

# Scientia et PRAXIS

Vol. 04. No.08. Jul-Dic (2024): 32-60  
<https://doi.org/10.55965/setp.4.08.uady.a2>  
eISSN: 2954-4041

## Desarrollo Sostenible a través de la Innovación en Seguridad Alimentaria y Hábitos Alimenticios en Familias Marginadas

## Sustainable Development Through Innovation in Food Security and Eating Habits in Marginalized Families

**Mireya Noemi Hernández-Islas. ORCID: [0000-0002-4220-2108](https://orcid.org/0000-0002-4220-2108)**

Universidad Autónoma de Yucatán  
Mérida, Yucatán, México  
email: [mireya.hernandez@correo.uady.mx](mailto:mireya.hernandez@correo.uady.mx)

**Anel Flores-Novelo. ORCID: [0000-0003-2567-8769](https://orcid.org/0000-0003-2567-8769)**

Universidad Autónoma de Yucatán  
Mérida, Yucatán, México  
email: [anel.flores@correo.uady.mx](mailto:anel.flores@correo.uady.mx)

**María del Carmen Rachó-Barroso. ORCID [0000-0001-8836-6469](https://orcid.org/0000-0001-8836-6469)**

Universidad Autónoma de Yucatán  
Mérida, Yucatán, México  
email: [maricarmen.racho@correo.uady.mx](mailto:maricarmen.racho@correo.uady.mx)

**Palabras clave:** consumo responsable, gasto en alimentos, hábitos alimenticios, percepción, seguridad alimentaria

**Keywords:** responsible consumption, food expenditure, eating habits, perception, food security

**Recibido:** 1-Ago-2024 ; **Aceptado:** 7-Dic-2024

---

## **RESUMEN**

**Contexto.** En el sur Mérida, Yucatán se encuentra una alta concentración de **AGEBs** con un alto rezago social y con población con carencia en acceso a la alimentación nutritiva y de calidad, lo cual conlleva diversos y que requieren acciones que garanticen el acceso a una alimentación sostenible.

**Problema.** El déficit en el consumo de alimentos saludables en estas comunidades evidencia barreras significativas para la adopción de prácticas alimenticias mejoradas, influenciadas tanto por diversos factores. Este desafío se alinea con el **ODS 2: Hambre cero**, que busca garantizar la seguridad alimentaria y una nutrición adecuada para todos. En este contexto, resulta relevante explorar cómo la percepción de los hábitos alimenticios familiares afecta el consumo de alimentos saludables en familias de zonas marginadas, y cómo estrategias basadas en los ods pueden ayudar a superar estas barreras. ¿Cómo afecta la percepción de los hábitos alimenticios familiares el consumo de alimentos saludables en familias de zonas marginadas?

**Objetivo.** Este estudio analiza cómo la percepción familiar impacta las prácticas alimentarias en áreas marginadas, impulsando los objetivos de desarrollo sostenible a través de enfoques innovadores en seguridad alimentaria.

**Metodología.** Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, en Mérida, Yucatán, en 2023, con una muestra aleatoria de 400 familias basada en datos de **INEGI**. La encuesta incluyó la escala de seguridad alimentaria de **CONEVAL**, con una validación previa para asegurar la consistencia y confiabilidad del instrumento en el contexto estudiado

**Hallazgos Teóricos y Prácticos.** Teóricamente, el estudio aporta al entendimiento de la relación entre percepción y seguridad alimentaria, mientras que, en la práctica, sugiere intervenciones alineadas con los objetivos de desarrollo sostenible.

**Originalidad.** La investigación integra salud pública, economía y psicología para abordar la seguridad alimentaria con innovación, fomentando el desarrollo sostenible mediante el Manual de Oslo y los objetivos de desarrollo sostenible en comunidades marginadas.

**Conclusiones y Limitaciones.** Los resultados sugieren la necesidad de políticas de seguridad alimentaria específicas para contextos marginados.

## **ABSTRACT**

**Context.** In southern Mérida, Yucatán, there is a high concentration of **AGEBs** with significant social disadvantage and populations lacking access to nutritious and quality food. This situation leads to various challenges and necessitates actions to ensure access to sustainable food.

**Problem.** The deficit in healthy food consumption in these communities reveals significant barriers to adopting improved dietary practices, influenced by various factors. This challenge aligns with **SDG 2: Zero Hunger**, which aims to guarantee food security and adequate nutrition for all. In this context, it is essential to explore how family perceptions of eating habits affect healthy food consumption in marginalized families and how strategies based on the **SDGs** can help overcome these barriers. How does the perception of family eating habits influence healthy food consumption in marginalized families?

**Purpose.** This study analyzes how family perception impacts dietary practices in marginalized areas, advancing the sustainable development goals through innovative approaches to food security.

**Methodology.** A quantitative, non-experimental study was conducted in Mérida, Yucatán, in 2023, using a random sample of 400 families based on **INEGI** data. The survey included **CONEVAL's** food security scale, previously validated to ensure consistency and reliability in the studied context.

**Theoretical and Practical Findings.** Theoretically, the study contributes to understanding the relationship between perception and food security, while practically, it suggests interventions aligned with the sustainable development goals.

**Originality.** The research integrates public health, economics, and psychology to address food security through innovation, promoting sustainable development using the Oslo Manual and sustainable development goals as frameworks in marginalized communities.

**Conclusions and Limitations.** The results highlight the need for food security policies tailored to marginalized contexts.

---

## **1. INTRODUCCIÓN**

Uno de los problemas más importantes es lograr que las comunidades en zonas marginadas se alimenten de forma saludable. La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2022) advierte que esta situación es alarmante y que los altos precios de frutas y verduras contribuyen a la prevalencia de dietas deficientes en nutrientes esenciales, lo cual impacta negativamente en la salud y el bienestar de las familias. De acuerdo con la Organización para la Alimentación y la Agricultura (FAO et al., 2024), la seguridad alimentaria implica el acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer las necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para una vida activa y saludable. Esta situación representa una preocupación global debido tanto a la escasez de alimentos como a los problemas de salud relacionados con el consumo de alimentos ultraprocesados (PMA, 2023).

En este contexto, la percepción de los individuos sobre los hábitos alimenticios de sus familias es un factor clave que influye en sus decisiones dietéticas, promoviendo o limitando el consumo de alimentos nutritivos. La literatura sugiere que esta percepción afecta la calidad de la dieta y, en consecuencia, la seguridad alimentaria familiar. Asimismo, Monteiro et al. (2019) destacan la importancia de consumir frutas y verduras frescas como medida preventiva contra enfermedades crónicas, frecuentemente asociadas con dietas basadas en alimentos ultraprocesados. Sin embargo, en comunidades con acceso restringido a estos alimentos, mejorar la percepción y práctica de hábitos alimenticios saludables se vuelve una prioridad para lograr intervenciones efectivas en salud pública.

Este estudio tiene como objetivo analizar cómo la percepción de los hábitos alimenticios familiares afecta el consumo saludable en familias de zonas marginadas de Mérida, Yucatán, alineándose con un enfoque multidisciplinario y de innovación orientado al desarrollo sostenible. Para ello, se emplea un diseño de investigación cuantitativo no experimental, recogiendo datos mediante una encuesta a una muestra representativa de 400 familias. Los resultados obtenidos se analizan estadísticamente utilizando el software SPSS versión 21 para determinar patrones de consumo y percepciones alimentarias.

La relevancia de este estudio radica en su aporte original para la creación de estrategias que promuevan una mejor seguridad alimentaria en comunidades marginadas, considerando no solo los factores económicos, sino también el papel de las percepciones familiares en la elección de

alimentos saludables. Esta investigación contribuye a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU al fomentar prácticas alimentarias sostenibles y resalta la importancia de un enfoque multidisciplinario que integre la salud pública, la nutrición y el acceso económico. Así, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo impacta la percepción de los hábitos alimenticios familiares en el consumo saludable de alimentos en familias de zonas marginadas?

## **2. CONTEXTUALIZACIÓN**

La alimentación es un pilar esencial en la vida humana, y va mucho más allá de proveer nutrientes; de acuerdo con Nunes dos Santos (2007) la alimentación es también una manifestación de identidad cultural y social y los hábitos alimenticios influenciados por la formación cultural y social, como bien lo resume el dicho "eres lo que comes." Los hábitos alimenticios no solo reflejan las creencias y valores de cada grupo social, sino que también consolidan el sentido de pertenencia y la identidad colectiva. A su vez, factores sociales, económicos y ambientales afectan directamente estas preferencias y prácticas alimenticias, mientras que el tipo y la variedad de alimentos consumidos inciden en la salud de cada persona.

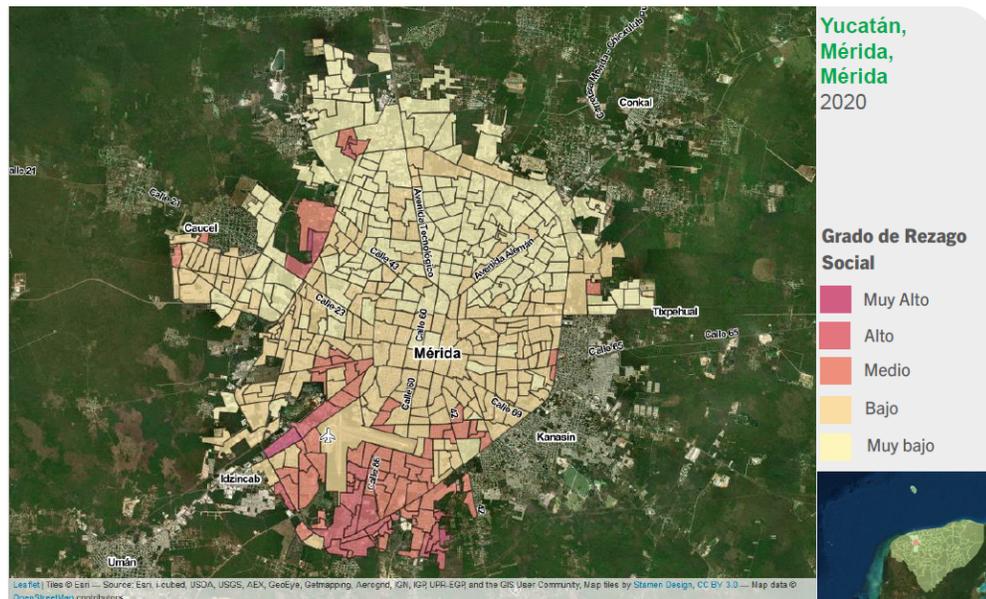
Según la FAO et al. (2024), estamos a solo seis años del 2030, pero las metas en torno al hambre y la seguridad alimentaria aún no avanzan en la dirección correcta para cumplir con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 2, Hambre Cero. Desde el incremento que ocurrió tras la pandemia de **COVID-19**, la prevalencia global de la subalimentación se ha mantenido en niveles alarmantemente altos, afectando a un 28.9 % de la población mundial, es decir, aproximadamente 2,330 millones de personas. De estas, 41 millones padecen inseguridad alimentaria en América Latina y el Caribe.

En términos de acceso económico a alimentos saludables, las estadísticas de 2022 muestran que más de un tercio de la población mundial, cerca de 2,800 millones de personas, no pudo costear una dieta saludable. La inseguridad alimentaria es especialmente alta en las zonas rurales y periurbanas, donde alcanza el 29.9 %. Además, el alza de precios en 2022 elevó el costo promedio de una dieta saludable a 3.96 dólares **PPA** (Paridad Poder Adquisitivo) diarios, un incremento respecto al año anterior que acentúa el desafío global de la alimentación accesible y nutritiva, siendo América Latina y el Caribe las regiones más afectadas con un promedio de 4.56 dólares **PPA** diarios.

Para abordar estos problemas, es fundamental una combinación de políticas específicas que respondan a los factores de cada país, y contar con datos más detallados permite un mejor seguimiento del avance hacia esta meta. Es indispensable promover soluciones innovadoras y equitativas que fortalezcan la financiación y los recursos destinados a la seguridad alimentaria en aquellos países que enfrentan altos índices de hambre y desnutrición

Según el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2022), 46.8 millones de personas en México viven en situación de pobreza, y el 18.2% de la población —equivalente a 23.4 millones de personas— presenta carencia de acceso a una alimentación nutritiva y de calidad. En Yucatán, las cifras son igualmente alarmantes, con un 38.8% de la población en situación de pobreza y el 15.4% con limitaciones en el acceso a alimentos nutritivos y de calidad. De acuerdo con la CONAPO (2020) Yucatán tiene un grado de marginación alto y el 26.6% de la población tiene carencia en Acceso a la alimentación nutritiva y de calidad. Aunque los municipios más afectados se encuentran en áreas rurales del estado, la zona urbana no es inmune a esta problemática. En Mérida, la capital, también existen zonas marginadas (ver **Figura 1**) donde la inseguridad alimentaria es prevalente, reflejando dietas poco saludables y acceso restringido a alimentos nutritivos.

**Figura 1: Zona Metropolitana de Mérida: Grado de marginación urbana por AGEB, 2020**



Fuente: Estimaciones del CONEVAL (2020) con base en el Censo de Población y Vivienda (2020).

Como se puede observar en la zona sur del municipio se encuentra una concentración alta de AGEBS con grado de rezago social Alto y Muy alto, zona geográfica donde se encuentra nuestro objeto de estudio.

De acuerdo con

### 3. REVISIÓN DE LA LITERATURA

La alimentación es una preocupación mundial tanto por la escasez de alimentos como por los problemas relacionados con la obesidad y los daños a la salud causados por el consumo de productos ultra procesados. Mientras que en algunas regiones se enfrentan a la falta de alimentos nutritivos, en otras, el acceso excesivo a alimentos ultra procesados ha llevado a un aumento en las tasas de obesidad y enfermedades crónicas (FAO, 2000). Esta dualidad refleja la complejidad de los problemas alimentarios contemporáneos y subraya la necesidad de un enfoque integral que considere tanto la cantidad como la calidad de los alimentos disponibles.

Para abordar estos problemas, es fundamental considerar la noción de "*democracia alimentaria*," que no solo implica garantizar el acceso a alimentos seguros y de calidad, sino también asegurar que las personas cuenten con la información necesaria para tomar decisiones informadas sobre su consumo (Oseguera-Parra, 2010). Por ello es necesario conocer la percepción de la alimentación de los ciudadanos, ya que dará un punto de partida para saber qué información proporcionarles.

#### 3.1 Innovación

De acuerdo con el Manual de Oslo la apropiación es esencial para la innovación, ya que los resultados de la investigación y las nuevas tecnologías suelen tener características de bienes públicos. Esto significa que, una vez desarrollados, el costo de ponerlos al alcance de un amplio grupo de usuarios es bajo en comparación con su costo de creación. Además, una vez difundida, la innovación no puede ser restringida a ciertos usuarios, lo que facilita su acceso y fomenta su adopción por múltiples actores.

### **3.1 Objetivos de desarrollo sostenible**

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (**ODS**) (ONU, 2015), representan un compromiso global para abordar los desafíos más urgentes de la humanidad. Estos objetivos, también denominados Objetivos Globales, buscan erradicar la pobreza, proteger el medio ambiente y garantizar condiciones de paz y prosperidad para todas las personas hacia el año 2030. Este marco universal integra 17 objetivos interrelacionados que abarcan dimensiones económicas, sociales y ambientales, promoviendo una visión integral del desarrollo sostenible como una prioridad global compartida.

En los Objetivos de Desarrollo Sostenible (**ODS**), se buscó construir sobre la experiencia de los Objetivos de Desarrollo del Milenio, precisando y ampliando su contenido y alcance. El tema de la alimentación se aborda específicamente en el segundo objetivo: *"Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición, y promover la agricultura sostenible."*

Martínez- Espinoza et al. (2023) menciona que este objetivo enfatiza la seguridad alimentaria como el acceso universal a una alimentación sana, nutritiva y suficiente, prestando especial atención a los grupos más vulnerables, como las personas en pobreza extrema y los niños menores de un año. Además, promueve un enfoque integral que vincula la mejora de la nutrición con prácticas agrícolas sostenibles, subrayando la importancia de la equidad y la sostenibilidad en el combate contra el hambre.

De acuerdo con Bermejo et al. (2023) para atender las necesidades alimentarias y nutricionales de una población creciente y garantizar los recursos naturales y productivos, los sistemas alimentarios deben experimentar cambios adoptando dietas más sostenibles.

### **3.2 Seguridad Alimentaria**

De acuerdo con McGuire (2015) la seguridad alimentaria existe cuando todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para una vida activa y saludable. La variedad y el equilibrio en la dieta, incluyendo el consumo de frutas y verduras, son componentes cruciales de la misma.

Para lograr seguridad alimentaria es necesario revisar los sistemas alimentarios, que abarcan todos los procesos y actores involucrados en la producción, procesamiento, distribución, consumo y desecho de alimentos.

De acuerdo con Cáliz De Dios et al. (2015); McGuire (2015); Gutiérrez-Carbajal et al.(2019), las principales relaciones entre la seguridad alimentaria y los sistemas alimentarios se explican por los siguientes elementos:

- **Producción de Alimentos:** Un sistema alimentario sostenible debe ser capaz de producir suficientes alimentos nutritivos para satisfacer las necesidades dietéticas de la población.
- **Acceso Económico y Físico:** La seguridad alimentaria requiere que todas las personas tengan acceso físico y económico a alimentos suficientes y nutritivos, lo que implica que los alimentos deben ser asequibles y estar disponibles.
- **Nutrición y Salud:** Los sistemas alimentarios deben garantizar que los alimentos disponibles contribuyan a una dieta equilibrada y saludable, reduciendo la dependencia de alimentos ultraprocesados que pueden causar problemas de salud como la obesidad y las enfermedades crónicas.
- **Sostenibilidad Ambiental:** La producción de alimentos debe ser sostenible para garantizar la seguridad alimentaria a largo plazo. Esto incluye prácticas agrícolas que conservan los recursos naturales y reducen el impacto ambiental.
- **Estabilidad del Suministro:** Los sistemas alimentarios deben ser resilientes a crisis económicas, climáticas y políticas que puedan interrumpir la producción y distribución de alimentos. La estabilidad es crucial para asegurar que las personas tengan acceso continuo a alimentos nutritivos.

Estudios como los de Darmon et al. (2002) y Steenhuis et al. (2011) muestran que el bajo consumo de frutas y verduras en poblaciones de bajos ingresos se explica por sus precios altos y escasa accesibilidad. Los estudios plantean que, además, hay una percepción de los alimentos sanos son costosos, lo que les disuade de su compra.

Un estudio realizado por Rodríguez-Ramírez et al. (2021) sobre cambios de hábitos en hogares mexicanos después de la pandemia reveló que los hogares que experimentaron una disminución en sus ingresos también vieron reducida su ingesta de frutas, verduras y alimentos de origen animal. Estos hallazgos son similares a los de un estudio multicéntrico que abarcó 82 países, en el cual se

aplicó un cuestionario en línea sobre los efectos del confinamiento durante la pandemia de Covid-19. En ese estudio, se observó que el consumo de frutas, verduras, carnes y cereales disminuyó debido al cierre de mercados y al aumento de precios. Estos cambios en los hábitos de consumo resaltan la importancia de comprender las motivaciones, percepciones y preferencias que influyen en las decisiones de compra y consumo de alimentos. El comportamiento del consumidor desempeña un papel clave en la adopción de prácticas alimentarias saludables y sostenibles, ya que la forma en que las personas perciben y eligen sus alimentos está influenciada por diversos factores sociales, culturales y económicos.

### **3.3 Comportamiento del Consumidor**

El comportamiento del consumidor se refiere al estudio de los procesos que intervienen cuando una persona o grupo selecciona, compra, usa o desecha productos, servicios, ideas o experiencias para satisfacer necesidades y deseos (Solomon, 2008). Este concepto se enfoca principalmente en cómo los consumidores, incluyendo a familias y hogares, toman decisiones para gastar sus recursos disponibles, como el tiempo, dinero y esfuerzo, en artículos relacionados con el consumo (Schiffman et al., 2010). El análisis del comportamiento del consumidor ha sido de gran importancia a lo largo del tiempo, ya que proporciona una comprensión profunda de las motivaciones y decisiones de compra de los individuos.

### **3.4 Factores que Influyen en el Comportamiento del Consumidor para una Alimentación sana**

El comportamiento del consumidor abarca más que la simple decisión de compra; es un proceso de análisis sobre los factores que influyen en la conducta de los individuos antes, durante y después de la compra. De acuerdo con Kotler y Keller (2012) los principales factores que influyen en el comportamiento de los consumidores se dividen en tres grupos: culturales, sociales y personales. Los factores culturales, que incluyen valores, percepciones, preferencias y comportamientos aprendidos, tienen la influencia más amplia y profunda en los consumidores (Kotler y Keller, 2012). Además, los factores sociales, como la familia, los roles sociales y los grupos de referencia, y los factores personales, como la edad, la ocupación, el estilo de vida y la personalidad, también juegan un papel crucial.

El comportamiento del consumidor en relación con el consumo de alimentos sanos está influenciado por estos factores. Por ejemplo, las creencias en grupos familiares y de amigos sobre los alimentos influyen en la percepción de los alimentos saludables frente a los ultraprocesados. Estudios recientes indican que la educación nutricional y las campañas de concienciación pueden modificar las actitudes y comportamientos de los consumidores hacia una dieta más saludable (Ingram et al., 2022). Además, las innovaciones sociales, como los mercados de agricultores y las plataformas digitales para la compra de productos frescos, están facilitando un mayor acceso a alimentos saludables y promoviendo prácticas de consumo más responsables (Ericksen, 2008).

De acuerdo con Pedraza (2005) La inaccesibilidad física es producto de las limitaciones, debido a los sistemas inadecuados de comercialización y distribución influenciado por producción dispersa, mal estado de las carreteras y de los medios de transporte y de información sobre mercados y sus precios que provoca el difícil acceso oportuno y periódico a los mercados.

Es importante también evaluar si las políticas aplicadas en un país para fomentar o desmotivar el consumo de alimentos está funcionando. En este contexto en México se implementó un nuevo etiquetado para alimentos ultra procesados, y de acuerdo con Guimond-Ramos et al. (2023) durante el periodo de transición en la implementación de la política de etiquetado de alimentos, las variaciones trimestrales del gasto, según los deciles y el tipo de producto, reflejan que, excepto en el caso del pan dulce empaquetado, el gasto en alimentos ACE sigue mostrando un incremento constante.

Ante estas limitaciones de accesibilidad, se vuelve urgente replantear los sistemas de distribución y comercialización de alimentos para garantizar un acceso más equitativo y constante. En este contexto, resulta crucial considerar las propuestas de transformación de los sistemas alimentarios planteadas por organismos internacionales, que abogan por hacer que los alimentos nutritivos y saludables sean asequibles y accesibles para toda la población.

La FAO et al. (2024), asegura que para hacer más accesibles los alimentos nutritivos y asegurar que las dietas saludables sean asequibles para todos, es fundamental realizar una transformación profunda de los sistemas alimentarios a nivel global. En particular, se debe fortalecer la resiliencia de estos sistemas ante las interrupciones causadas por la pandemia.

Debido a la diversidad y complejidad de los sistemas alimentarios, los países deberán implementar políticas y estrategias adaptadas a cada contexto. Además, será necesario fomentar

las inversiones tanto públicas como privadas, asegurando una coherencia significativa en las políticas y una mejor planificación y coordinación entre los diferentes sectores y actores involucrados.

En general es importante concluir que la complejidad de los sistemas alimentarios y el comportamiento del consumidor reflejan la necesidad de enfoques integrados y colaborativos para abordar los desafíos de la seguridad alimentaria y promover hábitos alimenticios saludables y sostenibles.

La FAO et al. (2024) propuso políticas e inversiones para reducir el costo de los alimentos nutritivos

- Invertir en el aumento y la diversificación de la productividad agrícola sensible a la nutrición  
Fomentar la agricultura urbana y periurbana
- Evitar los impuestos a los alimentos nutritivos Invertir en investigación, innovación y extensión
- Formular políticas e invertir en cadenas de valor que tengan en cuenta la nutrición
- Formular políticas e invertir en la reducción de las pérdidas de alimentos
- Formular políticas e invertir en una manipulación y elaboración que tengan en cuenta la nutrición
- Enriquecer los alimentos Invertir en redes de carreteras, transporte e infraestructura de mercado  
Garantizar que en las políticas de comercio y comercialización se equilibren los intereses de los productores y los consumidores Fortalecer las cadenas de suministro de alimentos en contextos humanitario.

### **3.5 Diseño del instrumento de medición y/o materiales**

Para la recolección de datos, se diseñó una encuesta específica que integró la escala mexicana de seguridad alimentaria de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2019). Esta encuesta abarcó preguntas sobre la percepción de los hábitos alimenticios familiares, el gasto en alimentos, y en particular, el gasto en frutas y verduras frescas. La escala de seguridad alimentaria evaluó la disponibilidad y acceso a alimentos suficientes y nutritivos en los hogares.

### 3.6 Modelo Conceptual/Modelo Experimental.

Se desarrolló un modelo conceptual ex-ante para analizar la percepción de los hábitos alimenticios familiares y su relación con el consumo de alimentos saludables en zonas marginadas de Mérida, Yucatán. Este modelo sirvió para estructurar las relaciones esperadas entre la percepción de los hábitos alimenticios, el gasto en frutas y verduras, y la autoevaluación de la calidad de la alimentación familiar.

El modelo experimental incluyó cuatro objetivos específicos: (1) analizar la influencia de la percepción de los hábitos alimenticios familiares en el consumo de alimentos saludables, (2) investigar la correlación entre el gasto general en alimentos y el gasto en frutas y verduras, (3) describir la autoevaluación de las familias sobre su alimentación, y (4) evaluar si las familias que destinan una mayor proporción de su presupuesto a frutas y verduras califican más positivamente su alimentación, como se aprecia en la **Tabla 1**.

**Tabla 1. Modelo conceptual sobre los hábitos alimenticios familiares**

Variable	Indicador	Autores
Percepción y hábitos alimenticios	Autoevaluación de calidad alimenticia	Torres-Pabon (2019).
	Razones para no consumir más frutas y verduras	FAO et al. (2024) Macías-González, 2008)..
Relación entre el gasto familiar y la alimentación	Gasto familiar en alimentos	Llamas-Huitrón, et al. (2012), Macías-González (2008).
	Proporción del gasto en frutas y verduras	León-Bon, et al.- (2020).
Contexto sociocultural	Encuesta sobre inseguridad alimentaria (CONEVAL)	ENSANUT 2019
	Colonia	CONEVAL 2022

Fuente: Elaboración propia con base en los autores mostrados.

El diseño final del protocolo incluyó una encuesta estructurada que permitió medir la percepción y prácticas de consumo de las familias.

## 4. METODOLOGÍA

El presente estudio se realizó en colonias marginadas de la cd de Mérida Yucatán México y el trabajo de campo fue realizado en 2023; adoptó un enfoque no experimental de tipo cuantitativo Inferencial utilizando el coeficiente de correlación de Pearson, con el objetivo de explorar cómo la

percepción de los hábitos alimenticios familiares impacta el consumo saludable en familias de zonas marginadas de Mérida, Yucatán. Este diseño permite observar y analizar las variables sin manipular el entorno de los participantes, proporcionando una visión objetiva de las relaciones existentes entre las variables de interés.

La población objetivo del estudio consistió en familias de zonas marginadas de Mérida, Yucatán, población total de 39,156 habitantes distribuidos en diferentes colonias de Mérida, Yucatán identificadas a través de las Áreas Geoestadísticas Básicas (**AGEBs**) del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2023). La selección de los hogares se realizó de manera aleatoria dentro de las zonas de estudio para asegurar la representatividad y minimizar sesgos en la muestra.

El tamaño de la muestra se determinó utilizando la fórmula para muestreo aleatorio simple en poblaciones finitas, garantizando representatividad estadística para una población total de 39,156 casas habitadas. La fórmula utilizada es la siguiente:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}$$

Donde:

n: Tamaño de la muestra.

N: Tamaño de la población (39,156).

Z: Valor Z para un nivel de confianza del 95% ( $Z=1.96$ ).

p: Proporción estimada de la población con la característica de interés (se asumió  $p=0.5$  = 0.5, ya que maximiza la variabilidad y asegura el tamaño de muestra más conservador).

e: Margen de error permitido (5%, o 0.05).

Para garantizar la representatividad de la población total de 39,156 habitantes distribuidos en diferentes colonias de Mérida, Yucatán, se utilizó un método de muestreo estratificado. Este enfoque permite dividir la población en subgrupos o estratos homogéneos, en este caso, las colonias identificadas por Áreas Geoestadísticas Básicas (**AGEBs**). Cada colonia representó un estrato basado en su población total y proporción dentro del universo de estudio.

El tamaño de muestra total fue de 381 familias, calculado previamente para garantizar un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Posteriormente, se distribuyó

proporcionalmente entre los estratos según el tamaño relativo de cada colonia respecto a la población total, tal como se explica en la siguiente **Tabla 2**.

**Tabla 2. Cálculo de la muestra por colonia**

Colonia según AGEB	Total de población	Representatividad de la colonia	Encuestas a realizar por colonia
Roble agrícolaII/ Pino Suárez/ Villas Mérida/ San Marcos Noh	1573	4.0%	15
Roble agrícola III/ El Roble agrícola	1287	3.3%	13
Emiliano Zapata Sur II	6309	16.1%	61
San Antonio Xluch III	2871	7.3%	28
San Luis Sur	789	2.0%	8
Plan de Ayala Sur	5926	15.1%	58
Plan de Ayala Sur II/ Nueva San José Tecoh/ Nueva San José Tecoh III	1330	3.4%	13
La Guadalupeana/Plan de Ayala Sur III	3380	8.6%	33
Roble Agrícola/Emiliano Zapata Sur II	699	1.8%	7
Roble Agrícola	5529	14.1%	54
San Antonio Xluch III/ San Luis Sur	2429	6.2%	24
San Luis Sur	3426	8.7%	33
Santa Cruz Palomeque	1795	4.6%	17
Plan de Ayala Sur III	1813	4.6%	18
<b>TOTAL</b>	<b>39156</b>	<b>100%</b>	<b>381</b>

Fuente: Elaboración propia

Sin embargo, al finalizar el levantamiento se obtuvieron un total de **400 encuestas**.

Para el presente estudio se utilizó un extracto de un cuestionario perteneciente al proyecto Corredor del comercio agroalimentario popular y solidario de las regiones milperas y popular del Puuc de Yucatán como se muestra en la **Tabla 3**, que considera las preguntas del cuestionario sobre inseguridad alimentaria Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2019) así como patrones de consumo de los individuos, de fue administrada en formato presencial por un equipo de encuestadores capacitados, quienes visitaron los hogares seleccionados. Los encuestadores explicaron el propósito del estudio a los participantes y garantizaron la confidencialidad de sus respuestas. La recolección de datos se llevó a cabo durante un periodo de tres meses en 2023.

**Tabla 3. Preguntas que conforman el extracto de la encuesta**

Colonia				
Seguridad Alimentaria				
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar tuvo una alimentación basada en muy poca variedad de alimentos? (Se refiere a que en la alimentación se incluyan sólo alimentos de uno o dos grupos, preguntar si consumió frutas y verduras)	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar dejó de desayunar, comer o cenar?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar comió menos de lo que usted piensa debía comer?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona de este hogar sintió hambre, pero no comió?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar sólo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿alguna vez se quedaron sin comida?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar tuvo una alimentación basada en muy poca variedad de alimentos? (Se refiere a que en la alimentación se incluyan sólo alimentos de uno o dos grupos, preguntar si consumió frutas y verduras)	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar dejó de desayunar, comer o cenar?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar comió menos de lo que usted piensa debía comer?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona de este hogar sintió hambre, pero no comió?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿Alguna persona en su hogar sólo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?	SI	No		
En los últimos 3 meses, por falta de dinero o recursos ¿alguna vez se quedaron sin comida?	SI	No		
Gasto				
¿Cuánto es el gasto promedio semanal que se destina para los alimentos del hogar?				
¿Cuánto es el gasto promedio semanal que se destina para comprar frutas y verduras del hogar?				
Autoevaluación				
¿Qué calificación del 1 al 10 le pondría a la alimentación de su hogar?	1/2/3/4/5/6/7/8/9/10			
¿Por qué?				
Que tan importante son los siguientes factores al momento de comprar los alimentos:				
Los gustos de los integrantes de la familia.	1	2	3	4
El precio de los alimentos	1	2	3	4
Las opiniones de la persona que le está vendiendo los alimentos	1	2	3	4
La cercanía del lugar de compra	1	2	3	4
Calidad de los alimentos	1	2	3	4
La marca de los alimentos	1	2	3	4
El servicio/atención al cliente	1	2	3	4
Que los precios estén a la vista	1	2	3	4

Nota: 1. Nada importante, 2. Poco importante, 3. Importante, 4. Muy importante

Fuente: elaboración propia

Se solicitó a los encuestados que hicieran una autoevaluación de la alimentación de su familia en una escala del 1 al 10. Posteriormente, se calculó la proporción del gasto en frutas y verduras respecto al gasto total en alimentos y se correlacionó con los resultados de la autoevaluación. Con estas variables se realizó un análisis de correlación de Pearson para evaluar la relación entre el gasto en frutas y verduras frescas y la percepción de la calidad de la alimentación familiar en una muestra de 400 familias de zonas marginadas.

Los datos recolectados fueron analizados utilizando métodos estadísticos descriptivos para caracterizar la muestra y entender la distribución de las variables clave. Además, se realizaron análisis de asociación para explorar las relaciones entre las variables de interés. Específicamente, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson (R) para evaluar la relación entre el gasto en frutas y verduras frescas y las calificaciones autoevaluadas de la alimentación familiar. Para dicho análisis se utilizó el software SPSS en su versión 21.

## **5. RESULTADOS**

En el estudio se analizó la percepción de la calidad de la alimentación familiar entre las cuatrocientas familias encuestadas en zonas marginadas de Mérida, Yucatán, México. Los resultados indicaron que el 40% de los participantes calificaron la alimentación de su familia con un 8 de 10, mientras que el 35.5% otorgaron una calificación de 7 o menos. Entre estos últimos, el 26.6% justificó su evaluación baja debido al consumo insuficiente de frutas y verduras o a la poca variedad en su dieta. Solo 31 personas, representando el 7.75%, calificaron su alimentación con un 10 de 10, destacando la variedad e incorporación de todos los grupos alimenticios como la razón principal de su alta valoración.

Es importante señalar que esta autoevaluación midió la percepción subjetiva de los participantes sobre su alimentación, sin una evaluación nutricional objetiva. Estos resultados subrayaron que, incluso sin conocimientos técnicos sobre seguridad alimentaria, las familias reconocieron la importancia de consumir frutas, verduras y una dieta variada, es importante identificar estos aspectos para mejorar las estrategias propuestas. Saber que aun sin conocimiento técnico los consumidores relacionan el consumo de frutas y verduras como hábitos que mejoran la nutrición familiar, abre la puerta para una comunicación más profunda, el mensaje ya no solo debe

quedarse en “*Come frutas y verduras*” ya que el consumidor ya está en este nivel de conciencia de cambio de conducta, el mensaje debe ser más específico: Que frutas y verduras, de qué forma pueden consumirlas, la importancia los beneficios del consumo local, etcétera.

Sin embargo, el 34% de los encuestados mencionaron razones económicas como la principal barrera para el consumo de frutas y verduras frescas, indicando que mejorarían su consumo si tuvieran mayores ingresos o si los precios fueran más accesibles. Esto sugiere una percepción generalizada de que las frutas y verduras son costosas e inaccesibles para muchos. Esta información nos dio pie a conocer que la barrera para mejorar la nutrición la perciben como externa, es decir la razón por la que no consumen al parecer no depende de ellos, incluso surgieron en las respuestas escenarios hipotéticos como “Si tuviera más ingreso” o “Si estuvieran menos caras”, esto por un lado le resta responsabilidad a su consumo, pero también abre la oportunidad a priorizar el comercio local y a la creación de políticas públicas que premien el intercambio de productos no procesados, endémicos y un comercio justo, beneficiando el bolsillo del consumidor pero también aportando a un consumo responsable, local y más sustentable.

Se realizó un análisis de correlación de Pearson para evaluar la relación entre el gasto en alimentos y el gasto en frutas y verduras en una muestra de 400 familias de zonas marginadas. Los resultados indicaron una correlación positiva moderada ( $r = 0.559$ ,  $p < 0.01$ ).” Esto implica que a medida que las familias gastan más en alimentos, también aumentan su gasto en frutas y verduras frescas. Esta relación es significativa, lo que implica que factores económicos podrían estar influyendo Enel consumo responsable de alimentos de la familia. En la **Tabla 4** se analiza la correlación entre el gasto en alimentos y el gasto en frutas y verduras donde se señala que se tiene una correlación significativa bilateral. La **Figura 2** muestra un gráfico de dispersión que ilustra esta relación, con una línea de tendencia positiva.

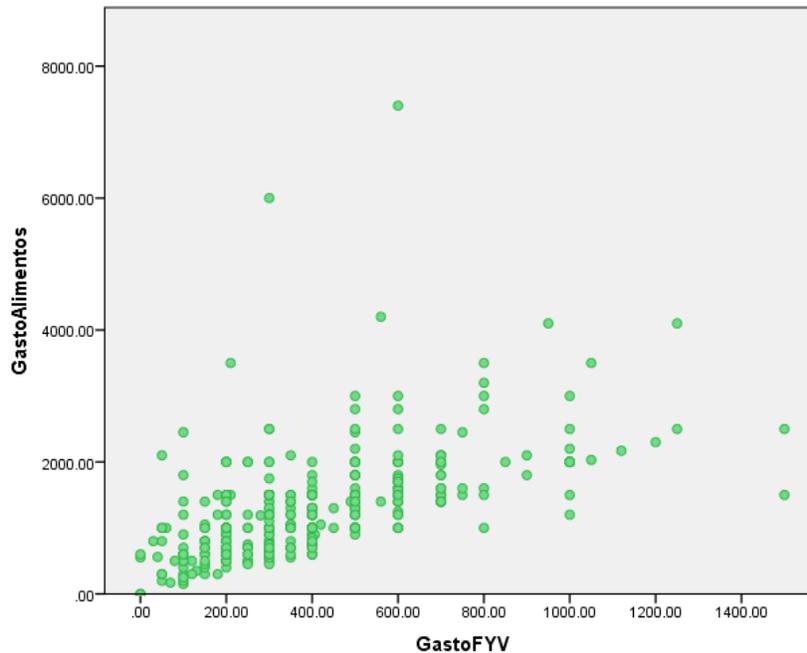
**Tabla 4 Análisis de la correlación entre Gasto en Alimentos y Gasto en Frutas y Verduras**

		Gasto en Alimentos	Gasto en Frutas y Verduras
Gasto en Alimentos	Correlación de Pearson	1	.559**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	400	400
Gasto en Frutas y verduras	Correlación de Pearson	.559**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	400	400

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia con datos procesados mediante SPSS V21

**Figura 2. Gráfico de la correlación entre Gasto en alimentos y Gasto en Frutas y Verduras en la población de estudio**



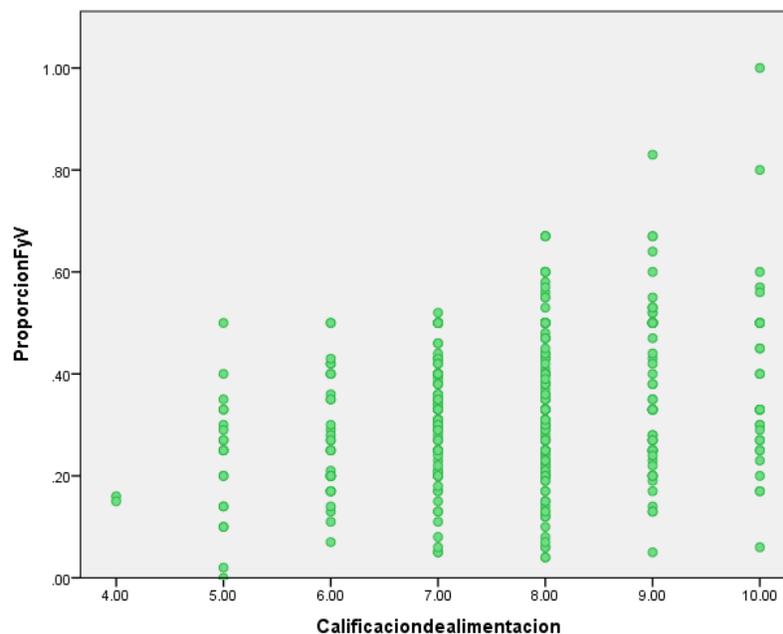
Fuente: Elaboración propia con datos procesados mediante SPSS V21

Con lo anterior se concluyó que a medida que las familias incrementan su gasto total en alimentación, también aumenta la cantidad de dinero destinada a la compra de frutas y verduras frescas. Sin embargo, persiste un problema de percepción y creencias: existen productos

endémicos, a menudo más económicos que los alimentos altamente procesados, que no son consumidos con la misma frecuencia.

Los resultados indicaron una correlación positiva moderada ( $r = 0.265$ ,  $p < 0.01$ ), lo cual sugiere que a medida que las familias destinan una mayor proporción de su presupuesto a la compra de frutas y verduras, tienden a calificar más positivamente la calidad de su alimentación. Esta relación es significativa, lo que implica que factores económicos podrían estar influyendo en la percepción de la dieta familiar. La **Figura 3** muestra un gráfico de dispersión que ilustra esta relación, con una línea de tendencia positiva." En la **Tabla 5** se señala un análisis de la correlación entre autoevaluación de la alimentación familiar y proporción de gasto en frutas y verduras la cual salió positiva.

**Figura 3. Gráfico de la correlación entre autoevaluación de alimentación familiar y proporción de Gasto en Frutas y Verduras**



Fuente: Elaboración propia con datos procesados mediante SPSS versión 21.

**Tabla 5 Análisis de la correlación entre Autoevaluación de la alimentación familiar y Proporción de gasto en frutas y verduras**

		Autoevaluación de la alimentación familiar	Proporción de gasto en frutas y verduras
Autoevaluación de la alimentación	Correlación de Pearson	1	.265**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	400	400
Proporción de gasto en frutas y verduras	Correlación de Pearson	.265**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	400	400

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia con datos procesados mediante SPSS versión 21.

## 6. DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio para la pregunta de investigación ¿Cómo impacta la percepción de los hábitos alimenticios familiares en el consumo saludable de alimentos en familias de zonas marginadas? revelan la complejidad de los hábitos alimenticios en comunidades marginadas, resaltando la influencia de factores económicos, sociales y culturales. Desde una perspectiva teórica, este análisis amplía la comprensión de cómo las percepciones familiares impactan en la seguridad alimentaria y el consumo saludable. Además, al integrar disciplinas como economía, salud pública y sociología, el estudio propone un marco multidisciplinario que promueve la innovación para el desarrollo sostenible. Esta investigación sienta bases teóricas sólidas para diseñar políticas inclusivas y estrategias prácticas en contextos similares.

### 6.1. Implicaciones Teóricas (*Scientia*)

Los hallazgos de este estudio aportan una comprensión significativa sobre la relación entre las percepciones de los hábitos alimenticios familiares y el consumo saludable de alimentos en zonas marginadas de Mérida, Yucatán. Desde una perspectiva teórica, los resultados amplían la comprensión de cómo los factores sociales, económicos y culturales influyen en las decisiones alimentarias, integrando dimensiones de la multidisciplinariedad, la innovación y el desarrollo sostenible. La investigación subraya la relevancia de integrar teorías del comportamiento del consumidor con estudios de seguridad alimentaria, permitiendo una interpretación más holística de los hábitos alimenticios y su impacto en la salud pública.

El enfoque multidisciplinario del estudio, que incorpora perspectivas de la nutrición, la economía y la sociología, refleja la complejidad del problema alimentario contemporáneo. Al considerar la percepción de los hábitos alimenticios como un factor clave, se observa cómo las percepciones de los individuos sobre su dieta no solo influyen en sus elecciones, sino que también reflejan las tensiones entre lo que consideran accesible y lo que efectivamente pueden consumir debido a barreras económicas. Este enfoque multidisciplinario es fundamental, pues permite abordar la inseguridad alimentaria no solo desde el acceso físico a alimentos, sino también desde el acceso cognitivo y cultural, creando nuevas oportunidades para comprender los patrones de consumo en contextos marginados. A nivel práctico, los hallazgos evidencian la necesidad de innovaciones en las políticas públicas y programas de seguridad alimentaria. La investigación ha demostrado que la percepción sobre el costo de las frutas y verduras frescas juega un papel crucial en la elección alimentaria. Esta percepción, aunque basada en factores económicos, está estrechamente relacionada con el comportamiento de los consumidores en términos de consumo responsable y saludable. En consecuencia, las intervenciones que fomentan el consumo de alimentos frescos deben innovar, proporcionando no solo subsidios o accesos a mercados, sino también información que permita a las familias comprender los beneficios nutricionales de las frutas y verduras locales. Esto se alinea con el marco de la innovación en el desarrollo sostenible, ya que promueve un cambio de paradigma que favorezca la producción y consumo local, basado en una mejora en la percepción pública y en la creación de políticas que favorezcan a las comunidades marginadas. Los resultados de este estudio tienen implicaciones directas en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) (ONU, 2015), especialmente el **ODS 2: “Hambre cero”**. La investigación muestra cómo las percepciones de los hábitos alimenticios familiares están vinculadas a prácticas alimentarias más saludables, lo cual puede contribuir a mejorar la seguridad alimentaria a nivel comunitario. A medida que las familias de Mérida, Yucatán, cambian sus hábitos alimentarios mediante un mayor gasto en frutas y verduras frescas, se promueve una forma de consumo más sostenible y responsable, alineada con los principios del desarrollo sostenible. Este enfoque innovador subraya la necesidad de políticas públicas que, al mismo tiempo que aborden la pobreza alimentaria, fomenten prácticas alimenticias saludables, accesibles y económicamente viables.

Este estudio también genera nuevas relaciones teóricas en cuanto a la percepción de los hábitos alimenticios familiares. A través del análisis de las correlaciones entre el gasto en frutas y verduras y la percepción de la calidad alimentaria, se plantea que los factores económicos, aunque limitantes, pueden ser potenciadores si se gestionan adecuadamente.

De acuerdo con Torres-Pabon (2019) en el ámbito de la sociología, particularmente en la sociología del consumo, la forma en que las familias asignan su presupuesto constituye una de las bases más tradicionales para estudiar las desigualdades sociales y los estilos de vida. La relación positiva entre el gasto en alimentos y la percepción de calidad refleja cómo las familias que invierten más en frutas y verduras frescas tienden a valorar más positivamente su dieta. Esta observación aporta una nueva perspectiva sobre cómo la percepción y la acción pueden influir en la seguridad alimentaria, indicando que las políticas que promuevan el consumo responsable pueden generar un cambio significativo en las comunidades marginadas.

En resumen, las contribuciones teóricas de este estudio no solo enriquecen el campo de la seguridad alimentaria, sino que también proponen un modelo de innovación y sostenibilidad que puede ser aplicado a otras comunidades marginadas. Al integrar conocimientos de diversas disciplinas, se abren nuevas vías para el desarrollo de intervenciones que promuevan prácticas alimentarias saludables, sostenibles y accesibles, con un impacto positivo en el bienestar social y económico de las poblaciones más vulnerables.

La revisión teórica destaca la importancia de los sistemas alimentarios sostenibles y la seguridad alimentaria, describiendo cómo los factores económicos, sociales y culturales influyen en los hábitos alimenticios de las familias. El comportamiento del consumidor, según los estudios de Solomon (2008) y Schiffman et al. (2010), es un proceso complejo influenciado por el costo, accesibilidad y percepción de los alimentos saludables. Es necesario fortalecer la seguridad alimentaria en las áreas vulnerables mediante la implementación de programas de educación nutricional y el fomento de huertos familiares (Vera-Noriega et al., 2023).

Estudios empíricos revelan que el alto costo percibido de frutas y verduras limita su consumo, especialmente en poblaciones de bajos ingresos (Darmon et al., 2002; Steenhuis et al., 2011), sugiriendo una necesidad crítica de intervenciones que mejoren la accesibilidad y asequibilidad de estos alimentos nutritivos.

## **6.2. Implicaciones Prácticas (Praxis)**

La investigación realizada en las zonas marginadas de Mérida, Yucatán, sobre la percepción de los hábitos alimenticios familiares y su impacto en el consumo de alimentos saludables tiene implicaciones prácticas de gran alcance para abordar la seguridad alimentaria y la nutrición (INEGI, 2023; CONEVAL, 2022). En este apartado se explorarán las aplicaciones prácticas de los hallazgos obtenidos, basados en el estado de la cuestión, los resultados del estudio, y cómo estos pueden influir en sujetos de estudio similares, como otras comunidades marginadas en México y el resto del mundo. También se abordarán los beneficios que estas contribuciones pueden generar en diversas áreas, tales como las políticas públicas, el comportamiento social, el medio ambiente y la economía (FAO, et al. 2024).

La integración de distintas disciplinas en el estudio ha permitido un enfoque más holístico para abordar los problemas de seguridad alimentaria y consumo saludable. Al combinar teorías de comportamiento del consumidor, economía, y políticas públicas, se ha logrado una comprensión profunda de cómo las percepciones familiares, las barreras económicas y las estrategias de comunicación pueden influir en los hábitos alimenticios de las comunidades marginadas (Schiffman et al., 2010). Este enfoque multidisciplinario es fundamental para las intervenciones prácticas, ya que permite el desarrollo de soluciones que aborden no solo los aspectos económicos del consumo de alimentos, sino también los factores sociales, culturales y educativos (FAO et al., 2024).

A través del análisis de los resultados obtenidos, se ha observado que la percepción de las familias sobre sus hábitos alimenticios está estrechamente relacionada con el gasto en alimentos saludables, en especial frutas y verduras (Monteiro et al., 2019; Steenhuis et al., 2011). Este hallazgo es crucial, ya que demuestra que las familias de áreas marginadas no solo reconocen la importancia de una dieta saludable, sino que también están dispuestas a realizar ajustes en sus hábitos alimenticios si se les brinda apoyo adecuado. Sin embargo, el principal obstáculo que enfrentan es la falta de recursos económicos para acceder a estos alimentos (Macías-González, 2008). Por lo tanto, las implicaciones prácticas de estos resultados van más allá de la educación nutricional e incluyen medidas que garanticen el acceso económico a una alimentación saludable (FAO et al., 2024).

Según Macías-González (2008), el estudio de la economía familiar y el gasto en alimentos permite comprender mejor los patrones de consumo en los hogares. Por lo tanto, el análisis de la correlación entre el gasto familiar en alimentos y en frutas y verduras frescas revela que una mayor asignación de recursos a estos productos está asociada con una percepción positiva de la calidad de la dieta. En este sentido, las implicaciones prácticas sugieren que el fomento de políticas públicas que faciliten el acceso a frutas y verduras frescas puede mejorar la seguridad alimentaria en zonas marginadas (Darmon et al., 2002).

La promoción de mercados locales, conocidos comúnmente como tianguis, es una de las estrategias más viables para reducir los costos de los alimentos saludables (Steenhuis et al., 2011). Al eliminar los intermediarios, estos mercados pueden ofrecer productos frescos y locales a precios más bajos, favoreciendo tanto a los consumidores como a los productores locales (FAO et al., 2024). Además, la creación de mercados itinerantes en zonas marginadas podría garantizar que las familias accedan a alimentos frescos sin tener que desplazarse largas distancias a supermercados establecidos, los cuales a menudo se encuentran en zonas urbanas lejanas. Esta iniciativa tiene el potencial de transformar la dinámica de consumo en estas áreas y contribuir a la sostenibilidad de los sistemas alimentarios locales.

El estudio también ha demostrado que, aunque muchas familias son conscientes de la importancia de consumir frutas y verduras, la principal barrera que enfrentan es económica (Macías-González, 2008). Los grupos de alimentos más consumidos por el estatus social alto incluyen leche, frutas y verduras, lo que concuerda con los resultados de esta investigación al mostrar cómo la percepción de que los alimentos saludables son inalcanzables para muchas familias en zonas marginadas abre la puerta a la innovación en la comunicación sobre nutrición (Steenhuis et al., 2011). La creación de campañas educativas que no solo promuevan el consumo de frutas y verduras, sino que también ofrezcan soluciones prácticas y accesibles, es un paso esencial hacia el cambio de comportamiento de los consumidores.

Una propuesta innovadora es el desarrollo de recetarios y talleres que enseñen a las familias cómo preparar comidas saludables utilizando ingredientes locales y accesibles (FAO, 2000). Estos recetarios pueden centrarse en frutas y verduras de temporada, que son generalmente más baratas y nutritivas. Además, se podrían utilizar plataformas digitales y aplicaciones móviles para

proporcionar acceso a esta información, aprovechando el creciente uso de tecnología en comunidades marginadas.

El impacto social de este estudio es significativo, ya que se enfoca en las comunidades más vulnerables de Mérida, donde la inseguridad alimentaria es una realidad diaria (CONEVAL, 2022). Los hallazgos de este estudio proporcionan una base para mejorar las condiciones de vida de estas familias a través de intervenciones que fomenten la compra y el consumo de alimentos frescos y saludables.

## **7. CONCLUSIÓN**

Este estudio aporta una comprensión de cómo el gasto en alimentos saludables influye positivamente en la autoevaluación de la calidad alimentaria de las familias, subrayando la necesidad de estrategias que aumenten la accesibilidad y asequibilidad de frutas y verduras frescas.

### **7.1. Respuesta a la pregunta e hipótesis de investigación**

El estudio responde a la pregunta de investigación ¿Cómo impacta la percepción de los hábitos alimenticios familiares en el consumo saludable de alimentos en familias de zonas marginadas? al demostrar cómo la percepción de los hábitos alimenticios familiares influye directamente en el consumo de alimentos saludables en zonas marginadas de Mérida, Yucatán. Los resultados confirman la hipótesis al revelar una correlación significativa entre el gasto en frutas y verduras y la percepción de la calidad alimentaria. Este hallazgo establece como nuevo conocimiento la importancia de las percepciones familiares en la seguridad alimentaria, reforzando la necesidad de políticas públicas multidisciplinarias e innovadoras que promuevan prácticas alimentarias sostenibles en contextos vulnerables. La investigación es valiosa y original porque integra salud pública, economía y sociología, proponiendo un enfoque holístico para abordar el problema alimentario desde la perspectiva del desarrollo sostenible.

### **7.2. Hallazgos de la investigación**

Entre los principales hallazgos, destaca que las familias que asignan una mayor proporción de su presupuesto a frutas y verduras tienden a calificar positivamente su alimentación. Este resultado

subraya la relevancia de los factores económicos como condicionantes del consumo saludable y refuerza el papel de las percepciones familiares como puente entre la seguridad alimentaria y la adopción de hábitos saludables. Teóricamente, el estudio contribuye al entendimiento de cómo las percepciones y los comportamientos influyen en los sistemas alimentarios, mientras que, en la práctica, se identifica la necesidad de intervenciones que mejoren tanto el acceso como la percepción de los alimentos nutritivos.

### 7.3. Alcances finales de la investigación

El estudio resalta como limitaciones la subjetividad en la autoevaluación de hábitos alimenticios y la falta de datos experimentales complementarios. No obstante, ofrece una base sólida para futuras investigaciones que exploren intervenciones objetivas en distintos contextos. Además, los hallazgos inspiran propuestas prácticas como mercados locales itinerantes y campañas educativas que destaquen los beneficios de frutas y verduras endémicas y de temporada. Estas estrategias, junto con políticas públicas que promuevan la sostenibilidad, pueden transformar los sistemas alimentarios locales y replicarse en otras comunidades con desafíos similares, fomentando la equidad, la sostenibilidad y la salud pública.

## 8. REFERENCIAS

- Bermejo, L. M, Trabado-Fernández, Alfredo, Aparicio, Aránzazu, Lozano-Estevan, María del Carmen, y López-Plaza, Bricia. (2023). *Sostenibilidad alimentaria: claves para el consumidor, ventajas e inconvenientes*. *Nutrición Hospitalaria*, 40(spe2), 70-76. Epub 18 de diciembre de 2023. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04960>
- Cálix De Dios, H., Kissmann, S., Alvarado, S., Luckson, J., y Putnam, H. (2015). *Seguridad y Soberanía Alimentaria en la zona maya de Yucatán*. 125. [https://www.researchgate.net/publication/291335214\\_Seguridad\\_y\\_Soberania\\_Alimentaria\\_en\\_la\\_Zona\\_Maya\\_de\\_Yucatan](https://www.researchgate.net/publication/291335214_Seguridad_y_Soberania_Alimentaria_en_la_Zona_Maya_de_Yucatan)
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2022). *Paina* web. Consultado en Nov-2024, de: <https://www.coneval.org.mx/Paginas/principal.aspx>
- Darmon, N., Ferguson, E. L., y Briend, A. (2002). A cost constraint alone has adverse effects on food selection and nutrient density: An analysis of human diets by linear programming. *Journal of Nutrition*, 132(12), 3764–3771. <https://doi.org/10.1093/jn/132.12.3764>
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2019). *Página web*. Consultado eL 2-Ene-2024, de:

[https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut\\_2018\\_informe\\_final.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_informe_final.pdf)

- Ericksen, P. J. (2008). Conceptualizing food systems for global environmental change research. *Global Environmental Change*, 18(1), 234–245. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2007.09.002>
- FAO, FIDA, UNICEF, PMA y OMS. (2024). *Versión resumida de El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2024: Financiación para poner fin al hambre, la inseguridad alimentaria y todas las formas de malnutrición*. Roma. Consultado el 15 de Agosto 2024, de: <https://openknowledge.fao.org/items/a64a8a14-7b05-40a0-a978-25deffdf4cf7>
- Guimond-Ramos, J. C., Borbón-Morales, C. G. ., y Mejía-Trejo, J. (2023). *Variations in the expenditure of Mexican households on foods with a high energy content, 2016-2020*. *Scientia Et PRAXIS*, 3(05), 1–25. <https://doi.org/10.55965/setp.3.coed1.a1>
- Gutiérrez-Carbajal, M. G., Magaña-Magaña, M. A., Zizumbo-Villareal, D., y Ballina Gómez, H. (2019). Diversidad agrícola y seguridad alimentaria nutricional en dos localidades Mayas de Yucatán. *Acta Universitaria*, 29, 1–14. <https://doi.org/10.15174/au.2019.1996>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2023). Pagina web. Consultado en Nov-2023, de: <https://www.inegi.org.mx/>
- Kotler, P., y Keller, K. (2012). *Dirección de marketing (14a ed.)* Pearson. México. <https://latam.casadellibro.com/libro-direccion-de-marketing-14-ed/9786073212458/2049173>
- León-Bon, Tiare Stephanie, y Díaz-Bautista, Alejandro. (2020). Impacto de la inflación de los precios de los alimentos en el bienestar de los hogares en situación de pobreza en México. *Estudios sociales. Revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*, 30(56), e201914. Epub 06 de diciembre de 2021. <https://doi.org/10.24836/es.v30i56.1914>
- Llamas-Huitrón, Ignacio, Charles Leija, Humberto Armando, y Aboites Manrique, Gilberto. (2012). Gasto en alimentos y bebidas fuera del hogar: El caso de México, 1992 y 2008. *Economía: teoría y práctica*, (37), 177-198. Consultado el 28 Noviembre-2024, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-33802012000200008&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-33802012000200008&lng=es&tlng=es).
- McGuire, Sh. (2015). *FAO, IFAD, & WFP. The State of Food Insecurity in the World 2015: Meeting the 2015 international hunger targets: Taking stock of uneven progress*. <https://doi.org/10.3945/an.115.009936>
- Macías-González, G. (2008). *Una mirada a la economía familiar y a su gasto en alimentos*. Observatorio de la Economía Latinoamericana. Consultado el 27-Abril-2019, de: [https://www.researchgate.net/publication/5017101\\_una\\_mirada\\_a\\_la\\_economia\\_familiar\\_y\\_a\\_su\\_gasto\\_en\\_alimentos](https://www.researchgate.net/publication/5017101_una_mirada_a_la_economia_familiar_y_a_su_gasto_en_alimentos)
- Martínez-Espinosa, Alejandro, y Lozano-Keymolen, Daniel. (2023). Dieta tradicional saludable para México en el contexto de los Objetivos del Desarrollo Sostenible. *Estudios sociales. Revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*, 33(61), e231293. Epub 28 de agosto de 2023. <https://doi.org/10.24836/es.v33i61.1293>
- Nunes dos Santos, C. (2007). Somos lo que comemos: identidad cultural y hábitos alimenticios. *Estudios y perspectivas en turismo*, 16(2), 234-242. Recuperado en 20 de noviembre de 2024, de [https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1851-17322007000200006&lng=es&tlng=es](https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17322007000200006&lng=es&tlng=es).

- Rodríguez-Ramírez, S., Gaona-Pineda, E. B., Martínez-Tapia, B., Romero-Martínez, M., Mundo-Rosas, V., y Shamah-Levy, T. (2021). Inseguridad alimentaria y percepción de cambios en la alimentación en hogares mexicanos durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19. *Salud Pública de México*, 63(6), 763-772. <https://doi.org/10.21149/12790>
- Programa Mundial de Alimentos (PMA, 2023). *Una crisis alimentaria mundial. 2023: Otro Año de Incertidumbre Para Quienes Luchan Por Alimentar a Sus Familias*. Consultado el 1-Mayo-2024, de: <https://es.wfp.org/crisis-global-hambre>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO, 2000). *Inseguridad Alimentaria. La población se ve obligada a convivir con el hambre y teme morir de inanición. El estado de la Inseguridad Alimentaria en el mundo, 2000*. Roma: FAO Consultado el 3-Mayo-2024, de: <https://openknowledge.fao.org/bitstreams/c0f28eca-b9ce-4ebf-91ae-ca786a5e981a/download>
- Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2022). *Informe sobre el desarrollo humano 2022: Tiempos inciertos, vidas inestables*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. Consultado el 3-Mayo-2024, de: <https://www.undp.org>
- Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2015). *Objetivos y Metas de Desarrollo Sostenible*. Consultado el 2-Mayo-2024, de: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Oseguera-Parra, D., (2010). Del campo y la ciudad: percepción social de la (in)seguridad alimentaria. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, XVI(32), 9-40. Consultado el 3-Mayo-2024, de: [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14292005000200009&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292005000200009&lng=en&tlng=es).
- Schiffman, L. G., Lazar, L., y Wisenblit, J. (2010). *Comportamiento del consumidor*. Prentice Hall. <https://uachatec.com.mx/wp-content/uploads/2019/10/Comportamiento-del-Consumidor-10ed-Schiffman-y-Lazar-Kanuk.pdf>
- Steenhuis, I. H. M., Waterlander, W. E., y De Mul, A. (2011). Consumer food choices: The role of price and pricing strategies. *Public Health Nutrition*, 14(12), 2220–2226. <https://doi.org/10.1017/S1368980011001637>
- Torres-Pabon, G. (2019). ¿En qué gastamos para comer y cuánto?: condiciones socioeconómicas y presupuesto para el consumo de alimentos (Colombia, 1993-2014). *Revista Colombiana de Sociología*. 42. 191-228. DOI <https://revistas.unal.edu.co/index.php/recs/article/view/74809/pdf>
- Vera-Noriega, J. Ángel, Rodríguez-Carvajal. , K. K., & Rodríguez-Carvajal, C. K. (2023). *Food and nutrition in vulnerable areas: Diagnostic study*. *Scientia Et PRAXIS*, 3(05), 110–131. <https://doi.org/10.55965/setp.3.coed1.a5>



This is an open access article distributed under the terms of the CC BY-NC license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)