



Facultad de Educación y Humanidades

Departamento de Ciencias Sociales

Escuela de Psicología

SIGNIFICADOS DE FAMILIAS NUCLEARES BIPARENTALES, CON PADRES Y MADRES TRABAJADORES EN TORNO A LOS RITOS ALIMENTARIOS QUE DESARROLLAN DENTRO DEL HOGAR

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGO (A)

Autoras

SCARLET MONSALVE ILLESCA

PAULINA ZAPATA RUBILAR

Académico Guía

José Gustavo Segura Alarcón

Chillán, Diciembre 2019.

Agradecimientos como equipo

Como equipo queremos agradecer principalmente a nuestro profesor guía José Gustavo Segura quien desde el primer momento en que solicitamos su apoyo aceptó este gran desafío, nos apoyó y fue un gran aporte en este bello proyecto de investigación. Pero no solo nos ha guiado, también nos ha presionado e impulsado para alcanzar nuestro mayor potencial, es por ello que le queremos agradecer con gran cariño.

También agradecer a la profesora Soledad Martínez, quien ha sido fundamental en el proceso de análisis de esta investigación y que con mucha disposición, nos ha ayudado. Además ha sido una excelente docente durante la formación académica, entregándonos conocimientos muy necesarios principalmente para la construcción de este estudio.

Agradecemos a aquellas personas cercanas que desinteresadamente y con mucha voluntad, nos ayudaron en procesos esenciales para poder llevar a cabo este estudio de la mejor manera.

No podemos dejar de nombrar y agradecer a una persona muy importante en nuestra Escuela de Psicología, nos referimos a la Tía Hildita como es conocidos por todo/as, quien siempre está dispuesta a ayudar y resolver situaciones con la mejor voluntad.

Agradecimientos

Quiero tomar un espacio de esta investigación para agradecer a quienes son importantes para mí y de alguna u otra manera han aportado a mi vida y principalmente estos cinco años de formación profesional.

Gracias Dios por guiarme en este camino, darme fuerzas y cuidar de mí.

A mi familia, las personas más importantes para mí, quiero destacar que con mucho esfuerzo me han dado lo necesario para subsistir. Pero, principalmente, el apoyo emocional que me entregan mi madre Ana y hermana Marianne, ambas mi ejemplo a seguir.

A mis sobrinos Joaquín y Agustín por el amor más puro que me entregan.

A dos personas que han llegado en los últimos años de esta etapa universitaria y han traído aún más amor y felicidad, me refiero a mi pareja y padre de mi hijo. A mi hijo que llevo en mi vientre, pero que se ha transformado en mi mayor impulso de fuerza y energía.

Y no puedo dejar de mencionar a mi amiga y compañera de tesis Scarlet, gracias por ser un apoyo fundamental en estos cinco años.

Paulina Zapata Rubilar

Agradecimientos

“Uno no puede hacer grandes cosas sin grandes personas” (Pueyo, 2015).

Es por ello que quiero agradecer a mi familia quienes han sido un apoyo fundamental durante toda mi vida, en especial a mi madre quien es la mujer a la que le debo todo lo que soy, agradezco todo el apoyo emocional que siempre me ha brindado y que me ha ayudado a superar cada adversidad y desafío que se ha puesto en mi camino.

Agradezco también a mis amigos, en especial a mi compañera de tesis y querida amiga quien ha sido una gran apoyo y con la cual tuve la oportunidad de compartir este estresante pero bello proceso.

Un especial agradecimiento a mi pareja el cual ha sido muy importante puesto que su apoyo incondicional, comprensión y cariño me ha ayudado a finalizar este proceso tan importante que pone fin a mi formación profesional. Además me ha entregado un bellissimo regalo, mi hija Montserrat quien se ha convertido en el motor que me ha dado fuerzas para continuar cuando las cosas se han puesto cuesta arriba.

Es por ello que agradezco a cada una de las personas mencionadas y dedico esta memoria a ellos, resultado de mi trabajo y esfuerzo.

Scarlet Monsalve Illesca.

Índice

INTRODUCCIÓN.....	8
PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA.....	9
Planteamiento del problema.....	10
Justificación.....	10
Pregunta de investigación primaria.....	11
Pregunta de investigación secundaria.....	11
Objetivos de la investigación.....	11
Objetivo General.....	11
Objetivos Específicos.....	12
MARCO REFERENCIAL.....	13
Marco Teórico.....	14
La alimentación.....	14
Perspectiva Sociológica de la alimentación.....	15
Perspectiva antropológica de la alimentación.....	15
Poniendo énfasis en “cómo” comemos.....	16
El rito.....	17
Perspectiva sistémica del rito.....	17
Función de los ritos familiares.....	17
Rito Alimentario.....	18
El trabajo y la familia.....	19

Trabajo.....	19
Acercamiento conceptual.....	19
El empleo.....	19
La Familia.....	20
La familia desde una mirada Psicológica.....	20
La familia desde una mirada Sociológica.....	20
Teoría de Sistemas.....	20
Ciclo vital familiar.....	21
Familia con hijos/as adolescentes.....	21
Los rituales familiares.....	22
Dinámica familiar.....	22
Familia en proceso de cambios.....	23
Relación Familia – Trabajo.....	23
Doble presencia.....	24
Marco Empírico.....	25
Marco Epistemológico.....	32
Reflexividad.....	36
DISEÑO METODOLÓGICO.....	37
Metodología/ Diseño.....	38
Técnica de Recolección de Información.....	39
Instrumento.....	40
Muestra.....	40

Análisis de Datos.....	41
Criterios de calidad.....	42
Coherencia Interna.....	42
Credibilidad.....	42
Auditabilidad.....	43
Transferibilidad.....	43
Aspectos Éticos.....	44
Principio de Beneficencia.....	44
Diálogo auténtico.....	44
Voluntariedad.....	44
Protección de la identidad.....	45
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	46
Objetivo I.....	47
Objetivo II.....	52
Objetivo III.....	56
CONCLUSIONES.....	60
Limitaciones y Proyecciones.....	69
REFERENCIAS.....	71
ANEXOS.....	80
Consentimiento informado.....	81
Entrevista Semi-estructurada.....	82

Introducción

Debido a que Chile presenta uno de los índices más altos de obesidad y malas prácticas alimentarias (Cifuentes, 2018), surge el interés de indagar los significados relacionados con los ritos alimentarios que llevan a cabo las familias.

Se desarrollará, la investigación dentro del contexto familiar puesto que en él es “donde las personas nacen, crecen, se reproducen y mueren, pero a su paso van dejando huellas marcadas en la interacción con otros, las costumbres, los hábitos, las reglas, los vicios, se van transmitiendo de generación en generación” (Montalvo, Espinoza & Pérez 2013, p. 75). Y, por ende, también se desarrollan los ritos y prácticas alimentarias.

Es importante mencionar que, según la bibliografía revisada, no se ha encontrado una definición teórica amplia que explique los Ritos Alimentarios propiamente tal. Por ello y para abarcar los objetivos presentes en la investigación, se profundizará en los relatos de las mismas familias para conocer qué significados le atribuyen a este concepto con el fin de co-construirlo conforme a la información que ellos entreguen a través de su propia narrativa. Para esto se trabajará bajo la metodología cualitativa que es definida por Creswell (1997, p.13) como

“un proceso interrogativo de comprensión basado en distintas tradiciones metodológicas de indagación que exploran un problema social o humano. El investigador construye un panorama complejo y holístico, analiza discursos, refiere visiones detalladas de los informantes y lleva a cabo el estudio en un entorno natural”.

Por este motivo, es preciso reconocer y validar las experiencias como únicas, considerando que cada informante aporta una perspectiva distinta de cada fenómeno, por lo que otorgan significados basados en los esquemas mentales que han construido de la realidad a través de la propia vivencia. Puesto que el objetivo principal de la investigación busca conocer y comprender los significados que las familias atribuyen a los ritos alimentarios que desarrollan cada una en sus hogares.

Presentación del problema

Planteamiento del Problema

A lo largo de la historia, la familia ha sido un factor importante en la formación de los seres humanos y la sociedad (Bartutis, Socarrás & Bujardón, 2014). Por ello se ha convertido en el objeto de estudio de muchas investigaciones. El concepto de familia ha sido ampliamente definido como un grupo natural, encargado de entregar valores, normas y pautas de interacción con el objetivo de conservar y, por lo tanto, salvaguardar la evolución de la sociedad (Minuchin & Fishman, 1985 citado en Pérez, 2012). Es necesario mencionar que la estructura familiar es un ente vivo que se encuentra en constantes cambios a través de los años (Montalvo, Espinosa & Pérez, 2013). Un cambio significativo ha sido la inserción de la mujer en el ámbito laboral, esto ha implicado dos fuentes de ingresos económicos en los hogares pero a la vez aumento en la carga de estrés al intentar mantener el equilibrio y responder a las demandas de las dimensiones trabajo/familia (Peña & Werlinger, 2012).

En relación a lo recientemente planteado se considera que el estrés generado por ambas dimensiones podría verse manifestado en la alimentación familiar y en las dinámicas relacionales existentes en torno a esta. Desde una perspectiva psicológica se plantea que las prácticas de alimentación familiar posibilitan la interacción social y manejo en las relaciones sociales de cuidado, preocupación y fortalecimiento de lazos de confianza, pertenencia, reciprocidad e integración entre los miembros (Riquelme & Giacomani, 2018).

Justificación

La justificación teórica de esta investigación radica en la co-construcción del concepto de Ritos Alimentarios, que no se encuentra ampliamente definido en la literatura, por lo que representa un aporte a diversas teorías relacionadas a la familia y las dinámicas que llevan a cabo. Además se pretende aportar información descriptiva de los Ritos Alimentarios, como lo son las características y los significados que le son asignados por parte del sistema familiar.

Respecto a la relevancia psicológica, esta yace desde la cotidianidad del sistema familiar de la cual se podrá conocer, indagar y describir los significados respecto a los ritos alimentarios en base a la expresión de sus vivencias, pautas y dinámicas relacionales.

Finalmente, la relevancia social que presenta la investigación tiene relación con visibilizar los patrones conductuales respecto a la alimentación debido a que la comida no solo presenta una función biológica esencial sino que además una función social que da cuenta de los valores culturales (Riquelme & Giacoman, 2018). Estos valores culturales han ido cambiando con el paso del tiempo, por ello se pretende situar desde una visión centrada mayormente en el “cómo” se alimentan las familias y no en el “qué” alimentos consumen. Este último es el enfoque que se ha dado hasta el momento según las investigaciones y datos empíricos que es posible visibilizar al revisar el estado del arte de los distintos estudios que se han realizado.

Preguntas de investigación primaria y secundaria

Pregunta de investigación Primaria: ¿Cuál/es son lo/s significado/s que atribuyen familias nucleares biparentales, con padres y madres trabajadores de la ciudad de Chillán, a los ritos alimentarios que estas desarrollan en su hogar?

Preguntas de investigación Secundarias:

- ¿Qué tipos de ritos alimentarios llevan a cabo las familias de la ciudad de Chillán?
- ¿Cómo se configura la organización de los roles familiares en torno a los ritos alimentarios?
- ¿Cómo perciben los diferentes miembros de la familia, la conciliación de familia - trabajo respecto a la creación, mantención y eliminación de los ritos alimentarios que desarrollan?

Objetivo General y Específicos

Objetivo General: Describir y comprender cuál es/son el/los significado/s que atribuyen familias nucleares biparentales, con padres y madres trabajadores en torno a los ritos alimentarios que desarrollan dentro del hogar.

Objetivos específicos:

- Explorar los principales ritos alimentarios que desarrollan las familias dentro de su hogar.

- Conocer la configuración de los roles familiares respecto a los ritos alimentarios.
- Comprender la percepción del grupo familiar respecto a la conciliación familia - trabajo en torno a la mantención, creación y eliminación de ritos alimentarios que se desarrollan dentro del hogar.

Marco referencial

Marco teórico

Rito Alimentario

El concepto crítico que se encuentra presente en esta investigación corresponde a los ritos alimentarios de los cuales se pretende comprender los significados que les son asignados por las familias.

La Alimentación. La alimentación es un área que ha sido estudiada, pero de manera más cuantitativa. Dichas investigaciones se centran básicamente en la diferencia en el consumo de alimentos que existen según las clases sociales y contextos geográficos (Pasarín, Falavene, Disalvo, Varea, Apezteguía, Malpeli, González, 2016).

Sin embargo, el objetivo de esta investigación busca conocer el significado que las personas le otorgan a la alimentación. No se refiere solo al acto de obtener el alimento y consumirlo, sino más bien cómo está vinculado a la adquisición de normas de interacción y dinámicas relacionales que generan las familias a través de los ritos que llevan a cabo en torno a la alimentación.

El concepto en sí hace referencia al “proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer” (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO], s.f, p.125).

Según Montanari (1993) la alimentación se encuentra arraigada de tal manera que forma parte del origen de los pueblos. Por ello existen ritos y formas de practicarlos que son llevadas a cabo por los hombres y mujeres de manera individual o colectiva, como en la familia o en comunidad, ya que siempre han buscado la satisfacción y garantía del aporte que tienen los alimentos adecuados en la dieta. Así mismo, la alimentación no solo concierne al consumo de los alimentos, ya que eso solo es el resultado de un proceso que comienza con el cultivo, seguido de una selección, preparación y presentación del producto que se consume (Izquierdo, Armenteros, Lancés & Martín, 2004). No obstante, la comida adquiere diversos significados dependiendo del contexto social e histórico puesto que representa un proceso socializador. En síntesis, el encuentro regularizado que se da en torno a la alimentación permite satisfacer una necesidad fisiológica al mismo tiempo que se desarrolla un proceso de socialización (Patiño, 2010).

Perspectiva sociológica de la Alimentación. La sociología en la misma línea de pensamiento de Montanari (1993) plantea que los patrones alimentarios que despliegan los individuos se encuentran ligados al origen de los pueblos. Por lo tanto se configuran a partir de la cultura individual de cada sociedad. Es por ello que Tomlinson (2003 citado en Méndez & Espejo, 2014) plantea que los diversos patrones están dados por el capital social que posee cada persona, siendo parte de la identidad de la misma.

Bélgica, Mestdag & Glorieux (2009 citado en Méndez & Espejo, 2014) plantean que comer es una actividad social compartida entre los miembros de la familia. Además explican que las variaciones que pueda tener esta práctica presentan directa relación con la estructura de cada sistema familiar.

Como se ha mencionado con anterioridad, las prácticas de alimentación inciden en el comportamiento e interacciones de los individuos a nivel individual, familiar, comunitario y social. Desde la línea sociológica, la alimentación permite tanto la supervivencia como la reproducción de actividades sociales. (Patiño, 2010) A partir de esta perspectiva se busca comprender los significados que les son atribuidos al acto de alimentarse de acuerdo a las experiencias individuales y familiares, también pretende una comprensión de estas prácticas en el ámbito doméstico, como lo son el análisis de las relaciones de poder, distribución de tareas, responsabilidades, tensiones, etc.

Perspectiva antropológica de la alimentación. La antropología, referida a la alimentación, considera como alimentos “aquello que es reconocido como comestible en función de la ideología del grupo social” (Gómez, Vázquez & Estradas, 2005, p.19) puesto que no basta que estos solo sean digeridos y aporten nutrientes para el cuerpo sino que hace referencia al sentido que se le entrega.

La alimentación humana como acto social está dado por procesos cognitivos donde los sujetos emplean sus funciones ejecutivas para organizar, razonar y regular su alimentación, por lo tanto esta práctica es estructurada por las personas y a la vez esta última entrega estructura a estas mismas. (Gómez, Vázquez, & Estradas, 2005).

Perspectiva antropológica entorno a la alimentación. La antropología origina una perspectiva denominada “antropología de la alimentación” la cual

“Destaca el tema de los hábitos, prácticas y costumbres alimentarias, los cuales están condicionados por la disponibilidad de alimentos y son los que en su conjunto marcan las preferencias individuales y colectivas respecto a qué, cuándo, dónde, cómo, con qué y para qué se come y quién lo consume”. (Gómez, Vázquez & Estrada, 2005, p.19)

La antropología social, ha demostrado que la alimentación es una especie de ventana en la cual se puede observar, conocer y buscar comprender la articulación del entramado cultural. Para Mauss (1950 en Arnaiz, 2010) la alimentación es un hecho social en su totalidad puesto que tanto la cultura como las instituciones encuentran expresión a través de esta práctica.

Poniendo énfasis en “cómo” comemos. De acuerdo a lo expuesto con anterioridad, la alimentación presenta gran importancia en cuanto a la adquisición de reglas y normas sociales puesto que, a través de ella, las personas modelan patrones de interacción social que les permiten poder conocer el entramado cultural en el que está inserta cada persona que forma parte de la identidad de la misma. Sin embargo en la actualidad este aspecto parece estar en segundo plano debido a que se le da mayor realce al valor nutricional que entregan los alimentos. Respecto de esto, se realizan políticas públicas con el fin de dar solución a problemáticas como la malnutrición que pueda presentar la población, haciendo énfasis en “QUÉ” comen las personas y no en “CÓMO” se alimentan. Es por ello que esta investigación está orientada hacia la respuesta de esta última, buscando ser un aporte significativo en el ámbito social.

El rito

El rito es entendido como “un contexto social particular, instaurado en el seno de un (dispositivo espectacular), que se caracteriza por un conjunto codificado de prácticas normativas y por un fuerte valor simbólico para sus actores y sus espectadores” (Lardellier, 2015, p.20).

Desde un punto de vista sociológico, Durkheim (1992 en Lorente, 2008) concibe al rito como un “... recurso cohesionador y trasmisor de valores sociales a través de un estado de efervescencia colectiva” (p.2).

Los rituales van ligados con las creencias que tengan los sujetos, “...entendidas como estado de opinión, consistente en representaciones, y los ritos como modo de acción determinados” (López, 2005, p.66). Es necesario tener presente esta distinción puesto que el autor propone que no se puede hablar de ritos sin antes hablar de creencias (López, 2005).

Perspectiva sistémica del rito. Desde una perspectiva sistémica Van der Hart (1998 Citado en Bárcena, Leal, & Arredondo, 2008), refiere que los rituales están conformados por dos aspectos interrelacionados uno formal y otro vivencial. El primero hace referencia a las acciones simbólicas que se llevan a cabo en determinado orden; mientras que el segundo está relacionado con el compromiso que se tiene en cuanto a su realización si no fuese así los rituales carecerían de significados.

Según Fiese (2006 en Migliorini, Cardinali, & Rania, 2011) los rituales “pueden describirse como estructuras profundas de las relaciones familiares que confirman la realidad de los significados abstractos de la vida cotidiana y definen la continuidad de la experiencia entre pasado, presente y futuro” (p.185).

Función de los ritos familiares. Los ritos familiares tienen el propósito de transmitir valores, formas de comportamiento ideales, percepciones acerca del mundo, estos actos son organizados y bien codificados que se transforman repetitivos en el tiempo en los cuales pueden participar todos los integrantes de la familia o algunos de ella (Padilla & Sarmiento, 2007). Se entiende que los ritos dan cohesión al grupo familiar al experimentar las mismas vivencias, por lo tanto podría otorgar mayor sentido de pertenencia a los integrantes de la

familia. Además presentan una función fundamental en cuanto a las interacciones sociales, ya que se configuran roles que permiten mayor organización tanto dentro del grupo familiar como en escenarios externos.

Ritos Alimentarios

Según la literatura consultada el concepto de rito alimentario no se encuentra definido propiamente tal. Por lo mismo se tendrá que fragmentar para poder explicarlo, primeramente se explicará en que consiste la alimentación y luego el concepto de rito.

Un acercamiento conceptual al objeto de estudio encontrado es “rito de comensalidad” que hace alusión a que un grupo de personas se reúne a comer en la misma mesa y tiene como función primordial el acercamiento de vínculos sociales de los miembros del grupo familiar (Maury, 2010).

Si bien el concepto no se encuentra desarrollado como tal, es importante mencionar que se han llevado a cabo investigaciones desde diversas perspectivas en torno a la alimentación. Según la línea epidemiológica, el comer en familia de manera recurrente es un factor que beneficia la salud de las personas (Riquelme & Giacoman, 2018). Por otra parte, desde la Antropología se plantea que “la cena en familia actúa como plataforma que facilita que los niños adquieran e interioricen normas y valores” (Riquelme & Giacoman, 2018, p. 67).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, la alimentación representa una plataforma que cumple variadas funciones, no tan solo la de entregar nutrientes necesarios para el desarrollo físico de las personas, sino que también representa bienestar psicológico y pautas socializadoras. No obstante, han ocurrido cambios en cuanto a “qué” comemos y “cómo” comemos, los que están ligados al ámbito familiar y laboral como se mencionaran a continuación.

El Trabajo y la Familia.

Trabajo. Según Neffa (1999) el trabajo se concibe como una actividad que se lleva a cabo con un fin específico que puede ser la producción de bienes o servicios que sean útiles para la sociedad. Para su realización se requiere el despliegue de fuerza tanto física como psíquica, además de las competencias y experiencias de los trabajadores.

Acercamiento conceptual. El Tesoro de la Organización Internacional del Trabajo [OIT] define al trabajo como “el conjunto de actividades humanas, remuneradas o no, que producen bienes o servicios en una economía, o que satisface las necesidades de una comunidad o provee los medios de sustento necesarios para los individuos” (OIT, 2004, párrafo 3).

Dentro de esta enmarcación la OIT también acuña el término “Trabajo decente”, haciendo referencia a aquel empleo digno que respeta los principios y derechos laborales fundamentales que se espera y debería ser en un mundo globalizado (OIT, 2004).

Desde la sociología del trabajo, y según el autor latinoamericano Enrique de la Garza Toledo (en Ghiotto, 2015) esta actividad se entiende tomando en cuenta aspectos físicos y procesos mentales o de la conciencia, transformadora de la naturaleza. Sin embargo, el trabajo no se trata solamente de actividades físicas y mentales, es una relación social, interacción con otros seres humanos. Entonces el autor plantea que el trabajo es de carácter objetivo y subjetivo.

El Empleo. Dentro de la categoría de trabajo se encuentra el empleo, que corresponde a un sinónimo del concepto anterior. Este se concibe como “trabajo efectuado a cambio de pago (salario, sueldo, comisiones, propinas, pagos a destajo o pagos en especie) sin importar la relación de dependencia (si es empleo dependiente - asalariado, o independiente-autoempleo)” (OIT, 2004).

La figura de la persona es inherente al análisis del trabajo. Sin embargo, es importante mencionar que la dinámica laboral ha cambiado en los últimos años; ya que se han implementado medidas e iniciativas que buscan compensar las necesidades los trabajadores en el ámbito laboral como en el familiar. Por ello, el mismo concepto de persona

ha ido cambiando y en la actualidad se la considera también en el marco de sus relaciones familiares (Román-Reyes, Padrón- Innamorato & Ramírez- García, 2012).

La Familia

La familia corresponde a un “grupo natural que elabora pautas de interacción en el tiempo y tiende a la conservación y la evolución. Es el grupo celular de la sociedad, una institución que ha existido a lo largo de la historia... No es una entidad étnica estática sino que está en cambio continuo igual que sus contextos sociales”. (Minuchin & Fishman, 1985, p. 1).

La Familia desde una mirada Psicológica. Desde la perspectiva psicológica refiere a que la familia “implica un cúmulo de relaciones familiares integradas en forma principalmente sistémica, por lo que es considerada un subsistema social que hace parte del macro - sistema social denominado sociedad; esas relaciones son consideradas como un elemento fundamental en el proceso de desarrollo de la personalidad” (Gómez & Guardiola, 2014, p. 16).

La Familia desde una mirada Sociológica. La sociología considera familia a un grupo de personas que comparten vínculos basados en lazos biológicos y sociales, y cada uno de los miembros cumple funciones determinadas (Páez, 1984 en Gallego, 2012).

Teoría de sistemas. Entiende a la familia como un sistema abierto donde se presenta una interacción dinámica ya que los comportamientos de los miembros del grupo familiar se encuentran relacionados, comparten influencias a partir de necesidades, deseos, emociones, expectativas, lealtad, alianzas, lenguaje y creencias. La familia además constituye un contexto de desarrollo y aprendizaje que permiten otorgar significado a las experiencias (Rodríguez & Sánchez, 2006).

Es necesario mencionar que a partir de las definiciones que se han realizado desde distintos enfoques sobre el concepto de familia es que se ha llegado a una conceptualización más actualizada, interdisciplinaria y globalizada que concibe a la familia como

“el grupo de dos o más personas que coexisten como unidad espiritual, cultural y socio-económica, que aun sin convivir físicamente, comparten necesidades psico-emocionales y materiales, objetivos e intereses comunes de desarrollo, desde

distintos aspectos cuya prioridad y dinámica pertenecen a su libre albedrío: psicológico, social, cultural, biológico, económico y legal” (Gómez & Guardiola, 2014).

Ciclo Vital Familiar. Según Moreno (2015) comprender el concepto de ciclo vital familiar es importante ya que ayuda a entender la evolución secuencial de las familias y las crisis por las que atraviesan cada unidad familiar en función al crecimiento y desarrollo de cada uno de los miembros.

Ahora, al hablar del concepto en sí, ciclo vital familiar refiere a la sucesión de etapas por las que pasa la familia, etapas de complejidad creciente, debido principalmente a las características psicológicas de cada miembro, como también de las variables culturales, económicas del entorno y sociales. Estos periodos son de equilibrio y adaptación, pero también de desequilibrios y cambios (Moreno, 2015). “Pasar de una etapa a otra exige una transición del sistema familiar” (Hoffman, 1989 en Moreno, 2015, p.66).

Familia con hijos/as Adolescentes. El periodo de la adolescencia suele ser turbulento puesto que aparecen los conflictos entre padres e hijos/as, precisamente esta etapa es a la que se le denomina Familia con hijos adolescentes, y es en esta instancia precisamente que se debe resolver las demandas surgidas por los/as adolescentes, algunas de ellas relacionadas al cuestionamiento que tienen hacia la autoridad de los adultos, la necesidad de ejercer su propia autoridad, la toma decisiones independiente. Ante esto, es necesario aceptar su autonomía, pero manejando adecuadamente los límites, permitiendo que los adolescentes tengan su propio espacio para experimentar, equivocarse, pero que puedan recurrir a sus padres cuando lo necesiten (Moreno, 2015).

Por su parte Moreno (2015) plantea que los padres, también están atravesando la crisis de la edad media, por lo que será necesaria una reacomodación entre las demandas conyugales y parentales sin dejar de lado ninguno de estas.

Lo que se espera para esta etapa es una mayor flexibilidad de los padres que permita el/la adolescente satisfacer su necesidad de independencia, para esto deberán reconocer la importancia que adquiere el grupo de pares del adolescente; finalmente es relevante mencionar el apoyo que los padres brindan a sus hijos/as en la conformación de su identidad personal (Semenova, Zapata & Messenger, 2011).

Los Rituales Familiares. En el contexto familiar, los rituales son considerados

“como el punto central, el pivote de la vida familiar, de la cual son potentes organizadores... participan en la definición de identidad familiar y también tienen una función estabilizadora tanto en condiciones de transición como en condiciones de estrés” (Migliorini, Cardinali & Rania, 2011, p. 184).

Es importante mencionar que dentro del sistema familiar se desarrollan en un principio rutinas que con el paso del tiempo se transforman en rituales, por lo que todas las rutinas cuentan con un potencial para transformarse en ritual, las primeras tienen un sentido instrumental que da cuenta de la organización del grupo familiar, mientras que los rituales presentan un sentido simbólico que explica el por qué de este tipo de organización y las expectativas que posea cada sistema familiar (Migliorini, Cardinali, & Rania, 2011).

Dinámica Familiar. Según Franco (1994 en Gallego, 2012), la familia tiene como función ser el grupo primario encargado de la socialización que tiene como propósito que las nuevas generaciones (hijos/as) actúen en relación a las exigencias que impone la sociedad en la que se desarrollan. Esto se relaciona con la dinámica familiar interna y externa que desarrolla cada sistema.

Según Gallego (2012) la dinámica familiar corresponde al “...tejido de relaciones y vínculos atravesados por la colaboración, intercambio, poder y conflicto que se genera entre los miembros de la familia – padre, madre e hijos- al interior de está, de acuerdo a la distribución de responsabilidades en el hogar, la participación y la toma de decisiones”. La dinámica interna se encuentra atravesada por historias que son compartidas por todos los integrantes de la familia, sin embargo, son interpretadas de manera individual (p. 332).

Es necesario señalar que dentro de la familia “las relaciones pueden ser positivas si son de apoyo mutuo, respeto y confianza o también, pueden ser desfavorables que no apuntan al crecimiento de los miembros de la familia, basadas en el descuido, abandono o rechazo”. (Sánchez, Londoño, Solano, & Chavarria, 2015). La dinámica familiar se encontraría compuesta por relaciones biológicas, psicológicas y sociales entre los familiares, las cuales están mediadas por reglas, autoridad y efectividad, que permiten el crecimiento de cada uno de los miembros (Agudelo, 2005).

Familia en proceso de cambio. En el contexto latinoamericano se han evidenciado variados cambios en esta institución (familia), ya que existen nuevas configuraciones. Ejemplo de lo anterior son las familias que deciden no tener hijos. Estudios han demostrado que los hogares monoparentales con jefatura femenina han ido incrementando a través de los años hasta la actualidad y que la familia de tipo extendida ha ido disminuyendo. Sin embargo, las familias nucleares son las que se encuentran con mayor presencia en la sociedad. Según Artega (2012) estos cambios en Latinoamérica y Chile se ven reflejados en la disminución de la tasa de fecundidad existente actualmente, como resultado de ello el tamaño promedio de las familias chilenas es menor en comparación a tiempos pasados.

Relación Familia – Trabajo

El surgimiento de demandas existentes en la sociedad han generado transformaciones, ejemplo de ello es el intento de mantener el equilibrio entre los contextos laborales y familiares. De acuerdo a Encuesta Laboral [ENCLA] (2011, p. 359) “En las últimas décadas, dos fenómenos sociodemográficos han sido muy relevantes por sus efectos en la vida de las personas. Por una parte, la entrada masiva de las mujeres al mercado laboral, y por otra, los cambios en la familia”.

Pese a la existencia de leyes e iniciativas del mercado laboral que intentan compensar las necesidades de los/as trabajadores/as, estas no han sido efectiva en su totalidad, ya que “la estructuración del trabajo sigue esencialmente diseñada para empleados varones, y con una sola fuente de ingresos familiares, con horarios de trabajos que son incompatibles con las necesidades de cuidar a niños o mayores dependientes” (ENCLA, 2011, p. 359).

El trabajo asalariado y el doméstico se desarrollan de manera simultánea debido a que forman parte de la misma realidad social, por lo que para poder responder a los requerimientos de estos, es necesario tener en cuenta factores como el espacio, volumen de horas trabajadas y tiempo de ejecución (Moreno, Moncada, Llorens, & Carrasquer, 2011). Todo esto lleva a una redistribución de las funciones y roles que cumple cada miembro de la familia (Macías, 2004).

Según Clarck (2000) en la década de los 70 se asume el impacto que tiene el trabajo en la familia y viceversa, puesto que antes se veían como dos dimensiones independientes, pero actualmente la calidad de vida de las personas se basa en la interacción de ambas.

Marks & MacDermid (1996 citado en Jiménez & Moyano, 2008) conciben la conciliación familia-trabajo como el compromiso que adoptan las personas en el desempeño y dedicación para responder de manera óptima a cada una de las exigencias que se despliegan de ambas dimensiones. Similar a esta concepción Clark (2000) plantea que el equilibrio tiene directa relación con la satisfacción y adecuado funcionamiento en el trabajo y la familia disminuyendo de esta manera los conflictos que puedan generarse por cumplir el rol que exige cada dimensión.

Doble Presencia

Debido a las exigencias antes mencionadas, ha surgido un concepto llamado “Doble presencia” que hace referencia a la necesidad de responder a las demandas laborales y domésticas. Esto representa un riesgo para la salud mental vinculado a desarrollar algún trastorno psicológico. Es necesario mencionar, que este fenómeno se presenta mayormente en el género femenino (Cornejo, 2017). Debido a este fenómeno han existido modificaciones en cuanto a los roles de género en las familias, puesto que los padres han tomado mayor responsabilidad en cuanto al cuidado de los/as hijos/as en comparación a tiempos pasados, pero las mujeres siguen ejerciendo una carga mayor de trabajo en general que los hombres, ya que estas lo asumen como su responsabilidad y considerando el trabajo del hombre como una colaboración a las tareas domésticas (Macías, 2004).

Marco Empírico

La Familia

Según el Censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística [INE] (2017), en la región de Ñuble existe un porcentaje de 56.4% de hogares nucleares, de los cuales un 29.2% pertenecen a hogares biparentales con hijos/as. Esto expresa que a pesar de los cambios en la estructura familiar que se han generado en los últimos años, las familias nucleares biparentales siguen siendo un porcentaje mayor en la sociedad chilena.

El Trabajo en Chile

Concerniente al ámbito del trabajo, el mercado laboral busca que los/as trabajadores/as tengan una buena calidad de vida laboral, para ello implementan políticas de recursos humanos que afectan directamente a los empleados/as tales como compensaciones, beneficios, carrera administrativa, diversidad, balance familia - trabajo, horarios flexibles, salud y bienestar, seguridad laboral, cuidado de sus dependientes y beneficios domésticos (Dirección del trabajo, [DT], 2011). Se aplican instrumentos para verificar la calidad laboral real que experimentan los/as trabajadores/as, ejemplo de estos instrumentos es el cuestionario SUSESO-ISTAS 21- Versión completa o breve que evalúa riesgos psicosociales en espacios laborales (Mendoza-Llanos & Moyano-Díaz, 2019)

En 2006 la Dirección del Trabajo [DT] junto al Ministerio de Salud [MINSAL] y el Instituto de Previsión Social [IPS] crearon la Encuesta Nacional de Condiciones de Empleo, Trabajo, Salud y Calidad de Vida de los Trabajadores y Trabajadoras en Chile [ENETS] que indaga “las condiciones de empleo de trabajadores y trabajadoras chilenos, a partir de los indicadores habituales: existencia de una relación laboral, tipo de contrato, lugar en donde trabaja, etc. Además el tipo de empleo que posee el trabajador, distinguiendo entre permanentes y temporales” (Dirección del Trabajo, 2011, p.5).

Según el informe del Mercado laboral que realizó la Organización Internacional del trabajo [OIT] (2018, p.12), Chile ha sufrido un leve aumento en su tasa de desocupación respecto a los demás países de América latina y el Caribe en el año 2017. A pesar de ello el censo del año 2017, muestra que en Chile se ha registrado una fuerza de trabajo correspondiente a 7.928.068 habitantes que declaran trabajar, de ellos 4.633.358 millones de personas corresponden al sexo masculino y los restantes 3.294.710 corresponden al sexo femenino.

Respecto de la realidad local, en la región de Ñuble el total de personas trabajadoras corresponde a 185.121; de ellos 113.496 corresponden a hombres mientras que 71.625 a mujeres insertas en el ámbito laboral (INE, 2017).

De acuerdo a los resultados obtenidos por la Encuesta Nacional de Condiciones de Empleo, Trabajo y Salud [ENETS] entre los años 2009 y 2010, el 13% de los trabajadores/as

dependientes privados, excluyendo el servicio doméstico, declaró tener un trabajo temporal, mientras que el 87% restante reporta poseer un trabajo permanente (DT 2011, p.7).

Mujeres y Mercado Laboral. Según variadas investigaciones realizadas en Chile, el ingreso de las mujeres al mercado laboral ha generado un gran impacto en la sociedad. Es por ello que el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD] realizó un estudio de esta situación. Su informe desarrollado en el año 2010 en Chile da cuenta que el 80% de las mujeres pertenecientes al rango etario que comprende las edades de entre 20 a 44 años participan del mercado laboral (PNUD, 2010, p.9 en Gómez, 2014). Así mismo la ENETS declara que, el 11.5% de la población femenina trabajadora mantiene empleos de tipo temporales. La OIT (2011), pone énfasis en que las mujeres cumplen jornadas laborales más extensas respecto de la jornada laboral masculina, por lo que las trabajadoras poseen menos tiempo para dedicarse a actividades de otra índole como lo son el ocio, educación y salud (Gómez, 2014).

Jornada laboral en Chile. Por otra parte la jornada laboral consta de 45 horas semanales legales en Chile. Según la ENETS (2011) los trabajadores laboran 8,5 horas diariamente. En promedio la población trabaja 8,49 horas de lunes a viernes, los días sábados alcanza un porcentaje de 4,68 horas mientras que los domingos la cifra es de 1,88 horas. En relación a las diferencias existentes entre géneros respecto de las horas trabajadas, no se evidencia una brecha alta (ENEST, 2011). De acuerdo a los tramos de edad, es importante mencionar que los trabajadores y trabajadoras que se encuentran dentro del rango etario 30 a 44 años son los que presentan la mayoría de horas diarias trabajadas en promedio durante la semana correspondiendo a 8,69 horas. En cambio los jóvenes de entre 15 y 17 años presentan mayoría de horas trabajadas de manera diaria durante el fin de semana alcanzando 7,42 horas (DT, 2011, p. 29).

Es importante señalar que actualmente en Chile está en proceso de aprobación un proyecto de ley que pretende disminuir las horas de trabajo semanales. Este proyecto pretende reducir desde el año 2020 la jornada laboral de 45 a 40 horas semanales, con el fin de aumentar la calidad de vida y la productividad de las personas (Cable News Network [CNN Chile], 2019). La disminución de la jornada laboral ya se había realizado con anterioridad en Chile, en el año 2005 se experimentó una reducción de 3 horas laborales,

pasando de 48 a 45 horas semanales, según CNN Chile (2019) esta reducción mejoró el desarrollo del país y a su vez la calidad de vida de los/as trabajadores/as.

La Alimentación, realidad nacional

Referente a la alimentación, la reforma de la Universidad de Chile de los años 70 dio origen al Instituto de Nutrición y Tecnología de los alimentos [INTA] que es el principal centro de investigación básica de nutrición, su trabajo se centra principalmente en enfermedades crónicas, envejecimiento y factores condicionantes de la alimentación (oferta, consumo, utilización biológica de los alimentos). Otra de las contribuciones de este instituto corresponde a cursos de nutrición pediátrica, sistema de vigilancia alimentaria nutricional, políticas y programas de alimentación y nutrición todos estos patrocinados por el Gobierno de Chile junto a la FAO, UNICEF, OMS, OEA, UNU, todos agentes internacionales (Valiente & Uauy, 2002). Otro organismo que trabaja en materia de la alimentación en Chile es el Departamento de Nutrición, Facultad de medicina de la Universidad de Chile que trabaja por solucionar distintas problemáticas que se dan a nivel nutricional, es por ello que trabaja junto al MINSAL, además colabora en el mejoramiento de programas alimentarios como lo son el Programa Nacional de Alimentación Complementaria [PNAC], Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas [JUNAEB], Junta Nacional de Jardines Infantiles [JUNJI] y el Programa de Alimentación Complementaria para el Adulto Mayor [PACAM]. Este departamento es parte de los pilares en cuanto a temas de nutrición tanto a nivel nacional como en América Latina, asimismo representa un apoyo para la Sociedad Latinoamericana de Nutrición [SLAN] (Valiente & Uauy, 2002).

Es importante señalar que las organizaciones recién mencionadas y las políticas públicas están centradas en los alimentos, es decir, en definir cuál es el aporte nutricional que entrega al cuerpo de cada una de las personas, velar por disminuir las diversas problemáticas que se dan en torno a la alimentación como lo puede ser la malnutrición, haciendo énfasis en el “QUÉ” se come y no en “CÓMO” se come y es a lo que apunta esta investigación.

Las políticas nacionales de alimentación y nutrición tienen como objetivo mejorar el estado de salud y la calidad de vida de las personas. Estas junto a los programas establecidos en Chile, promueven la alimentación sana y prevención de enfermedades no

transmisibles como lo es la obesidad y el sobrepeso, también centrados en el “QUÉ” alimentos se consumen. Ejemplo de ello es la ley 20.606 correspondiente a la composición nutricional de los alimentos, que consiste básicamente en rotular los alimentos que sobrepasen los límites determinados. En Chile los índices de obesidad en la población han ido en aumento, prueba de ello son los resultados expuestos recientemente por la OCDE donde se indica que entre el año 2016 y 2017 se registró un aumento de 9.3%, ocupando el segundo lugar con mayor índice de obesidad en la lista con un porcentaje de 34.4%. (Cifuentes, 2018).

Los diferentes estudios llevados a cabo en Chile en torno a la alimentación tienen relación con los altos índices de obesidad que se han presentado los últimos años. Como solución a este problema, el Gobierno a través del MINSAL, ha implementado programas y campañas que no han sido del todo efectivas puesto que enfermedades como la obesidad y sobrepeso que presenta la población Chilena han ido en aumento.

De acuerdo a las publicaciones realizadas por la OCDE, Chile ocupa el décimo lugar a nivel mundial en el ranking de obesidad existente en la población general, mientras que la población infantil registra cifras más alarmantes, ocupando el quinto lugar. Por estas razones la FAO “estableció un sistema para monitorear y evaluar el avance en los países para controlar el sobrepeso y la obesidad, por ser el problema más desafiante de la salud pública a nivel mundial” (Vio del Rio, 2018, párrafo.3)

Como se mencionaba antes, no se ha obtenido éxito en el control de la obesidad a pesar de las campañas y los programas. No obstante es imprescindible mencionar que las políticas deben actuar en tres niveles:

“En primer lugar en el entorno escolar, con entrega de frutas y verduras en las escuelas, con normas claras de alimentación y un sólido programa de educación. En segundo lugar, aplicando impuestos a bebidas gaseosas azucaradas y alimentos procesados con alto contenido de grasas, azúcar y sal, junto con subsidiar los alimentos saludables, especialmente verduras y frutas. Por último, aplicando el etiquetado nutricional, que es aquello en lo que más se ha avanzado en Chile en los últimos años” (Vito del Rio, 2018, párrafo 4).

La transición nutricional ha producido cambios en los comensales. Para Fishler (1995 citado en Anigstein, 2013) el comensal actual no se encuentra tan regido por los protocolos en cuanto a la alimentación como lo es *Cómo, Cuándo y Dónde comer*, por lo que existe una pérdida en cuanto a la clasificación, selección y preparación de los alimentos que hace cada persona. De acuerdo a esto el comensal contemporáneo “ha ido configurando una manera de alimentarse de tipo vagabunda, facilitada por una alimentación solitaria y la realización de las comidas mayoritariamente fuera del hogar” (Anigstein, 2013, p. 244).

Según el estudio “Alimentación de estudiantes de pregrado chilenos en el contexto de la modernidad alimentaria”, los jóvenes asociaron la alimentación ideal con características como variedad, equilibrio, horario, espacio de relajo y tiempo para preparar y consumir los alimentos, todas estas características mencionadas están asociadas al contexto casero (Anigstein, 2013).

Otra investigación realizada por Schnettler & Cols (2013) a jóvenes universitarios de Temuco/ Chile, da cuenta de una relación positiva entre frecuencia de comida familiar y bienestar de los estudiantes, considerando indicadores como la condición física, propensión a enfermarse y actitud positiva frente a la vida (Riquelme & Giacoman, 2018). Por otra parte, McCurdy & Cols (2014) realizaron un estudio cuyo fin era investigar la relación existente entre la presencia materna durante el horario de comida de los niños/as y su peso, como resultado se obtuvo que la presencia de la madre está asociada a un peso corporal saludable (Riquelme & Giacoman, 2018).

Las investigaciones expuestas dan cuenta de que no solo es importante considerar el valor nutricional de los alimentos que se consumen, sino que también el contexto en el que esta actividad se realiza, la importancia que presenta la familia y el contexto doméstico ayuda a que las personas presenten una alimentación más sana, lo que a su vez contribuye en la disminución de enfermedades no transmisibles como lo es el sobrepeso o la malnutrición que puede padecer la población (Riquelme & Giacoman, 2018).

Familia y Alimentación. En Chile, los hogares están conformados en promedio por tres personas y poseen un ingreso de 832.112 pesos aproximadamente. De esto la mayoría del dinero se destina a la alimentación equivaliendo a un 18.6% del presupuesto familiar (Echeverri, 2017). Según el Ministerio de Desarrollo Social [MDS], Gobierno de Chile, en el

mes de Septiembre del año (2018), el valor mensual de la canasta básica de alimentos alcanzo un valor de \$42.529 pesos por persona. Según un estudio de Consumo Aparente de Frutas, Hortalizas y Alimentos Ultraprocesados realizado por el MINSAL junto a la Universidad del Bío-Bío, el pan corresponde al alimento más popular en la población chilena. Sin embargo, existe una diferencia entre el consumo de ciertos alimentos, esto depende de la cantidad de recursos que poseen los habitantes, aquellas personas que poseen menores recursos invierten un 23% de sus ingresos en pan y un 22% en carnes, mientras que los individuos pertenecientes a familias más adineradas destinan un 16% en pan y cereales, 20% en carnes y un 13% en productos lácteos (Echeverri, 2017).

Es importante mencionar que en la búsqueda realizada se han encontrado más bien datos que responden al “¿Qué comen las personas?”, y no al “¿Cómo se alimentan?”, es por ello que esta investigación está orientada hacia la respuesta de esta última, considerándolo como un aporte significativo en el ámbito social.

Marco Epistemológico/Reflexividad

Constructivismo

Historia del Constructivismo: Esta corriente surgió a mediados del siglo XX. Según Munné (1999), el constructivismo está orientado hacia la rama de las humanidades y ciencias sociales, específicamente a la psicología de la personalidad y educación ya que se encuentra vinculada con la teoría del aprendizaje. No obstante, el origen del constructivismo se le puede encontrar en las posturas de Vico y Kant planteadas ya en el siglo XVIII e incluso mucho antes con los griegos (Ortiz, 2015).

Es por ello que se revisarán primeramente algunas ideas filosóficas de los griegos, en la cual surgen los intentos de romper con esta forma hegemónica de concebir y comprender el ser, el conocimiento y la verdad, este intento de cambio de visión apuntaría más bien a una realidad que consta con la existencia de lo diverso, lo que va cambiando, las construcciones e interpretaciones individuales y particulares de cada persona acerca de la realidad (Araya, Alfaro & Andonegui).

Uno de los referentes de este pensamiento es Heráclito, en un contexto de cambios y grandes diferencias en las clases sociales que lo llevaron a idear lo siguiente “todo lo que existe cambia permanentemente de forma, nada permanece igual, todo es un proceso de cambios, un devenir perpetuo” (Araya, Alfaro & Andonegui, p.78).

Siguiendo esta, Gorgias plantea que “conocer es un acto personal, elaborado al interior de cada individuo... el ser invariante no existe, si existiera, no podría conocerse y, si pudiera conocerse, no sería comunicable de una persona a otra” (Araya, Alfaro & Andonegui, p.79).

Décadas después se encuentra Descartes considerado como uno de los iniciadores del constructivismo moderno con su frase “pienso, luego existo”, esta idea refiere a que “la búsqueda de la verdad únicamente radicaría en el sujeto mismo, nada habría fuera del pensamiento que fuera o existiera verdaderamente... encontraba en el entendimiento puro el punto de partida de las ideas y de la verdad”. (Burgos, 2016, p.66). De esto se puede comprender que el ser humano puede construir sus propias teorías de la verdad a partir de sus ideales o pensamientos.

En cuanto a las posturas de Vico y Kant mencionados al inicio, el primero de ellos sostenía que los seres humanos elaboran explicaciones de lo que sucede en el mundo y lo que se puede conocer en la medida que la estructura cognitiva lo permite, mientras que el segundo planteaba que solo podemos conocer fenomenológicamente las cosas, es decir su expresión, pero no la esencia de estas. (Ortiz, 2015, p.96)

Principios del constructivismo: Algunos principios básicos del constructivismo, según Ortiz (2015) son:

- “El conocimiento es una construcción del ser humano: cada persona percibe la realidad, la organiza y le da sentido en forma de constructos, gracias a la actividad de su sistema nervioso central, lo que contribuye a la edificación de un todo coherente que da sentido y unicidad a la realidad.

- Existen múltiples realidades construidas individualmente y no gobernadas por leyes naturales: cada persona percibe la realidad de forma particular dependiendo de sus capacidades físicas y del estado emocional en que se encuentra, así como también de sus condiciones sociales y culturales.

- La ciencia no descubre realidades ya hechas sino que construye, crea e inventa escenarios: de esta forma intenta dar sentido a lo que ocurre en el mundo, en la sociedad, en las personas. Esta construcción es fruto del avance logrado por la ciencia misma en campos tan diversos como la astronomía, la física, la sociología, la psicología, etc.”(Ortiz, 2015, p. 96).

Constructivismo y Realidad: Según lo señalado por Feixas (1990), el constructivismo parte de la base de que existe una realidad pero esta no es objetiva, ya que no podemos conocerla tal cual es, sino que corresponde más bien a un proceso de construcción activa por parte de las personas. Esta construcción se da en un contexto socio-afectivo (familia) determinado, por lo tanto las personas construyen su realidad a través de sus esquemas que se encuentran vinculados al entorno familiar y social.

“El mundo, en esta epistemología, se concibe en su dimensión humana en cuanto que en él se entrecruzan estímulos naturales y sociales que las personas procesan activamente desde sus operaciones mentales para comprenderlo y adaptarse a él, organizando su universo experiencial y vivencial. Según esto, podemos decir que el aprendizaje humano es siempre una construcción interior y subjetiva, y por tanto la objetividad, en sí misma, separada del hombre, no tiene sentido, pues todo conocimiento es una interpretación” (Agudelo-Bedoya & Estrada-Arango, 2012, p. 358).

Según Gregory Bateson (1993) el contexto tiene un papel fundamental en la comunicación y significados de los fenómenos que se experimentan puesto que les otorga sentido. Lo propuesto por este autor se acerca al objetivo que tiene la investigación debido

a que el fin de esta es describir los tipos de ritos alimentarios que desarrolla cada familia y que significados otorgan a estos.

“El enfoque constructivista percibe al individuo y a las familias como sistemas complejos, que se mantienen y se transforman así mismos en el contexto de sus continuas interacciones entre ellos mismos, sus contextos esenciales y otros sistemas. Por lo tanto la perspectiva constructivista subraya la importancia que se da a las relaciones humanas y a su papel tanto en las experiencias subjetivas como sociales” (Millán & Serrano, 2002).

Constructivismo Piagetano: Ahora, enmarcándonos desde un ámbito psicológico y especialmente en la teoría Piagetiana, el constructivismo es la interacción humana entre estímulos sociales y naturales que se puede procesar gracias al procesamiento de la información mediante las operaciones mentales de cada persona. En palabras de Piaget

“El conocimiento humano no se recibe de manera pasiva ni del mundo ni de nadie, sino que es procesado y construido activamente, además la función cognoscitiva, está al servicio de la vida, es una función adaptativa y por lo tanto el conocimiento permite que las personas organicen su mundo experiencial y vivencial”. (Camejo, 2006, párrafo 13).

En definitiva el constructivismo concibe la realidad como algo que no puede conocerse de manera objetiva puesto que cada persona es un agente activo en su construcción. Se genera a través del lenguaje y las interpretaciones de los fenómenos experimentados de manera individual. De tal modo que para conocer la realidad, es necesario que las personas procesen la información externa e interna mediante operaciones mentales, las cuales sistematizaran los fenómenos organizándolos de manera jerárquica (Castellaro, 2012).

Reflexividad: Con la visión del hombre como constructor de realidad, surgió una de las primeras definiciones “La verdad es solamente aquello que se manifiesta ante la conciencia; nada es en y para sí, pues todo encierra simplemente una verdad relativa” (López, 2010, p. 26).

En base a esto último y todo lo descrito con anterioridad, este paradigma es el más idóneo de acuerdo a los objetivos de investigación que pretendemos abordar. Debido a que la realidad es algo construido de manera subjetiva por cada persona, tomando en cuenta las experiencias individuales que son organizadas a través de las funciones cognoscitivas de los seres humanos, que posibilitan otorgar un significado particular a cada experiencia.

Todo lo mencionado recientemente presenta directa relación con la pregunta que se pretende responder en la presente investigación, donde se procurara conocer los significados que cada familia asigna a los ritos alimentarios que llevan a cabo dentro de su hogar y de qué manera estos contribuyen a las relaciones humanas o dinámicas familiares que se van generando entorno a la alimentación.

No se pretende hacer una extrapolación de datos sino que conocer la realidad particular de cada una de las familias que conforman la muestra.

DISEÑO METODOLÓGICO

Metodología / Diseño

La metodología científica se define como un “procedimiento ordenado que se sigue para descubrir, demostrar y aportar un conocimiento científicamente válido” (Martinez, 2008, párrafo 1). En cuanto a la presente investigación, se determina que es más factible utilizar la metodología cualitativa para recoger los datos con el fin de dar respuesta a los objetivos

planteados. Según la definición que realizan Denzin y Lincoln (1994), la investigación cualitativa es

“Multimetódica, naturalista e interpretativa. Es decir, que las investigadoras e investigadores cualitativos indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido o interpretar los fenómenos en los términos del significado que las personas le otorgan. La investigación cualitativa abarca el estudio, uso y recolección de una variedad de materiales empíricos, que describen los momentos habituales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos”(Gialdino, 2006, p. 2).

Este tipo de metodología ayudará a describir e indagar los tipos de ritos alimentarios y significados que le dan las familias, además de conocer la percepción que tienen los miembros de esta sobre la conciliación familia - trabajo, según Blumer (1969 en Perlo, 2006, p. 98) “el significado es un producto social, una creación que emana de y a través de las actividades definitorias de los individuos a medida que estos interactúan” , por lo que la interacción entre los miembros del grupo familiar jugará un papel fundamental en los datos que serán recabados en la presente investigación.

Se utilizará el diseño fundamentado que, como señala Corbin & Strauss (2002), corresponde a una recogida de datos de manera sistemática que serán analizados mediante el proceso de investigación. Con este tipo de diseño el propósito es comenzar con un área de estudio determinada, sin una teoría preconcebida ya que esta emergerá a partir de los datos, y por ello será mayormente representativa de la realidad que se está investigando. Además, Glaser & Strauss (1967 en Páramo 2015, p. 7) definieron la teoría fundamentada como una “aproximación inductiva la cual la inmersión en los datos sirve de punto de partida del desarrollo de una teoría sobre un fenómeno”. Por todo lo expuesto con anterioridad, se considera que este es el diseño más pertinente en cuanto al tema de investigación, partiendo de la premisa de que existe escasa información teórica que ayude a una conceptualización profunda del concepto crítico principal (ritos alimentarios), por lo que los resultados que se obtengan a través del proceso investigativo permitirá crear categorías y hacer una aproximación teórica más amplia a partir de los datos empíricos obtenidos.

Técnica de Recolección de Información.

Según Arias (2012) las técnicas de investigación corresponden a “el procedimiento o forma particular de obtener datos o información”. En esta investigación se utilizará la entrevista que se define como una “técnica basada en un diálogo con conversación “cara a cara”, entre el entrevistador y el entrevistado acerca de un tema previamente determinado, de tal manera que el entrevistador pueda obtener la información requerida” (Arias, 2012, p. 73).

De acuerdo con el objetivo principal de la investigación se pretende emplear la entrevista semi-estructurada ya que, se considera que este tipo de entrevista es el más adecuado a diferencia de la no estructurada puesto que, esta última requiere una mayor expertiz por parte de los/as entrevistadores/as y que como incipientes investigadoras no poseen. La entrevista semi- estructurada ofrece un grado de flexibilidad adecuado, manteniendo uniformidad que ayudará a responder los objetivos de investigación planteados (Flick, 2007).

Pese a que la investigación se realice bajo un modelo fundamentado y que se ha determinado que el instrumento predilecto a utilizar es la entrevista en profundidad Mayan (2001, p.16) plantea que “la entrevista semi-estructurada se usa cuando el investigador sabe algo acerca del área de interés, por ejemplo desde la revisión de la literatura, pero no lo suficiente como para responder las preguntas que se ha formulado”, es por ello que esta será el instrumento de recolección de datos.

Instrumentos

Se implementaran pautas de entrevistas semi- estructuradas de acuerdo a los significados que otorgan a los ritos alimentarios las familias biparentales, con padres trabajadores. La elaboración de las preguntas tendrá directa relación con los objetivos que se desean abordar a través de la investigación, los cuales consisten en describir,

comprender, explorar y conocer sobre los ritos alimentarios que desarrollan las familias y como perciben la conciliación familia – trabajo.

Muestra

La población con la que se trabajará, estará conformada por un grupo de 3 familias nucleares biparentales con ambos padres insertos en el ámbito laboral, con jornada completa (45 horas semanales) y remuneración de este. Además, en el grupo familiar deben existir hijos mayores de 12 años de edad, puesto que según Piaget (1991) correspondería a la etapa de operaciones formales, caracterizada básicamente por un pensamiento lógico, hipotético- deductivo, es decir, que es capaz de realizar abstracciones del mundo y su realidad.

La muestra elegida es reducida puesto que la investigación no pretende realizar una medición sino que se pone énfasis en la comprensión de fenómenos simbólicos, según el objetivo general que hace referencia al significado que tienen los grupos familiares frente a los ritos alimentarios que protagonizan en su cotidianidad.

Asimismo Patton (2002 citado en Martínez-Salgado, 2012) menciona que no existen límites para decidir el tamaño de la muestra, ya que depende del propósito de la investigación, por lo que es necesario tener concomitamiento del contexto en que se presenta la muestra para poder juzgarla.

Según Samaja (1994 citado en Kazez, 2009), los estudios exploratorios se pueden realizar aunque presenten una muestra reducida, ya que “lo decisivo aquí no es el tamaño de la muestra, sino la riqueza de los datos provistos por los participantes, y las habilidades de observación y análisis del investigador” (Martínez-Salgado, 2012, p.617).

La muestra está integrada por participantes voluntarios.

Análisis de Datos

A través de la codificación se llevará a cabo el análisis de datos, comenzará con la transcripción de datos recabados por medio de las entrevistas semi- estructuradas, realizando esto de la manera más fidedigna posible, desde las notas de campo y archivos de audios, utilizando para ello el vaciado completo de los datos los cuales serán expresados

en primera persona sin realizar modificaciones en las respuestas respecto al lenguaje utilizado por los entrevistados (Taylor & Bodgan, 1987), puesto que para Corbin & Strauss (2002, p. 14); “la interacción entre el investigador y los datos” corresponde al análisis. De esta interacción surgirán las categorías entendiéndose como “los acontecimientos sucesos, objetos y acciones o interacciones que se consideran conceptualmente similares a su naturaleza o relacionados en el significado se agrupan bajo conceptos más abstractos” (Corbin & Strauss, 2002, p. 112), para el desarrollo y explicación de las categorías se desprenderán subcategorías las cuales son conceptos abstractos de nivel inferior, y su objetivo es entregar claridad y especificidad a las primeras (Corbin & Strauss, 2002, p. 110).

Se utilizara el software Atlas ti, este nos permitirá realizar el análisis y codificación de las entrevistas aplicadas a la muestra.

Criterios de calidad

Coherencia interna: Refiere a la lógica y alineación que debe estar presente en las diferentes partes de la investigación, iniciando desde la pregunta hasta la respuesta (Krause, 1995). La importancia de este criterio es que se resguardará el objetivo general como objetivos específicos, de tal manera que esta investigación sea guiada de forma

estructurada y consistente. Como dispositivo favorecedor del cumplimiento de lo mencionado anteriormente, se utilizará la matriz de coherencia, puesto que permitirá dar concordancia y consistencia lógica al proyecto de investigación (Huamán, 2010).

Credibilidad: Este criterio se encuentra orientado al valor de la verdad de la investigación, en el cual se contrastan creencias y preocupaciones del investigador con distintas fuentes obtenidas (Palacios, Sánchez, & Gutierrez, 2013). Además, implica la “recolección de información que produce hallazgos que son reconocidos por los informantes como una verdadera aproximación sobre lo que ellos piensan y sienten” (Castillo & Vásquez, 2003, p. 165) para lo cual se requiere escuchar de manera activa, reflexionar y tener una relación de empatía con informantes, puesto que “es muy importante tener en mente que los informantes son los que conocen su mundo, el cual puede ser completamente diferente al mundo del investigador” (Castillo & Vásquez, 2003, p. 165). Este criterio será respaldado con el dispositivo de triangulación puesto que permite la consistencia necesaria para la investigación con el fin que esta

“no constituya un conjunto de opiniones que carecen de veracidad. Igualmente permite que lo interpretado corresponda a los significados que los sujetos asignan a los fenómenos estudiados y no sean las propias proyecciones o prejuicios. El investigador al interpretar los fenómenos devela los significados que tienen para los sujetos estudiados. No los inventa” (Araneda, 2006, p.19).

Cabe mencionar, que la triangulación será a partir de los datos empíricos con la información teórica con la que se cuenta acerca de la temática de investigación.

Auditabilidad: Según Guba & Lincoln (1981) este criterio “refiere a la posibilidad que otro investigador pueda seguir la pista o ruta de lo que el investigador original llevó a cabo. El registro de las estrategias y decisiones metodológicas tomadas a lo largo de la investigación apoyan este criterio, así como la descripción detallada de los pasos llevados a cabo” (en Cornejo & Salas, 2011). La objetividad es esencial, ya que el/la investigador/a debe ser capaz de captar el mundo de la misma forma en que lo haría otra persona sin prejuicios ni

ligado a intereses propios (Olabuénaga, 2012). Como sustento que garantice este criterio se utilizará las normas de citación American Psychological Association (APA), sexta edición, siguiendo las reglas establecidas por su manual, de tal modo, que permita optimizar la recepción por parte de otros/as investigadores/as. Otro dispositivo a utilizar, son las pautas de entrevistas con el fin de establecer preguntas atingentes, que aborden los objetivos de la investigación. También se propone, la reflexividad, puesto que ayudará a mantener el foco de la investigación, logrando responder la pregunta inicial, mediante la autoconciencia del/la investigador/a en cuanto a sus supuestos y perspectivas (Cornejo & Salas, 2011).

Transferibilidad: Refiere a “la posibilidad de extender los resultados del estudio a otras poblaciones” (Cornejo & Salas, 2011, pág.23). Por lo que el/la investigador/a tiene la responsabilidad de entregar la información oportuna acerca del contexto en el que se realiza la investigación, es decir una descripción clara y detallada acerca de la muestra y la metodología utilizada para la obtención de datos (Varela & Vives, 2016). Es por ello que como dispositivo se utilizará el vaciado completo de la información obtenida en las entrevistas. Se cree que es importante seguir realizando investigaciones con los resultados que se obtenga de esta investigación de tal modo que se pueda extender a otros contextos y obtener nueva información o que complemente lo obtenido en este estudio, es por ello que este criterio es parte de la investigación.

Aspectos Éticos

Principio de beneficencia: Promueve y asegura la integridad y bienestar de las personas, es un principio transversal a toda investigación ya que se pretende beneficiar a la sociedad a través de esta mediante prácticas competentes (López, 2013), por lo que por ningún motivo se debe seguir con la investigación cuando está siendo perjudicial para la muestra escogida, independiente de que el aporte de los datos sea importante. Se pretende velar mayormente por las personas que por la investigación.

Diálogo auténtico: Según Cortina (1994) el diálogo auténtico consiste en validar a otro como interlocutor, puesto que la relación dialógica que se genera es entre dos sujetos autónomos, por esta razón se presenta este criterio ético dentro de la investigación ya que se pretende investigar los significados que las familias le asignan a un determinado fenómeno, por lo que escucharlo y validarlo en cuanto a su lenguaje, pensamientos/creencias y determinada forma de posicionarse frente al mundo ayudará a comprender de mejor manera los significados que se van generando, un dispositivo que ayuda a salvaguardar este criterio corresponde a la escucha activa, la que según Rogers (1992 citado en Subiela, Abellón, Celdrán, & Satorres, 2014) no solo se realiza a través de nuestros oídos sino que es necesario utilizar todos nuestros sentidos, esto ayudará a la recopilación de una alta riqueza de datos.

Voluntariedad: Corresponde a la “participación voluntaria, que está referida a la colaboración que prestan las personas que se involucran en una investigación espontáneamente” (Ojeda, Quintero, & Machado, 2007). Si bien puede tomarse como un criterio ético que se da por sentado en todas las investigaciones, puede que esto no resulte de esta manera, considerando que pueden existir personas que no presentan un real interés en la investigación, sin embargo, participan debido a alguna presión externa. Para resguardar este criterio pretendemos pedir el consentimiento individual de cada uno de los/as participantes, con la finalidad de ver el interés real que presentan estos/as y que no esté dado por la presión de otro integrante del grupo familiar.

Protección de la identidad: “La preocupación más clara en la protección de los intereses y el bienestar es el resguardo de la identidad del sujeto objeto de la investigación, especialmente en las entrevistas de investigación” (Ojeda, Quintero, & Machado, 2007). El dispositivo que se utilizará es el consentimiento informado, el cual da cuenta de todo lo que se llevará a cabo durante el proceso investigativo, sumado a las características de las funciones que deben cumplir en este, además queda explicitado el principio de confidencialidad, en el cual se estipula que la información que se obtenga de los datos recogidos se utilizará solo con fines académicos.

Presentación de Resultados

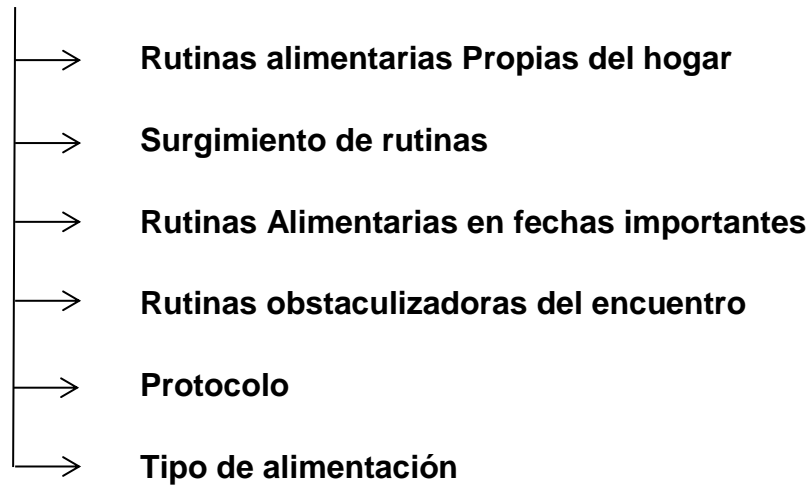
Presentación de resultados.

La primera categoría de análisis central corresponde a conocer las **Rutinas Alimentarias** las que provienen del objetivo específico N° 1 de la investigación, y converge en determinadas subcategorías que se graficarán a continuación:

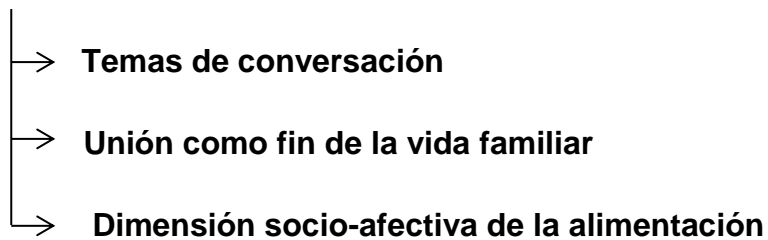
Objetivo 1: Explorar los principales ritos alimentarios que desarrollan las familias dentro de su hogar, como son y cuál es el aporte que han tenido para la vida familiar.



Rutinas Alimentarias Cotidianas



Los espacios de alimentación promueven la comunicación en las familias



Rutina Alimentaria externa.

Categoría 1: Rutinas alimentarias cotidianas. Corresponden a las diversas actividades que las personas realizan de manera sistemática en su hogar en relación a alimentación las que tienen que ver principalmente con comunicarse y compartir al menos una comida del día todos juntos.

“Tomar once todos juntos”

“Más de solo el hecho de comer sería sentarse en la mesa toda la familia, conversar de tu día, como te fue en el colegio, en la U, todas esas cosas”.

Subcategoría: Rutinas alimentarias propias del hogar. Corresponde a las actividades desarrolladas por cada una de las familias en sus hogares en los momentos que se reúnen a comer, las cuales pueden ser compartidas por todas las familias o darse de manera particular.

“Acá nos reunimos todos en la once nomas, porque yo desayuno y almuerzo en el colegio”

“Nos sentamos acá y conversamos cosas del día, cosas así”

Subcategoría: Surgimiento de rutina. Refiere al origen de las rutinas alimentarias que llevan a cabo las familias en sus respectivos hogares el cual coincide con la conformación de la vida familiar.

“Yo creo que siempre hemos tratado ser así desde que formamos el hogar”.

Subcategoría: Rutina alimentaria en fechas importantes. Diferentes actividades que las personas realizan en torno a alimentación en fechas específicas y significativas para cada uno de los miembros del grupo familiar.

“Para fechas importantes como cumpleaños, año nuevo, navidad, nos reunimos toda la familia aquí de mi casa y todos mis tíos, tías, primos, primas, abuelos... nos juntamos toda la familia en general.”

“Comemos mucho y tomamos algo también.

Subcategoría: Rutinas alimentarias obstaculizadoras del encuentro. Refieren a las diferentes actividades en torno a la alimentación que las personas acostumbran a hacer en su hogar al momento de reunirse a comer. Se menciona principalmente el uso del celular y televisión durante las comidas.

“Generalmente aquí no se ocupa el teléfono en la mesa, no...está ya por costumbre que no se ocupa el teléfono, entonces conversamos o tenemos la mala costumbre de ver tele durante las comidas”.

“...independiente que uno este con el celular, que esté viendo el meme, que el whatsapp, porque eso ya es rutinario, parte de la vida, que tú estás en la mesa no sé, estamos los cuatro sentados, pero uno está con el celular”.

Subcategoría: Protocolo. Conjunto de normas que se han establecido por costumbre en cada familia respecto a alimentación.

“Lavarse las manos antes de sentarse a la mesa a comer y segundo respetar nuestros puestos”.

Subcategoría: Tipo de alimentación. El tipo de alimentación durante la semana suele ser más práctica mientras que para fechas importantes las comidas son más elaboradas y menos saludables.

“Para año nuevo o navidad... la alimentación no es muy buena (ríe) porque comemos muchas papas fritas, papas duquesas, es distinta la alimentación a lo habitual”.

“...hago lo más fácil no más una sopa con huevo pero otras preparo carbonada, porotos, budín”.

Categoría 2: Los espacios de alimentación promueven la comunicación en las familias. Los espacios de alimentación son considerados por la familia como una plataforma que permite la comunicación entre los miembros del grupo familiar de tal forma que pueden saber cómo se encuentra cada integrante de la familia.

“Las comidas nos permiten comunicarnos”

Subcategoría: Temas de conversación. Las temáticas de conversación están enfocadas principalmente en conocer cómo se encuentra el otro y como les está yendo en las diversas actividades que realizan, lo cual genera un sentimiento de bienestar en cada uno de los miembros. Además de producirse diversas opiniones acerca la contingencia nacional actual.

“... sobre lo que pasa en el día, lo que está pasando ahora en el país o como nos fue en el colegio, en el trabajo”

Subcategoría: Unión como fin de la vida familiar. Las comidas corresponden a los espacios familiares predilectos. Presentan como función unir a todos los miembros del grupo familiar.

“La cercanía y confianza que esto genera, ya que sentarnos a comer y poder conversar sobre nuestras vidas diarias ayuda a eso”.

“Las comidas nos permiten comunicarnos y estar más unidos”.

Subcategoría: Dimensión socio-afectiva de la alimentación. Refiere a tareas que no implican el realizar cosas prácticas en torno a la preparación de las rutinas alimentarias sino más bien al aporte relacional y afectivo que entregan a estas.

“En cuanto a mi función podría decir que es comer, no, no, no (ríe) no solo comer, pero si, suena feo pero si poh, sentarse a la mesa, compartir, dialogar con mis papás, con mi hermana pero algunas funciones de cocinar como de lavar la loza no lo hacemos, tiene que ver con compartir experiencias, sacar temas sobre cosas que nos han ocurrido durante el día”.

“Yo me siento bien cuando me preguntan cómo estoy”

“Saber lo que le está pasando al otro”

Categoría 3: Rutina alimentaria externa. Corresponde a las diferentes rutinas que se realizan en torno a la alimentación conocidas por la familia, las que no necesariamente se desarrollan en sus hogares.

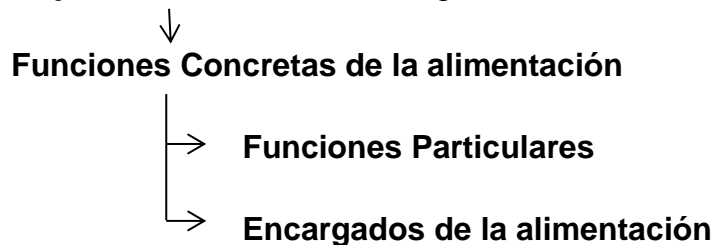
“Donde mi mamá por ejemplo es diferente, comen cada uno separado el que llega a la hora que quiere come y es raro que se junten todos a comer”.

“En algunas familias rezan antes de comer, lo hacen cada vez que comen”.

“Bueno yo estuve mucho tiempo trabajando en Santiago y allá las rutinas alimentarias en algunas familias son totalmente diferentes, en la casa que trabajé de empleada por ejemplo a la patrona le llevaba el desayuno a la cama, el caballero se servía en el comedor y los niños en la mesa de la cocina con sus cereales”.

La segunda categoría de análisis central corresponde a los **Roles** que cumplen los integrantes de las familias en las rutinas alimentarias que llevan a cabo dentro de su hogar, el cual proviene del objetivo específico N° 2 de la investigación, y converge en determinadas subcategorías de análisis, lo cual se grafica de la siguiente manera:

Objetivo 2: Identificar la configuración de los roles respecto a los ritos alimentarios.



Incumplimiento de función

Funciones Establecidas

- **Valoración de funciones por parte de los miembros del grupo familiar.**
- **Funciones como organizadoras fundamentales de las rutinas alimentarias.**

Funciones No establecidas

Categoría 1: Funciones concretas de la alimentación. Hace referencia a las tareas concretas que realizan los miembros de la familia para llevar a cabo las rutinas alimentarias. Dichas tareas consisten en que la madre se ocupa generalmente de la preparación de los alimentos, mientras que los padres e hijo/as cooperan llevando a cabo tareas más prácticas relacionadas con la alimentación.

“El almuerzo lo hace mi señora porque yo no sé hacer almuerzo, nosotros ayudamos no más a poner la mesa, por ejemplo los chiquillos ayudan a poner las tazas.”

Subcategoría: Funciones particulares. Corresponde a la reorganización de tareas concretas que realizan los miembros de la familia en torno a la alimentación en fechas significativas para ellos.

“Yo creo que en fechas más significativas es cuando uno se organiza más”.

“...cosa que la persona que esté de cumpleaños no haga nada y celebrar a esa persona”.

Subcategoría: Encargados de la alimentación. Hace referencia a los padres como encargados de cocinar, principalmente la madre.

“Mi mamá y mi papá solamente”

“Mi mamá hace lo que vamos a comer”.

Categoría 2: Incumplimiento de función. Cuando algún miembro de la familia no cumple con la función que tenía designada durante las rutinas alimentarias, por necesidad otro lo suple y, por lo general, quien no ha cumplido con sus tareas es amonestado por ello.

“En ese caso pasa que otro no más tiene que hacerlo, pero a esa persona igual lo retamos le decimos ya poh si tu tenías que hacer esto debes hacerlo, pero igual uno se aburre de andar peleando o discutiendo y lo hace uno no más o también suple otro la función”.

“Otro lo hace, o sea el resto igual se molesta pero ahí tendría que ir otro no más, a lo más se le reclama a la persona que tenía que hacer esa función porque lo no hiciste, solo un llamado de atención y después todo se arregla”.

Categoría 3: Funciones establecidas. Considera las tareas que los miembros que las familias realizan en torno a la alimentación de manera recurrente estas pueden darse de manera voluntaria o impuesta.

“A mí siempre me mandan a poner la mesa, mi mamá cocina y lava la loza, mis dos papás van a comprar las cosas al supermercado”.

“Si, pero por obligación, yo le digo ya pongan la mesa, las tazas, traigan el azúcar”.

Subcategoría: Valoración de funciones por parte de los miembros del grupo familiar.

Las funciones que cada uno lleva a cabo durante la realización de la rutina alimentaria son consideradas importantes por todos los miembros del grupo familiar puesto que generan un clima de cooperación en la familia.

“Si poh, las cosas que hace mi esposa y mi hija son importantes porque nos complementamos unos con otros y somos necesarios unos con otros, nos necesitamos”.

“Si, porque estamos todos cooperando... si porque hoy en día muchas personas a los hijos le sirven no más y ellos no hacen nada, acá no, acá nosotros tenemos eso de que ellos tienen que ayudar y ellos tienen la costumbre también de retirar su plato, aquí nadie le retira el plato a nadie, en la tarde levantan su taza.

Subcategoría: Funciones como organizadoras fundamentales de las rutinas alimentarias. Refiere a que las funciones en las rutinas alimentarias cumplen un rol organizador que permiten que se lleven a cabo de manera adecuada.

“Yo creo que son importantes porque hay que tener una organización”

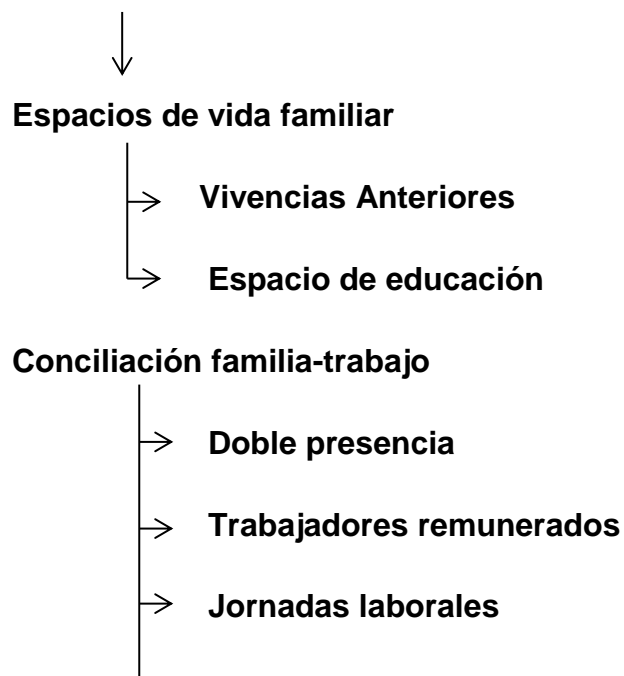
“Las cosas no se van hacer sola siempre tiene que haber alguien que se encargue de ciertas cosas”.

Categoría 4: Funciones no establecidas. Corresponden a las tareas que deben cumplirse en torno a las rutinas alimentarias. Sin embargo, están no están asignadas de manera exclusiva a un miembro de la familia sino que varía dependiendo de la circunstancia.

“A veces ponemos todos la mesa, pero a veces no, a veces la pone solo mi papá, a veces la retira solo él o yo, pero no es como algo establecido de tú vas a poner las tazas yo el té sino que depende, es variado”.

La tercera categoría de análisis corresponde a la **Percepción de la Conciliación familia-trabajo**, la que proviene del objetivo específico N° 3 de la investigación, que converge en subcategorías determinadas de análisis, lo cual se grafica a continuación:

Objetivo 3: Comprende la percepción de cada miembro del grupo familiar en relación a la conciliación familia- trabajo, en torno a la creación, mantención y eliminación de los ritos alimentarios.



→ **Creación de rutinas**

Tiempo de vida familiar

Categoría 1: Espacios de vida familiar. Las comidas son las que permiten generar espacios de vida familiar. Sin embargo, se presenta dificultad para producir estos momentos por lo que principalmente el compartir en familia se da en la once y algunos fines de semana.

“Los momentos que se generan más espacios familiares son cuando nos reunimos a comer”

“A la semana dos o tres veces y generalmente en la once, el desayuno imposible, el almuerzo es raro también que podamos juntarnos”.

“Se da en la tarde no más y los fines de semana a veces”.

Subcategoría: Vivencias anteriores. Corresponde a las diversas experiencias que han tenido las familias en torno a la alimentación, las que tuvieron lugar antes de su trabajo actual. La madre principalmente era quien no ejercía trabajo remunerado por lo tanto tenía que ocuparse de todas las tareas del hogar, permitiendo una mayor estabilidad en cuanto a los horarios en que se llevaban a cabo las rutinas alimentarias.

“Ha habido tiempos en los que mi mamá no estaba trabajando y mi papá si, ahí era ella quien tenía que hacerse cargo de todo porque mi papá estaba trabajando pero la dinámica no cambiaba mucho porque se daban instancias de conversación y ahí cocinaba siempre. En ese tiempo mi mamá tuvo que hacer la pega que ahora comparte con mi papá, por los tiempos”.

“Comíamos a un horario de almuerzo, once, de todo antes, ahora es difícil tener un horario de alimentación por los turnos de trabajo más los chiquillos en la escuela, difícil juntarse todos, antes no poh, antes podíamos juntarnos más tiempo todos y teníamos un horario estable para todas las comidas”.

Subcategoría: Espacios de educación. Considera los momentos de alimentación como espacios de vida familiar y una plataforma que permite a los padres poder educar a sus hijos.

“Somos sus tutores y tenemos que guiarla por el buen camino en todo el sentido de la palabra, de higiene, de educación, ubicación, de todo”.

Categoría 2: Conciliación familia-trabajo. Las familias han adaptado los horarios en que se realizan las rutinas alimentarias con el fin de que los miembros que trabajan desarrollen sus tareas laborales con mayor tranquilidad.

“Yo creo que sí, porque adaptamos la once al horario de trabajo para poder compartir o si no estaríamos todos dispersos y no podríamos conversar y preguntarnos como nos fue, como ha estado el día”.

“Si, porque yo no tengo problema en ese sentido ya que se adaptan horarios al trabajo, se tienen que flexibilizar los tiempos y tengo el apoyo de mi familia en ese sentido. Por ejemplo si me llaman fuera del horario de trabajo yo puedo ir tranquilo a trabajar.”

Subcategoría: Doble presencia. El horario laboral no permite que se genere una mayor cantidad de espacios de vida familiar puesto que no coinciden. Es importante mencionar que estos mismos horarios laborales dificultan el poder responder de manera adecuada a las demandas del hogar principalmente a las que están relacionadas con la alimentación.

“Se debe al tiempo que dedico al trabajo el que yo no cocine tanto, porque no tengo horario, es que lo que pasa que mientras más produzca yo más gano y me conviene avanzar rápido para estar disponible para otros clientes”.

“Es difícil a veces por la pega, no se puede estar tanto tiempo con la familia poh, ni siquiera lo básico en ese tiempo que te cuento como es comer juntos en la mesa, menos para salir a un paseo como familia”.

“...pero era más fácil de todas maneras cuando uno de los dos no trabajaba el poder tener espacios como familia”.

Subcategoría: Trabajadores remunerados. Corresponde al trabajo remunerado que ejercen los miembros de la familia. Principalmente quienes cumplen estas labores son ambos progenitores.

“...mi mamá y mi papá”

“Trabajamos yo y mi esposo”

Subcategoría: Jornadas laborales. Concierno a la cantidad de horas que la gente dedica al ámbito laboral, la cual corresponde a un horario de lunes a viernes cuarenta y cinco horas semanales, cabe destacar que en ocasiones se realizan horas extras por necesidad económica.

“En la semana mínimo 10 horas de trabajo diaria, sería en total como cincuenta y ocho horas a la semana promedio y con todo ese esfuerzo puedo duplicar lo que gano, gano más pero me sacrifico harto”.

“Cuarenta y cinco horas y a veces extras los día sábados”.

“Ella trabaja cuarenta y cinco horas semanales y yo también”.

Subcategoría: Creación de rutina en función a las demandas laborales. Considera la implementación de nuevas rutinas alimentaria o modificación de la ya establecida para adaptarse a los horarios laborales.

“Que se almuerza más tarde cuando yo voy a trabajar fuera, como a las dos o dos y media de la tarde pero cuando no voy almorzamos a la una y ahí almorzamos los dos con mi esposo, el me espera”.

Categoría 3: Tiempo de vida familiar. Corresponde al grado de satisfacción que los miembros de la familia tienen acerca del tiempo con el cual disponen para generar vida familiar. La mayoría de los miembros tiende a conformarse con el tiempo de vida familiar que poseen actualmente, no obstante desearían que fuese más.

“Me gustaría que hubiera más tiempo para pasar con mi familia, si se pudiera me gustaría pero hay que conformarse con el que hay y decir que es suficiente, pero si me gustaría que fuese más tiempo para compartir y tener espacios con mi familia, con mi señora también es necesario tener más tiempo juntos”.

“Yo creo que el tiempo estamos juntos no es tanto pero alcanzamos a saber cómo estamos cada uno, pero al menos para mí personalmente es suficiente”.

Conclusiones

Conclusiones

La investigación presentada nace por el deseo de conocer **¿Cuáles son los significados que atribuyen familias nucleares biparentales, con padres y madres trabajadores de la ciudad de Chillán, a los ritos alimentarios que estas desarrollan en su hogar?**, por lo que nuestro concepto clave corresponde a los “Ritos alimentarios”, considerado transversalmente a lo largo de toda la investigación y esencialmente en el análisis de datos puesto que el propósito fue co-construir dicho concepto a partir de los relatos que las familias entrevistadas proporcionaron. En relación a esto, será necesario profundizar en las preguntas específicas de la investigación puesto que estas entregarán mayor comprensión y claridad respecto al objeto de estudio. A partir de esto se presentaran las conclusiones.

La primera pregunta corresponde a **¿Qué tipos de ritos alimentarios llevan a cabo las familias de la ciudad de Chillán?** En base a esto, se puede señalar que los miembros de las familias identifican rutinas en torno a la alimentación las que corresponden a actividades que realizan usualmente en los encuentros en torno a la alimentación. Tal como menciona Migliorini, Cardinali & Rania (2011) las rutinas son las que dan inicio a los rituales, por lo que cada una de estas cuentan con el potencial necesario para transformarse en esto, aunque en primera instancia cumplan un propósito mayormente instrumental como lo es el de entregar organización al grupo familiar.

En relación a esto, las familias entrevistas señalan la existencia de rutinas alimentarias externas, refiriéndose a aquellas actividades que se generan en otros hogares y no necesariamente se dan en los propios. Asimismo realizan diferenciaciones entre

aquellas rutinas que son cotidianas de alimentación y aquellas que se presentan en fechas importantes para los mismos. En cuanto a las rutinas cotidianas que realizan las familias en sus hogares destaca la alimentación en el horario de “once”, puesto que es considerado el principal espacio de reunión familiar donde todos o la mayoría de los miembros se encuentran presentes. Bélgica, Mestdag & Glorieux (2009 citado en Méndez & Espejo, 2014) plantean que comer es una actividad social compartida entre los miembros de la familia. Además explican que las variaciones que pueda tener esta práctica presentan directa relación con la estructura de cada sistema familiar.

Los espacios de alimentación son caracterizados por los entrevistados como instancias que promueven la comunicación entre sus miembros. Esto se relaciona con la perspectiva sistémica que hace alusión a que en las familias se presentan interacciones dinámicas entre sus miembros puesto que comparten influencias a partir de necesidades, deseos, expectativas, creencias las que son manifestadas a través de la comunicación existente dentro del grupo familiar. Durante estas instancias se generan diversos temas de conversación, principalmente de carácter socio-afectivo. Esto refiere al interés que manifiestan los miembros del grupo familiar en saber cómo se encuentra el/la otro/a emocionalmente, como se desarrolló su día o si presenta alguna problemática que cómo sistema familiar puedan aportar a la solución de estas. La familia, es una unidad espiritual, cultural y socio-económica donde se comparten necesidades tanto psico-emocionales como materiales (Gómez & Guardiola, 2014).

En síntesis las rutinas alimentarias mencionadas recientemente permiten espacios de unidad que promueven el afianzamiento de lazos relacionales y afectivos existentes entre los integrantes de las familias produciendo en estos un sentimiento de bienestar. Se entiende que los ritos dan cohesión al grupo al experimentar las mismas vivencias, por lo tanto podría otorgar mayor sentido de pertenencia a los integrantes de la familia. Además presentan una función fundamental en cuanto a las interacciones sociales (Padilla & Sarmiento, 2007). Los rituales son considerados por Fiese (2006, citado en Migliorini, Cardinali & Rania, 2014) “como estructuras profundas de las relaciones familiares que confirman la realidad de los significados abstractos de la vida cotidiana y definen la continuidad de la experiencia entre pasado, presente y futuro” (p.185).

La segunda pregunta es **¿Cómo se configura la organización de los roles familiares en torno a los ritos alimentarios?** Esto se abordó desde las percepciones que tenían cada uno de los integrantes de las familias respecto de las funciones que se llevan a cabo durante la realización de los ritos alimentarios que se desarrollan en sus respectivos hogares, además de conocer la valoración que estos entregan a las mismas.

De acuerdo a diversos autores mencionados la alimentación es entendida como una plataforma que cumple variadas funciones, no tan solo la de entregar nutrientes necesarios para el desarrollo físico de las personas, sino que también representa bienestar psicológico y pautas socializadoras.

En lo relativo a esto se pudo concluir que las familias consideran diversas funciones que han conformado roles dentro de las dinámicas relacionadas con los ritos alimentarios, caracterizados en base a la particularidad de cada encuentro alimentario, es decir que se manifestaron diferencias respecto de los ritos alimentarios que se llevan a cabo en la cotidianeidad del hogar con aquellos que son realizados en fechas significativas para el grupo familiar, esto radica principalmente en las funciones que realiza cada uno de los miembros del grupo, las que son diferentes dependiendo del tipo de ritual que se pretende llevar a cabo. Las prácticas de alimentación inciden en el comportamiento e interacciones de los individuos a nivel individual, familiar, comunitario y social. Desde la línea sociológica, la alimentación permite tanto la supervivencia como la reproducción de actividades sociales (Patiño, 2010). Cabe destacar que estas diferencias consisten en que durante el diario vivir quienes presentan roles con mayor grado de responsabilidad en cuanto a la realización de funciones prácticas necesarias para el desarrollo de ritos alimentarios recae en los padres, principalmente la madre quien es la encargada de la preparación de alimentos y quien delega las funciones al resto de la familia, mientras que el padre e hijos/as cumplen

funciones de carácter cooperativo como lo es “poner y retirar la mesa” aunque esto presenta variaciones de acuerdo a necesidades o estados anímicos de cada uno de los integrantes. No obstante en fechas significativas como cumpleaños, aniversarios, navidades, años nuevos, entre otros, existe una reorganización es decir, el padre y los/as hijos/as adoptan un rol más participativo en la realización de funciones prácticas y concretas necesarias para que el rito alimentario pueda llevarse a cabo.

Otras situaciones en las que se ha debido realizar una reorganización de los roles que configuran los ritos alimentarios se da cuando alguno de los miembros de la familia no cumple con la/s función/es que se le habían designado, en dicha circunstancia se genera un sentimiento de malestar momentáneo y se amonesta a quien no ha cumplido. Quien realiza esto último usualmente es la madre, sin embargo, esto no representa un motivo de conflicto puesto que finalmente cualquier otro integrante de la familia es quien suple la función.

Es preciso señalar que los miembros de las familias valoran de manera positiva la/s función/es que cumple cada uno/a, señalando como importantes dado que generan un clima cooperativo y de interdependencia refiriéndose esto a que la participación de cada miembro de la familia es necesaria y significativa ya que permite la realización de los ritos alimentarios, y promueve la cohesión familiar fortaleciendo de esta manera las relaciones entre sí, desde el punto de vista sociológico, Durkheim (1992 citado en Lorente, 2008) concibe al rito como un “... recurso cohesionador y trasmisor de valores sociales a través de un estado de efervescencia colectiva” (p.2). Cabe destacar que los roles o funciones tienen un propósito organizador para las familias, permitiendo llevar a cabo los ritos alimentarios que cada familia desarrolla en su hogar. La alimentación humana como acto social está dado por procesos cognitivos donde los sujetos emplean sus funciones ejecutivas para organizar, razonar y regular su alimentación, por lo tanto esta práctica es estructurada por los individuos y a la vez esta última entrega estructura a las personas. (Gómez, Vázquez, & Estradas, 2005).

La última de nuestras preguntas específicas corresponde a **¿Cómo perciben los diferentes miembros de la familia, la conciliación de familia/trabajo respecto a la creación, mantención y eliminación de los ritos alimentarios que desarrollan?** Esta pregunta está enlazada a la percepción de cada uno de los miembros respecto de cómo intentan equilibrar las demandas laborales con las domésticas y cómo esto incide en los ritos alimentarios que cada familia desarrolla en su hogar.

Las familias entrevistadas consideran las comidas como espacios de vida familiar que les permite reunirse en un momento determinado del día e interactuar entre ellos. Además de ser consideradas como una instancia relevante por parte de los padres puesto que pueden educar a sus hijos entregándoles valores y adiestrando el comportamiento de estos para que se ajusten a las normas sociales, según Riquelme & Giacoman (2018) “la cena en familia actúa como plataforma que facilita que los niños adquieran e interioricen normas y valores”. Por otra parte, todos los miembros del grupo familiar consideran que es un momento para compartir entre ellos.

De acuerdo a experiencias anteriores que han tenido las familias en torno a los ritos alimentarios señalan que principalmente las madres eran quienes no ejercían una actividad laboral remunerada lo que significaba una mayor estabilidad en cuanto a los horarios en que se realizaban los ritos alimentarios, sin embargo era quien cumplía en su totalidad los/as roles/funciones concernientes a estos. A diferencia de las vivencias actuales en las que ambos padres trabajan remuneradamente por lo tanto los/as roles/funciones se realizan de manera compartida. Como menciona Moreno, Moncada, Llorens & Carrasquer (2011) el trabajo doméstico con la actividad laboral remunerada son parte de una misma realidad social, por lo tanto las demandas de cada dimensión se dan de manera simultánea y para poder responder a ambas dimensiones es necesario tener en cuenta el espacio, las horas trabajadas y el tiempo de ejecución. Esto lleva a que las familias redistribuyan las/os funciones/roles que cumple cada miembro del grupo familiar para poder dar respuesta de la mejor manera ambas dimensiones (Macías, 2004). Aunque sigue presentando mayor

protagonismo la madre en cuanto a la organización y realización de funciones prácticas necesarias para el desarrollo de los ritos alimentarios, así lo confirma Macías (2004) quien menciona que a pesar de las modificaciones de roles que se han ido generando luego del ingreso masivo de las mujeres al mundo laboral siguen siendo estas quienes ejercen una carga mayor de trabajo que los hombres, ya que asumen las tareas domésticas como su responsabilidad considerando el trabajo del hombre como una colaboración a estas.

Cabe destacar que los miembros de las familias manifiestan que existen dificultades para producir estos momentos de encuentro. Según lo reportado, esto se debería a las jornadas laborales debido a estas las familias han tenido que adaptar los horarios de sus ritos alimentarios para que se puedan llevar a cabo y, en algunos casos, crear nuevos ritos. Esto tiene relación con lo que plantea MacDermind (1996 citado en Jiménez & Moyano, 2008) quien concibe la conciliación familia- trabajo como el compromiso que adoptan las personas en el desempeño y dedicación para responder de manera óptima a cada una de las exigencias que se despliegan de ambas dimensiones. Pese a esto, no siempre se han podido realizar de manera adecuada los ritos alimentarios debido a las jornadas laborales que corresponden a cuarenta y cinco horas semanales, pero que deben extender esta cantidad realizando horas extras con el fin de aumentar los ingresos económicos y suplir necesidades particulares de cada grupo familiar.

Otro aspecto necesario mencionar, se relaciona con el grado de satisfacción que reportan tener los miembros de los grupos familiares respecto del tiempo con el cual disponen para los espacios de vida familiar. Clark (2000) plantea que el equilibrio tiene directa relación con la satisfacción y adecuado funcionamiento en el trabajo y la familia disminuyendo de esta manera los conflictos que puedan generarse por cumplir el rol que exige cada dimensión. Según lo señalado por los mismos no se encuentran totalmente satisfechos con el tiempo con el que cuentan para realizar actividades junto a sus familias y desearían que pudiera aumentar, no obstante deben conformarse pues sus jornadas laborales no se los permite.

Para finalizar se dará respuesta a la principal pregunta de investigación **¿Cuáles son los significados que atribuyen familias nucleares biparentales, con padres y madres trabajadores de la ciudad de Chillán, a los ritos alimentarios que estas desarrollan en su hogar?** Esta pregunta está relacionada directamente con el objetivo de co-construcción del concepto rito alimentario, el que se basará principalmente en los relatos obtenidos de las familias participantes de la investigación junto a teorías recabadas relacionadas con la temática.

Los ritos alimentarios nacen desde la cotidianidad de actividades realizadas de manera sistemática por las familias entorno a la alimentación. Este es el primer paso que conformaría un rito, sin embargo lo principal corresponde al/los significado/s que le otorgan a estas rutinas. De acuerdo a Migliorini, Cardinali & Rania (2011) es importante mencionar que dentro del sistema familiar se desarrollan en un principio rutinas que con el paso del tiempo se transforman en rituales, por lo que todas las rutinas cuentan con un potencial para transformarse en ritual. Las primeras tienen un sentido instrumental que da cuenta de la organización del grupo familiar, mientras que los rituales presentan un sentido simbólico que explica el porqué de este tipo de organización y las expectativas que posea cada sistema familiar. La perspectiva sistémica también aporta a estas ideas planteando que los rituales están conformados por dos aspectos interrelacionados uno formal y otro vivencial. El primero hace referencia a las acciones simbólicas que se llevan a cabo en determinado orden; mientras que el segundo está relacionado con el compromiso que se tiene en cuanto a su realización, si no los rituales carecerían de significados (Van der Hart, 1998 en Bárcena, Leal, & Arredondo, 2008).

La función socio – afectiva de los ritos alimentarios es un aspecto destacado por los integrantes del grupo familiar, puesto que posee un plano socializador que permite una mayor comunicación entre sus miembros. Estas instancias posibilitan la educación por parte de los padres e interiorización de los/as hijos/as acerca de normas sociales y valores propios de cada familia ligados a la visión del mundo propia de ellos/as. Según Padilla & Sarmiento (2007), los ritos familiares tienen el propósito de transmitir valores, formas de

comportamiento ideales, percepciones acerca del mundo, estos actos son organizados y bien codificados que se transforman repetitivos en el tiempo en la cual pueden participar todos los integrantes de la familia o algunos de ella. También, se encuentra una dimensión de carácter más emotivo que crea un clima de unidad familiar y fomenta la cohesión de la misma. Siguiendo esta misma línea, las familias mencionan vivenciar sentimientos de bienestar como resultado de estos espacios de vida familiar que son generados durante las comidas, ya que implica ir más allá del puro hecho de reunirse y sentarse juntos a la mesa a comer, más bien tiene una connotación especial para ellos de carácter afectivo puesto que le permite fortalecer los lazos familiares. Esto se relaciona directamente con el concepto “rito de comensalidad” que hace alusión a que un grupo de personas se reúne a comer en la misma mesa y tiene como función primordial el acercamiento de vínculos sociales de los miembros del grupo familiar (Maury, 2010). En síntesis el encuentro regularizado que se da en torno a la alimentación permite satisfacer una necesidad fisiológica al mismo tiempo que se desarrolla un proceso de socialización (Patiño, 2010).

Entonces, por ritos alimentarios se entiende como aquellas rutinas que realizan las familias de manera sistemática en torno a la alimentación. Caracterizadas por tener connotación socializadora y afectiva para quienes las practican, ya que permiten generar espacios de vida familiar donde los integrantes de las familias pueden interactuar y comunicarse entre ellos, lo que además genera un sentimiento de bienestar en los mismos. Es decir, los ritos alimentarios fomentan espacios de vida familiar generando un clima de unidad.

Limitaciones y proyecciones

Limitaciones:

Características del instrumento: El instrumento utilizado es la entrevista semi – estructurada. Esta entrega información relevante para la investigación dado que permitió responder a los objetivos propuestos inicialmente sin embargo, se cree que la utilización de la entrevista en profundidad entregaría mayor riqueza de contenido que podría profundizar y ampliar la definición del concepto rito alimentario y entregar nueva información significativa relacionada al concepto.

Características de la investigación: Otra de las limitaciones es que no se realizó diferenciaciones en las percepciones que relataron los hijos/as de aquellas que presentaron los padres, se cree que sería valioso y significativo realizar esto debido a las distintas etapas evolutivas en que se encuentra los hijos/as y padres de cada grupo familiar. Por lo tanto es considerado a la vez como una proyección para futuras investigaciones. Es importante aclarar que la investigación presente no buscaba realizar dichas diferenciaciones y que durante la realización de la misma surgieron estas incógnitas.

Por otra parte se pudo percibir limitaciones en cuanto al conocimiento teórico que poseían las investigadoras respecto del concepto rito alimentario, dado que en la literatura no se encontraba definido y no se habían realizado mayores investigaciones en este ámbito aunque presentaban un acercamiento al concepto de tipo experiencial. De igual manera esto implicó dificultades en la construcción del instrumento utilizado para recabar información.

Proyecciones:

El estudio presentado abre caminos a nuevas áreas a indagar las cuales puede seguir ampliando la definición de ritos alimentarios, puesto que la presente investigación da el punta pie inicial para futuras investigaciones en este ámbito.

Se puede sugerir realizar investigaciones en esta área ampliando la presente muestra a diferentes tipos de familias, ya que esto puede aportar nueva información relevante acerca de las percepciones y significados que atribuyen las personas a los ritos alimentarios que desarrollan en sus hogares.

La investigación puede considerarse una base para visibilizar la importancia que tiene el rito alimentario para las personas y sus familias, esto podría impulsar la creación de políticas públicas que promuevan y garanticen la posibilidad de generar mayores instancias de calidad o espacios de vida familiar. Las familias entrevistadas consideran las comidas como principal momento para compartir, por lo que esto permite suplir no solo necesidades básicas de nutrición sino que además aportar al desarrollo emocional y crecimiento personal de cada integrante del grupo familiar.

Realizar investigaciones acerca de factores como los medios de comunicación, principalmente la televisión y uso de celular son participes de los ritos alimentarios que se llevan a cabo en los hogares. Se cree que se podría señalar que funciones cumplen en el desarrollo de los ritos realizados en torno a la alimentación o de qué manera interfieren en los mismos.

Referencias

- Agudelo-Bedoya, M. E., & Estrada-Arango, P. (2012). Constructivismo y Construcción social: Algunos puntos comunes y algunas divergencias de estas corrientes teóricas . *PROSPECTIVA. Revista de Trabajo Social e Intervención Social* , 353-378.
- Anigstein, M. (2013). Alimentación de estudiantes de pregrado chilenos en el contexto de la modernidad alimentaria. *Revista chilena de nutrición*, 40 (3), 243-249. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182013000300005>
- Araneda, Valdez, A. (2006). La triangulación como técnica de científicidad en investigación cualitativa pedagógica y educacional .*Revista REXE: Revista de estudio y experiencias en educación*. ISSN 0717- 6945, Vol. 5, N°. 10, págs. 11- 38.
- Araya. Valeria. M. A. (2007). CONSTRUCTIVISMO: ORIGENES Y PERSPECTIVAS. *Laurus*, 76.
- Araya. Valeria M. A. (2007). CONSTRUCTIVISMO: ORIGENES Y PERSPECTIVAS. *Laurus*, 79.
- Araya. Valeria M. A. (2007). CONSTRUTIVISMO: ORIGENES Y PERSPECTIVAS. *Laurus*, 78.
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación*. Caracas: Episteme.
- Arnaiz, M. G. (2010). Alimentación y cultura en España: una aproximación desde la antropología social. *Revista de Saúde Colectiva*.
- Arteaga, C. S. (2012). Diversificación de las estructuras familiares: Caracterización de las convivencias en Chile. *Revisata de sociología*, 40.
- Bárcena, R., Leal, S., & Arredondo, V. (2008). Duelo y rituales terapéuticos desde la óptica sistémica. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 131.
- Bartutis, M. Socarrás. S & Bujardón. A (2014). Participación de la familia en el fortalecimiento de valores en la Educación Superior. *Humanidades médicas*, 14 (2), 442-457.

- Bogdan, S. J. (1987). *Introducción a los metodos cualitativos de investigación* . Barcelona : Paidós .
- Burgos, O. M. (2016). Celebración del Tricentenario del Discurso del método de Descartes. Homenaje de la universidad de el Salvador,1937. (Segunda Parte). *Realidad*, 66.
- Cable News Networks CNN, Chile. (2019). *Todo lo que necesitas saber para entender el proyecto que busca reducir la jornada laboral a 40 horas*. Chile, https://www.cnnchile.com/economia/claves-proyecto-jornada-laboral-40-horas_20190730/.
- Calva, M. L. (2013). Etica profesional y complejidad. Los Principios y la religación . *Perfiles educativos*.
- Camejo, A. (2007). La epistemología constructivista en el contexto de la post-modernidad. *Nómadas*, 13.
- Castillo, E., & Vásquez, M. (2003). El rigor metodologico en la investigación cualitativa . *Colombia Médica* , 165.
- Cifuentes, G. (2018). *biobioChile.cl*. Obtenido de biobioChile.cl: <https://www.biobiochile.cl/noticias/nacional/chile/2018/10/16/chile-es-el-segundo-pais-ocde-con-la-tasa-mas-alta-de-obesidad-en-adultos-se-aproxima-al-35.shtml>
- Corbin, J., & Strauss, A. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquía.
- Cornejo, Marcela, & Salas, Natalia. (2011). Rigor y Calidad Metodológicos: Un Reto a la Investigación Social Cualitativa. *Psicoperspectivas*, 10(2), 12-34. <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol10-Issue2-fulltext-144>
- Cornejo, P. A. (2017). *Guía para la intervención en la conciliación Trabajo-Familia*.
- Clarck, S. (2000). "Teoría de la frontera entre el trabajo y la familia: una nueva teoría del equilibrio entre el trabajo y la familia". *Relaciones humanas*, 53, 6,747-770.
- Clark, S. (2000). "Work Cultures and work/family balance". *Journal of Vocational Behavior*, 58,348-365.

- Creswell, J. (1997). *Qualitative Inquiry Research Desing: Choosing Among five Approaches* . SAGE , 1 - 395.
- Echeverri, M. (19 de Diciembre de 2017). Estudios: ¿En que gastan más los Chilenos? *America Retail*.
- Encuesta Laboral [ENCLA]. (2011). *Conciliación, trabajo y familia*. Santiago.
- Feixas, G. (1990). Evaluacion familiar constructivista: la vertiente epistemologica, teórica y metodológica de un modelo integrador. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 489.
- Fernandez, R. (2013). La entrevista en la investigación cualitativa. *Pensamiento Actual* , 15.
- Fishman, S. M. (2004). *Tecnicas de terapia familiar*. Buenos Aires: Paidos.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Morata.
- Gallego, H. A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (35), 326-345.
- Gialdino, I. V. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Barcelona: gedisa.
- Gómez, A. S., Vázquez, V. G., & Estradas, M. M. (2005). La alimentación en México: enfoque y visión a futuro. *Estudios Sociales*.
- Gómez, E. O., & Guardiola, V. J. (2014). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización . *Justicia Juris*.
- Guba, E., & Lincoln, Y. (1982). Bases epistemológicas y metodológicas de la investigación naturalista. *Comunicación y tecnología educativa* , 233-252.
- Huamán, J. (2010). *Taller de investigación II*. Huancayo: Universidad peruana.
- INE. (2017). *Instituto Nacional de Estadísticas de Chile*. Obtenido de Instituto Nacional de Estadísticas de Chile: <https://resultados.censo2017.cl>

- Izquierdo Hernandez, A., Armenteros Borrell, M., Lancés Cotilla, Luisa, & Martín González, Isabel.(2004). Alimentación saludable.*Revista Cubana de Enfermería*, 20(1).
- Jiménez. F. A, & Moyano. D. E. (2008). FACTORES LABORALES DE EQUILIBRIO ENTRE TRABAJO Y FAMILIA: MEDIOS PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA. *Universum* (Talca), 23 (1), 116-133. <https://dx.doi.org/die.4067/s0718-23762008000100007>.
- Krause, M. (1995). la investigación cualitativa: un campo de posibilidades y desafíos . *Temas de Educación* , 19-39.
- Lardellier, P. (2015). ¿Ritualidad versus Modernidad... Ritos, identidad cultural y globalización? *Mad*, 33, 18-28.
- López, A. (2005). Los rituales y construcción simbólica de la política. Una revisión de enfoques. *Sociológica*. (20) 57, 61-92.
- Lorente, D. (2008). Una discusión sobre el estudio del ritual como (espejo) privilegiado de la cultura. *Iberóforum*. (3) 6, 1-14.
- Macías, M. A. (2004). Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe*.
- Martinez, M. (2008). Introducción a la metodología de la investigación en bioética. Sugerencias para el desarrollo de un protocolo de investigación cualitativa interdisciplinar. *Acta Bioethica*, 97-105.
- Martínez-Salgado, C. (2012). El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias. *Ciencia & Saúde Colectiva*. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n3/v17n3a06.pdf> [(3), p.613-619.]
- Maury, S. E. (2010). Ritos de comensalidad y espacialidad. Un análisis antro-po-semiótico de la alimentación. *Gazeta de Antropología*, 26(2), artículo 45.
- Mayan, María. J. (2001). "Una Introducción a los métodos cualitativos" <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2003/ffc764c/xhtml/TH.7.xml>
- Méndez, C. & Espejo, I. (2018). "Homogeneidad y fragmentación en los hábitos alimentarios de los españoles. Una respuesta a través del análisis de los horarios, las relaciones y las

normas alimentarias". *Revista Internacional de Sociología* ,76(3)
102. <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.3.17.360>

Mendoza-Llanos, Rodolfo, & Moyano-Díaz, Emilio. (2019). Hacia la validación del SUSESO ISTAS 21 versión breve en trabajadores de hospitales públicos. *Terapia psicológica*, 37(1), 15-23. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000100015>

Migliorini, L., Cardinali, P., & Rania, N. (2011). La cotidianidad de lo familiar y las habilidades de los niños. *Psicoperspectivas*. 10 (2), 183-201.

Millán, M. Á., & Serrano, S. (2002). *Psicología y Familia*. Madrid: Cáritas.

Minsal. (s.f.). *Ministerio de Salud: Departamento de Nutrición y alimentos*. Obtenido de Ministerio de Salud: Departamento de Nutrición y alimentos: <https://dipol.minsal.cl/departamentos-2/nutricion-y-alimentos/nutricion/>

Ministerio de Salud. (2 de Diciembre de 2015). *elplatodetuvida.minsal.cl*. Obtenido de elplatodetuvida.minsal.cl: <http://elplatodetuvida.minsal.cl/>

Molina, C. Y. (2015). La comparación en el análisis de metodología cualitativa con teoría fundada. *Facultad Nacional de Salud Pública* , 91.

Montanari, M. (1993). *El Hambre y la Abundancia. Historia y cultura de la alimentación en Europa* . Barcelona : Crítica.

Montalvo, J. Espinosa, M & Pérez, A (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. *Alternativas en Psicología*. (28), 73-91.

Moreno, A. (2015). "*Manual de Terapia Sistémica*". Bilbao, España:DESCLÉE DE BROUWER, S.A.

Moreno, N., Moncada, S., Llorens, C., & Carrasquer, P. (2011). *Doble presencia, trabajo doméstico-familiar y asalariado: espacios sociales y tiempos*. Obtenido de www.ccoo.cat/salutlaboral/doc/Calaix%20Sindical/2011_doblepresenciaysalud.pdf

Neffa, J. C. (1999). Actividad, trabajo y empleo: Algunas reflexiones osbre un tema en debate. *Scielo*.

- Ojeda, J., Quintero, J., & Machado, I. (2007). La ética en la investigación. *Telos*, 352.
- Olabuénaga, J. I. (2012). Metodología de la investigación Cualitativa . En J. I. Olabuénaga, *Metodología de la investigación Cualitativa* (pág. 111). Universidad de Deusto.
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (s.f.). Obtenido de FAO.org: <http://www.fao.org/docrep/014/am401s/am401s07.pdf>
- Organizacion Internacional del Trabajo. (9 de 9 de 2004). *Organizacion Internacional del Trabajo* . Obtenido de Organización Internacional del Trabajo: [https://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_LIM_653_SP/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_LIM_653_SP/lang-es/index.htm).
- Ortíz, D. G. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Shopia*, 5.
- Padilla, E. & Sarmiento, B. (2007). Mitos y rituales familiares en familias desplazadas reubicadas en Bogotá. *Revista Colombiana de Psicología*, (16). 103-126.
- Palacios, B., Sánchez, M., & Gutierrez, A. (2013). Evaluar la Calidad en la investigación cualitativa. Guías o Checklists. *Acta del 2º Congreso Nacional sobre Metodología de Investigación en Comunicación* , (pág. 583). Valladolid.
- Pasarin, L., Falivene, M., Disalvo, L., Varea, A., Apezteguía, M., Malpeli, A., Sala, M. & González, H. (2016). Estudio cuali-cuantitativo del estado nutricional y alimentación en niños de 1 a 3 años de familias de bajos recursos en dos grupos poblacionales con diferentes actividades productivas. *Salud Colectiva*, 12 (2), 239-250.
- Páramo, D. (2015). La teoría fundamentada (Grounded Theory), metodología cualitativa de investigación científica. *Pensamiento y Gestión*.
- Patricia Schettini, I. C. (2015). *Análisis de datos cualitativos en la investigación social* . edulp.
- Patiño, S. (2010). Aportes de la Sociología al estudio de la alimentación familiar . *Luna AZUL*. 31, 139-155.
- Peña, C & Werlinger, A. (2012). *Conciliación Familia-Trabajo, una mirada de los socios de la corporación de bienestar del personal de la empresa de servicio sanitario "Antilco"*. Concepción .

- Pérez, F. (2012). es.scribd.com/dóc/84572018/Minuchin-y-Fishman, 1.
- Pérez, R. L. (2010). Para una conceptualización del constructivismo. *Med*, 26.
- Perlo, C. (2006). Aportes del interaccionismo simbólico a las teorías de la organización. *Invenio*, 98.
- Piaget, J. (1991). *seis estudios de Psicología*. Barcelona: Labor, S.A.
- Riquelme, O. & Giacoman, C. (2018). La comida en familia: La idealización de un evento social. *Revista chilena de nutrición* ,45(1), 65-70. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182018000100065>.
- Rodríguez, T. L., & Sánchez, J. M. (2006). ESTRUCTURA FAMILIAR Y SATISFACCIÓN PARENTAL: PROPUESTAS PARA LA INTERVENCIÓN. *dialnet*.
- Román-Reyes, Patricia, Padrón-Innamorato, Mauricio, & Ramírez-García, Telésforo. (2012). Trabajo y familia: ¿cómo se articula esta frágil relación?. *Convergencia*, 19(60), 229-253. Recuperado en 26 de septiembre de 2019, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-14352012000300008&lng=es&tlng=es.
- Sánchez, G. D., Londoño, M. A., Solano, N. Y., & Chavarria, E. V. (2015). SOBRE LA DINÁMICA FAMILIAR. REVISIÓN DOCUMENTAL. *Cultura, Educación y Sociedad*.
- Semenova Moratto Vásquez, Nadia, & Zapata Posada, Johanna Jazmín, & Messenger, Tatiana. (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el período comprendido entre los años 2002 a 2015. *CES Psicología*, 8(2), undefined-undefined. [fecha de Consulta 26 de Septiembre de 2019]. ISSN: Disponible en: <https://www.redaluc.org/articulo.oa?id=4235/423542417006>
- Social, M. d. (Septiembre de 2018). *Gobierno de Chile*. Obtenido de Gobierno de Chile : <https://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/layout/doc/ipc/Valor%20CBA%20y20LP's%2018.09.pdf>
- Strauss, J. C. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Universidad de Antioquia.

Subiela, J., Abellón, J., Celdrán, A., & Satorres, J. M. (2014). La importancia de la escucha activa en la intervención enfermera. *Enfermería Global*.

Taylor, S., & Bodgan, R. (1987). *Intricucción a los metodos cualitativos de investigación*. Barcelona : Paidós.

Valiente B., Sergio, & Uauy D., Ricardo. (2002). EVOLUCION DE LA NUTRICION Y ALIMENTACION EN CHILE EN EL SIGLO XX. *Revista chilena de nutrición*, 29(1), 54-61. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182002000100008>

Varela, M. & Vives, T. (2016). Autenticidad y calidad en la investigación educativa cualitativa: Multivocalidad, Metodología de Investigación en Educación Médica, Vol. 5, N°, 19, págs. 191 - 198.

Vio del Rio, Fernando. (2018). Aumento de la obesidad en Chile y en el mundo. *Revista chilena de nutrición*, 45(1), 6. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182018000100006>

ANEXOS



Consentimiento informado

Estimado/a Señor/a:

Usted ha sido invitado/a a participar en la investigación “Significados que otorgan las familias biparentales a los ritos alimentarios desarrollados en su hogar”. Dicha investigación está enmarcada dentro del proyecto de Tesis para optar al título de Psicólogo de la Universidad del Bío-Bío.

Usted, como participante de dicho proceso de investigativo, tiene el derecho de retirar el consentimiento para su participación en cualquier momento, sin recibir sanción alguna. La realización de este proceso investigativo no conlleva ningún riesgo ni recibe ningún beneficio económico ni para las investigadoras ni para los/as participantes.

Cabe señalar, además, que toda la información obtenida estará resguardada bajo el principio ético de confidencialidad y será guardada por las investigadoras responsables en dependencias de la Universidad y sólo se utilizará en los trabajos propios de este estudio. Por lo mismo, la identidad de la persona participante no estará comprometida bajo ninguna circunstancia.

Una vez finalizada la investigación los/as participantes tendrán derecho a conocer los principales resultados de la investigación.

Investigadoras:

Scarlet Monsalve Illesca

Paulina Zapata Rubilar

Rut: 19.414.461-k

Rut: 19.599.757-8

AUTORIZACIÓN

Al firmar este consentimiento acepto participar de manera voluntaria en esta investigación.

Se me informó que:

- En cualquier momento puedo desistir de participar y retirarme de la investigación.
- Se resguardará mi identidad como participante y se tomarán los recaudos necesarios para garantizar la confidencialidad de mis datos personales y de mi desempeño.
- Se me brindará toda la información que sea posible sobre los procedimientos y propósitos de esta investigación antes de mi participación en ella. Esa información podrá ser ampliada una vez concluida mi participación.

Sólo primer nombre: _____

Firma:

Fecha:

Instrumento: Entrevista semi-estructurada

Entrevista 1

Objetivo 1: Explorar los principales ritos alimentarios que desarrollan las familias dentro de su hogar, como son y cuál es el aporte que han tenido para la vida familiar.

- ¿Conoce algunas costumbres/rutinas relacionadas con la alimentación? ¿Podría describirlas?
- De esas costumbres antes mencionadas. ¿Qué es lo que usted más destaca y porque?
- ¿Cuáles de esas costumbres/rutinas u otras están presentes en su vida familiar?
- ¿Recuerda cuándo y cómo se empezaron a realizar estas rutinas alimentarias en su hogar?
- ¿Cuál cree usted que es el aporte que entregan estas costumbres/rutinas a la vida de su familia?

Entrevista 2

Objetivo 2: identificar la configuración de los roles respecto a los ritos.

- ¿Existen funciones en la organización de las rutinas alimentarias, cuáles y quién/quienes la/s lleva a cabo?
- ¿Cuál es la función que usted cumple? ¿En qué consiste?
- ¿Esa función/funciones es o son consideradas importantes? ¿Por qué?
- ¿Si algún miembro de la familia no cumple con la función asignada que hacen regularmente? ¿Podría describir una situación?

Entrevista 3

Objetivo 3: Comprender la percepción de cada miembro del grupo familiar en relación a la conciliación familia - trabajo, en torno a la creación, mantención y eliminación de los ritos alimentarios.

- ¿Quiénes trabajan en su familia y cuantas horas?
- Con todo el tiempo dedicado al trabajo. ¿alcanza el tiempo para generar espacios de vida familiar? ¿Cuáles son estos espacios?
- Recuerda ¿Cómo era la vida y cómo eran los momentos vividos en torno a la alimentación antes de estar en su trabajo actual?
- Con el actual trabajo, ¿Han tenido que cambiar algunas de estas costumbres o rutinas respecto a la alimentación para mantener la vida familiar?
- Considera que la vida familiar que se vive en torno a la alimentación contribuye a la vida laboral. ¿En qué sentido?