

Fundación Mexicana para la Salud  
Centro de Análisis Social y Económico

Grupos focales sobre  
nutrición y alimentación con  
beneficiarias de Liconsa

Diciembre, 2002

## Contenido

1. Prólogo
2. Objetivos
3. Metodología
4. Resultados
5. Interpretación de resultados
6. Conclusiones

Anexos<sup>\*</sup>

---

<sup>\*</sup> Se presentan en carpeta por separado.

## 1. Prólogo

El Programa de Abasto Social de Leche tiene sus antecedentes en la creación de la Empresa Distribuidora y Reguladora, S.A., en 1949. De entonces a la fecha los nombres de las instituciones responsables del Programa han variado, así como sus políticas y estrategias, sin embargo se ha mantenido el propósito original de abastecer de leche a los sectores más desprotegidos de la sociedad mexicana.

En la actualidad el Programa se encuentra bajo la responsabilidad de la empresa Leche Distribuidora Conasupo S.A., teniendo como objetivo otorgar a las familias con niños menores de 12 años, en condiciones de pobreza, una transferencia de ingresos mediante la dotación de leche de alta calidad nutricional a precio subsidiado. También se incluye a los adultos mayores de 60 años, a los enfermos y/o discapacitados con más de 12 años de edad y a las mujeres en periodos de gestación.

Los beneficiarios del Programa se localizan prácticamente en todo el territorio nacional, especialmente en las microregiones definidas por la Secretaría de Desarrollo Social.

Por otra parte, en el presente año se constituyó la Red de Alimentación y Nutrición, misma que cuenta con una amplia participación de diversas instituciones y tiene entre sus principales objetivos contribuir en el mejoramiento de la alimentación y la nutrición de las personas en situación de pobreza.

A lo anterior hay que agregar que en México se ha formulado el Plan de Acción a Favor de la Infancia (PAFI). Tanto la Red como el PAFI forman parte de las actuales acciones oficiales a favor de la alimentación y de la nutrición. Por su extensa cobertura como por la calidad de la leche distribuida, el Programa Social de Leche puede aportar importantes elementos para coadyuvar en el cumplimiento de los objetivos de ambas instancias anotadas.

El presente estudio se ubica en el contexto descrito brevemente. El propósito general fue incursionar en el conocimiento, concepciones y percepciones de los beneficiarios del Programa sobre la alimentación y la nutrición. En ningún momento se planteó la finalidad de evaluar el Programa de Abasto Social de Leche.

Para alcanzar el objetivo se definió como método central la realización de grupos focales en el D.F., el Estado de México, Chiapas y Zacatecas. En el presente informe se incluyen los resultados generales, junto con una interpretación de los mismos y algunas recomendaciones de política que bien podrían asumirse conjuntamente entre la Red y, de manera específica, por parte de Liconsa.

Se elaboraron dos anexos con las guías para el trabajo de los grupos focales, las transcripciones completas de las sesiones grupales. También, se adjunta un

Cd Rom con el texto completo del informe y un archivo con algunas imágenes de los grupos.

## 2. Objetivos

- Conocer las formas de distribución de alimentos al interior de los hogares de los beneficiarios del Programa de Abasto Social de Leche.
- Recabar información sobre las concepciones de alimentación y nutrición que existen entre los beneficiarios del Programa.
- Identificar algunos de los principales hábitos alimenticios entre los beneficiarios del Programa de Abasto Social de Leche.

### 3. Metodología

En el presente estudio se utilizó la metodología de los grupos focales (GF). El trabajo con dichos grupos permite sondear el sentimiento y la opinión de la gente, reunir información cualitativa sobre aspectos poco explorados que de otra manera no se podría obtener, descubrir tendencias de opinión y/o comportamiento, probar en grupos de población instrumentos como encuestas y entrevistas, así como identificar interrogantes y expectativas sobre servicios por parte de grupos sociales bien determinados.

La información recopilada es cualitativa, por lo que de ninguna manera se pretenden generalizaciones o extraer datos cuantitativamente representativos. Sin embargo, la información cualitativa arroja resultados que reflejan de manera más profunda las opiniones de la población consultada. Esta técnica de investigación ha sido probada en las áreas de servicios públicos, particularmente en el caso de la salud.

El grupo trabaja con tres figuras externas: un facilitador, un relator y un auxiliar operativo. Cada persona tiene funciones bien acotadas, complementarias. La sesión grupal se desarrolla bajo una guía de preguntas previamente elaborada y concensada entre el equipo de investigación.

El tamaño ideal para que el grupo funcione es de 6 a 10 integrantes. Se pretende lograr la mayor participación posible de todos, sin presiones de ningún tipo y favorecer la atención durante la reunión. Debe ser un grupo homogéneo en cuanto a su nivel económico, cultural y su actividad ocupacional. En las sesiones se busca generar un ambiente de confianza, evitar excesivos formalismos, lograr la menor participación posible del facilitador y evitar que algún integrante del grupo asuma actitudes protagónicas, despectivas o pedantes.

El estudio comprendió la realización de nueve grupos focales en tres entidades federativas de la República Mexicana y en el Distrito Federal, a saber: Chiapas, Estado de México y Zacatecas. En todos participaron beneficiarios de Programa de Abasto Social de Leche.

Se llevaron a cabo dos grupos en cada entidad ha excepción de Chiapas en donde se realizó uno más. Debido a fallas en la comunicación el promotor de Liconsa en Cerro Hueco (Tuxtla Gutiérrez) realizó una amplia convocatoria en la comunidad lo que ocasionó la presencia de más de 25 personas. Finalmente se conformaron dos grupos donde participaron 21 beneficiarios en total.

En el caso de Iztapalapa uno de los grupos se realizó con integrantes del Comité de beneficiarios. Inicialmente la propuesta era hacer por lo menos dos de este tipo, pero los comités en algunos casos sólo llegan a estar compuestos por un par de personas, por lo cual no se pudo realizar el otro grupo programado.

Todos los participantes habitan en regiones urbanas marginadas. En el siguiente cuadro sintetiza la distribución de los grupos

<b>MUNICIPIOS Y ESTADOS</b>	<b>NO. DE GRUPOS</b>	<b>NO. DE PARTICIPANTES</b>
Tuxtla Gutiérrez, Chiapas	3	31
Iztapalapa, D.F.	2	14
Chilmahuacan, Edo. México	2	13
Zacatecas, Zacatecas	2	18
<b>TOTAL</b>	<b>9</b>	<b>76</b>

Semanas antes del trabajo de campo se elaboraron guías de discusión para los GF, mismas que fueron consultadas con funcionarios de Liconsa. Se retomaron sus observaciones y se formuló una nueva guía. En la primera semana de diciembre se llevó a cabo un GF piloto en una lechería de Liconsa ubicada en la colonia Obrera de la ciudad de México. Participaron nueve mujeres beneficiarias del Programa, con edades entre 17 y 64 años. El piloteo mostró la conveniencia de cambiar el orden de las preguntas de la guía, sin ser necesario alterar su contenido.

En las sesiones grupales definitivas se trabajó con la citada guía de 9 preguntas, se usaron hojas de rotafolio para exponer temas de discusión y anotar las opiniones más relevantes de los participantes.

Los grupos focales estuvieron conformados entre 4 y 11 participantes. Se realizó una grabación magnetofónica y una transcripción textual de cada una de las sesiones grupales. En general, fue adecuado el lugar donde se realizaron los trabajos, la mayoría funcionaban como espacios dentro de las lecherías Liconsa y en ocasiones como espacios comunitarios. Se logró una buena atención y entendimiento por parte de los participantes y ante situaciones adversas (por ejemplo, las distracciones ocasionadas por los hijos de las participantes), la responsable operativa de los GF se encargaba de atenderlos evitando que las madres salieran de la sesión.

Para sistematizar la información se efectuó una selección de opiniones asentadas en las transcripciones textuales de las sesiones. Posteriormente se hizo una depuración buscando escoger las opiniones más significativas de los participantes, agrupándolas en grandes temas en la sección de resultados (al final de cada opinión se anota entre paréntesis el grupo focal donde se expresó). Dicho proceso se apoyó en las notas recopiladas por el relator del equipo que realizó los GF.

Los temas en que se agruparon las opiniones, y que se presentan en el apartado de resultados, fueron:

- Gastos en alimentación y selección de productos para consumo

- Distribución de alimentos al interior del hogar
  - en general
  - leche
- Leche fortificada
- Hábitos de alimentación
- Nutrición, vitaminas y proteínas

### **3.1 Perfil socioeconómico de los participantes**

Participaron en los nueve grupos un total de 73 mujeres y tres hombres, cuyas edades fluctúan entre los 17 y los 64 años.

La mayoría de ellas manifestó como ocupación central el hogar, mientras que sus esposos se ocupan principalmente en oficios que no requieren una alta calificación técnica ni académica. Muchos desempeñan oficios de plomeros, carpinteros, albañiles, zapateros y agricultores.

Respecto al nivel de escolaridad de los participantes la mayoría a cursado sólo algunos años de primaria o la tienen completa; cinco son analfabetas (3 en el GF 8, Chiapas; uno en el GF 7, Chiapas; y otro más en el GF 6, Zacatecas) y sólo uno a cursado estudios de licenciatura (GF 5, Zacatecas).

El menor número de integrantes por familia fue de 3 y el mayor de 10. En algunos grupos participaron 7 mujeres que ya no tienen hijos menores de 12 años. Por otra parte, la antigüedad de las participantes como beneficiarias de Liconsa fue muy variable. Dos de ellas están esperando ser incluidas (*lista de espera*) y asisten varios días a la semana a formarse para adquirir leche en caso de que no se agote por el consumo de las personas que si tienen su tarjeta, mientras que, por otra parte, hay beneficiarias que llevan hasta 18 años como tales.

En general el nivel socioeconómico de los participantes en los GF es bajo, aunque no dejan de presentarse ciertas diferencias entre ellos. El principal contraste se puede encontrar entre la comunidad más marginada (la Reliquia en el estado de Chiapas) que no cuenta con servicios públicos como agua entubada con tomas domiciliarias, ni pavimento y donde los materiales de sus casas son muy precarios; la menos marginada (La Victoria, Zacatecas) en donde existe una amplia infraestructura urbana y la construcción de sus viviendas está hecha con materiales sólidos como tabique y cemento.

**Perfil general de los participantes en los grupos focales**

<b>Grupo Focal</b>	<b>Rangos de Edad</b>	<b>Ocupación Espos@</b>	<b>Rangos de Escolaridad</b>	<b>Rangos No. integrantes de la familia</b>	<b>Rangos en hijos menores de 12 años</b>
GF1 Chimalhuacán Estado de México	17-33	Albañil (2) Obrero (3) Desempleado (1) Empleado (2)	4° primaria-bachillerato	3-5	1-3
GF2 Chimalhuacán Estado de México	20-34	Hogar (2) Obrero (1) Empleado (2)	primaria-secundaria	4-5	1-3
GF3 Iztapalapa Distrito Federal	23-49	Obrero (7) Carpintero (1) Plomero (1) Hogar (1)	primaria-bachillerato	3-6	0-3
GF4 Iztapalapa Distrito Federal	36-46	Hogar (1) Obrero (2) Empleado (1)	4° primaria-bachillerato	3-7	0-3
<b>Grupo Focal</b>	<b>Rangos de Edad</b>	<b>Ocupación Espos@*</b>	<b>Rangos de Escolaridad</b>	<b>Rangos No. integrantes de la familia</b>	<b>Rangos en hijos menores de 12 años</b>
GF5 Guadalupe Zacatecas	20-61	Obrero (3) Empleado (2) Desempleado (2) Jubilado (1)	2° primaria-licenciatura	3-10	1-5
GF6 Fco. García Zacatecas	25-64	Obrero (3) Empleado (5) Herrero (1) Desempleado (1)	analfabeta-bachillerato	4-8	1-3
GF7 La Reliquia Chiapas	20-47	Obrero (4) Taxista (1) Zapatero (1) Agricultor (2) Desempleado (2)	analfabeta-bachillerato	3-9	1-5
GF8 Cerro Hueco Chiapas	20-60	Obrero (1) Agricultor (5) Empleados (4) Sastre (1)	analfabeta-secundaria	3-6	1-4
GF9 Cerro Hueco Chiapas	19-51	Empleado (9) Hogar (1)	2° primaria-secundaria	3-6	0-4

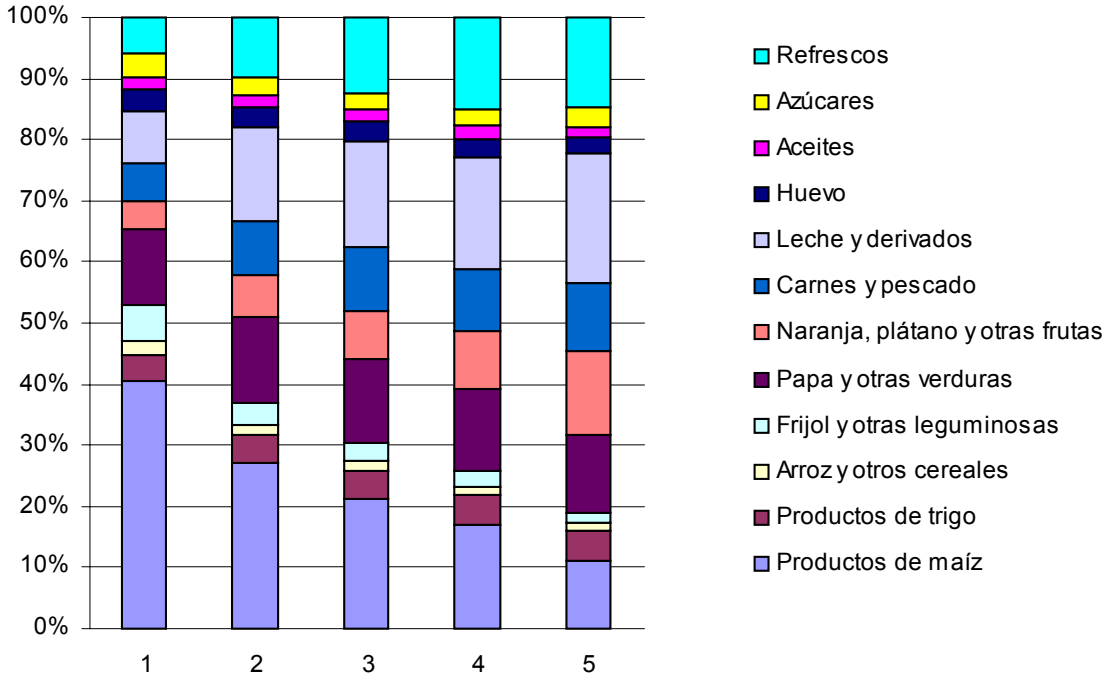
## Resultados

### 4.1 Gastos en alimentación y selección de productos para consumo

Los montos promedio del gasto familiar diario en alimentos expresado por algunos de los participantes, se resume por estado.

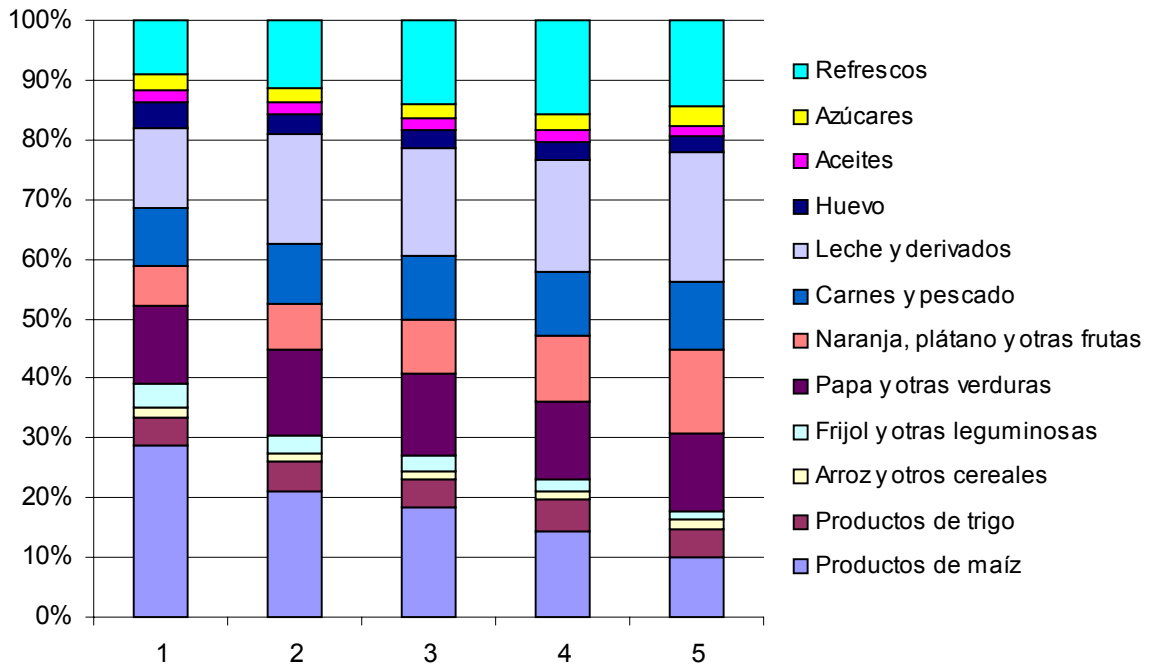
<b>ESTADOS</b>	<b>MONTO DIARIO EN \$ M.N.</b>
D.F.	51.00
Estado de México	53.00
Chiapas	56.00
Zacatecas	58.00
<b>Promedio</b>	<b>54.00</b>

## Disponibilidad nacional por quintiles (gramos por persona)



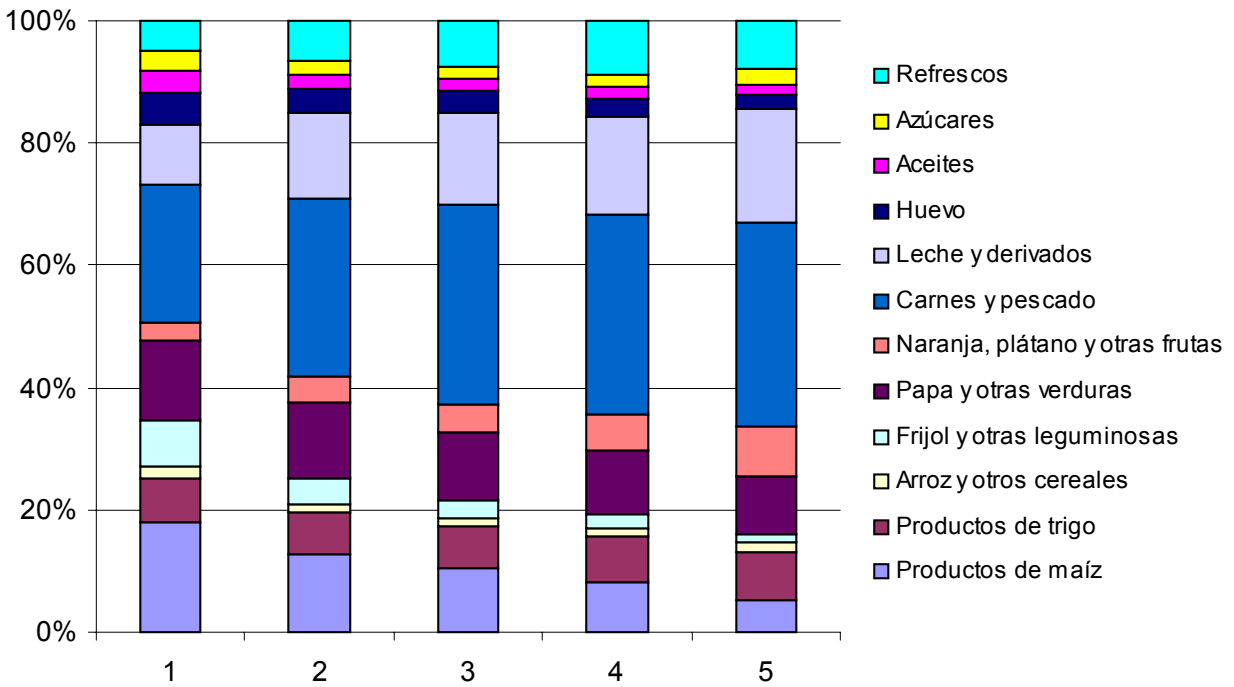
Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2000

## Disponibilidad urbano por quintiles (gramos por persona)



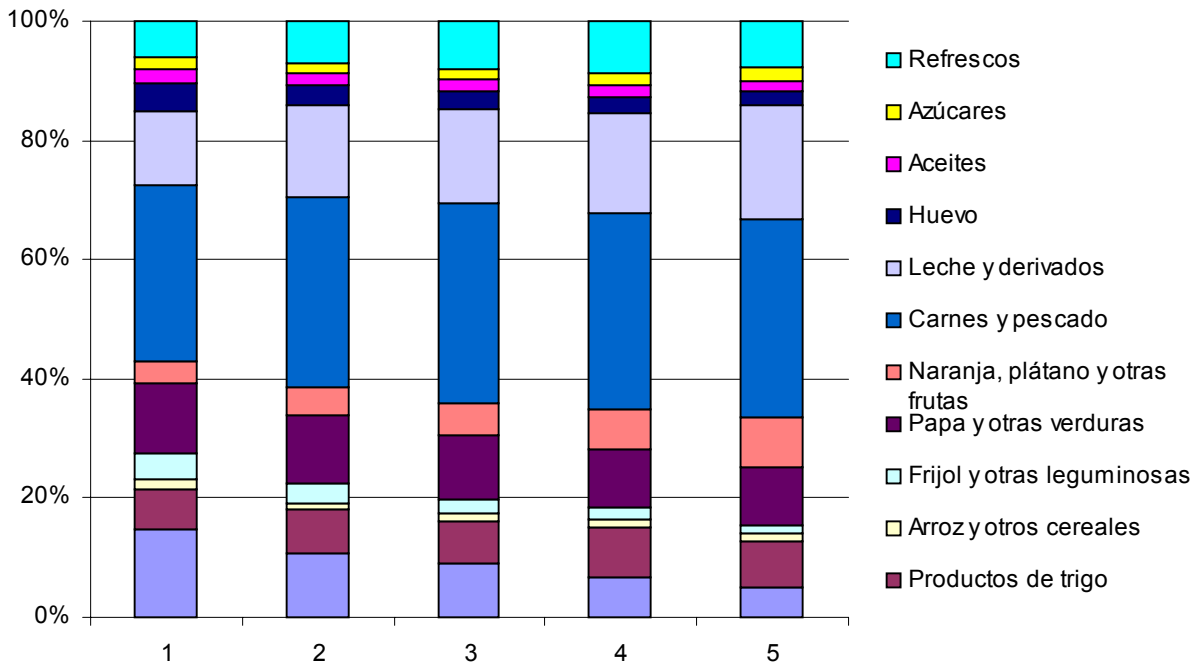
Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2000

## Gasto nacional por quintiles (pesos por persona)



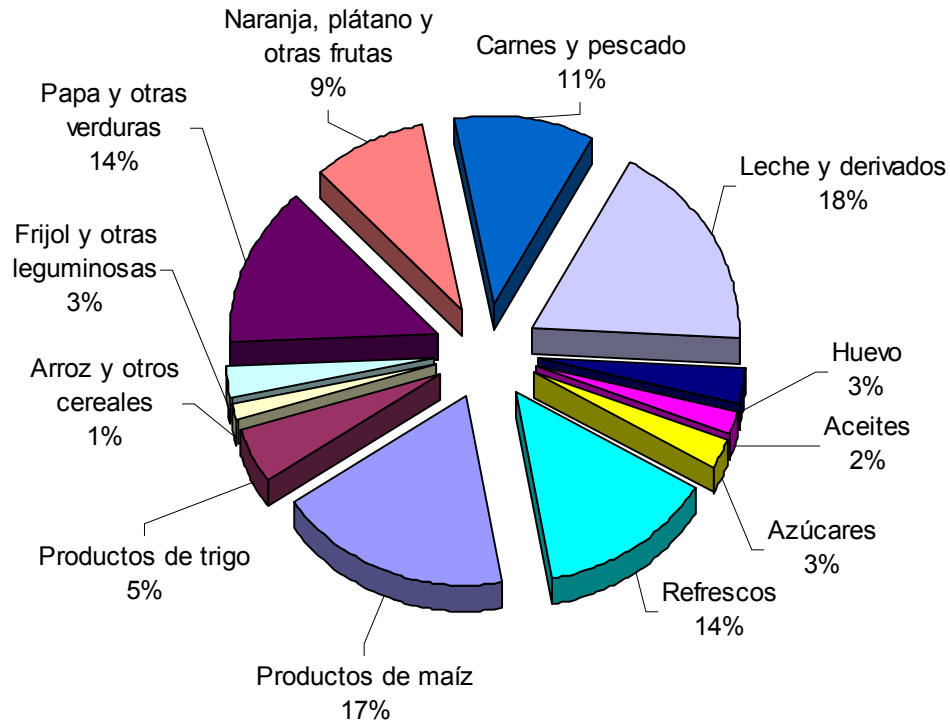
Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gasto de los Hogares 2000

## Gasto urbano por quintiles (pesos por persona)



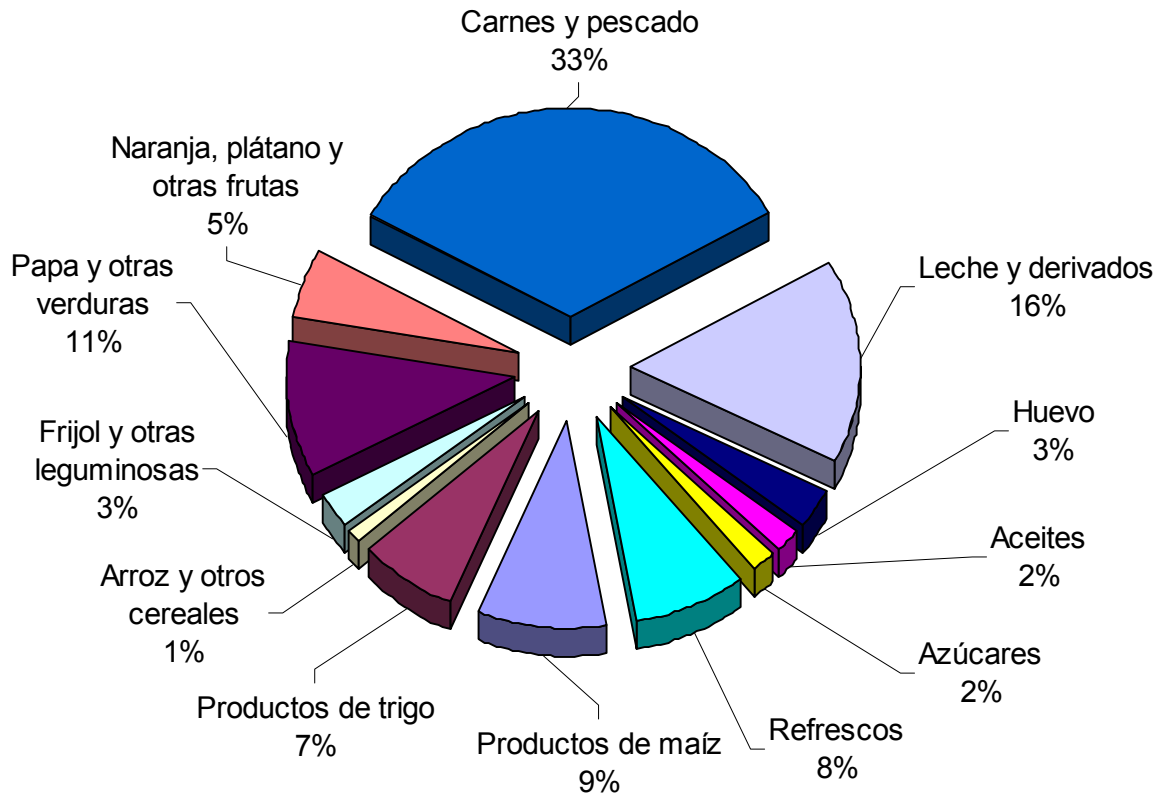
Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2000

### Disponibilidad, quintil 3 (gramos por persona)



Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2000

### Porcentaje gasto, quintil 3 (pesos por persona)



Fuente: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2000

## Gasto en alimentos, quintil III

<b>ENIGH 2000</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>GRUPOS FOCALES 2002</b>
\$ 341.56	Familia semana	\$ 374.00
\$ 48.79	Familia diario	\$ 54.00
\$ 82.90	Persona semana	\$ 93.50
\$ 11.84	Persona día	\$ 13.30

Nota metodológica: Cada una de las cifras de la ENIGH que aparecen en los cuadros se calcula de manera independiente. Para los grupos focales la información proviene de una pregunta sobre el gasto familiar al día y ese dato se multiplica por siete para el gasto semanal y se divide en cuatro para la estimación individual.

## Testimonios por tema

### **Pedir prestado para la alimentación familiar**

- *Bueno últimamente no, casi siempre trato de ir guardando y gastar nada más para lo esencial y tener guardado para cualquier cosa (Gf 1)*
- *Salimos con lo que nos dan a la semana aunque sea limitado pero hacemos lo posible para que alcance. A mi no me gusta que mi esposa pida prestado, ella ve como le hace para que le alcance. (Gf 2)*
- *Lo que pasa es que a veces no hay trabajo seguro en mi caso, algunas veces gano 100 otras 50 o hay veces que no gano nada. Hay ocasiones que a mi esposa le dejo 50 ó 60 pesos. Cuando hay, pues hay que comprar varias cosas lentejas, frijoles, le pido a mi madre o a mis hermanas. Es que no hay trabajo estable. (Gf 3)*
- *Le pido a mis hermanas y compro algo barato para no endeudarme tanto. (Gf 3)*
- *Casi todo el tiempo, es quincena y ya no tiene uno. (Gf 5)*
- *En mi casa tengo a mi nuera y a mi hija, entonces cuando mi nuera no tiene pues le pide a mi hija, o sino mi hija le pide a ella, y ella me pide a mi. (Gf 5)*
- *A veces a la vecina de enfrente o a mi hermana le pido lo que sea para comer. (Gf 5)*
- *...a veces si no les pagan a mis hijos, pues yo pido prestado. (Gf 6)*
- *...yo tuve que pagar dos mil pesos que debía y a mi marido se le fue todo su aguinaldo. (Gf 6)*
- *Cuando no hay, pues con frijolitos y tortillas, no me gusta pedir prestado. (Gf 6)*
- *Cuando no tengo yo le pido a mi vecina y cuando ella no tiene le presto yo. Nos prestamos dinero, frijol, lo que tengamos, inclusive hasta la leche. (Gf 7)*
- *Si, (pido prestado) cuando se enferman mis hijos (Gf 8)*
- *La tortilla en ocasiones es fiada, también nos fían en otras tiendas que ya nos conocen (Gf 8)*
- *A veces no alcanza el dinero y piensa uno en que tiene que dar de comer, entonces vamos ahí con la vecina o con la comadre a que nos preste (Gf 9)*
- *Se pone uno a pensar siquiera con unos tacos para comer, pero los niños no, ellos piden; mamá quiero mi desayuno. (Gf 9)*

### **¿Cómo se decide qué comprar?**

- Yo por ejemplo, gasto en fruta, verdura, pan, leche, nopales para mis papás,... más que nada depende de lo que yo decida para guisar en cada día. (Gf 2)
- Mis hijos luego son los que deciden qué comer, yo lo que hago es ver qué es lo que más les gusta, para poder hacerles eso de comer, por ejemplo a mi hijo le gusta el pescado y él me lo pide, entonces yo se lo hago. Depende de lo que ellos nos pidan. (Gf 2)
- Por ejemplo, algo que esté barato de la verdura la compro y hago verdura, una sopa con carne de pollo. (Gf 3)
- Lo que pasa es que yo les varío, como el gasto no alcanza pues hago dos veces a la semana carne o salsa de huevo, a mi hijo le gusta y, a mi hija los nopales. (Gf 3)
- Si la gente pudiera comer carne diario, diario se la comería, pero pues desgraciadamente a veces no alcanza. (Gf 4)
- Pues hacemos sacrificios o sino de lo que queda, nos lo volvemos a comer, lo recalentamos. (Gf 5)
- Yo en mi caso siempre tengo frijoles, tortillas es lo más necesario, el huevo y ya ahorita que vengo a la leche de la lista de espera si me ayuda. (Gf 5)
- Procura uno ir al tianguis a surtirse de tantita verdura para aprovecharla, más bien para que nos dure una semana y así ya nos estamos proveyendo y ya lo que no alcanza entre semana vamos viendo también como ajustar, nos vamos acomodando. (Gf 6)
- Ya casi está comprando uno la pura verdura para que suelte el sabor porque a veces ni nos alcanza, el dinero. Muchas veces alcanza sólo verdurita para los niños, si sobra algo de comer es para nosotros. Es que veces nos quedamos sin trabajo. (Gf 6)
- Muchas veces les damos fruta de temporada, por decir las que están más barata, porque muchas veces piden cosas que no tenemos. (Gf 6)
- Compro lo más económico, huevos o frijoles, cereal (Gf 7)
- Sopa, frijol con crema, lo más económico, con tal de que nos ajuste el dinero; para no gastar tanto se compra frijol con crema. (Gf 8)
- Si en un día tengo 20 pesos, esos 20 pesos los tengo que dividir... 8 pesos de pollo, 5 pesos de jitomate y 2 pesos de tomates... (Gf 8)
- Se compra lo más necesario. (Gf 8)
- Pues vamos al mercado: más los lunes o los martes y le buscamos, porque los sábados es cuando suben más los precios. (Gf 9)
- Yo pienso que como mujeres, siempre vamos buscando qué es lo más económico, lo que nos cueste menos. (Gf 9)
- Yo creo que cuando uno piensa qué voy hacer de comer y, dice uno, si hago esto no me alcanza para tal cosa. (Gf 9)
- Uno compra la verdura para toda la semana y llega uno con una idea al mercado y luego está carísimo; no pues mejor voy a llevar esto (otro) porque sino no me va alcanzar. (Gf 9)

## 4.2 Distribución de alimentos al interior del hogar

Distribución en general
- <i>Bueno, yo conozco a una señora que atiende más a su esposo que a sus hijos. (Gf 1)</i>
- <i>A nosotros nos toca una pieza por persona. (Gf 1)</i>
- <i>Se sirve igual, si ellos piden más se les sirve, no tenemos preferencias por ninguno, lo que apetezcan es lo que se les sirve. Por ejemplo, el bebé no puede comer lo de los grandes, él come papilla y todo eso, se les da lo que va teniendo uno, como vaya saliendo, pero no todos comemos lo mismo. (Gf 2)</i>
- <i>Lo importante son los niños. (Gf 3)</i>
- <i>En mi caso yo le digo a mi esposa "dale más a ellos y luego nosotros vemos que hacemos", ya lo que sobre nos lo vamos comiendo. (Gf 3)</i>
- <i>Al señor le pongo su comida sobre todo si sale a trabajar, por lo regular su sopa aguada, no se vaya a desmayar si no le mandamos de comer. (Gf 3)</i>
- <i>No todo es parejo, nos lo repartimos todo pero los chiquitos son los primeros porque ellos necesitan más que los grandes, porque ya los grandes como yo que ya voy de salida... pero los chiquitos son los que van para arriba así que necesitan más atención, primero son ellos. (Gf 5)</i>
- <i>A nadie dejamos sin comer uno procura arrimarle la fruta o la leche al niño. (Gf 5)</i>
- <i>Yo tengo a mi papá que es un ancianito, como ahí lo tengo procuro darle lo mejor a él, ya es de pañales y de cereales. (Gf 5)</i>
- <i>Yo de preferencia a mis hijos y luego ya si alcanza come uno. (Gf 6)</i>
- <i>Bueno, siempre y cuando tienes que guardarle un poquito a tu marido porque como dice la señora llegan del trabajo cansados, tienes que guardarle aunque sea un taquito, pero se le guarda, siempre y cuando no se le quite a los niños. (Gf 6)</i>
- <i>Cuando están enfermos, se da preferencia a las personas mayores. (Gf 6)</i>
- <i>Pues si es bastante, nos toca regular. En mi familia somos 10, luego no alcanza ni el dinero ni la comida pero vemos como le hacemos para repartirla. (Gf 7)</i>
- <i>Cuando la comida es muy poca, o un poquito de carne o un poquito de algo yo creo que se prefiere a los hijos, luego al esposo y, si sobra, al último yo. (Gf 8)</i>
- <i>Yo les doy primero a mis hijos, luego a mi esposo que viene de trabajar hasta la noche. (Gf 8)</i>
- <i>Todo por partes iguales, a menos que a veces a los niños les toque más y a nosotros que nos toque menos porque nosotros comemos más tortilla y ya ve que ellos a veces pura comida. Que coman ellos aunque nosotros ahí estemos aunque sea con un taquito. (Gf 9)</i>
- <i>Yo pues que coman mis hijos principalmente, ya lo poquito que queda me lo como yo. (Gf 9)</i>

### Distribución de la leche

- Yo tengo nada más una niña. Lo que pasa que hay veces que no alcanza la leche, pero tengo una vecina que luego no tiene dinero para su leche y me pasa su tarjeta. (Gf 1)
- Hay veces que no me alcanza aunque me toque ir tres días por la leche; es que somos muchos de familia (Gf 1)
- Tratamos de darle más a los niños, ellos la piden mucho. (Gf 2)
- Sí, porque si nosotros tomáramos, no alcanzaría la leche porque por ejemplo, a mi me dan leche dos veces por semana y no me alcanza y yo prefiero darle a mis niños, ya si alcanza tomo yo pero por lo general es sólo una taza la que yo me alcanzo a tomar. (Gf 2)
- Es que es muy reducida la dotación. No alcanza porque yo tengo tres niños y cuando regresan del kinder siempre piden más leche y pues se les vuelve a dar y a la hora de la comida, si piden se les vuelve a dar, queda una bolsa y al otro día se acaba y uno debe de comprar otro litro de leche; por ejemplo la leche Alpura cuesta \$8.50 el litro aunque la Lala es más barata, de nuestro gasto diario no alcanza. (Gf 2)
- Pues es igual, que con los niños, luego llegan mis papás, entonces si quieren leche pues se les da y sobre todo en esta época de frío pues se consume más leche y se vuelve un gasto más y aquí en la lechería nos dan 8 litros a la semana, entonces imagínate una bolsa diaria. (Gf 2)
- Tengo un niño de 15 años, se toma en el desayuno su leche y en la comida otra vez... yo pienso que a su edad no están bien desarrollados, así que yo prefiero darle leche y venir a las seis de la mañana a formarme, para ver si me toca dos veces a la semana. (Gf 3)
- En mi casa los tres niños toman más leche, pero tengo que comprar más porque a veces no nos alcanza y eso que vengo tres veces a la semana, mi esposo no toma porque le hace daño y yo por la gastritis que tengo la tomo. A mis hijos les hago, flan, licuado, cremas, la combino mucho por eso luego no me alcanza, además de que llegan de la escuela y piden más leche, entonces tengo que comprar más para los niños. (Gf 3)
- La preferencia es para los niños menores y luego los adultos (Gf 4)
- A los niños les toca más leche. Tengo uno de 8 años, otro de 5 y la chiquita de 2 años. A todos les gusta pero le doy más al bebé porque ella a cada hora pide su biberón. (Gf 6)
- Yo les doy a los niños "chocomilk" antes de irse a la escuela. (Gf 6)
- Nada más la más chiquita le gusta mucho la leche, ella tiene 9 años; a toda la familia le gusta la leche. (Gf 7)
- A mí sí me gusta, mi hija se toma una bolsa al día, a mi esposo también le gusta. (Gf 7)
- Mi niño más grande pide más leche... me pide leche cada ratito, en la mañana, a medio día, en la noche pero él quiere más, yo no le puedo dar más porque tengo que distribuirla a mis otros niños. (Gf 8)
- Toma más leche mi niño de diez años, él me pide en la mañana y en la noche. (Gf 8)
- Principalmente más al niño porque el niño pide más, los niños

*chiquitos se toman sus cuatro, cinco vasos durante el día, en cambio un adulto dos veces al día, en su desayuno y en la cena. (Gf 9)*

- *Yo he dejado de venir por la leche porque a veces no tengo el dinero para pagar, tengo que buscar la forma de cómo ir guardando. A veces voy guardando de 5 pesos, de 2 pesos, a mi me gusta lavar ropa para ganar dinero y de ahí un poquito voy juntando... no puedo venir por leche, y cuando puedo venir por leche no tengo dinero y tengo que ver la forma de cómo reunirlo para venir, y para cuatro niños es mucho el gasto. (Gf 9)*
- *Deberían de considerar darle leche a los adolescentes. (Gf 5)*

### 4.3 Leche fortificada Liconsa

- *Yo no sé de esa leche (Gf 1)*
- *Sé que lleva más vitaminas, o sea no es tanto como químicos, son más ingredientes cuando lo toma un niño tiene un mejor uso en su organismo. Por ejemplo yo me fui de mojado a los Estados Unidos y la leche allá era más de químicos y a mi niño le caía mal, pero acá esta leche le ha ayudado a su desarrollo. (Gf 3)*
- *Yo no la conozco (Gf 3)*
- *Pues según lo que he leído en la bolsita tiene complementos alimenticios, si viene ahí es que está ...mejorada para la alimentación de los niños. (Gf 5)*
- *...según es nutriente porque lo vemos en la bolsita, pero no sabes que tan verídico sea, no sabemos si es para llenarnos el estómago o para nutrirnos y la compramos por la economía...(Gf 5)*
- *Pero yo pienso que sí reúne los nutrientes porque yo se la he dado a mis niños desde chiquitos y me ha salido bien.(Gf 5)*
- *Yo he llevado a mis niños al doctor y me ha preguntado que leche es la que le da a su niño y le digo la de Liconsa y pues es que sale buena y me dice que mi niño está bien. (Gf 5)*
- *Yo también le tengo mucha fe a la leche, a mi hijo se la he dado como desde los cuatro meses.(Gf 5)*
- *Está vitaminada. (Gf 6)*
- *Les ayuda mucho a los niños. Yo tenía una niña muy delgadita y empezó a tomar de esa leche y está bien gorda y bien grande pero es que le cayó muy bien. (Gf 6)*
- *La leche les da fuerza, vitamina para que crezcan los niños, proteínas. (Gf 7)*
- *Pues a mi hijo le gusta la leche, él no come bien y con un vaso de leche pues ya se llena. (Gf 7)*
- *Alimenta a los niños, les da fortaleza. (Gf 8)*
- *Es lo que dice el sobre, que si trae hierro, calcio y que es leche entera de vaca, entonces es de vaca y no de soya. Pienso yo que más nos basamos en lo que dice el sobre, aunque nunca hemos probado llevarla a un laboratorio para ver si realmente es cierto. (Gf 9)*
- *Está fortalecida con vitaminas y hierro. (Gf 9)*
- *Sí fortalece a los niños, les da buen crecimiento. (Gf 9)*
- *Viene de la palabra fuerte. (Gf 9)*
- *Que la leche venga más barata. En mi caso yo si la puedo comprar pero hay personas que vienen a comprar un sobre, no les alcanza para más yo lo que digo es que le bajen el precio porque casi está igual con el precio de la leche bronca de vaca... si no le bajan al precio pues que tenga un poquito más. (Gf 9)*
- *Es más rica la leche en polvo, se puede almacenar mejor que la leche líquida. (Gf 7)*

#### 4.4 Hábitos de alimentación

- *Pollo o sopa de verduras (Gf 1)*
- *Pollo. Es lo más barato (Gf 1)*
- *Los mandamos a la escuela con una torta, pero luego regresan con otra cosa porque cambian la torta. (Gf 1)*
- *Al mío pescado, sopa, arroz, pues a mis hijos le gusta mucho el jamón, la crema si pudieran comer eso todos los días serían felices. (Gf 2)*
- *La situación de la televisión influye mucho, por ejemplo a mis niños los llevo al "Mc Donald's" más que nada por el juego, tratamos de quitarle la inquietud de las hamburguesas, pero también uno no lo hace muy seguido porque en eso nos gastamos \$200, nos gastamos más en eso que en una buena sopita caliente o un buen pollo, o un plátano. (Gf 2)*
- *Voy al mercado le compro media pechuga le doy nopales y mi hija es feliz (Gf 2)*
- *Los "gerber", las papillas, el yogur. (Gf 3)*
- *Lo que pasa es que yo les varío, como el gasto no alcanza pues hago dos veces a la semana carne o salsa de huevo, a mi hijo le gusta y a mi hija los nopales. (Gf 3)*
- *En mi casa acostumbramos mucho el pollo, es que no les aburre, lo combino con verdura o arroz. (Gf 3)*
- *Luego también en la televisión salen esos anuncios, la niña me pide papitas, golosinas. (Gf 3)*
- *Verduras, a como está la carne tan cara, luego ya no sabe uno ni que... (Gf 4)*
- *Al mío le gusta la sopa, los frijoles, el huevo, pero la carne y la verdura no le gusta, en cambio le encantan las sincronizadas, sandwiches y las tortas. (Gf 4)*
- *Pues de todo, pero platicando con ellos prefieren a veces antojitos, y de vez en cuando se los cumplo; pero también hay que tener una comida balanceada para su desarrollo. (Gf 4)*
- *Pues come de todo, "corn flakes", yogur, leche antes de ir al kinder. (Gf 5)*
- *Pues a los míos la carne, el bistec de res, pero a veces no hay dinero, entonces les hago pollo o pescado, eso lo hago solo en semana santa o Navidad. (Gf 5)*
- *Una educadora me decía "fijese señora hay niños que a las diez de la mañana ya están vomitando puro amarillo, porque se vienen sin desayunar" y luego comen sus churros con salsa y vienen a la casa sin hambre y ya no quieren comer. (Gf 5)*
- *Si claro las hamburguesas, las pizzas, el "Kentucky" los llevamos cada vez que podemos. (Gf 5)*
- *Ahorita hay unos niños tan tediosos para la comida. Los niños de ahora dicen a mí no me gusta eso. (Gf 6)*
- *A mis hijos les gusta más los huevos y los frijoles (Gf 6)*
- *Las nueras les dan sandwich y así cosas de apetito. No mi'jo aquí no, aquí hay frijoles y sopa y el día que hay carne, pues carne. (Gf 6)*
- *Ellos se comen todo lo que les doy, pero les gusta más la salchicha y el jamón. (Gf 6)*

- Llegan los amigos y les dan chatarra. (Gf 6)
- Sopa de pasta caldosa, frijoles, huevito cuando se puede pollo, carne. (Gf 7)
- Mi hija me pide mucha sopa instantánea, es que les aburre comer lo mismo. (Gf 7)
- Las pizzas o las sabritas, piden taquitos. (Gf 7)
- Yo le voy a ser sincera, yo en la casa no falta diario el medio kilo de frijol porque los niños están más acostumbrados al frijol que a la carne. (Gf 8)
- Mis hijos no comen verduras, si les hago caldo de res, se comen la carne y dejan las verduras. (Gf 8)
- Su dobladita de frijol y su vaso de refresco. (Gf 8)
- Mis hijitos lo que más les encanta es lo que miran (en la televisión), la pizza pero como tenemos pocos recursos casi no la comemos (Gf 8)
- Lo que haya a la mano. (Gf 9)
- A mi hija lo que le gusta más son las sopas de pasta. (Gf 9)
- A mi hija lo que le gusta más son las sopas de pasta. (Gf 9)
- El pollo es más económico, la verdad se come más el pollo que el pescado, además tiene más maneras de prepararse. (Gf 9)
- Mi hijo me pide hamburguesas, entonces yo compro la carne, las preparo y les doy dos, o hasta tres. (Gf 9)
- Los niños piden todo lo que ven en la tele, que el yogur o que las paletas Holanda, entonces busco los productos Holanda y les compro el más barato. (Gf 9)
- Para qué queremos ir a comer un día a esos lugares que anuncian en la televisión y tener hambre durante todo el mes. Esos lugares sólo los conocemos por el lado de afuera, todavía no hemos entrado. (Gf 9)
- Yo creo que las personas no engordan por el refresco si no por el gas, yo me fijo en mi muchacho, él está delgadillo y lo veo que toma y toma y es cuando se pone más gordito, pero se pone así por el gas. (Gf 5)
- Diario (consumen) tortillas porque hay veces que uno no ajusta y aunque con tortillas, no más que no siempre quieren. (Gf 6)
- Aunque uno le diga que no coma de eso, el niño lo ve y se le antoja. (Gf 9)

#### **4.5 Nutrición, vitaminas y proteínas**

### **¿Qué se entiende por nutrición?**

- *Su alimentación se las voy cambiando por semana. En la mañana les doy atole y ya cuando llegan de la escuela les doy leche. (Gf 1)*
- *Que estén bien alimentados dándoles cereal, papillas de verduras y de fruta. (Gf 1)*
- *Cereal con leche. (Gf 1)*
- *Pues que coman bien, que no se enfermen. Por ejemplo en éstas fechas se consume más fruta, verdura, a si logramos una prevención de enfermedades, sobre todo las de invierno. (Gf 2)*
- *Como no sabemos... de nutrición, no sabemos que proporción de nutrición les estamos dando a nuestros niños... puede tener vitaminas pero si a ellos no les gusta de qué nos sirve, no los podemos obligar a comer algo que no quieren (Gf 2)*
- *Darles cosas que los alimenten, no comidas que los engorden. (Gf 3)*
- *Una alimentación balanceada, verdura, carne, leche, pescadito. (Gf 3)*
- *Los cereales, la leche, pues mis hijos “corn flakes”, “chococrispis”, yogur... en los desayunos del DIF... (Gf 3)*
- *Promover la carne de soya, es barata y bien nutritiva. (Gf 3)*
- *Comer tres veces al día. (Gf 4)*
- *Yo pienso que a veces no comen las cosas balanceadas porque no lo saben preparar, como que les falta educación. (Gf 4)*
- *Pues es que varía, vamos viendo su desarrollo, los más chiquitos que vayan creciendo bien, los más grandes que vayan bien en la escuela que no tengan ningún malestar porque con eso también se manifiesta (la desnutrición).(Gf 5)*
- *Es darle a nuestros hijos la alimentación variada, balanceada, frutas, verdura, la proteína, si no tenemos carne hay que darles lenteja, habas, garbanzos, agua de limón, hay muchas maneras de salir adelante con nuestros hijos y si por ahí tenemos la oportunidad de darle vitaminas dárselas,... (Gf 5)*
- *Que coman a sus horas. (Gf 6)*
- *No les nutre la mandarina, pero les ayuda para las enfermedades, para las vitaminas. (Gf 6)*
- *Darle frutas y jugos. (Gf 6)*
- *A veces no más dos veces comemos. (Gf 6)*
- *Que los mantiene bien de lo que sea, comer humildemente..., mis dos niñas están bien gorditas, comen poco pero me la mantengo con tortillas, están bien nutridas. (Gf 7)*
- *Para comer bien no necesariamente le tengo que dar carne para que se alimente bien, por ejemplo el frijol es esencial, le tengo que dar sopas, pescado, carne de res de vez en cuando. Es como dice la señora que coman poco pero que coman bien, precisamente las tortillas, que los mantiene despiertos y activos. (Gf 7)*
- *La verdura es esencial, los míos no la comen no les gustan, sólo comen un pedacito o un cuadrito, prefieren ponerle la tortilla desmenuzada en el caldo que la verdura. (Gf 7)*
- *Pues la verdura porque no lleva grasa si va hervida y los frijoles, en cambio si es frito el niño engorda de pura grasa, de aceite. (Gf 7)*

- Yo pienso que es cuando los niños están sanos y fuertes. (Gf 8)
- Un niño que esté decaído puede estar desnutrido. (Gf 8)
- Que esté muy delgado, que no esté en su peso normal. (Gf 8)
- El pescado, el pollo, el camarón. (Gf 8)
- Lo más importante para que los niños crezcan fuertes y sanos es darle leche combinadita con "chocomilk" o con cualquier otra cosa pero que lleve leche para que así le ayude mucho a su crecimiento. (Gf 9)
- Hay que darles leche, porque se nota cuando un niño no está nutrido porque empiezan a salirle manchas en la cara, nos podemos acabar los frascos de vitaminas pero si no comemos bien de nada sirve. (Gf 9)
- Tal vez porque no nos han dado una plática por ejemplo que nos dijeran mire la leche trae estos componentes, tal vez sería bueno porque sabe uno lo que está tomando. (Gf 9)
- Yo entiendo que hay que darles buena alimentación, frutas, verduras. (Gf 9)

- | <b>Alimentos con vitaminas y proteínas</b>  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- La verdura, la fruta, el hígado de res, frijol, arroz, lentejas. (Gf 1)</li> <li>- Las frutas, verduras, es que más que nada no sabemos pero yo creo que las frutas o las verduras (Gf 2)</li> <li>- El huevo, el brócoli (Gf 3)</li> <li>- Pues la fruta, la leche, el cereal. (Gf 5)</li> <li>- El pescado, el pollo. (Gf 6)</li> <li>- Pues la verdura porque (hervida) no lleva grasa y los frijoles (fritos con grasa), en cambio engordan (a los niños). (Gf 7)</li> <li>- El cóctel de camarones tiene más proteínas. (Gf 9)</li> <li>- El pescado, el pollo, el camarón. (Gf 8)</li> <li>- La soya, el pozol ayuda bastante. (Gf 8)</li> <li>- A veces cuando tiene uno dinero el "corn flakes" de caja o a veces el suelto. (Gf 6)</li> </ul> |

#### 4.6 Opiniones centrales

En el siguiente cuadro se exponen, de manera abreviada, las opiniones y concepciones que se consideran centrales para cada uno de los tópicos abordados en las sesiones grupales.

TEMAS	OPINIONES
Gasto familiar en alimentos y préstamos de dinero	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aunque el gasto sea limitado hacemos lo posible para que alcance. A mi no me gusta que mi esposa pida prestado, ella ve como le hace para que le alcance. (Gf 2)</li> <li>- Cuando no hay dinero le pido a mi vecina y cuando ella no tiene me pide a mí. Nos prestamos dinero o comida.. (Gf 7)</li> </ul>
¿Cómo se decide qué comprar?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Depende del precio porque no alcanza el dinero para comprar mucha comida. (Gf 6)</li> <li>- Como mujeres, siempre buscamos lo más económico, lo que nos cueste menos. (Gf 9)</li> </ul>
Distribución de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Primero los hijos y después nosotros y, si no alcanza ni modo. (Gf 1)</li> <li>- Primero mis hijos, luego mi esposo y al último yo. (Gf 8)</li> </ul>
Distribución de leche	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prefiero darle a mis niños, ya si alcanza tomo yo. (Gf 2)</li> <li>- Cuando las personas mayores están enfermas se les da preferencia. (Gf 6)</li> <li>- Es reducida la dotación y no alcanza. (Gf 2)</li> <li>- Deberían de considerar darle leche a los adolescentes.. (Gf 5)</li> </ul>
Leche fortificada	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No es como la de Estados Unidos que tiene muchos químicos, esta contiene más vitaminas que les ayuda al organismo de los niños (Gf 3)</li> <li>- Le da crecimiento a los niños. (Gf 8)</li> <li>- Está vitaminada (Gf 6)</li> </ul>
Hábitos de alimentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Varío, como el dinero no alcanza, dos veces a la semana hago carne o salsa de huevo. (Gf 3)</li> <li>- Mis hijos comen de todo pero prefieren los antojitos (Gf 4)</li> <li>- A mis hijos les gusta más huevos y frijoles. (Gf 6)</li> <li>- Les gusta la comida rápida. (Gf 7)</li> </ul>
Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No tenemos una cultura nutricional. (Gf 4)</li> <li>- Compramos solo la fruta de temporada que esté barata, el problema es que los niños piden todo lo que ven en la televisión.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Lo más importante para que los niños crezcan fuertes y sanos es darles leche, combinada con alguna cosa. (Gf 9)</i></li> </ul>
Vitaminas y proteínas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>La verdura, la fruta, el hígado de res, firjol, arroz, lentejas. (Gf 1)</i></li> <li>- <i>Pues la verdura porque no lleva grasa, ya que si freimos la comida el niño engorda por el aceite. (Gf 7)</i></li> <li>- <i>El cóctel de camarones tiene más proteínas. (Gf 9)</i></li> </ul>

#### 4. Interpretación de resultados

##### ***Gastos en alimentación y selección de productos para consumo***

El gasto promedio diario familiar en alimentos fue de \$54.00, el más bajo correspondió al D.F. y el mayor a Zacatecas. En todos los casos el promedio supera por un margen reducido el monto de salarios mínimos de cada estado (\$42.15 para el DF y \$38.30 para Chimalhuacán Estado. de México, Chiapas y Zacatecas).

Lo anterior pudiera indicar que en todas las familias de los participantes sus ingresos son mayores al salario mínimo, lo cual en algunos casos puede ser cierto pero en otros no, sobre todo si se toma en cuenta lo expresado en cuanto a la ocupación de las personas que aportan recursos económicos a los hogares. Por otra parte, hay que considerar uno más de los resultados del estudio en donde la mayoría de los participantes expresó que frecuentemente tienen que pedir dinero prestado para poder comprar algunos alimentos del día.

Aquí cabe destacar dos situaciones: se pide el menor dinero posible “para no endeudarse tanto” y recurren a parientes y vecinos, como consecuencia los productos que se pueden comprar son pocos y de baja calidad.

Sobresale una actitud de solidaridad entre las personas de menores recursos. Acuden a pedir dinero para comer entre sus familiares y vecinos. El apoyo se da también en especie: “nos prestamos frijol, inclusive hasta la leche”.

Muy ligado a lo anterior está lo que se refiere a los criterios para decidir qué comprar para la alimentación diaria de la familia. La falta, o los limitados recursos económicos determina de manera definitiva el qué comprar. Se adquieren productos de bajo costo. Por ejemplo, en los grupos de Zacatecas y Estado de México, la constante diaria en la alimentación es la sopa de pasta (con un precio promedio de \$3.00 la bolsa); mientras que en Chiapas el frijol es el producto que más se consume (con un promedio de \$4.00 el kilo).

Los resultados indican que en la decisión de comprar fruta sólo se adquiere la de menor precio (se aprovechan las temporadas de frutas tales como naranja, papaya, sandía, melón, ya que es cuando bajan de costo). Con las verduras sucede algo similar, por ejemplo, algunas participantes hicieron alusión sobre el alto costo de las calabazas en diciembre, lo que les impide adquirirlas). Por otra parte, cuando algunas participantes expresaron que deciden comprar pollo lo más frecuentemente posible, se refieren a la adquisición de menudencias (mollejas, hígado, corazón), alas, patas y raras veces a las partes de mayor costo (pechuga, muslos).

## ***Distribución de alimentos al interior del hogar***

### En general

La mayoría de los participantes planteó que no existen preferencias marcadas dentro de la familia en la distribución de alimentos. Sin embargo las diferencias se expresan cuando se asegura que es a los niños y a los enfermos a los que se les da prioridad.

Un aspecto que poco aparece en los resultados del estudio es la preferencia hacia el varón o sostén económico del hogar. Una de las participantes dijo “yo sé de una señora que atiende más a su esposo”. Pudo ser ella o algún familiar cercano, pero sin capacidad para reconocerlo.

Otro elemento más que destaca en la distribución de alimentos tiene que ver con una expresión cultural fuertemente arraigada en la sociedad mexicana: la sumisión de la mujer. Se acepta sin mayor cuestionamiento que la esposa está para servir y cuidar a los hijos, al esposo, a los padres mayores de edad. Ella queda relegada. La cantidad de alimentos destinados para la esposa son menores, “lo que sobre”, “aunque sea con un taquito”, “al último yo”.

Entre los resultados del estudio otra situación constante es la distribución de alimentos que son consumidos comúnmente como el frijol, la tortilla, sopa de pasta, lentejas. Con menos frecuencia se tiene el reto de distribuir carne de res, pescado, carne de pollo y frutas durante el transcurso de un mes, por ejemplo. Las beneficiarias viven cotidianamente la disyuntiva de cómo distribuir mejor los limitados alimentos a los que tienen acceso por su bajo costo.

### Leche

Los resultados del estudio muestran que la leche de Liconsa se reparte preferentemente entre los niños y los adolescentes de la familia. En la gran mayoría existe la convicción de que la leche es indispensable para estos dos grupos de edad, aun cuando no se expongan argumentos basados en mayor información al respecto: “la preferencia es para los niños menores y ya luego los adultos”, “les ayuda mucho a los niños; yo tenía una niña muy delgadita y empezó a tomar de esa leche (Liconsa) y está bien gorda.”

En segundo lugar, en la distribución de la leche se favorece a los adultos mayores. El consumo de la leche por parte de los niños no termina cuando han cumplido los 12 años. Se les continúa otorgando leche hasta la mayor edad posible. Se considera difícil retirarle la leche en el momento que cumplen la edad señalada.

Las reglas de Operación del Programa de Abasto Social de Leche indican claramente que en el momento en que el niño cumple los 12 años se le retira el apoyo para acceder a la leche Liconsa. En la práctica, dentro de la vida cotidiana de las familias participantes se considera difícil retirarle la leche en el momento que cumple la edad señalada, por tanto se hacen esfuerzos por conseguir más

leche aunque sea de marca, para que la mayor parte de la familia pueda tomarla. Una de las participantes argumentó que en la adolescencia los muchachos necesitan tomar leche: “yo pienso que a su edad no están bien desarrollados”

En la realidad, la leche se consume lo más posible entre todos los integrantes de la familia, incluido el esposo que bien puede tener 30 ó 50 años de edad. Las madres de familia son de nuevo las últimas en el reparto familiar de leche. Los participantes reconocieron que, en general, la leche le gusta a toda la familia. Cuando una familia es numerosa y su consumo de leche es alto, se buscan formas de adquirir primero la de Liconsa y si existen más recursos económicos se compra leche comercial, de marca. Algunas de las participantes admitieron como una práctica frecuente el pedir prestada la tarjeta a otra familia que no asistirá a recoger su dotación por falta de dinero: “lo que pasa es que hay veces que no alcanza la leche, pero tengo una vecina que luego no tiene dinero para su leche y me pasa su tarjeta”.

Sobre este último aspecto existe una gran paradoja del Programa dirigido a la población en condiciones de pobreza. Resulta que las personas con mayores ingresos económicos pueden darse el “lujo” de pedir prestada sin condiciones la tarjeta o pagar algo simbólico por hacer uso de una tarjeta ajena. Por otra parte están las familias que no tienen recursos para adquirir la leche subsidiada, por tanto los niños de esas familias en mayor pobreza no toman leche. A ello hay que sumar que si esa familia pobre “persiste” en no retirar su porción de leche es eliminada del padrón de beneficiarios.

Es una realidad que algunas de las familias enfrentan dificultades económicas que en algún momento les impide comprar la leche, por gastos en salud, pérdida de empleo, gastos en educación. Una señora en Chiapas reconoció: “yo he dejado de venir por leche porque a veces no tengo dinero para pagar”

Por otra parte, en opinión de las beneficiarias la dotación de leche es limitada y debería ampliarse. Prácticamente ninguna de ellas mencionó la leche en polvo de Liconsa, que se expende todo el día en algunas de las tiendas anexas a la lechería, a la que se puede tener acceso por un costo mayor y sin necesidad de tarjeta.

### ***Leche fortificada***

Al respecto se encontraron dos situaciones especiales. En primer lugar existe un amplio desconocimiento sobre la leche fortificada, en gran medida, porque su introducción es reciente en las lecherías Liconsa. En el Área Metropolitana de la Ciudad de México aun no se inicia su distribución.

Un segundo aspecto tiene que ver con que la mayoría de los participantes opinó con mucha seguridad sobre algo que desconocen. Suponen que la leche Liconsa siempre ha estado fortificada, pero ellos no han tenido el conocimiento exacto sobre los componentes de tal leche, en parte por los términos utilizados en los empaques y bolsas.

Como parte de las opiniones sobre el asunto, se aprecia una exaltación sobre las grandes virtudes nutritivas de la leche Liconsa y de sus características fortificadas. Se le considera esencial para el desarrollo de los niños y de los adolescentes e importante para la salud de las personas adultas mayores: “yo le tengo mucha fe a la leche”, “la leche les da fuerza”, “está vitaminada para que crezcan los niños” y fortificada “viene de la palabra fuerte”.

Sin embargo, también existen concepciones escépticas sobre los componentes y las ventajas de la leche. Expresaron dudas sobre la veracidad del contenido al vincularlo con el bajo costo. Algunas personas relacionan el precio con la calidad, en este caso dejando de lado el factor subsidio: “según es nutriente...no sabemos si es para llenarnos el estómago”, “nunca hemos probado llevarla a un laboratorio para ver si realmente es cierto” (lo que se dice de sus componentes).

### ***Hábitos de alimentación***

La mayoría de los participantes manifestó que el tipo de consumo está relacionado con su poder adquisitivo. Es una práctica generalizada comer sopa de pasta, frijoles y arroz. Aunque entre los gustos de los niños también aparece la carne de res y el pollo, productos que de manera eventual son consumidos por la familia.

Aunado a lo anterior, hay que considerar que cada día los hábitos de alimentación van cambiando principalmente en las grandes ciudades, debido, entre otras causas a la premura de tiempo.

Los participantes identificaron a la televisión como el principal agente que incide en los hábitos de los niños (o por lo menos en sus peticiones) donde sobresalen las papas fritas, las hamburguesas y el cruji pollo. Otro tipo de consumo que los niños demandan tienen que ver con embutidos, los sandwiches y hot dog. “En la televisión salen varios anuncios, luego la niña me pide papitas, golosinas”

Se consideró que también en las escuelas existen influencias negativas para los hábitos de alimentación de los niños. Las madres de familia se quejaron de que en las escuelas proliferan frituras y diversos productos “chatarra”. Y aun cuando los niños no lleven dinero a la escuela consumen esos productos, debido a que los amigos les convidan o los intercambian por la torta o la fruta que llevan de casa.

Actualmente es posible reconocer la fuerte influencia de los medios masivos de comunicación y de vivencias extracurriculares en las escuelas, sobre los niños no sólo en cuanto hábitos de alimentación, sino también de comportamiento social, de lenguaje, expectativas económicas, etc. Las participantes de los grupos no refirieron cuántas horas al día los niños están frente al televisor, pero independientemente de ello, es obvio que la influencia de ese medio en los niños en cuanto a la demanda de ciertos tipos de alimentos es real, trátase de sectores o grupos sociales con alto o bajo poder adquisitivo.

En los resultados del estudio relacionados con el presente tópico aparece una contradicción fundamental que refleja cambios en la dieta tradicional mexicana y una tendencia al aumento en el consumo de “comida rápida”. El costo proporcional de esa comida es mayor frente a los alimentos básicos. Se reconoció consumir periódicamente refrescos, hot dog y hamburguesas, por ejemplo, y al mismo tiempo existen quejas por no contar con recursos para comprar ciertas piezas de pollo o carne de res.

### ***Alimentación y nutrición***

Al plantear el tema en cuestión, en prácticamente todos los grupos se titubeó para expresar sus ideas. En las sesiones fue necesario formular más de una ocasión las preguntas. Sobre nutrición poco a poco se fueron generando más expresiones, pero en el caso de los alimentos con vitaminas y proteínas las participaciones fueron muy reducidas y con manifiesta inseguridad.

En general, se puede afirmar que la mayor parte de las participantes carecen de conocimientos amplios sobre la nutrición, las vitaminas y las proteínas de los diversos alimentos que consumen cotidianamente por falta de recursos económicos o por no saber como prepararlos: “no sabemos que proporción de nutrición les estamos dando a nuestros niños”, “no comen las cosas balanceadas porque no lo sabemos preparar”, “pueden tener vitaminas, pero si a ellos (los niños) no les gusta de qué nos sirve”.

En algunos casos se refirieron a las propiedades de las frutas, las verduras, el pescado, la carne de res, la soya y los cereales, productos que no forman parte de su dieta diaria, según admitieron las mismas madres de familia.

Por otra parte, en los resultados es posible apreciar que entre ciertas participantes aun persiste la idea de que si el niño “está gordito” ello indica que se encuentra bien alimentado y nutrido.

## **6. Conclusiones**

- Impartir pláticas periódicas a las beneficiarias de Liconsa sobre alimentación y nutrición infantil.
- Elaborar y distribuir en lecherías carteles con información sobre alimentos accesibles y sus propiedades nutricionales.
- Realizar campañas en medios masivos de comunicación sobre la importancia de una buena alimentación.
- En el marco de la producción y distribución de la leche fortificada, realizar una amplia campaña informativa sobre su contenido y sus ventajas para que los beneficiarios tomen conciencia de que la leche es un importante complemento para la nutrición de los niños.
- Revisar sobre la pertinencia de las reglas de operación vigentes en Liconsa, en el sentido de otorgar la leche sólo a menores de 12 años y adultos mayores, cuando en realidad es consumida por toda la familia, independientemente de las edades.
- Ajustar la normatividad que marca la pérdida del beneficio cuando la gente no acude por la leche en los días que les corresponde, debido a la falta de dinero.
- Impulsar una mayor participación de la comunidad para que amplíe su acción más allá de los actuales comités de beneficiarios, con el fin de coadyuvar en el cumplimiento de la Misión del Programa de Abasto Social de Leche.