentaría un sentido de comunidad promoviendo la diversidad cultural gastronómica.

Bibliografía:

- Abad, F. (2018, 20 de agosto). *La ideología de la clase dominante*. Recuperado el 17 de julio de 2024. <https://rebellion.org/la-ideologia-de-la-clase-dominante/>
- Academia Lab. (2024). *Sociología de la alimentación*. Recuperado el 25 de junio de 2024. <https://academia-lab.com/enciclopedia/sociologia-de-la-alimentacion/>
- Aguilar, P. (2014). Cultura y alimentación. aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana. *Anales de Antropología*, 48 (1), 11-31. [https://doi.org/10.1016/s0185-1225\(14\)70487-4](https://doi.org/10.1016/s0185-1225(14)70487-4)
- Alonso, D. (2024, 14 de mayo). *Los tres estadios del alma según platón*. Recuperado el 23 de junio del 2024. <https://ethic.es/2024/05/los-tres-estadios-del-alma-segun-platon/#:~:text=Plat%C3%B3n%20consideraba%20que%20el%20alma,la%20organizaci%C3%B3n%20del%20alma%20humana.>
- Anáhuac Querétaro. (2023, 16 de octubre). *Los retos de ser foráneo en la universidad*. Recuperado el 27 de junio de 2024. <https://queretaro.anahuac.mx/licenciaturas/blog/los-retos-de-ser-foraneo-en-la-universidad>
- Araya, M. y Villena, S. (2018). BOURDIEU: la sociología del gusto. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales*, (5), 225-237. <https://convergencia.uaemex.mx/article/view/10051>
- Ayuso, G. y Castillo, M. (2017). Globalización y nostalgia. Cambios en la alimentación de familias yucatecas. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 27 (50), 1–16. <https://doi.org/10.24836/es.v27i50.479>
- Bajardi, A. (24 de julio de 2015). La identidad personal en relación con la educación: características y formación del concepto. *REIDOCREA*, (15), 106-114. 10.30827/Digibug.37124
- Barragán, F. (13 de junio de 2019). ¿Hacia un modelo agroalimentario único? diversidad e identidades espaciales en el consumo de alimentos en ecuador. *Dialnet*. (12), 68-83. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8270474>
- Barrigueté, J., Vega y León, S., Radilla, C., Barquera, S., Hernández, L., Rojo-Moreno, L., Vázquez, A. y Murillo, E. (2017). Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 23 (1), 1-10.

https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2017_1_06_Vega_y_Leon_S_C_ONDUCTAS_ALIMENTARIAS_EN_ADOLESCENTES_DE_MICHOACAN.pdf

Blogs Quirónsalud. (2023, febrero). *Sociología de la alimentación*. Recuperado el 1 julio de 2024. <https://www.quironsalud.com/blogs/es/hablemos-nutricion/sociologia-alimentacion>

Bourdieu, P. (2010). *El sentido social del gusto. Elementos para una sociología de la cultura*. Redmovimientos.mx. <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/08/El-Sentido-Social-del-Gusto-Bourdieu.pdf>

Bourdieu, P. (1988). *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. Taurus. <https://asociacionfilosofialatinoamericana.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/08/bourdieu-pierre-la-distincic3b3n-criterio-y-bases-sociales-del-gusto.pdf>

Bourdieu, P. (1988). *LA DISTINCIÓN Criterios y bases sociales del gusto*. Taurus. https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/La_Distincion-Bourdieu_Pierre.pdf

Bravo, R. y Tres Cantos. (2023, febrero). *Blogs Quirónsalud*. Recuperado el 26 de mayo de 2024. <https://www.quironsalud.com/blogs/es/hablemos-nutricion/sociologia-alimentacion>

Cárdenas, R. (2014). Malos hábitos alimenticios en alumnos primer semestre de medicina del Centro Universitario de los Altos. Jornada de investigación universitaria. En Campos, C. y Velázquez, J. (Ed). *5ta. Jornada de investigación universitaria*. (300-305). Centro Universitario de los Altos. <http://repositorio.cualtos.udg.mx:8080/jspui/bitstream/123456789/689/1/Malos%20h%c3%a1bitos%20alimenticios.pdf>

Casas, M. (2021, 3 de septiembre). *LibreTexts Humanities*. Recuperado el 25 de mayo de 2024.

[https://human.libretexts.org/Bookshelves/Languages/Spanish/Spanish_for_Heritage_Speakers_\(Casas\)/03%3A_Parte_C/3.01%3A_Tema_-_Comida_e_identidad](https://human.libretexts.org/Bookshelves/Languages/Spanish/Spanish_for_Heritage_Speakers_(Casas)/03%3A_Parte_C/3.01%3A_Tema_-_Comida_e_identidad)

Corona, J. (2018). Investigación cualitativa: fundamentos epistemológicos, teóricos y metodológicos. *Vivat Academia. Revista de Comunicación*, (144), 69-76. <https://doi.org/10.15178/va.2018.144.69-76>

Criado, E. (2009). Habitus. En Reyes R. (Dir). *Diccionario Crítico de Ciencias Sociales*, 2, 1427-.1439. *Entramados Sociales. Desigualdades de clase social, género y etnia*.

<https://entramadosociales.org/produccion-cientifica/concepto-de-habitus/>

Cruz, J. (s.f.). *Armonía*. Recuperado el 20 de junio de 2024.

<https://es.catholic.net/op/articulos/13881/armona.html>

De la Cruz, E. (2015). La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. *Paradigma*, 36 (1), 161-183.

https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000100009

Díaz, C. y Gómez, C. (2005). Sociología y alimentación. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 63 (40), 21-46.

<https://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/188/239>

Díaz, S. (2021, 06 de abril). *Alimentarse es mucho más que la acción de comer*.

Recuperado el 72 de julio de 2024. <https://www.unla.mx/blogunla/alimentarse-es-mucho-mas-que-la-accion-de-comer>

Douglas, M. (2007). *Pureza y peligro. Un análisis de los conceptos de contaminación y tabú*. Nueva Visión Buenos Aires.

<https://culturayotredad.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/08/pureza-y-peligro-un-analisis-de-los-conceptps-de-contaminacion-y-pureza.pdf>

Duhart, F. (2002). Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria. *Gazeta de antropología*, 18. (15), 1-16.

http://www.gazeta-antropologia.es/wp-content/uploads/G18_15Frederic_Duhart.pdf

Eluniversocom. (21 de julio de 2013). 14 mil foráneos labran sus títulos en Guayaquil. *El Universo*.

<https://www.eluniverso.com/noticias/2013/07/21/nota/1187386/14-mil-foraneos-labran-sus-titulos-guayaquil/>

Empresas Ecuador. (2023, 7 de septiembre). *La alimentación en Ecuador: Un análisis detallado de los hábitos alimentarios del pueblo ecuatoriano*. Recuperado el 1 de junio de 2024.

<https://empresasecuador.com/como-se-alimentan-los-ecuatorianos/>

Erazo, J. (23 de febrero de 2023). Universidades y politécnicas se concentran en pocas ciudades. *Primicias*.

<https://www.primicias.ec/noticias/firmas/universidades-politecnicas-ciudades-educacion-ecuador/#:~:text=Ecuador%20tiene%2062%20universidades%20y,particulares%20que%20reciben%20beneficios%20estatales.>

Esponda, K. (2018). La expresión racional del alma en la psicología aristotélica: razonamiento deliberativo y acción. *Eidos*. (29), 339-365.

<https://doi.org/10.14482/eidos.29.8790>

eufic. (2006, 6 de junio). *Los factores determinantes de la elección de alimentos*.

Recuperado el 17 de julio de 2024. <https://www.eufic.org/es/vida-sana/articulo/los-factores-determinantes-de-la-eleccion-de-alimentos/>

Eugenia. (31 de agosto 31 de 2023). Te explicamos qué es una investigación bibliográfica.

Tesis y Masters. <https://tesisymasters.mx/investigacion-bibliografica/>

Ferrada, J. (26 de junio de 2019). Sobre la noción de cuerpo en Maurice Merleau-Ponty.

Cinta de moebio, (65), 159-166. <https://doi.org/10.4067/S0717-554X2019000200159>

Fischler, C. (s.f.). *Uniciso*. Recuperado el 26 de mayo de 2024.

<https://uniciso.com/producto/claude-fischler/>

García, S. y Marques, I. (2023, 20 de junio). *¿Es lo mismo alimentación y nutrición?*.

Recuperado el 26 de mayo de 2024.

<https://www.academianutricionydietetica.org/dietas/diferencia-alimentacion-nutricion/>

Gastronomía de Ecuador. (s.f.). En *Wikipedia*.

https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Gastronom%C3%ADa_de_Ecuador&oldid=161460229

Hernández, R., Hernández, C. y Baptista, P. (2018). Metodología de la Investigación.

McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

Irma. (2023, 18 de junio). *Platos típicos de la costa ecuatoriana*. Recuperado el 3 de junio

de 2024. <https://beachlifeecuador.com/platos-tipicos-costa-ecuador/>

Jose. (2021, 7 de abril). *El Blog de Jose*. Recuperado el 1 de junio del 2024.

<https://josevalqui.com/los-tipos-de-capital-segun-pierre-bourdieu/>

Jsantaren. (2019, 23 de enero). *Erving Goffman: La presentación de la persona en la vida*

cotidiana. Recuperado el 17 de julio de 2024.

<https://apuntessobrelaciudad.wordpress.com/2019/01/23/erving-goffman-la-presentacion-de-la-persona-en-la-vida-cotidiana/>

La distinción. (s.f.). En *Wikipedia*.

https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=La_distinci%C3%B3n&oldid=160374700

Lanza, H. (14 de enero de 2019). El hígado y el alma apetitiva en el Timeo de Platón y su relación con la tiranía. *Daimon Revista Internacional de Filosofía*, (76), 171–188.

<https://doi.org/10.6018/daimon/282471>

Lewis, D., Hasty, J. y Snipes, M. (2022, 31 de octubre). *LibreTexts Español*. Recuperado el 25 de mayo de 2024.

[https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Ciencias_Sociales/Antropologia/Antropolog%C3%ADa_introductoria/Introducci%C3%B3n_a_la_Antropolog%C3%ADa_\(OpenStax\)/14%3A_Antropolog%C3%ADa_de_la_Alimentaci%C3%B3n/14.04%3A_Alimentaci%C3%B3n_e_Identidad_Cultural](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Ciencias_Sociales/Antropologia/Antropolog%C3%ADa_introductoria/Introducci%C3%B3n_a_la_Antropolog%C3%ADa_(OpenStax)/14%3A_Antropolog%C3%ADa_de_la_Alimentaci%C3%B3n/14.04%3A_Alimentaci%C3%B3n_e_Identidad_Cultural)

Manzanas, J. (2019, 3 de julio). *Plato del buen comer*. Recuperado el 28 de junio de 2024.

<https://www.esalud.com/plato-buen-comer/>

Martínez, A. y Pedrón, C. (2016). *Conceptos básicos en alimentación*. Nutricia Advanced Medical Nutrition.

<https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>

Morales, F. (2023, 10 de junio). *Estos son los 10 alimentos más consumidos del mundo*.

Recuperado el 1 junio de 2024. <https://www.20minutos.es/gastronomia/productos/estos-son-los-10-alimentos-mas-consumidos-del-mundo-5135690/>

Ortega, F. (2023, 13 de mayo). *Cocina Fusión: Definición, Características y Ejemplos*.

Recuperado el 17 de julio de 2024. <https://ingenieriademenu.com/cocina-fusion/>

Ortega, K. (2024, 1 de febrero). *Estudiante foráneo: ¿cómo estudiar fuera de tu ciudad?*.

Recuperado el 25 de junio de 2024. <https://universidadesdemexico.mx/noticias/vida-estudiante-foraneo-universidad-mexico>

Pérez, P. (2023, 22 de diciembre). *Cocina Fusión: un viaje culinario por el mundo*.

Recuperado el 17 de julio de 2024. <https://www.quecocinepeter.com/blog/cocina-fusion/>

Pinto, L. (2019). *Hábitos alimentarios y su influencia en la composición corporal en estudiantes universitarios de la carrera de dietética y nutrición de la universidad de guayaquil*. [tesis de tipo de posgrado, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo].

Catalogo en línea ESPOCH.

<http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/10817/1/20T01195.pdf>

Piñeiro, M., Luiselli, C., Ramos, A. y Trigo, E. (2021). *El sistema alimentario global: una perspectiva desde América Latina*. TeseoPress.

<https://www.teseopress.com/elsistemaalimentarioglobal/>

- Ramírez, G. (2018). Adolescentes y la consolidación de sus identidades en el “espejo” de Facebook. *Anuario de Investigaciones*, 25. <https://www.redalyc.org/journal/3691/369162253039/html/>
- Rebato, E. (2009, 23 de enero). *Las “nuevas” culturas alimentarias: globalización vs regionalización*. Recuperado el 12 de julio de 2024. <https://www.euskonews.eus/0470zbnk/gaia47001es.html>
- Recetas Nestlé. (2021, 4 de marzo). *Deleite ecuatoriano ¡platos típicos de la Sierra!*. Recuperado el 3 de junio de 2024. <https://www.recetasnestle.com.ec/escuela-de-sabor/trucos/platos-tipicos-sierra>
- Rodríguez, M., Lopera, P. y Murillo, Y. (2023). *Efectos en la adaptación social por la distancia cultural percibida en estudiantes foráneos de psicología en la Corporación Uniminuto Sede Bello en el año 2023*. [Trabajo de Grado, Uniminuto Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio Uniminuto.edu. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/18154/1/T.P_Rodriguez%20AlumaMariaCamila_2023.pdf
- Ruiz, A. (2018, julio). *La técnica de “focus group”*. [presentación de diapositivas]. Diposit.ub.edu. https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/123386/1/La%20t%C3%A9cnica_de_Focus_Group_2018.pdf
- Sanchis, S. (2020, 14 de septiembre). *Qué es la identidad personal, características y cómo se construye*. Recuperado el 23 de mayo de 2024. <https://www.psicologia-online.com/que-es-la-identidad-personal-caracteristicas-y-como-se-construye-5144.html>
- Santare, J. (2019, 23 de enero). *Erving Goffman: La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Recuperado el 27 de junio de 2024. <https://apuntessobrelaciudad.wordpress.com/2019/01/23/erving-goffman-la-presentacion-de-la-persona-en-la-vida-cotidiana/>
- Sanz, J. (2008). Aportaciones de la sociología al estudio de la nutrición humana: una perspectiva científica emergente en España. *Nutrición hospitalaria*, 23 (6), 531-535. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112008000800002
- Socialstar. (2023, 5 de agosto). *¿Cómo ha influido la globalización cultural en la alimentación a lo largo de los años?*. Recuperado el 1 de junio de 2024.

<https://officialsocialstar.com/es/blogs/blog/how-has-cultural-globalization-influenced-food-over-the-years>

UCMA. (s.f.). *Cultura y Gastronomía: ¿Cómo se relacionan?*. Recuperado el 27 de julio de 2024. <https://www.universitatcarlemany.com/actualidad/blog/comida-cultura/>

Unigarro, C. (2010). *Patrimonio cultural alimentario*. Fondo Editorial Ministerio de Cultura y Cartografía de la Memoria. <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/52870.pdf>

Universitat Oberta de Catalunya. (s.f.). Gusto. En *Glosario de términos de sociología del arte*. Consultado el 15 de mayo de 2024. <https://arts.recursos.uoc.edu/glossari-sociologia/es/gusto/>

Vásconez, L. (9 de noviembre de 2017). Dos universidades dan identidad a Riobamba. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/universidades-identidad-riobamba-ecuador-fiesta.html>

Vilaplana, M. (4 de abril de 2023). La alimentación como signo de cultura. *OFFARM*, 22 (4), 111-114. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-la-alimentacion-como-signo-cultura-13046056>

Anexos

Anexo I. Codificación axial.

Tabla 3.

Matriz de categorías, subcategorías y códigos

Matriz de categorías y códigos				
Nro.	Categoría	Subcategoría	Base teórica	Código
1	Sentido social	Prácticas alimentarias	Se puede definir como hábitos alimentarios "al conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos". (Barriguete <i>et al.</i> , 2017, p. 2)	AB1
		Cambio social-Globalización	Por cambio o globalización social se entiende "a toda transformación observable en aspectos como la educación, cultura, trabajo, etc., de una manera no efímera ni provisional, a la estructura o al funcionamiento de la organización de una colectividad o individuo". (Figuroa, 2020, p. 1)	AB2
2	Factores socioculturales	Cultura y tradición	"La cultura y tradiciones son una mezcla de valores, costumbres y prácticas que se han transmitido a través de generaciones". (Cultura y tradiciones, 2023, párrafo 3)	AB3
		Estratificación social	Para Cruzito (2020) la estratificación social "se refiere a un sistema mediante el cual una sociedad clasifica categorías de personas en una jerarquía. Es un rasgo de la sociedad, no solo un reflejo de las diferencias individuales que persiste durante generaciones". (párrafo 1)	AB4
		Territorio (No Local)	Ser no local de acuerdo con Pérez (2021), "hace referencia a lo extranjero o ajeno, que puede aludir a una persona, a un objeto, a una costumbre, etc. Proviene de fuera de la localidad o región considerada central". (párrafo 1)	AB5

3	Identities alimentarias	Gusto	Para Bourdieu (2010), el gusto es “la capacidad de hacer diferencias entre lo salado y lo dulce, lo moderno y lo antiguo, lo romántico y lo gótico, o entre diferentes pintores, o entre diferentes maneras de un mismo pintor, y, en segunda instancia, de probar y enunciar preferencias” (p. 32)	AB6
		Identidad cultural y alimentación	<p>“La identidad cultural se refiere a la manera en que un grupo de personas se identifica y se relaciona con su cultura, y cómo esta cultura influye en su forma de pensar, actuar y entender el mundo”. (Identidad cultural, 2023, párrafo 1)</p> <p>Mientras que para Duhart (2002), la identidad cultural alimentaria es “el producto de una sedimentación cultural a largo plazo: se funda en una rica herencia cultural, interna a un grupo, y en un conjunto de representaciones de sí mismo y del otro, acumuladas al capricho de los cambios de ideología”. (párrafo 21)</p>	AB7

Nota: Elaboración propia, mediante la revisión bibliográfica de los términos

Tabla 4.

Matriz de perfil temática

Grupo	Sentido social		Factores socioculturales			Identidades alimentarias		Síntesis por grupo
	Prácticas alimentarias	Cambio social-Globalización	Cultura y tradición	Estratificación social	Territorio (No Local)	Gusto	Identidad cultural y alimentación	
Grupo 1: Región Costa	¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas diarias? Carnes, arroz, papas, fideos “lonchys”, atún, ensaladas, pescado, pollo, verde, huevos, café y té. ¿En qué	¿Cómo ha influido el nuevo entorno en la elección y disponibilidad de alimentos que consumen? Nos ha perjudicado ya que no estábamos acostumbrados a este tipo de entorno y no comer las tres	¿Qué platos o alimentos tradicionales consideran más importantes en su cultura y por qué? Encebollado, boyo de pescado, caldo de bola, caldo de salchicha.	¿Cómo creen que el nivel socioeconómico influye en las elecciones alimentarias de las personas en sus comunidades? De manera negativa, porque cuando no hay plata no se puede comprar	¿Qué alimentos o platos típicos de su región son más valorados por su significado cultural? Los platos más valorados son el caldo	¿Qué factores han influido más en la formación de sus preferencias alimentarias? Factor socioeconómico y sobre todo el sabor. ¿Cómo han influido tus	¿De qué manera creen que sus hábitos alimentarios reflejan su identidad cultural? Porque somos de la costa y el verde y el pescado son más reconocidos.	Los estudiantes de la región Costa presentan una identidad alimentaria fuertemente ligada a su herencia cultural, con una dieta que incluye verde, arroz y mariscos, donde el entorno familiar y el factor socioeconómico juegan un papel

<p>medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales?</p> <p>Si ha influenciado mucho en las comidas, ya que cuando regresamos a nuestras tierras nos alimentamos mejor que cuando estamos</p>	<p>veces al día como en casa.</p> <p>¿De qué manera el nuevo entorno ha afectado sus hábitos alimentarios tradicionales?</p> <p>De una mala manera, porque ahora comemos mucha comida chatarra, por el tiempo y la cantidad de negocios que la venden.</p>	<p>Por los mariscos y el verde frescos.</p> <p>¿Cómo se transmiten las recetas y tradiciones alimentarias en sus familia o comunidad?</p> <p>Nos enseñan desde los 10 y 12 años a cocinar y preparar los alimentos.</p> <p>¿Cuál es la preparación más habitual</p>	<p>los alimentos de primera necesidad.</p> <p>¿Han observado diferencias en las prácticas alimentarias entre diferentes clases sociales?</p> <p>Sí se observa diferencia entre clases sociales, ya que el factor socioeconómico influye mucho.</p> <p>Los estudiantes con más dinero compran en</p>	<p>de salchicha con sangre, chaulafan, encebollado, ceviche, bolones, porque es lo que más se conoce y come en la Costa por su buen sabor y además ya que los mariscos son muy comunes en esta región porque se encuentra</p>	<p>experiencias con diferentes comidas en tus gustos alimentarios?</p> <p>Ha influido de manera negativa ya que al degustarse los sabores no son de nuestro agrado, por la diferencia de ingredientes y preparación</p> <p>¿Qué factor consideran más importante al elegir un alimento para</p>	<p>Y los costeños somos más reconocidos por eso ¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica?</p> <p>Influye de manera positiva ya que estamos dando a conocer los alimentos que</p>	<p>crucial. Sin embargo, el impacto de un nuevo entorno ha aumentado el consumo de comida chatarra afectando sus prácticas tradicionales; la transmisión de recetas familiares desde la infancia resalta la importancia del contexto familiar, creando así un sentido de pertenencia y continuidad cultural, pero la adaptación a un</p>
--	---	---	--	---	---	---	--

<p>viviendo solos. ¿Con que frecuencia comen alimentos fuera de casa? Muy pocas veces. ¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana? 3 veces a la semana.</p>			<p>de sus alimentos? De dos maneras, la manera más sencilla y rápida cuando no tenemos mucho tiempo y de manera más preparada y saludable cuando tenemos más tiempo.</p>	<p>supermercados grandes mientras que los de menos dinero compran en tiendas pequeñas por el precio o incluso traen sus alimentos desde sus hogares.</p>	<p>rodeada de estos y es bastante conocida por sus exquisitos platos hechos con mariscos frescos. ¿Cómo varían los hábitos alimentarios de sus regiones con las de otros? En la costa comemos más verde,</p>	<p>su consumo? Que este fresco, buen sabor y sea barato y sin caducar</p>	<p>se dan en nuestra ciudad. Si evitan algún alimento, ¿Por qué motivo lo hacen? Porque no nos gusta y de salud porque algunas veces nos hacen daño.</p>	<p>nuevo entorno los lleva a la pérdida de algunos de esos valores, especialmente en lo que respecta a la calidad y frecuencia de las comidas. Por otro lado, el nivel socioeconómico limita la compra de ingredientes frescos, lo que obliga a optar por opciones más baratas y menos saludables, demostrando cómo la situación económica impacta la continuidad de</p>
---	--	--	---	--	---	--	---	--

					<p>maduro y mariscos.</p> <p>En la sierra comen más papa, meyoco, mote, chocho.</p>			<p>sus tradiciones culinarias. A pesar de estos retos, platos tradicionales como el encebollado siguen siendo valorados, reflejando su conexión cultural y sentido de pertenencia. Estos factores evidencian la tensión entre tradición y modernidad en sus hábitos alimentarios.</p>
<p>Grupo 2: Región Sierra</p>	<p>¿Qué tipos de alimentos son más comunes</p>	<p>¿Cómo ha influido el nuevo entorno en la</p>	<p>¿Qué platos o alimentos tradicionales</p>	<p>¿Cómo creen que el nivel socioeconómico</p>	<p>¿Qué alimentos o platos</p>	<p>¿Qué factores consideran que han influido</p>	<p>¿De qué manera creen que sus</p>	<p>Los estudiantes provenientes de la Sierra muestran que</p>

<p>en sus dietas diarias? Arroz, carne, papas, fideo, legumbres, pan, atún, café, embutidos. ¿En qué medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales? nos adaptamos a comer 3 veces al día fue lo que nos han</p>	<p>elección y disponibilidad de alimentos que consumen? Ha influido en cuanto a lo económico para una moderada elección de alimentos por los precios. Pero para encontrar los alimentos no hay mucho problema porque lo que comíamos en casa encontramos fácilmente aquí ¿De qué manera el nuevo entorno</p>	<p>y consideran más importantes en su cultura y por qué? Cuy, hornado, yaguarlocro, motepillo, fritada, papa, tortillas. Son platos tradicionales porque son hechos con ingredientes de la región. ¿Cómo se transmiten las recetas y</p>	<p>influye en las elecciones alimentarias de las personas en sus comunidades? Influye de gran manera significativa ya que se debe al nivel económico que una persona elija que alimentos comprar y dónde. ¿Han observado diferencias en las prácticas</p>	<p>típicos de su región son más valorados por su significado cultural? El cuy y hornado son los platos tradicionales más valorados por los habitantes de la Sierra, porque son los que más se reconocen en cualquier</p>	<p>más en la formación de sus preferencias alimentarias? Factor socioeconómico, el tiempo, sabor. ¿Cómo han influido tus experiencias con diferentes comidas en tus gustos alimentarios? Ha influido de manera positiva ya que nuestra alimentación diaria ha</p>	<p>hábitos alimentarios reflejan su identidad cultural? Influye de manera positiva ya que existen alimentos que hay en varios sectores de la sierra y podemos conectar bien con las personas de aquí. ¿Cómo influye la</p>	<p>sus hábitos alimentarios están influenciados por factores culturales, familiares y económicos. Los alimentos más comunes en sus dietas diarias son el arroz, carne, papas, fideos y legumbres demostrando una conexión con la tradición agrícola de la región, su apego a comer en casa y evitar la comida rápida refleja un patrón de consumo influenciado por</p>
--	--	--	---	---	---	--	--

<p>enseñado al igual que comer todo lo que haya en la casa y no desperdiciar nada y aquí a veces comemos solo 2 veces al día. ¿Con que frecuencia comen alimentos fuera de casa? Casi nunca. ¿Cada cuántos días come comida rápida</p>	<p>ha afectado sus hábitos alimentarios tradicionales? Por cuestión del tiempo se altera el horario en el hábito alimenticio.</p>	<p>tradiciones alimentarias en sus familia o comunidad? A través de la vivencia, experiencia y aprendizaje diario con nuestras familias, sobre todo en alguna reunión familiar y cocinan algún plato típico. ¿Cuál es la</p>	<p>alimentarias entre diferentes clases sociales? Eso es lo más común, ya que al tener un ingreso económico alto o bajo varía la alimentación. Los que tienen más plata compran más que los que casi no tienen o tienen poca.</p>	<p>lugar de la Sierra. ¿Cómo varían los hábitos alimentarios de sus regiones con las de otros? Varía por medio de su preparación y los ingredientes. Los de la costa comen más pescado y verde y nosotros más legumbres.</p>	<p>aumentado en variedad de comida. ¿Qué factor consideran más importante al elegir un alimento para su consumo? Para un foráneo el precio es lo más importante.</p>	<p>comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica? La verdad nos sentimos como una persona general no creemos que una comida diga de donde somos, para nosotros esto no nos identifica a un lugar</p>	<p>consideraciones de salud y económicas. La familia juega un papel clave en la transmisión de hábitos, como comer tres veces al día y no desperdiciar alimentos, lo que refleja valores tradicionales. El nuevo entorno no dificulta el acceso a los alimentos, ya que estos son bastante similares a los que consumían en su hogar, pero factores como el tiempo y el dinero</p>
--	--	--	--	---	---	---	--

	<p>(comida chatarra) por semana?</p> <p>Casi nunca ingerimos esos alimentos por salud.</p>		<p>preparación más habitual de sus alimentos?</p> <p>Todo depende del tiempo que se disponga para la preparación de los alimentos. Cuando no tenemos mucho tiempo solo cocinamos los fideos rápidos con</p>				<p>específico. Tal vez porque este lugar es muy parecido a nuestros hogares.</p> <p>Si evitan algún alimento, ¿Por qué motivo lo hacen?</p> <p>Por malas experiencias, altos precios, por el sector donde nos encontramos y cocinan de</p>	<p>alteran los hábitos. Los horarios exigentes alteran sus patrones de comida, lo que puede generar una discordancia entre las tradiciones alimentarias y la realidad cotidiana. A más de ello, la economía es un factor decisivo, influyendo directamente en la selección de alimentos y su frecuencia de consumo. Los platos tradicionales como el cuy y el hornado</p>
--	---	--	--	--	--	--	---	---

			un poco de agua y sal.				manera diferente	son valorados no solo por su sabor, sino por su significado simbólico dentro de la comunidad serrana, aunque no sienten que la comida defina su identidad, lo que sugiere una perspectiva más flexible en cuanto a la identidad alimentaria.
Grupo 3: Región Amazónica u Oriente	¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas diarias?	¿Cómo ha influido el nuevo entorno en la elección y disponibilidad	¿Qué platos o alimentos tradicionales consideran más	¿Cómo creen que el nivel socioeconómico influye en las elecciones	¿Qué alimentos o platos típicos de su región son	¿Qué factores consideran que han influido más en la formación de	¿De qué manera creen que sus hábitos alimentarios	El grupo de la región Oriente u Amazónica revela como sus hábitos alimenticios se han

<p>Tratamos de mantener lo que normalmente en el Oriente comemos como yuca cocinada o frita al igual que comemos majado, todo tipo de productos que sean de allá para las bebidas, tomamos más guayusa.</p> <p>¿En qué medida</p>	<p>de alimentos que consumen?</p> <p>El nuevo entorno si nos ha afectado y la verdad de manera negativa, porque en este lugar no encontramos fácilmente los alimentos que acostumbrábamos comer en casa, y también porque en su mayoría son más caros porque son traídos de otro lugar por lo que tenemos que comprar otros</p>	<p>importantes en su cultura y por qué?</p> <p>Maito de tilapia, pincho de chontacuro, maito de pollo, porque son muy nutritivos, algunos platos como el chontacuro son buenos para las gripes hasta asma.</p> <p>¿Cómo se transmiten</p>	<p>alimentarias de las personas en sus comunidades?</p> <p>Tiene influencia grande ya que las personas viven del campo y productos de la zona y en caso de que quieran enlatados tienen que vender para poder comprar alimentos de fábrica.</p> <p>¿Han observado diferencias en las prácticas</p>	<p>más valorados por su significado cultural?</p> <p>El maito de tilapia y de chontacuro (pincho).</p> <p>¿Cómo varían los hábitos alimentarios de sus regiones con las de otros?</p> <p>En nuestra zona comemos mas todo</p>	<p>sus preferencias alimentarias?</p> <p>Como nosotras somos las que cocinamos, creemos que no ha influido en sentido negativo los ingredientes de aquí, pero un gran problema por lo general es el dinero y a veces la escasez de algunos alimentos de nuestra región. Pero por sobre todo lo más</p>	<p>reflejan su identidad cultural?</p> <p>En la preparación de alimentos y los ingredientes. Porque nuestros hábitos incluyen alimentos y presentaciones únicas.</p> <p>¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a</p>	<p>forjado desde pequeñas con su cultura y familia, llevando consigo sus prácticas alimentarias al nuevo entorno, aunque este ha afectado sus costumbres empezando por la dificultad de encontrar ingredientes tradicionales para sus alimentos y sobre todo la presión académica y falta de tiempo las ha llevado a optar por</p>
--	--	---	--	---	---	--	--

<p>piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales?</p> <p>De gran manera y positivamente, de pequeñas nos han enseñado a comer muy variado y saludable, por lo general siempre nos preparábamos fruta con</p>	<p>alimentos diferentes y más convenientes.</p> <p>¿De qué manera el nuevo entorno ha afectado sus hábitos alimentarios tradicionales?</p> <p>Ahora comemos más alimentos rápidos o enlatados, a diferencia que antes comíamos comida más preparada de casa, afectando a la salud por la falta de tiempo.</p>	<p>las recetas y tradiciones alimentarias en sus familia o comunidad?</p> <p>Nos transmiten las recetas y tradiciones por lo general cuando hay reuniones familiares, escogemos un plato típico, y lo hacemos de manera participativa,</p>	<p>alimentarias entre diferentes clases sociales?</p> <p><i>Jaderi Benavides:</i> Si, una vez visite San Miguel y presencie el hornado algo super diferente a lo que estoy acostumbrada a ver, como aliñan el cerdo, su sabor, etc.</p> <p><i>María Chamba:</i> si porque aquí comen más legumbres y</p>	<p>asado, en hoja de maito, hasta mas cocinado, que ha comparación que aquí en la cierra, comen mas frito.</p>	<p>importante el sabor.</p> <p>¿Cómo han influido tus experiencias con diferentes comidas en tus gustos alimentarios?</p> <p>Hemos conocido varias comidas y nos han gustado mucho, ahora tenemos una mayor y variada experiencia en comida.</p> <p>¿Qué factor consideran más importante al</p>	<p>una comunidad cultural específica?</p> <p>En la presentación, es muy importante porque ahí es cuando podemos distinguir los alimentos de cada cultura.</p> <p>Si evitan algún alimento, ¿Por qué motivo lo hacen?</p>	<p>alimentos rápidos y procesados, perjudicando su salud y conexión con sus prácticas originales.</p> <p>Reconocen como principales platos de su región el maito, la guayusa y el pincho de chontacuro a manera de un vínculo con su cultura de origen y los cuales han sido adoptados desde pequeñas en reuniones familiares donde cocinan este tipo de platos</p>
---	--	---	---	--	--	--	---

<p>avena, hasta cremas de verduras, lo que nos ha llevado a no tener problemas con la comida de aquí. ¿Con que frecuencia comen alimentos fuera de casa? Normalmente salimos a comer en fechas especiales entre todo el</p>			<p>transmitiendo de alguna manera la preparación para así no perder ese rasgo de identidad que caracteriza a nuestra región. ¿Cuál es la preparación más habitual de sus alimentos? Ahora en la actualidad como hay comida</p>	<p>harinas y nosotros más yuca.</p>		<p>elegir un alimento para su consumo? La calidad del producto.</p>	<p><i>Jaderi</i> <i>Benavides:</i> yo no evito ninguna comida en específico porque estoy abierta a probar nuevas cosas, aunque luego no me guste sus sabores gano experiencia. <i>María</i> <i>Chamba:</i> yo evito el maní por lo que soy alérgica a ese producto y por</p>	<p>tradicionales como elemento de conexión cultural. Además, las participantes reconocen la calidad del producto como principal característica al momento de elegir un alimento, lo que refleja un deseo de mantener prácticas saludables pese a las limitaciones económicas y el nuevo entorno.</p>
--	--	--	---	---	--	--	--	--

	<p>grupo. Fuera de eso, muy poco realmente.</p> <p>¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana?</p> <p>Por lo general los fines de semana (Sábado y Domingo).</p>		<p>rápida, lo enlatado y por la situación de tiempo, somos más de rapidito, atún, revuelto de huevo, etc.</p>				<p>ende no como comida hecha con maní.</p>	
<p>Grupo 4: Región Insular</p>	<p>¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas</p>	<p>¿Cómo ha influido el nuevo entorno en la elección y</p>	<p>¿Qué platos o alimentos tradicionales consideran</p>	<p>¿Cómo creen que el nivel socioeconómico influye en las</p>	<p>¿Qué alimentos o platos típicos de su</p>	<p>¿Qué factores consideran que han influido más en la</p>	<p>¿De qué manera creen que sus hábitos</p>	<p>Este grupo refleja que sus hábitos alimenticios se han formado desde</p>

<p>diarias? Verduras y proteínas, por los beneficios en la salud. ¿En qué medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales? Mi familia ha influido de gran manera positiva, me han educado a comer</p>	<p>disponibilidad de alimentos que consumen? No tengo ningún problema para alimentarme, ya que es muy fácil y económico encontrar todo tipo de alimentos. ¿De qué manera el nuevo entorno ha afectado sus hábitos alimentarios tradicionales? De ningún modo, porque me adapto y me gustan todo tipo de alimentos.</p>	<p>más importantes en su cultura y por qué? Como tal no tenemos arraigado ninguna cultura, en fechas tradicionales como lo son en todo el Ecuador consumimos la colada morada y la fanesca. ¿Cómo se transmiten</p>	<p>elecciones alimentarias de las personas en sus comunidades? A nivel socioeconómico tiene gran influencia en la preparación de las comidas ya que ciertos ingredientes cuestan más que otros, y aún más en Galápagos que todo es más caro a diferencia de otras ciudades.</p>	<p>región son más valorados por su significado cultural? Los mariscos son muy comunes en esta región porque se encuentra rodeada de estos y es bastante conocida por sus exquisitos platos preparados</p>	<p>formación de sus preferencias alimentarias? En mi dieta existe variedad de alimentos, entonces lo que más ha formado mis gustos es la diversidad de ingredientes que hay en mi región. ¿Cómo han influido tus experiencias con diferentes comidas en tus gustos</p>	<p>alimentarios reflejan su identidad cultural? Yo creo que reflejan mucho mi identidad porque he vivido en un lugar donde comemos bastante pescado y mariscos frescos que ya forman parte de una característica de mí y</p>	<p>pequeña, influenciados por su entorno familiar y cultural, predominando en su dieta diaria las verduras y proteínas, por su impacto positivo en la salud, con un consumo ocasional de comida rápida. No tiene como tal un plato específico de esa región, se supone porque esta región es bastante similar a la región Costa, por lo que los mariscos son los</p>
--	--	---	--	--	--	---	--

	<p>saludablemente por los riesgos a enfermedades como diabetes y colesterol. ¿Con que frecuencia comen alimentos fuera de casa? 1 vez a la semana. ¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana?</p>		<p>las recetas y tradiciones alimentarias en sus familia o comunidad? Desde corta edad colaboramos a nuestros mayores para realizar ciertos alimentos y poco a poco aprendemos las recetas. ¿Cuál es la preparación más habitual</p>	<p>¿Han observado diferencias en las prácticas alimentarias entre diferentes clases sociales? En cierto punto puede haber gran diferencia ya que como sabemos la gente de escasos recursos en mayoría consume de sus mismas cosechas por lo contrario la</p>	<p>con mariscos frescos. ¿Cómo varían los hábitos alimentarios de sus regiones con las de otros? Lo más notorio es en la ingesta de mariscos a diferencia de la Sierra que comen más productos de campo y sobre todo aquí las</p>	<p>alimentarios? Yo como de todo, entonces ha influido positivamente porque ahora conozco todo tipo de alimentos de diversos lugares. ¿Qué factor consideran más importante al elegir un alimento para su consumo? Proteína y verduras.</p>	<p>aunque ahora vivo en la sierra trato de mantener esos hábitos porque me recuerdan a mi hogar y reflejan la cultura de mi región. ¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica? La comida me</p>	<p>más representativos. A la hora de elegir alimentos, priorizan la calidad y la conexión con su identidad cultural, a pesar de las limitaciones económicas.</p>
--	--	--	--	---	--	---	---	--

	<p>1 vez cada dos semanas.</p>		<p>de sus alimentos? Me tomo mi tiempo debido a que mis alimentos requieren de una buena preparación para su sabor y para ser ricos en proteínas.</p>	<p>gente con mayor economía tiene posibilidades de ir a un supermercado y hacer todas sus compras sin medida.</p>	<p>tortillas propias de la ciudad.</p>	<p>ayuda a sentirme conectada con mi región. Cuando cocino platos típicos de allí, siento que sigo en contacto con mi hogar aunque esté lejos. Además me permite relacionarme con otras personas que comparten mis mismos gustos. Si evitan</p>	
--	--------------------------------	--	--	---	--	--	--

							<p>algún alimento,</p> <p>¿Por qué motivo lo hacen?</p> <p>La verdad no es que no coma un tipo de comida específica porque me gusta probar todo tipo de comida pero sigo prefiriendo los alimentos del mar que son los que forman</p>	
--	--	--	--	--	--	--	---	--

							parte de mi cultura.	
Síntesis General	<p>Los hábitos alimentarios de los estudiantes no locales reflejan una interacción compleja entre factores socioculturales, identidad cultural y la influencia de la globalización, donde la familia desempeña un papel fundamental en la formación de estos hábitos, enseñando la importancia de una alimentación saludable. Sin embargo, el nuevo entorno a menudo lleva a un aumento en el consumo de alimentos rápidos y procesados por la falta de tiempo, afectando la calidad de la dieta; la estratificación social también influye en la disponibilidad y elección de alimentos, siendo los estudiantes de mayores recursos quienes tienen acceso a productos más frescos. La identidad cultural se manifiesta en la preferencia por alimentos tradicionales, valorados no solo por su sabor, sino también por su significado en la comunidad. La variedad de platos típicos, que incluye desde ceviche, el pincho de chontacuro hasta el cuy asado, destaca la riqueza culinaria del país. A pesar de los desafíos económicos y la dificultad de encontrar ingredientes locales, los estudiantes intentan mantener sus tradiciones alimentarias.</p>							

Nota: Elaboración propia. Los datos presentados reflejan la interacción entre factores socioculturales, globalización e identidad en los hábitos alimentarios de estudiantes no locales.

Anexo II. Instrumento

Tabla temática

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas
Carrera de Sociología
Focus Group

MODERADORA: Angie Bonilla

TEMA: “Nutriendo la Identidad: Un Análisis del Sentido Social de los Hábitos Alimenticios entre Estudiantes no Locales de la Carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024”.

PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

La presente investigación tiene como objetivo, Analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024, enfocándose en la influencia de factores socioculturales en la formación de sus identidades alimentarias. Su participación en este estudio nos permitirá conocer cómo los estudiantes no locales manejan y adaptan sus hábitos alimenticios en un nuevo entorno, reflejando tanto la reproducción de sus prácticas culturales como la adaptación a nuevas circunstancias socioculturales.

DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO:

Se le pedirá que complete el siguiente cuestionario que será respondido en el focus group organizado de manera grupal. Este instrumento está diseñado para recoger información sobre las categorías de: sentido social; factores socioculturales; e identidades alimentarias.

DURACIÓN:

La participación en este estudio tomará aproximadamente 1 hora.

CONFIDENCIALIDAD:

Toda la información que proporcione será tratada de manera confidencial. Los datos se utilizarán exclusivamente con fines de investigación y se mantendrán seguros.

CONSENTIMIENTO:

He leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. Al firmar este documento, doy mi consentimiento para participar en este estudio de investigación, entendiendo que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento.

Categoría	Subcategoría	Preguntas	Objetivo
Sentido social	Prácticas alimentarias	<ol style="list-style-type: none"> ¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas diarias? ¿En qué medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales? ¿Con qué frecuencia comen alimentos fuera de casa? ¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana? 	Comprender los hábitos alimentarios diarios, incluyendo tipos de alimentos consumidos, frecuencia de consumo, métodos de preparación, dificultades con etiquetas nutricionales, bebidas predominantes, comidas fuera de casa, componentes de comidas principales y entre

			comidas, y consumo de comida rápida.
	Cambio social- Globalización	<p>5. ¿Cómo ha influido el nuevo entorno en la elección y disponibilidad de alimentos que consumen?</p> <p>6. ¿De qué manera el nuevo entorno ha afectado sus hábitos alimentarios tradicionales?</p>	Investigar cómo el entorno y la globalización afectan la elección y disponibilidad de alimentos y modifican los hábitos alimentarios tradicionales.
Factores socioculturales	Cultura y tradición	<p>7. ¿Qué platos o alimentos tradicionales consideran más importantes en su cultura y por qué?</p> <p>8. ¿Cómo se transmiten las recetas y tradiciones alimentarias en sus familia o comunidad?</p> <p>9. ¿Cuál es la preparación más habitual de sus alimentos?</p>	Explorar el impacto de las tradiciones culturales en los hábitos alimentarios, la importancia de platos tradicionales, y la transmisión de recetas y tradiciones alimentarias.
	Estratificación social	<p>10. ¿Cómo creen que el nivel socioeconómico influye en las elecciones alimentarias de las personas en sus comunidades?</p> <p>11. ¿Han observado diferencias en las prácticas alimentarias entre diferentes clases sociales?</p>	Analizar cómo el nivel socioeconómico influye en las elecciones alimentarias y las diferencias en las prácticas alimentarias entre distintas clases sociales.
	Territorio (No Local)	<p>12. ¿Qué alimentos o platos típicos de su región son más valorados por su significado cultural?</p> <p>13. ¿Cómo varían los hábitos alimentarios de sus regiones con las de otros?</p>	Identificar y comparar los alimentos y hábitos alimentarios típicos de diferentes regiones.
Identidades alimentarias	Gusto	<p>14. ¿Qué factores consideran que han influido más en la formación de sus preferencias alimentarias?</p> <p>15. ¿Cómo han influido tus experiencias con diferentes comidas en tus gustos alimentarios?</p> <p>16. ¿Qué factor consideran más importante al elegir un alimento para su consumo?</p>	Comprender cómo se forman las preferencias alimentarias y los factores influyentes en la elección de alimentos, incluyendo la relación entre gustos y experiencias culinarias.

	<p>Identidad cultural alimentaria</p>	<p>17. ¿De qué manera creen que sus hábitos alimentarios reflejan su identidad cultural?</p> <p>18. ¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica?</p> <p>19. Si evitan algún alimento, ¿Por qué motivo lo hacen?</p>	<p>Explorar cómo los hábitos alimentarios reflejan la identidad cultural y el papel de la comida en el sentido de pertenencia a una comunidad cultural, así como las razones para evitar ciertos alimentos.</p>
--	---	--	---

Nota: Elaboración propia, basada en el análisis de prácticas alimentarias y socioculturales.

Anexo III. Consentimiento de los participantes

UEB UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas
Carrera de Sociología
Focus Group

Amazonia Oriental

MODERADORA: Angie Benilla

TEMA: "Nutrición e Identidad: Un Análisis del Sentido Social de los Hábitos Alimenticios entre Estudiantes no Locales de la Carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024".

PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:
La presente investigación tiene como objetivo, analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024, enfocándose en la influencia de factores socioculturales en la formación de sus identidades alimentarias. Su participación en este estudio nos permitirá conocer cómo los estudiantes no locales manejan y adaptan sus hábitos alimenticios en un nuevo entorno, reflejando tanto la reproducción de sus prácticas culturales como la adaptación a nuevas circunstancias socioculturales.

DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO:
Se le pedirá que complete el siguiente cuestionario que será respondido en el focus group organizado de manera grupal. Este instrumento está diseñado para recoger información sobre las categorías de sentido social, factores socioculturales, e identidades alimentarias.

DURACIÓN:
La participación en este estudio tomará aproximadamente 1 hora.

CONFIDENCIALIDAD:
Toda la información que proporcione será tratada de manera confidencial. Los datos se utilizarán exclusivamente con fines de investigación y se mantendrán seguros.

CONSENTIMIENTO:
Ha leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. Al firmar este documento, doy mi consentimiento para participar en este estudio de investigación, entendiendo que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento.

Categoría 1: Sentido social

1. ¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas diarias? Tratamos de consumir como en lo que en el Oriente comemos más yuca cocinada y fritas al igual que comemos maízudo, todo tipo de productos que sean de allá para las bebidas tomamos más gaseosa.

2. ¿En qué medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales? De gran manera y positiva de papá me han enseñado a comer muy variado y saludable, por lo general siempre me preparaban comida con avena, hasta cremas de verduras que me ha llevado a no tener problemas ahora con la comida de acá.

3. ¿Con qué frecuencia comen alimentos fuera de casa? Normalmente salimos a comer en fechas especiales entre todo el grupo. Fuera de eso muy poco realmente.

4. ¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana? Por lo general los fines de semana (Sábado y Domingo).

UEB UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas
Carrera de Sociología
Focus Group

17. ¿De qué manera creen que sus hábitos alimentarios reflejan su identidad cultural?
En la preparación de alimentos y los ingredientes. Porque nuestros hábitos incluyen alimentos y presentaciones únicas.

18. ¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica?
En la presentación, es muy importante porque ahí es cuando podemos distinguir a los alimentos de cada cultura.

19. Si evitan algún alimento, ¿por qué motivo lo hacen?
Yo evito el maní por lo que soy alérgica a ese producto y por ende no como así comida hecha con maní.

Nombre y firma de los participantes:
[Firma] [Firma]

¡GRACIAS!

UEB UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas
Carrera de Sociología
Focus Group

Incajar

MODERADORA: Angie Benilla

TEMA: "Nutrición e Identidad: Un Análisis del Sentido Social de los Hábitos Alimenticios entre Estudiantes no Locales de la Carrera de Sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024".

PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:
La presente investigación tiene como objetivo, analizar el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024, enfocándose en la influencia de factores socioculturales en la formación de sus identidades alimentarias. Su participación en este estudio nos permitirá conocer cómo los estudiantes no locales manejan y adaptan sus hábitos alimenticios en un nuevo entorno, reflejando tanto la reproducción de sus prácticas culturales como la adaptación a nuevas circunstancias socioculturales.

DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO:
Se le pedirá que complete el siguiente cuestionario que será respondido en el focus group organizado de manera grupal. Este instrumento está diseñado para recoger información sobre las categorías de sentido social, factores socioculturales, e identidades alimentarias.

DURACIÓN:
La participación en este estudio tomará aproximadamente 1 hora.

CONFIDENCIALIDAD:
Toda la información que proporcione será tratada de manera confidencial. Los datos se utilizarán exclusivamente con fines de investigación y se mantendrán seguros.

CONSENTIMIENTO:
Ha leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. Al firmar este documento, doy mi consentimiento para participar en este estudio de investigación, entendiendo que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento.

Categoría 1: Sentido social

1. ¿Qué tipos de alimentos son más comunes en sus dietas diarias?
Verduras y proteínas, por los beneficios en la salud.

2. ¿En qué medida piensan que su entorno familiar ha moldeado sus prácticas alimentarias actuales?
Mi familia ha influido de gran manera positiva, me han educado a comer saludablemente por los riesgos o enfermedades como diabetes y colesterol.

3. ¿Con qué frecuencia comen alimentos fuera de casa?
1 vez a la semana.

4. ¿Cada cuántos días come comida rápida (comida chatarra) por semana?
1 vez cada dos semanas.

UEB UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
Facultad de Jurisprudencia, Ciencias Sociales y Políticas
Carrera de Sociología
Focus Group

17. ¿De qué manera creen que sus hábitos alimentarios reflejan su identidad cultural?
No creo que reflejan mucho mi identidad porque se ha vivido en un lugar donde come más bastante pescado y mariscos frescos que ya forman parte de una característica de mí y aunque ahora vivo en la sierra todo de mantener esos hábitos porque me recuerdan a mi hogar y reflejan la cultura de la comida me ayuda a sentirme conectado con mi región. Cuando es un plato típico de mi allí, siento que sigo en contacto con mi hogar aunque esté lejos. Además me permite relacionarme con otras personas que comparten mis mismos gustos.

18. ¿Cómo influye la comida en su sentido de pertenencia a una comunidad cultural específica? o mi hogar y reflejan la cultura de la comida me ayuda a sentirme conectado con mi región. Cuando es un plato típico de mi allí, siento que sigo en contacto con mi hogar aunque esté lejos. Además me permite relacionarme con otras personas que comparten mis mismos gustos.

19. Si evitan algún alimento, ¿por qué motivo lo hacen?
La verdad no es que no coma un tipo de comida específica porque me gusta probar todo tipo de comida pero sí sigo prefiriendo los alimentos del mar que son los que forman parte de mi cultura.

Nombre y firma de los participantes:
[Firma]

¡GRACIAS!

Anexo IV. Fotografías



Entrevista al subgrupo de la Costa durante la sesión del grupo focal



Entrevista al subgrupo de la Sierra durante la sesión del grupo focal