



UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE POSTGRADO

**Significados de la conducta alimentaria de
estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y
Dietética de la Universidad de Chile**

Christopher Hernán Chavarría Tapia

TESIS PARA OPTAR AL GRADO DE MAGÍSTER
EDUCACIÓN EN CIENCIAS DE LA SALUD

Profesor guía de tesis
Dr. Ricardo López Pérez

2021

UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE POSTGRADO

INFORME DE APROBACIÓN TESIS DE MAGÍSTER

Se informa a la Comisión de Grados Académicos de la Facultad de Medicina, que la Tesis de Magíster o AFE presentada por el candidato:

Christopher Hernán Chavarría Tapia

ha sido aprobada por la Comisión Informante de Tesis como requisito para optar al Grado de Magíster en Educación en Ciencias de la Salud en el Examen de Defensa de Tesis rendido el día viernes 30 de julio del 2021.

Prof. Dr. Ricardo López Pérez
Profesor/a guía de tesis
Santiago, Chile

COMISIÓN INFORMANTE DE TESIS

Prof. Dr. Bernardo Aguilera Dreyse

Prof. Martín Saavedra Campos

Prof. Marcela Antúnez Riveros.

Presidente Comisión

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a la persona que con su ejemplo me ha demostrado día a día que la práctica es fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje, que todos somos partícipes de él y que en distintos momentos podemos ser sujetos pertenecientes al binomio docente-estudiante, y que por lo tanto debemos de cuidar nuestras expresiones e intentar actuar de la mejor manera posible en la vida, con un fuerte componente valórico de base.

A la primera persona que ejerció el modelamiento en mí, la primera que me evaluó, la primera que me retroalimentó, y la que quizá sin ser consciente de lo mencionado me formó. A mi profesora de vida.

Gracias Madre.

AGRADECIMIENTOS

A las/os estudiantes participantes del estudio, por confiar sus experiencias vividas a un tercero para su interpretación, y por ser parte importante de mi proceso de formación.

A mi director de tesis, el profesor Ricardo López, que desde el curso de epistemología en educación en ciencias de la salud logró estimular en mí la curiosidad para indagar en la filosofía en el marco de la labor docente, no con un fin utilitarista, sino que como fin en sí mismo, siendo parte fundamental para la selección de mi tema de estudio.

A las/os docentes del magister de educación en ciencias de la salud, de las/los cuales traté de incorporar, de la forma más significativa posible, toda la información y experiencias tratadas en las sesiones.

A mi familia, por brindarme el espacio, comprensión y cariño para poder ejercer mi trabajo sin mayores complicaciones.

INDICE

| | |
|---|----|
| 1.-Resumen..... | 7 |
| 2.-Introducción..... | 9 |
| 2.1.-Relevancia del tema..... | 9 |
| 3.-Planteamiento del Problema..... | 10 |
| 4.-Pregunta de Investigación..... | 11 |
| 5.- Objetivos..... | 11 |
| 5.1.- Objetivo General..... | 11 |
| 5.2.- Objetivos Específicos..... | 11 |
| 6.- Hipótesis o supuestos de investigación..... | 11 |
| 7.- Marco Teórico..... | 12 |
| 8.- Marco Metodológico..... | 15 |
| 8.1.- Tipo y diseño del estudio..... | 15 |
| 8.2.- Participantes del estudio..... | 16 |
| 8.3.- Tamaño muestral..... | 18 |
| 8.4.- Instrumento de recolección de datos..... | 18 |
| 8.5.- Plan de análisis de datos..... | 19 |
| 8.6.- Criterios de rigor metodológico..... | 20 |
| 9.-Aplicación instrumentos de recolección de datos..... | 22 |
| 10.-Metodología de análisis de datos..... | 24 |
| 11.-Resultados..... | 31 |
| 11.1.-Análisis de frecuencia de palabras por categoría..... | 31 |
| 11.2.-Análisis de frecuencia de palabras por instrumento..... | 33 |
| 11.3.-Análisis interpretativo por categoría..... | 43 |
| 11.4.-Distinción entre relación directa e indirecta de las categorías con el significado de la conducta alimentaria..... | 68 |
| 11.5.-Integración de los significados de la conducta alimentaria..... | 69 |
| 12.-Conclusiones..... | 71 |
| 13.-Reflexiones finales..... | 73 |
| 14.-Consideraciones éticas..... | 75 |

| | |
|---|----|
| 15.-Declaración de intereses..... | 77 |
| 16.-Referencias bibliográficas..... | 78 |
| 17.- Anexos..... | 81 |
| Anexo N°1: Carta de compromiso profesor guía de tesis..... | 81 |
| Anexo N°2: Carta de recomendación autorización institución..... | 82 |
| Anexo N°3: Consentimiento informado..... | 83 |
| Anexo N°4: Orientaciones para el registro de anécdota..... | 85 |
| Anexo N°5: Carta de compromiso del investigador..... | 86 |

1.- RESUMEN

La conducta como expresión de una elección se asocia a un objeto intencional, en el caso de la conducta alimentaria en particular, ocurre lo mismo, sólo que enmarcado dentro de lo relativo a la alimentación. Los significados de las diversas conductas alimentarias tienen relación con la intencionalidad que la funda, pudiendo encontrarse esta enmascarada u oculta en el individuo. No existen estudios nacionales que traten el tema de los significados de la conducta alimentaria de estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética. Se diseñó un estudio basado en el paradigma interpretativo, de tipo fenomenológico, y que tuvo por objetivo comprender los significados de las conductas alimentarias de estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile. Los datos fueron recopilados mediante el registro de anécdotas solicitadas a los participantes brindando orientaciones para su registro, también se realizaron entrevistas en profundidad con el fin de ahondar en las experiencias vividas de los participantes en relación con la temática en estudio. Para el análisis de la información se utilizó el software Nvivo Release 1.4.1. Como resultado se obtienen 13 categorías con sus correspondientes subcategorías emergentes, que contienen referencias (citas textuales) extraídas a partir de los datos recopilados de cada participante, posteriormente, a través de su descripción e interpretación, se evidencia que las conductas alimentarias de las/os participantes, poseen una marcada intencionalidad, que tiene a lo social como principal componente que la origina, por lo tanto, otorgándole gran parte de su significado. Aparece como muestra de esto la necesidad de establecer interacciones sociales en el marco de la alimentación, cumplir con estándares sociales a través de llevar a cabo conductas alimentarias específicas, o el consumo de determinados alimentos para mitigar los efectos de una reacción emocional generada por no cumplir con dicho estándar. El significado de conductas alimentarias relacionado con la salud aparece con menor preponderancia que su vinculación con el componente social. Finalmente emergen algunos determinantes para la realización de conductas alimentarias específicas, como la disponibilidad de tiempo para la alimentación, la influencia de diversas culturas alimentarias o la realización de ejercicio físico; pero

que no tienen relación directa con el significado en sí de la conducta.

ABSTRACT

The behavior as an expression of a choice is associated with an intentional object, in the case of eating behavior in particular, the same thing happens, only framed within what is related to food. The meanings of the various eating behaviors are related to the intentionality that founds it, and it can be found masked or hidden in the individual. There are no national studies that address the issue of the meanings of the eating behavior of students of the Nutrition and Dietetics career. A study was designed based on the interpretive paradigm, of a phenomenological type, and whose objective was to understand the meanings of the eating behaviors of 5th year students of the Nutrition and Dietetics career of the University of Chile. The data was collected through the registration of anecdotes requested from the participants providing guidance for their registration, in-depth interviews were also carried out in order to delve into the lived experiences of the participants in relation to the subject under study. For the analysis of the information, the software Nvivo Release 1.4.1 was used. As a result, 13 axial categories are obtained with their corresponding emerging subcategories, which contain references (textual citations) extracted from the data collected from each participant, later, through their description and interpretation, it is evident that the eating behaviors of the participants have a marked intention, which has the social as the main component that originates it, therefore, giving it a large part of its meaning. As an example of this, the need to establish social interactions within the framework of eating appears, to comply with social standards through carrying out specific eating behaviors, or the consumption of certain foods to mitigate the effects of an emotional reaction generated by not complying with said standard. The meaning of eating behaviors related to health appears with less preponderance than its link with the social component. Finally, some determinants emerge for the performance of specific eating behaviors, such as the availability of time to eat, the influence of different food cultures or the performance of physical exercise; but they are not directly related to the meaning of the behavior itself.

2.- INTRODUCCIÓN

2.1.- Relevancia del tema

Los profesionales de la salud, específicamente nutricionistas, se encuentran estrechamente ligados con los procesos de enseñanza-aprendizaje. Estos son educadores, y en contextos diversos, como lo son, la atención primaria de salud, consultas privadas, durante la estadía hospitalaria, entre otros. No obstante, que ha aumentado considerablemente el número de nutricionistas, y más personas tienen acceso tanto a la atención en salud como a educación, en contraste a décadas pasadas, persiste el incremento año a año respecto del número de personas con malnutrición por exceso (sobrepeso más obesidad en sus distintos grados), que padecen enfermedades crónicas no transmisibles, y ligado a esto la adherencia al tratamiento alimentario nutricional se mantiene en cifras bajas. Estas enfermedades tienen como base de su tratamiento, el cambio de estilo de vida hacia uno más saludable, mediante el cambio de conductas alimentarias, pero ¿por qué si ha aumentado el número de nutricionistas en el país y ha mejorado el acceso a la salud, persiste el aumento de personas que padecen enfermedades crónicas no transmisibles y se mantiene tan baja adherencia al tratamiento?

Si bien la respuesta a la pregunta anterior es multifactorial, uno de estos factores es atribuible a la escasa formación en educación que poseen los/as nutricionistas (incluso podríamos decir profesionales de salud en general), y más aún, a la insuficiente presencia curricular en lo que respecta a cambio de conducta del individuo (concepto estrechamente ligado a educación) y a los significados que asignan a ella las/os estudiantes de la carrera de nutrición y dietética, desde una mirada no sólo de las ciencias de la salud, sino que desde las ciencias sociales, con especial hincapié en la filosofía.

En este trabajo se pretende comprender los significados de la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, a partir de una mirada desde las ciencias sociales,

y en particular desde la filosofía. También se puede mencionar desde un perspectiva algo más ambiciosa que este trabajo pretende generar los insumos necesarios para ampliar la discusión en relación con los contenidos que resultan necesarios de ser abordados, desde la filosofía, en la formación curricular del profesional nutricionista, específicamente en relación con la conducta alimentaria que adopta un individuo, lo que ocurre dentro de un marco de significado, del cual el profesional nutricionista debe ser consciente, con la finalidad de realizar una labor educativa más efectiva, y así conducir de mejor manera la adquisición de hábitos de vida saludable.

3.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Hace ya un tiempo, en el ámbito de la salud, se ha comenzado a investigar con mayor esmero con un enfoque cualitativo, lo que sin duda ha sido enriquecedor. Sin embargo, poco se ha estudiado, los significados en relación con temas asociados a la profesión de Nutrición y Dietética. Encontraremos estudios que buscan conocer la percepción estudiantil respecto de diferentes temas, pero pocos con la intencionalidad de analizar en específico los significados de la conducta alimentaria en estudiantes de dicha carrera, es más aún, considerar estos significados como insumos para el proceso de mejora continua de la educación universitaria y, por ende, del proceso enseñanza-aprendizaje es poco frecuente para la profesión. Esto es contrastado, por el amplio bagaje respecto de investigación cualitativa realizado desde las ciencias sociales, y el provechoso uso que hacen de la información obtenida a través del análisis de los datos.

La problemática a abordar en esta tesis de magister corresponde a la comprensión de los significados de la conducta alimentaria de estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile.

4.- PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los significados de la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile?

5.- OBJETIVOS

5.1.- Objetivo General

Comprender los significados de la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile.

5.2- Objetivos Específicos

1.-Describir la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, y su significado.

2.-Interpretar la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, y su significado.

3.-Integrar los distintos significados de la conducta alimentaria de las/os estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile.

6.- HIPÓTESIS O SUPUESTOS DE INVESTIGACIÓN

Las investigaciones de carácter interpretativo, por lo general, no parten de suposiciones previas que busquen ser corroboradas durante el desarrollo de la investigación, sino que emerjan los temas durante el mismo transcurso del trabajo investigativo. Dicho lo anterior, también es evidente que no se puede eludir la influencia de lo que se plantea de acuerdo al estado del arte actual, en donde se establece una relación entre el estudio de la carrera de nutrición y dietética por estudiantes universitarios y la mayor relación con trastornos de la conducta alimentaria, presentándose como supuesto de investigación que los significados

de la conducta alimentaria encontrados en estudiantes universitarios pudiesen tener relación con trastornos de la conducta alimentaria.

Otro supuesto, tendría su base en los conocimientos que adquieren los estudiantes de nutrición y dietética, en relación con los beneficios y perjuicios que tienen para la salud de individuos y poblaciones determinadas conductas alimentarias, estableciéndose que los significados de dichos comportamientos tendrían un estrecho y potente vínculo con componentes atribuibles al ámbito de la salud.

7.- MARCO TEÓRICO

La investigación realizada con estudiantes de la carrera nutrición y dietética acerca de la conducta alimentaria, se ha centrado principalmente en la comparación con otros grupos de estudiantes de distintas carreras, con el fin de establecer la posible predisposición que tendrían en mayor medida estudiantes de la carrera de nutrición y dietética para desarrollar trastornos de la conducta alimentaria, tales como, atracones, dietas restrictivas, etc. Un estudio realizado en estudiantes portugueses de la carrera de nutrición y dietética establece precisamente lo antes mencionado, es decir, que estudiantes de dicha carrera tienen mayor tendencia a tener atracones de comida y a llevar una dieta con un control que ronda los extremos, o bien resulta muy flexible o muy estricta, esto en comparación con estudiantes de otras carreras distintas de nutrición y dietética (Poínhos et al., 2015). Otro estudio realizado en estudiantes de nutrición y dietética alemanes comparado con un grupo control, concluye que los primeros muestran mayor tendencia a tener dietas restrictivas que el grupo control, también menciona que a medida que los estudiantes se encuentran en niveles más avanzados de la carrera escogen alimentos más saludables (Korinth et al., 2010).

Si bien lo anterior es una muestra de la existencia de literatura científica, la cual es abundante, respecto del estudio de la conducta alimentaria en jóvenes universitarios, esta se vuelve más escasa y menos específica en cuanto a tratar

los significados de la misma, y en particular en estudiantes pertenecientes a la carrera de nutrición y dietética. Uno de estos estudios arroja como resultado que la comunidad de estudiantes universitarios asigna como uno de los significados de las prácticas alimentarias; la integración, la vinculación y socialización, como un momento para compartir y fraternizar en torno a los alimentos, también aluden a que posee un significado afectivo, conduciendo a generar un ambiente más armonioso. Por otra parte, se expresan otros significados asociados a conductas relativas a algunos alimentos que pueden ser considerados como no saludables, pero sabrosos; vinculando su consumo al placer y a compartir o reunirse en instancias principalmente de fiesta o diversión, pero contrariamente aparecen otros significados relativos a la culpa, por el hecho de saber que consumen alimentos que no son saludables (Galesi-Pacheco et al., 2019). Por esto es relevante indagar en los significados que otorgan estudiantes de nutrición y dietética específicamente a sus conductas alimentarias.

El significado es un concepto que ha sido tratado principalmente por las ciencias sociales, al contrario de lo ocurrido en el ámbito de las ciencias de la salud. Este concepto, según el filósofo Edmund Husserl principal exponente de la fenomenología, y precursor de la teoría de la significación, no alude meramente el objeto nombrado, sino que hace alusión a la idealidad que lo funda, al contenido intencional de los actos expresivos, a la expresión permanente y no el aspecto caduco de las vacilaciones verbales, aunque Husserl considera que sin tales vacilaciones no es posible significación alguna, esto quiere decir, que la idealidad requiere de la constitución previa de realidad. Por lo tanto, la significación, es un proceso que alude al contenido objetivo del pensar en su totalidad como a la idealidad de esta representación del contenido del pensar, la cual fundamenta con anterioridad entitativa a las concreciones noemáticas en que las idealidades significativas se encarnan, brindando significado. También el significado es tratado como la mención o referencia objetiva, lo que acompaña a las expresiones varias. (Díaz Hernández, 1969)

Los significados a la vez son modos de referencia, vínculos entre la expresión y el

objeto intencional. Entiéndase por expresión a la manera de referirse a un objeto, generalmente enunciando algo de él, pero no necesariamente, también los actos configurados como conducta son expresiones de elecciones que se relacionan con un objeto intencional. (Díaz Hernández, 1969) (Ricoeur, 2014)

Hablaremos primero y brevemente acerca de la elección y su relación con la conducta como expresión, para luego detallar con mayor profundidad al lenguaje como expresión y como acercamiento para la interpretación de significados.

La elección, según el filósofo francés Jean Paul Sartre, indica que “cada hombre crea su esencia tal como vive”, haciendo alusión a que la existencia precede a la esencia, lo que revela finalmente que, el ser humano se constituye a través de la elección, es decir, se vuelve el propio artífice de su construcción como ser, mediante las elecciones que decide emprender. La elección configurada como acto y expresada en forma de conducta, tiene vinculación con el objeto intencional. (Sartre, 1984)

Debemos entender la conducta alimentaria como la expresión de un acto ligado a un objeto intencional, que en muchas oportunidades se encuentra en un plano secundario, lleno de opacidad, y que no logra volverse consciente por el individuo, y que en este caso tiene relación con los alimentos. Aquí radica la relevancia de indagar sobre los diferentes significados referentes al tema, utilizando como medio el lenguaje y su referencia al acto como forma de expresión a estudiar. (Ricoeur, 2006) (Polo, 2016) (Ricoeur, 2002)

La experiencia lingüística posee un carácter precursor, en el sentido que precede a la acción entendiendo que considera al lenguaje, como un elemento de expresión configurador de lo que la persona humana es, y a la vez de la realidad primaria en la que el hombre se encuentra inmerso. Hans Georg Gadamer señala, “estamos tan inmersamente insertos en el lenguaje como en el mundo”, es así que el lenguaje configura nuestra experiencia en el mundo. Se comprende el carácter trascendental del acto de relatar, en donde el texto se constituye en la unidad

lingüística posible de ser interpretada, y por consiguiente de ser comprendida. Cada discurso es un relato, y cada relato es una narración que articula la experiencia del que la expresa, y este relato es susceptible de ser convertido en una unidad lingüística llamada texto. (Polo, 2016) (Gadamer, 2007)

De esta manera, se nos aproxima la hermenéutica proporcionando una nueva forma de comprender el lenguaje, de interpretar la experiencia humana. Cabe destacar que esta última posee como cualidad común, al carácter temporal. Todo lo que relatamos ocurre en el tiempo, se desarrolla temporalmente y, a su vez, todo lo que se desarrolla en el tiempo puede ser relatado. Por lo tanto, la hermenéutica como filosofía de la comprensión, se basa en la concepción del lenguaje y del tiempo, otorgándoles valor, y por lo tanto contribuyendo a la comprensión de los significados, al considerar como indisoluble al ser del tiempo. (Ricoeur, 2002) (Polo, 2018).

8.- MARCO METODOLÓGICO

8.1.- Tipo y diseño del estudio

Este estudio considera como marco de referencia el paradigma interpretativo, con sus respectivas dimensiones ontológica (complejidad y dinamismo de la realidad, el cual es construido, interpretado y vivido por las personas y su interacción con otros; el ser social crea significados y da sentido a su mundo) epistemológica (el conocimiento no se basa solamente en el fenómeno observable, sino que también en las creencias subjetivas, valoraciones, etc. El conocimiento es construido y resulta relevante la forma de otorgar significado) y metodológica (el investigador trae consigo su propia experiencia subjetiva a la investigación, intenta desarrollar una comprensión de la totalidad del fenómeno y en profundidad de cada una de las partes relacionadas y conectadas al todo). Es un estudio de tipo cualitativo, con un enfoque fenomenológico interpretativo. (Guba & Lincoln, 1994) Este último se orienta a la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida, al reconocimiento del significado del valor pedagógico de esta

experiencia. (Van Manen, 1997)

Corresponde a un diseño de tipo fenomenológico interpretativo/hermenéutico, ya que se tiene por objetivo transformar la experiencia vivida en una expresión textual de su esencia, de manera que el efecto del texto represente un revivir reflejo y una aproximación reflexiva de algo significativo, o, dicho de otro modo, este tipo de diseño o enfoque se orienta a la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida por los sujetos. El estudio se centra en el significado esencial de los fenómenos, así como por el sentido y la importancia que tienen.

Además, este tipo de estudios posee un carácter tanto empírico como reflexivo, empírico en relación con la recogida o recolección de datos, que en este caso se realizará mediante la solicitud del registro de anécdotas vinculadas al tema a investigar y la realización de entrevistas en profundidad, en donde el interés se vuelve de tipo descriptivo e interpretativo. Por otra parte, también es de carácter reflexivo, ya que se pretende analizar y determinar las estructuras esenciales de la experiencia recogida, mediante el trabajo de los datos en dimensiones y categorías emergentes, y su análisis de contenido temático.

8.2.- Participantes en el estudio

- Caracterización de la muestra

Estudiantes que ya han cursado toda la parte lectiva del plan de formación de la carrera de Nutrición y Dietética, y ya son licenciados/as en Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, y que se encuentran cursando sus prácticas profesionales. El 85,7% del universo corresponde a personas de sexo femenino y un 14,3% de sexo masculino. El 80% de las/os estudiantes ingresaron a la universidad vía prueba de selección universitaria (PSU) y el 20% restante mediante otras modalidades de ingreso (ingresos especiales). El promedio de edad de las/os estudiantes es de 23 años.

Como antecedente y debido a la temática que aborda esta investigación resulta relevante mencionar que, dentro de la formación lectiva de la carrera de Nutrición y

Dietética de la Universidad de Chile, se encuentra el curso denominado “Educación, Conducta y Salud”, en donde uno de los resultados de aprendizaje que se espera los/as estudiantes logren es:

“Analizar en conjunto los enfoques teóricos del aprendizaje y del cambio conductual en salud que le permitan orientar el proceso de interacción comunicacional en la consulta nutricional, para promover aprendizajes significativos que se traduzcan en la adquisición voluntaria de conductas alimentarias y otras relacionadas, de carácter saludable, en individuos y grupos”.

Esto es relevante de considerar como antecedente, ya que los/as estudiantes han sido formados acerca de teorías de aprendizaje (Kolb, Ausubel, etc) y cambio conductual (modelo de creencias en salud, teoría de la acción razonada, teoría de la conducta planificada, teoría de la autorregulación y sentido común, teoría social cognitiva, etc) para la adquisición voluntaria de conductas alimentarias de carácter saludable por parte de individuos o grupos.

- Criterios de inclusión

Se consideró dentro del estudio a los/as estudiantes que se encuentren cursando 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, el que corresponde al último año de la formación curricular, constituido por los cursos de práctica profesional en las áreas de Nutrición Comunitaria (Atención Primaria de Salud - CESFAM), Nutrición Clínica Adulto y Adulto Mayor (Atención terciaria de Salud – Hospitales y Clínica), Nutrición Clínica Infanto-Juvenil (Atención terciaria de Salud – Hospitales) y Gestión en Servicios de Alimentación Colectiva (Casinos de alimentación). El motivo de tal selección de la muestra, se debe a que las /os estudiantes ya cuentan con experiencia en relación con la atención de usuarios/pacientes realizando intervención para el cambio de conductas alimentarias, además, de ya ser prácticamente nutricionistas (se encuentran ad portas de obtener el título profesional), por lo que es probable que la comprensión que posean respecto de la vinculación entre conducta alimentaria y su significación

no varíe en gran medida en el breve período de tiempo que resta para obtener el grado profesional.

Cabe destacar que se consideró para la selección de participantes a este estudio tanto a mujeres como a hombres, de acuerdo a las proporciones del universo antes mencionadas en la caracterización de la muestra.

- *Criterios de exclusión:*

No se registran criterios de exclusión.

8.3.- Tamaño muestral

El universo se encuentra enmarcado por la cantidad total de estudiantes del curso correspondiente a 42 en total. Se recomienda que para estudios fenomenológicos dirigidos a discernir la esencia de las experiencias incluyan alrededor de seis participantes. Para la muestra se debe tomar en consideración el criterio de saturación de los datos y el número de participantes que en la literatura científica de carácter similar asocian a este criterio y que generalmente ronda entre las 6-10 personas (Sandelowski, 1995). La muestra es de carácter intencionada y para este estudio se solicitó la participación de 10 estudiantes de ambos sexos, respetando su proporción dentro del curso, es decir 9 mujeres y 1 hombre. Una estudiante desistió de participar del estudio por falta de tiempo, por lo que el total final de participantes corresponde a 9, ocho mujeres y un hombre.

8.4.- Instrumento de recolección de datos

La recolección de la información se realizó primeramente mediante el registro de anécdotas personales acerca del fenómeno en estudio, es decir, sobre la experiencia de la alimentación (conducta alimentaria) vivenciada por estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile participantes del estudio. Estas anécdotas debían poseer determinadas características para obtener relatos adecuados desde el punto de vista fenomenológico, tales como, ser libres de valoraciones subjetivas, interpretaciones

causales, explicaciones teóricas, entre otras; para lo que se estableció recomendaciones previas al registro de la anécdota por parte de las/os participantes, lo que sirvió de orientación para el registro del relato y descripción de la experiencia tal como se ha vivido.

Una vez recolectadas las anécdotas se agendó una entrevista en profundidad con la/el participante, en donde se realizaron preguntas abiertas considerando ejes temáticos en relación con el tema de estudio, sólo con la finalidad de servir de guía. La entrevista se realizó de forma online, mediante la plataforma de videollamadas Zoom, la cual fue de utilidad como complemento al registro de anécdotas personales de los participantes en relación al tema (Creswell, 2012).

8.5.- Plan de análisis de datos

En lo que respecta al diseño de investigación se llevaron a cabo las siguientes actividades que se encuentran en interacción dinámica, propuestas por Max Van Manen (Van Manen, 1997) como estructura metódica general:

-Centrarse en un fenómeno que nos interesa verdaderamente y nos compromete con el mundo. Se refiere al centrarse como investigador en la experiencia vivida, esta última implica una conciencia de vida inmediata y prerreflexiva; un conocimiento reflejo o dado por uno mismo, que no es, en tanto que conocimiento, consciente de sí mismo. Alude a la orientación del investigador hacia el fenómeno.

-Investigar la experiencia del modo en que la vivimos, y no tal como la conceptualizamos. Hace alusión al intento de describir la experiencia tanto como sea posible en términos experienciales, tal como es, centrándose en una situación o acontecimiento particular, y sin ofrecer explicaciones causales o generalizaciones interpretativas de la experiencia.

-Reflexionar sobre los aspectos esenciales que caracterizan el fenómeno. El

propósito de esta actividad es aprehender el significado esencial del fenómeno, analizando reflexivamente aquellos aspectos que parecen ser temas experienciales y así establecer si poseen poder fenomenológico (análisis temático de contenidos).

-Describir el fenómeno mediante el arte de escribir y reescribir. El propósito es escribir un texto fenomenológico, tomando prestadas las palabras de otros autores, como poetas, filósofos, entre otros; ya que estos pueden ayudar a contribuir a describir una experiencia más allá de la capacidad del investigador.

-Mantener una relación pedagógica firme con el fenómeno y orientada hacia él. Esta actividad requiere del esfuerzo del investigador para mantener una relación de profundo y permanente interés por el fenómeno en estudio, en donde aparezca, la interpretación del investigador con orientación a la profesión a la que pertenece, como un recurso que contribuya a la producción de conocimiento.

-Equilibrar el contexto de la investigación considerando las partes y el todo. Construir un texto que en su estructura dialógica y organización argumentativa apunta a un determinado efecto, que logre balancear la diferente importancia de las partes en la estructura total.

Por la naturaleza del estudio, de carácter inductivo, en donde aparecerán categorías emergentes, se realizaron análisis de contenido temáticos, y se utilizó como apoyo para el procesamiento de los datos el software Nvivo Release 1.4.1 (Trigueros et al., 2019).

8.6.- Criterios de rigor metodológico

Para el desarrollo de la investigación cualitativa es necesario seguir criterios de rigor metodológico para mejorar su integridad. En este estudio se tomaron en consideración los siguientes criterios de rigor (Guba & Lincoln, 1994):

-Confianza: corresponde a la fiabilidad interna en el paradigma cuantitativo. Responde a la interrogante: ¿En qué medida el investigador es más preciso en su percepción de la realidad con el paso del tiempo? ¿Cómo ha evolucionado la fuente de datos?

Las estrategias para cumplir con este criterio tienen relación con la revisión por investigador externo, solapamiento de métodos, notas de entrevistas realizadas, etc.

-Confirmabilidad: corresponde a la fiabilidad externa en el paradigma cuantitativo. Se refiere a la forma en la cual un investigador puede seguir la pista, o ruta, de lo que hizo otro. Para ello es necesario un registro y documentación completa de las decisiones e ideas que ese investigador tuvo en relación con el estudio. Esta estrategia permite examinar los datos y llegar a conclusiones iguales o similares, siempre y cuando se tengan perspectivas análogas. Se considera que no se desea ocultar la subjetividad del investigador, pero sí se busca que los datos y las conclusiones sean confirmadas por personas externas.

Como estrategias para cautelar el cumplimiento de este criterio tenemos la triangulación, la práctica de la epojé, grabación de entrevistas, la reflexión epistemológica, análisis de la transcripción fiel de las entrevistas a los informantes, etc.

-Transferibilidad: Corresponde a la validez externa en el paradigma cuantitativo. Hace referencia al grado en que puede aplicarse los descubrimientos de una investigación a otros sujetos o contextos. Se busca proporcionar el conocimiento sobre el contexto que permitirán transferir las conclusiones a contextos similares. No busca aplicar sin condiciones. Así el grado de transferibilidad es función directa de la similitud entre los contextos donde se realiza un estudio.

Con el fin de resguardar la transferibilidad de los resultados de una investigación se pueden utilizar como estrategias, el recoger abundantes datos descriptivos, descripciones detalladas, muestro teórico, etc.

-Credibilidad: Corresponde a la validez interna en el paradigma cuantitativo. Se logra cuando el investigador, a través de observaciones y conversaciones prolongadas con los participantes del estudio, recolecta información que produce hallazgos y luego éstos son reconocidos por los informantes como una verdadera aproximación sobre lo que ellos piensan y sienten.

Para determinar la credibilidad de una investigación educativa se pueden constatar los siguientes elementos: Uso de transcripciones textuales de las entrevistas para respaldar los significados e interpretaciones presentadas en los resultados del estudio, consideración de los efectos de la presencia del investigador sobre la naturaleza de los datos, uso de la triangulación en la recolección de datos para determinar la congruencia entre los resultados, discusión de las interpretaciones con otros investigadores, etc.

9.- APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

A.-Anécdota.

Se solicitó el registro de anécdotas, vía correo electrónico, a la totalidad de participantes del estudio (9 estudiantes), en paralelo se realizaron las respectivas entrevistas en profundidad. Para la solicitud de la anécdota se creó un documento denominado "Orientaciones para el registro de anécdota" (ver anexo N°4), que contiene recomendaciones basadas en la literatura y experiencia previa de investigadores expertos que han utilizado este tipo de instrumentos de recolección de datos en investigación cualitativa. Además, en dicho documento se solicita que el registro posea una extensión mínima de una plana y máxima de 2 planas y media.

B.-Entrevista en profundidad

Para la entrevista en profundidad se elaboró un pequeño guion con preguntas orientadoras, el que fue revisado por el Director de Tesis, siendo finalmente sintetizado en las tres siguientes orientaciones para la entrevista:

- 1.-Significado y motivación de estudiar la carrera de Nutrición y Dietética en Universidad de Chile.
- 2.-Percepción de cambio, en cuanto a alimentación (conductas alimentarias), desde el comienzo, o incluso previo al estudio de la carrera, a la actualidad.
- 3.-Vinculación de la alimentación (conductas alimentarias) e influencia con otros aspectos de la vida, tales como, salud e interacción con otros.

Estas orientaciones no tenían por finalidad ser un instructivo o direccionar a la/el participante en relación con respuestas esperadas, sino que, abrir la conversación para ahondar en temas relativos al objeto de estudio, específicamente, cuando la conversación se viese prontamente acabada o atascada en temas que se escapasen del objeto y que por ende no tuviesen relación directa ni indirecta con conductas alimentarias.

Se realizaron dos entrevistas a estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile que no participaron del estudio, previo a la realización con las/os participantes del mismo, con el fin de ganar experiencia en cuanto a la adecuada realización de la técnica de recolección de datos.

A medida que cada participante hacía envío de registro de anécdota se agendaba inmediatamente fecha y hora para la realización de entrevista en profundidad, la cual se realizó, vía remota, a cada uno/a de los/as participantes, mediante plataforma Zoom. Luego de cada entrevista, el investigador trabajó con la grabación de la misma comenzando su transcripción en formato Word.

10.- METODOLOGÍA DE ANÁLISIS DE DATOS.

Al cabo de haber realizado las entrevistas en profundidad, con sus respectivas transcripciones, se comenzó a hacer el registro de los datos en el software Nvivo Release 1.4.1. En las transcripciones de cada entrevista se registraron los siguientes nombres previo a los enunciados emitidos por cada uno de los/las incumbentes: “entrevistador” para el investigador, y “entrevistada o entrevistado” en el caso de la/el participante del estudio. Esto fue hecho de esta manera con el fin de facilitar la separación del discurso del participante del discurso del investigador, ya que el software requiere de la distinción por “orador” para la identificación de los discursos relevantes en la investigación.

Dicho lo anterior se agregó como material al software, en el apartado de “Datos”, sección “Archivos”, las transcripciones correspondientes a cada entrevista y luego se separó el discurso por orador quedando como destacados los enunciados de las/os participantes, lo que facilita la identificación de los datos y el posterior análisis. También se agregó en la misma sección antes señalada las anécdotas correspondientes a cada participante, las cuales no requerían de ninguna separación por orador, ya que este era único y representado por la/el participante.

Posteriormente, se creó en el software los denominados “casos”, en un número total de nueve, cada uno de ellos correspondiente a una/o de las/os participantes del estudio. Cada caso contenía el registro de anécdota y transcripción de la entrevista de cada participante.

Realizado lo anterior, se dieron los primeros pasos para el análisis de los datos con apoyo del software antes mencionado, específicamente, en el apartado “Codificación”, sección “Códigos”, en donde se trabajó primeramente en base al registro de anécdotas de las/os participantes, para dejar como una segunda etapa el análisis de las transcripciones de las entrevistas en profundidad. Es necesario

destacar que previo al inicio del análisis el investigador tomaba consciencia de la labor realizada e intentaba practicar la Epojé.

El trabajo se realizó de la siguiente manera, se hacía lectura de la anécdota de la/el participante y a medida que se detectaba en el discurso una idea principal o una frase/oración/párrafo que denotaba una intencionalidad específica en relación con la conducta alimentaria expuesta, se destacaba en el software la(s) palabra(s) registrada(s) que mejor representase(n) dicha idea, otorgándole el nombre inicial a la categoría emergente que se generaba a partir de dicho análisis, esto con el fin de respetar el uso del lenguaje emitido por las/os participantes del estudio, lo cual ya tiene un valor en sí mismo.

A continuación, se presentan las categorías emergentes establecidas a partir del análisis realizado exclusivamente a anécdotas de las/os participantes (ver imagen N°1 y N°2). Estas consideran hasta la fecha de creado correspondiente al día 03 de mayo del presente año a las 09:38 horas.

Imagen N°1: Categorías emergentes, registros anécdotas.

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado el | Modificado por |
|-------------------|----------|-------------|------------------|------------|------------------|----------------|
| Tiempo | 11 | 21 | 01-05-2021 13:03 | CCH | 15-05-2021 7:53 | CCH |
| Salud | 12 | 47 | 01-05-2021 13:08 | CCH | 15-05-2021 8:13 | CCH |
| Valoración alimen | 8 | 13 | 01-05-2021 13:13 | CCH | 09-05-2021 12:27 | CCH |
| Autocrítica | 12 | 19 | 01-05-2021 13:17 | CCH | 11-05-2021 4:18 | CCH |
| Estrés | 6 | 7 | 01-05-2021 13:18 | CCH | 15-05-2021 8:11 | CCH |
| Angustia | 2 | 2 | 01-05-2021 13:19 | CCH | 09-05-2021 12:05 | CCH |
| Decaimiento | 1 | 1 | 01-05-2021 13:20 | CCH | 01-05-2021 13:20 | CCH |
| Apetito | 2 | 2 | 01-05-2021 13:21 | CCH | 03-05-2021 20:08 | CCH |
| Peso | 8 | 19 | 01-05-2021 13:21 | CCH | 11-05-2021 4:07 | CCH |
| Disponibilidad de | 9 | 11 | 01-05-2021 13:22 | CCH | 15-05-2021 7:53 | CCH |
| Cansancio | 2 | 2 | 01-05-2021 13:24 | CCH | 03-05-2021 18:33 | CCH |
| Acceso a aliment | 4 | 10 | 01-05-2021 13:31 | CCH | 15-05-2021 7:46 | CCH |
| Familia | 16 | 57 | 01-05-2021 13:33 | CCH | 15-05-2021 7:46 | CCH |
| Ansiedad | 9 | 12 | 01-05-2021 13:34 | CCH | 11-05-2021 3:25 | CCH |
| Dinero | 11 | 21 | 01-05-2021 13:36 | CCH | 15-05-2021 7:51 | CCH |
| Enojo | 1 | 1 | 01-05-2021 13:44 | CCH | 01-05-2021 13:44 | CCH |
| Emoción | 16 | 54 | 01-05-2021 13:45 | CCH | 15-05-2021 8:11 | CCH |
| Compartir | 12 | 40 | 01-05-2021 14:31 | CCH | 15-05-2021 7:46 | CCH |

Imagen N°2: Categorías emergentes, registros anécdotas (continuación).

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado el | Modificado por |
|--------------------|----------|-------------|------------------|------------|------------------|----------------|
| Compartir | 12 | 40 | 01-05-2021 14:31 | CCH | 15-05-2021 7:46 | CCH |
| Presión social | 10 | 55 | 01-05-2021 14:35 | CCH | 15-05-2021 8:07 | CCH |
| Autocontrol | 10 | 28 | 01-05-2021 14:37 | CCH | 15-05-2021 8:12 | CCH |
| Culpa | 8 | 20 | 01-05-2021 14:40 | CCH | 15-05-2021 8:00 | CCH |
| Placer | 4 | 6 | 03-05-2021 9:30 | CCH | 11-05-2021 3:28 | CCH |
| Novedad | 1 | 1 | 03-05-2021 9:38 | CCH | 03-05-2021 9:39 | CCH |
| Valoración estudi | 9 | 18 | 03-05-2021 17:07 | CCH | 11-05-2021 4:01 | CCH |
| Valoración estudi | 8 | 12 | 03-05-2021 17:09 | CCH | 11-05-2021 4:03 | CCH |
| Motivación por e | 6 | 6 | 03-05-2021 17:12 | CCH | 11-05-2021 4:06 | CCH |
| Autoestima | 4 | 6 | 03-05-2021 18:19 | CCH | 15-05-2021 8:00 | CCH |
| Rol del nutricioni | 9 | 27 | 03-05-2021 18:24 | CCH | 15-05-2021 8:15 | CCH |
| Percepción Corp | 9 | 35 | 03-05-2021 18:24 | CCH | 15-05-2021 8:00 | CCH |
| Redes sociales | 9 | 22 | 03-05-2021 19:52 | CCH | 15-05-2021 7:59 | CCH |
| Culturas aliment | 8 | 11 | 03-05-2021 19:54 | CCH | 15-05-2021 8:03 | CCH |
| Muestra de afect | 7 | 12 | 03-05-2021 19:58 | CCH | 15-05-2021 8:02 | CCH |
| Ejercicio físico | 6 | 13 | 03-05-2021 20:07 | CCH | 15-05-2021 8:10 | CCH |
| Nutrición como | 1 | 1 | 04-05-2021 22:06 | CCH | 04-05-2021 22:06 | CCH |
| Conocimiento nu | 8 | 31 | 04-05-2021 22:17 | CCH | 15-05-2021 8:13 | CCH |

Destacar que se excluyen las categorías posteriores a fecha antes mencionada, ya que estas últimas corresponden a las emergentes del análisis realizado a partir de las transcripciones correspondientes a las entrevistas en profundidad (ver imagen N°3).

Imagen N°3: Categorías emergentes a partir exclusivamente de transcripción entrevista en profundidad.

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado el | Modificado por |
|-----------------------------------|----------|-------------|---------------|------------|---------------|----------------|
| Placer | 4 | 6 | 03-05-2021 9: | CCH | 11-05-2021 3: | CCH |
| Novedad | 1 | 1 | 03-05-2021 9: | CCH | 03-05-2021 9: | CCH |
| Valoración estudiar nutrición | 9 | 18 | 03-05-2021 17 | CCH | 11-05-2021 4: | CCH |
| Valoración estudiar en U.de Chile | 8 | 12 | 03-05-2021 17 | CCH | 11-05-2021 4: | CCH |
| Motivación por estudiar nutrición | 6 | 6 | 03-05-2021 17 | CCH | 11-05-2021 4: | CCH |
| Autoestima | 4 | 6 | 03-05-2021 18 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Rol del nutricionista | 9 | 27 | 03-05-2021 18 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Percepción Corporal | 9 | 35 | 03-05-2021 18 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Redes sociales | 9 | 22 | 03-05-2021 19 | CCH | 15-05-2021 7: | CCH |
| Culturas alimentarias | 8 | 11 | 03-05-2021 19 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Muestra de afecto | 7 | 12 | 03-05-2021 19 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Ejercicio físico | 6 | 13 | 03-05-2021 20 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Nutrición como herramienta | 1 | 1 | 04-05-2021 22 | CCH | 04-05-2021 22 | CCH |
| Conocimiento nutrición | 8 | 31 | 04-05-2021 22 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Trastorno conducta alimentaria | 8 | 12 | 08-05-2021 14 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Consciencia de la alimentación | 5 | 9 | 09-05-2021 11 | CCH | 15-05-2021 8: | CCH |
| Recompensa Premio | 2 | 3 | 09-05-2021 12 | CCH | 11-05-2021 3: | CCH |

De las 38 categorías emergentes totales inicialmente establecidas, el 60,5% (23 categorías) corresponden exclusivamente a las generadas a partir del análisis del registro de anécdotas y el 39,5% (15 categorías) restante exclusivamente a las transcripciones de las entrevistas en profundidad, sin embargo, a partir del análisis de estas últimas se incorporaron también frases/oraciones/párrafos (se denominan “referencias” en el software) a categorías no exclusivas y que ya habían sido creadas a partir de lo mencionado en anécdotas, llegando a alcanzar una presencia total en las categorías correspondiente al 92,1% (35 categorías).

Se debe mencionar que ya se había alcanzado el 100% de las categorías establecidas luego de realizar el análisis de las transcripciones de 5 entrevistas en profundidad. Las 4 entrevistas restantes aportaron contenido a las categorías emergentes ya definidas.

El siguiente paso fue aunar las categorías emergentes ya definidas según las palabras enunciadas por las/os participantes del estudio en un sistema de categorías más reducido, que incorporase a categorías emergentes relacionadas. De un total de 38 categorías, dos de ellas, “novedad” y “nutrición como herramienta”, fueron fusionadas y renombradas dentro de categorías ya existentes por corresponder de mejor forma a su significado, específicamente a la categoría “tiempo” y a “conocimiento en alimentación y nutrición” respectivamente. Se obtuvieron un total de 13 categorías, en donde cada una se marca con un círculo azul y se encuentran estrechamente ligadas con la conducta alimentaria, mientras que las 4 categorías que no revisten relación con el objeto de estudio no serán abordadas en esta investigación, y se destacan con un círculo rojo (ver imagen N°4).

Imagen N°4: Categorías.

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado e | Modificado p | |
|--|----------|-------------|------------|------------|--------------|--------------|---|
| Disponibilidad de tiempo | 11 | 21 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Salud | 12 | 47 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Valoración alimentación | 8 | 13 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Autocrítica | 12 | 19 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Emoción | 16 | 54 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Estándares sociales | 10 | 55 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Culturas alimentarias | 8 | 11 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Muestra de afecto | 7 | 12 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Ejercicio físico | 6 | 13 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Conocimiento en alimentación y nutrición | 8 | 31 | 04-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Interacción social | 0 | 0 | 23-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Seguridad alimentaria | 0 | 0 | 23-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Percepción de la imagen corporal | 9 | 35 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Valoración estudiar nutrición | 9 | 18 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Valoración estudiar en U.de Chile | 8 | 12 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Motivación por estudiar nutrición | 6 | 6 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |
| Rol del nutricionista | 9 | 27 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 | CCH | ● |

Algunas categorías (marcadas con un círculo azul) contienen subcategorías emergentes (marcadas con un círculo verde) como se muestra a continuación (ver imagen N°5 y 6)

Imagen N°5: Subcategorías emergentes contenidas en categorías.

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado el | Modificado por |
|--------------------------------|----------|-------------|------------|------------|----------------|----------------|
| Disponibilidad de tiempo | 11 | 21 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 17: | CCH |
| Salud | 12 | 47 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Valoración alimentación | 8 | 13 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Consciencia de la alimentación | 5 | 9 | 09-05-2021 | CCH | 15-05-2021 8:0 | CCH |
| Autocrítica | 12 | 19 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Culpa | 8 | 20 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 8:0 | CCH |
| Autocontrol | 10 | 28 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 8:1 | CCH |
| Emoción | 16 | 54 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 17: | CCH |
| Enojo | 1 | 1 | 01-05-2021 | CCH | 01-05-2021 13: | CCH |
| Ansiedad | 9 | 12 | 01-05-2021 | CCH | 11-05-2021 3:2 | CCH |
| Angustia | 2 | 2 | 01-05-2021 | CCH | 09-05-2021 12: | CCH |
| Estrés | 6 | 7 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 8:1 | CCH |
| Placer | 4 | 6 | 03-05-2021 | CCH | 11-05-2021 3:2 | CCH |
| Novedad | 1 | 1 | 03-05-2021 | CCH | 03-05-2021 9:3 | CCH |
| Castigo - Recompensa | 2 | 3 | 09-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Estándares sociales | 10 | 55 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Redes sociales | 9 | 22 | 03-05-2021 | CCH | 15-05-2021 7:5 | CCH |

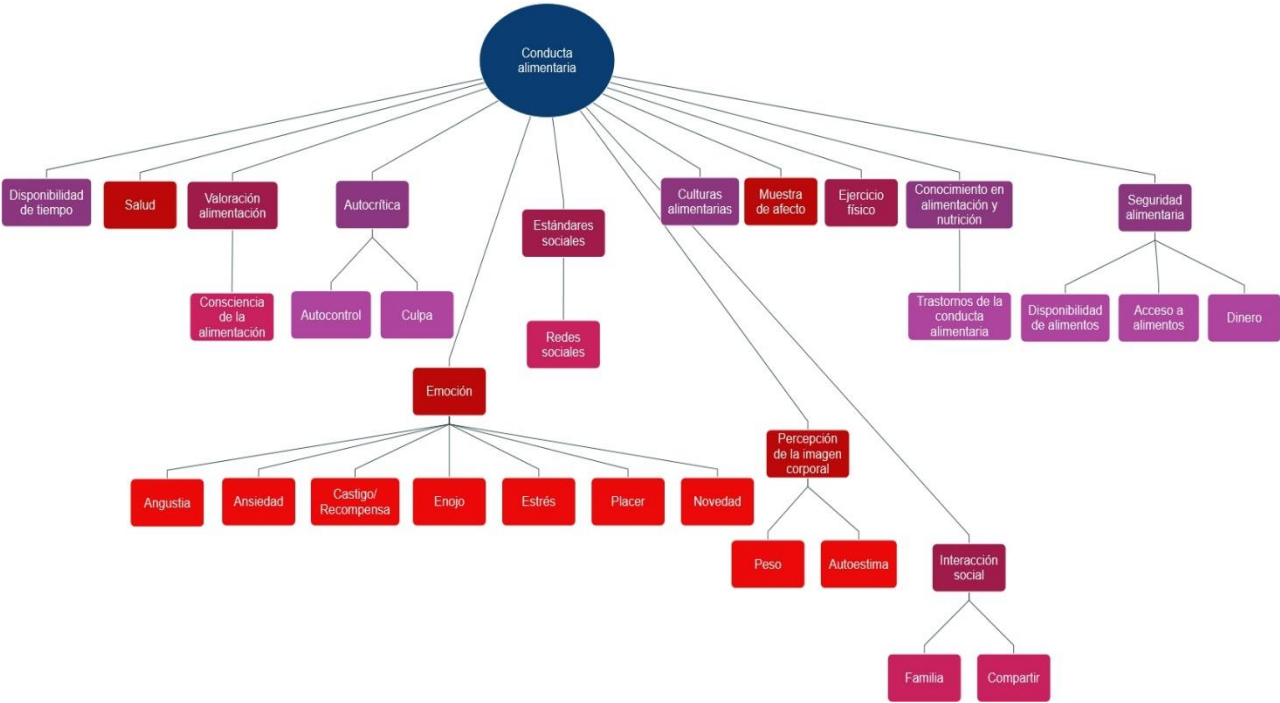
Imagen N°6: Subcategorías emergentes contenidas en categorías (continuación).

| Nombre | Archivos | Referencias | Creado el | Creado por | Modificado el | Modificado por |
|--|----------|-------------|------------|------------|----------------|----------------|
| Redes sociales | 9 | 22 | 03-05-2021 | CCH | 15-05-2021 7:5 | CCH |
| Culturas alimentarias | 8 | 11 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Muestra de afecto | 7 | 12 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Ejercicio físico | 6 | 13 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Conocimiento en alimentación y nutrición | 8 | 31 | 04-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Trastornos de la conducta alimentaria | 8 | 12 | 08-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Interacción social | 0 | 0 | 23-05-2021 | CCH | 23-05-2021 18: | CCH |
| Familia | 16 | 57 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 7:4 | CCH |
| Compartir | 12 | 40 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 7:4 | CCH |
| Seguridad alimentaria | 0 | 0 | 23-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Disponibilidad de alimentos | 9 | 11 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Acceso a alimentos | 4 | 10 | 01-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |
| Dinero | 11 | 21 | 01-05-2021 | CCH | 15-05-2021 7:5 | CCH |
| Percepción de la imagen corporal | 9 | 35 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 21: | CCH |
| Peso | 8 | 19 | 01-05-2021 | CCH | 11-05-2021 4:0 | CCH |
| Autoestima | 4 | 6 | 03-05-2021 | CCH | 15-05-2021 8:0 | CCH |
| Valoración estudio nutrición | 0 | 18 | 03-05-2021 | CCH | 23-05-2021 20: | CCH |

En el siguiente mapa conceptual se aprecia el sistema de categorías antes

mencionado con las subcategorías emergentes que incluye (ver imagen N°6).

Imagen N°6: Mapa conceptual, sistema de categorías.



Posteriormente, al realizar el análisis de los datos obtenidos a partir de las entrevistas y anécdotas, se podrá distinguir las categorías que poseen relación directa con la intencionalidad detrás de las conductas alimentarias, es decir, con su significado, de las categorías que tienen influencia en las conductas alimentarias, sin ser parte necesariamente de su significado.

Cabe destacar que el registro de anécdotas y la transcripción de las entrevistas se encuentran disponibles en formato digital y puede ser solicitado al investigador por la comisión de postgrado o comité de ética.

11.- RESULTADOS.

11.1.- Análisis de frecuencia de palabras por categoría.

A partir de las categorías presentadas anteriormente (ver imagen N°4) se expone tabla donde se presentan categorías, subcategorías emergentes, números de referencias asociadas y su presencia en cantidad de archivos, según orden decreciente establecido de acuerdo al número de referencias totales presentes por categoría; lo que contribuye a distinguir lo extendido o no de las vinculaciones que realizan las/os participantes de diferentes temas con las conductas alimentarias, además de su iteración.

Tabla N°1: Sistema de categorías y estadística relacionada.

| Nombre categoría | Nombre subcategoría emergente | N° de referencias totales | Presencia en N° de archivos |
|----------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| <i>Interacción social</i> | Compartir | 97 | 16 |
| | Familia | | |
| <i>Emoción</i> | Ansiedad | 87 | 16 |
| | Estrés | | |
| | Placer | | |
| | Castigo - Recompensa | | |
| | Angustia | | |
| | Novedad | | |
| Enojo | | | |
| <i>Estándares sociales</i> | Redes sociales | 77 | 10 |
| <i>Autocrítica</i> | Autocontrol | 67 | 12 |
| | Culpa | | |

| | | | |
|---|---------------------------------------|----|----|
| <i>Percepción de la imagen corporal</i> | Autoestima | 60 | 9 |
| | Peso | | |
| <i>Salud</i> | N/A* | 47 | 12 |
| <i>Conocimiento en alimentación y nutrición</i> | Trastornos de la conducta alimentaria | 43 | 8 |
| <i>Seguridad alimentaria</i> | Dinero | 42 | 11 |
| | Acceso a alimentos | | |
| | Disponibilidad de alimentos | | |
| <i>Valoración de la alimentación</i> | Consciencia de la alimentación | 22 | 8 |
| <i>Disponibilidad de tiempo</i> | N/A* | 21 | 11 |
| <i>Ejercicio físico</i> | N/A* | 13 | 6 |
| <i>Muestra de afecto</i> | N/A* | 12 | 7 |
| <i>Culturas alimentarias</i> | N/A* | 11 | 8 |

*N/A: No aplica, es decir, la subcategoría emergente representa a la categoría, quedando sin subcategoría para su registro.

En esta tabla se puede observar que las categorías que poseen mayor presencia en los discursos de las/os participantes corresponden a “interacción social”, “emoción” y “estándares sociales”, mientras que las categorías denominadas “muestra de afecto” y “culturas alimentarias” son las que tienen menor presencia.

11.2.-Análisis de frecuencia de palabras por instrumento de recolección de datos.

Primeramente, se realizó un breve análisis de frecuencia de palabras según los dos instrumentos de recolección de datos utilizados, es decir, anécdotas y entrevistas en profundidad. Lo anterior, con la finalidad de establecer congruencias y/o discrepancias en los datos que se repiten, sólo desde el punto de vista de frecuencia de palabras según instrumento de recolección de datos utilizado, para así establecer si la información obtenida tiene o no cierto grado de dependencia o alcance de acuerdo con el instrumento empleado. Posteriormente se realizó el análisis descriptivo e interpretativo relativo a las categorías ya definidas y mencionadas anteriormente, el cual es el análisis de mayor relevancia en este estudio, al ser de carácter cualitativo y contribuir al logro de los objetivos del mismo.

1.- Anécdotas:

Para el análisis de frecuencia de palabras a partir del total de las anécdotas recolectadas, se utilizaron los siguientes criterios en el software:

- Mostrar las 50 más frecuentes.
- Poseer una longitud mínima de 4 letras.
- Considerar palabras derivadas (por ejemplo, a partir de la palabra comer, considera comiendo, entre otras).

Obteniéndose como evidencia de la búsqueda y sus resultados las siguientes imágenes en el software (ver imagen N°7, 8 y 9).

Imagen N°7: Resultados frecuencia de palabras, total anécdotas.

Archivo Inicio Importar Crear Explorar Compar Módulos Consulta de frecuencia de palabras

Zoom Agregar a lista de palabras vacías Ejecutar consulta de búsqueda de texto Crear como nodo Ejecutar consulta

Resultados de Consulta de frecuencia de palabras

Criterios de frecuencia de palabras

Buscar en Archivos & elementos Elementos seleccionados... Carpetas seleccionadas...

Mostrar palab... 50 más frecuentes

Con longitud mínima 4

Agrupación

- Coincidencias exactas (p. ej., "talk")
- Con palabras derivadas (p. ej., "talking")
- Con sinónimos (p. ej., "speak")
- Con especificaciones (p. ej., "whisper")
- Con generalizaciones (p. ej., "communicate")

| Palabra | Longitu | Conte | Porcentaje ponderado (%) | Palabras similares |
|--------------|---------|-------|--------------------------|---|
| sentía | 6 | 30 | 1,59 | sentada, sentado, sentados, sentamos, sentarme, sentarnos, sentí, sentía, sentido, sentidos, sentir, sentirme |
| alimentación | 12 | 27 | 1,43 | alimentación, alimentando, alimentarme, alimenté, alimento, alimentos |
| pescado | 7 | 19 | 1,01 | pescado, pescados |
| momento | 7 | 18 | 0,95 | momento, momentos |
| pasara | 6 | 17 | 0,90 | pasa, pasaba, pasado, pasamos, pasar, pasara, pasé, paso |
| hacía | 5 | 15 | 0,79 | hace, hacer, hacerlo, hacerlos, hacerme, hacía, haciendo, haciéndome |
| helado | 6 | 15 | 0,79 | helado |
| recuerdo | 8 | 15 | 0,79 | recuerdan, recuerdo, recuerdos |
| disfrutaba | 10 | 14 | 0,74 | disfrutaba, disfrutaban, disfrutamos, disfrutando, disfrutar, disfrute, disfruté |

CCH 50 elementos

Imagen N°8: Resultados frecuencia de palabras, total anécdotas (continuación).

Archivo Inicio Importar Crear Explorar Compar Módulos Consulta de frecuencia de palabras

Zoom Agregar a lista de palabras vacías Ejecutar consulta de búsqueda de texto Crear como nodo Ejecutar consulta

Resultados de Consulta de frecuencia de palabras

Criterios de frecuencia de palabras

Buscar en Archivos & elementos Elementos seleccionados... Carpetas seleccionadas...

Mostrar palab... 50 más frecuentes

Con longitud mínima 4

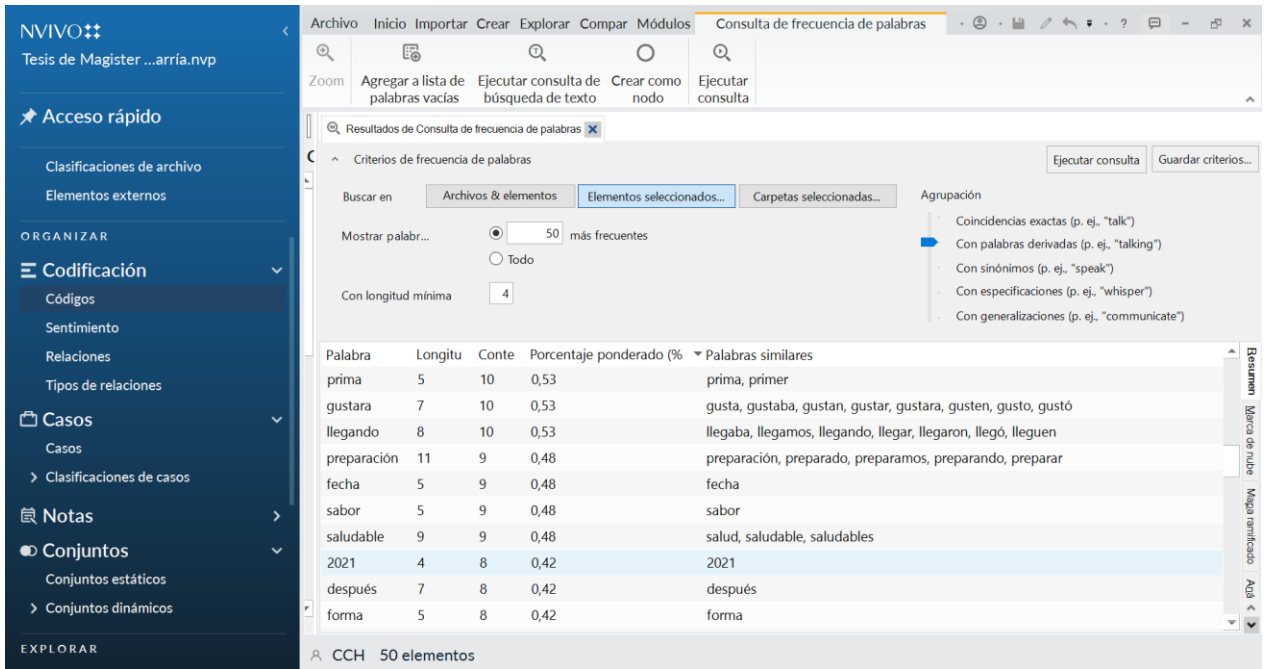
Agrupación

- Coincidencias exactas (p. ej., "talk")
- Con palabras derivadas (p. ej., "talking")
- Con sinónimos (p. ej., "speak")
- Con especificaciones (p. ej., "whisper")
- Con generalizaciones (p. ej., "communicate")

| Palabra | Longitu | Conte | Porcentaje ponderado (%) | Palabras similares |
|---------|---------|-------|--------------------------|---|
| pensé | 5 | 14 | 0,74 | pensaba, pensando, pensar, pensé |
| siempre | 7 | 14 | 0,74 | siempre |
| podía | 5 | 13 | 0,69 | podemos, poder, podía, podido |
| carne | 5 | 12 | 0,64 | carne |
| plato | 5 | 12 | 0,64 | plato, platos |
| compré | 6 | 11 | 0,58 | compraba, comprar, comprara, comprame, compré |
| familia | 7 | 11 | 0,58 | familia, familiar |
| tiempo | 6 | 11 | 0,58 | tiempo |
| tomar | 5 | 11 | 0,58 | tomamos, tomar, tomaron, tomé, tomo |
| mismo | 5 | 10 | 0,53 | misma, mismas, mismo |

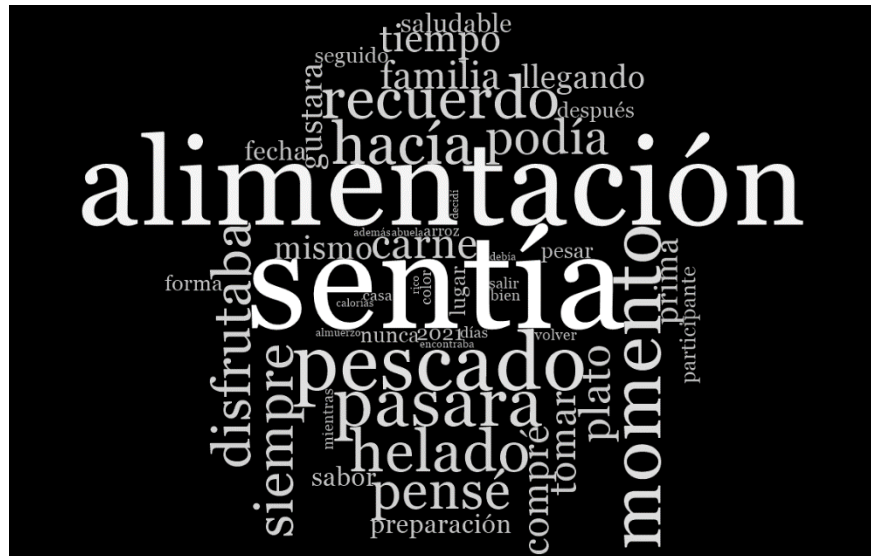
CCH 50 elementos

Imagen N°9: Resultados frecuencia de palabras, total anécdotas (continuación).



La siguiente nube de palabras es otra forma de mostrar la mayor frecuencia de palabras enunciadas en el total de las anécdotas (ver imagen N°10), mientras que el mapa ramificado (ver imagen N°11) expone la misma información al igual que el análisis de conglomerado (ver imagen N°12), aunque permite realizar relaciones distintas.

Imagen N°10: Nube de frecuencia de palabras, total anécdotas.



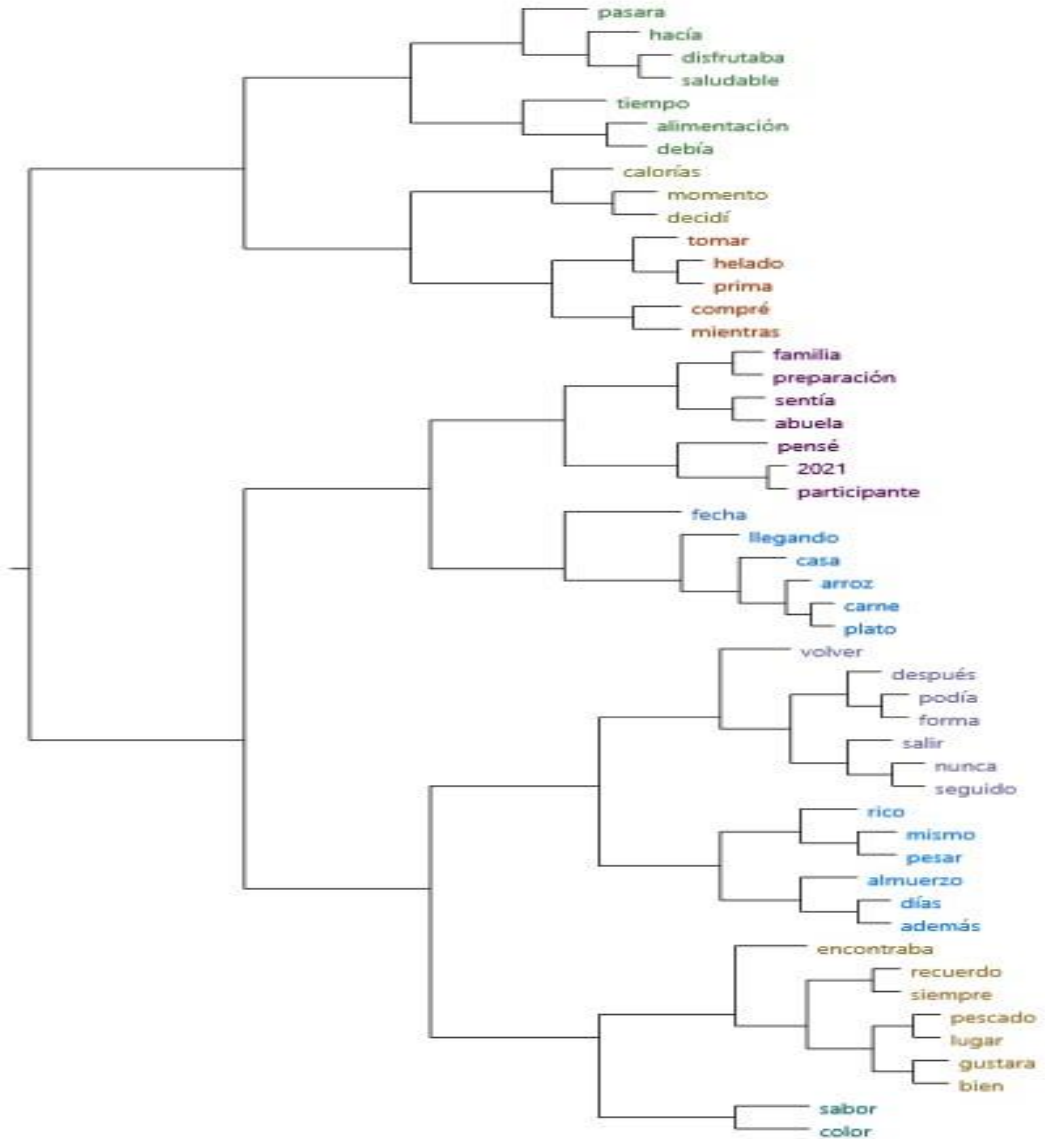
La palabra con mayor número de conteo en el total de las anécdotas corresponde a “sentía”, lo que tiene estrecha relación con la elevada cantidad de referencias, un total de 87, correspondientes a la categoría emergente denominada “emoción” antes mencionada como categoría (ver tabla N°1), la cual corresponde a la segunda categoría con mayor presencia en los enunciados de las/os participantes, encontrándose prácticamente en la totalidad de los registros (16 archivos de 18), también es importante mencionar que esta categoría corresponde a la segunda con mayor cantidad de referencias, sólo sobrepasada por la categoría “interacción social” con un total de 97 referencias.

Imagen N°11: Mapa ramificado de frecuencia de palabras, total anécdotas.

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---------|----------|------------|-------|---------|-------|-------------|-----------|------------|---------|----------|----------|-----------|
| sentía | pescado | hacia | disfrutaba | podía | compré | tomar | gustara | sabor | forma | pesar | bien | casa | color |
| | | | | | | | | | | | días | abuela | encontrab |
| | momento | helado | pensé | carne | familia | mismo | llegando | saludable | lugar | seguido | | rico | además |
| alimentación | | | | | | | preparación | 2021 | nunca | salir | mientras | almuerzo | debía |
| | pasara | recuerdo | siempre | plato | tiempo | prima | fecha | después | participan | arroz | volver | calorías | decidi |

Este mapa refuerza lo antes mencionado a partir de la nube de frecuencia de palabras, en donde de izquierda a derecha se registran las palabras que se encuentran de mayor a menor frecuencia en los registros de anécdotas de las/os participantes del estudio. En este mapa también se hace alusión a conceptos que luego vuelven a aparecer en el análisis de frecuencia de palabras correspondientes a la transcripción de las entrevistas en profundidad, tales como, “sentir”, “familia”, entre otros.

Imagen N°12: Análisis de conglomerado a partir de frecuencia de palabras, total anécdotas.



En esta imagen donde se proyecta un análisis por conglomerado de palabras, se puede observar que existe una relación íntima entre el componente social y emocional de la alimentación vinculado a la conducta alimentaria, ya que prácticamente en cada rama derivada de la imagen se observa algún componente relativo a lo social y/o emocional, por ejemplo: “familia”, “sentía”, “abuela”, “disfrutaba”, “casa”, entre otros; precisamente aludiendo a las dos categorías con mayor cantidad de referencias (ver tabla N°1).

2.- Entrevistas

Para el análisis de frecuencia de palabras a partir del total de las entrevistas transcritas, se utilizaron los siguientes criterios en el software:

- Mostrar las 50 más frecuentes.
- Poseer una longitud mínima de 4 letras.
- Considerar palabras derivadas (por ejemplo, a partir de la palabra comer, considera comiendo, entre otras).

Obteniéndose como evidencia de la búsqueda y sus resultados las siguientes imágenes en el software.

Imagen N°13: Resultados frecuencias de palabras, total entrevistas.

Archivo Inicio Importar Crear Explorar Compar Módulos Consulta de frecuencia de palabras

Zoom Agregar a lista de palabras vacías Ejecutar una consulta de búsqueda de texto Crear como Código Ejecutar consulta

Resultados de Consulta de frecuencia de palabras

Criterios de frecuencia de palabras

Buscar en Archivos & elementos Elementos seleccionados... Carpetas seleccionadas...

Mostrar palab... 50 más frecuentes Todo

Con longitud mínima 4

Agrupación

- Coincidencias exactas (p. ej., "talk")
- Con palabras derivadas (p. ej., "talking")
- Con sinónimos (p. ej., "speak")
- Con especificaciones (p. ej., "whisper")
- Con generalizaciones (p. ej., "communicate")

| Palabra | Longitu | Conte | Porcentaje ponderado (%) | Palabras similares |
|------------|---------|-------|--------------------------|--|
| creía | 5 | 507 | 2,55 | crea, cree, creemos, creen, creer, creía, creían, creo |
| alimentos | 9 | 504 | 2,54 | alimenta, alimentaba, alimentábamos, alimentación, alimentamos, alimentan, alimentando, alimentar, alimentar', alimentara, alimentaran, alimentarme, alimentamos, alimentarse, alimento, alimenté, alimento, alimentos |
| hacia | 5 | 296 | 1,49 | hace, hacemos, hacen, hacer, hacerla, hacerlo, hacerlos, hacerme, hacerse, hacía, hacían, haciendo, haciéndose |
| nutrición | 9 | 197 | 0,99 | nutrición, nutricionista, nutricionistas |
| puedo | 5 | 186 | 0,94 | pueda, puedan, puede, pueden, puedes, puedo |
| siento | 6 | 185 | 0,93 | sient, sienta, sientan, siente, sienten, siento |
| saludables | 10 | 160 | 0,80 | salud, saludable, saludablemente, saludables |
| bueno | 5 | 153 | 0,77 | buen, buena, buenas, bueno, bueno', buenos |

CCH 50 elementos

Imagen N°14: Resultados frecuencias de palabras, total entrevistas (continuación).

Archivo Inicio Importar Crear Explorar Compar Módulos Consulta de frecuencia de palabras

Zoom Agregar a lista de palabras vacías Ejecutar una consulta de búsqueda de texto Crear como Código Ejecutar consulta

Resultados de Consulta de frecuencia de palabras

Criterios de frecuencia de palabras

Buscar en Archivos & elementos Elementos seleccionados... Carpetas seleccionadas...

Mostrar palab... 50 más frecuentes Todo

Con longitud mínima 4

Agrupación

- Coincidencias exactas (p. ej., "talk")
- Con palabras derivadas (p. ej., "talking")
- Con sinónimos (p. ej., "speak")
- Con especificaciones (p. ej., "whisper")
- Con generalizaciones (p. ej., "communicate")

| Palabra | Longitu | Conte | Porcentaje ponderado (%) | Palabras similares |
|-----------|---------|-------|--------------------------|---|
| estudio | 7 | 150 | 0,75 | estudia, estudiaba, estudiado, estudiamos, estudian, estudiando, estudiar, estudiara, estudiarlo, estudié, estudio, estudios |
| impacto | 7 | 130 | 0,65 | impacta, impactaba, impactado, impactan, impactando, impactar, impactaron, impacten, impacto, impactó |
| pasó | 4 | 116 | 0,58 | pasa, pasaba, pasado, pasamos, pasan, pasando, pasándolo, pasar, pasaría, pasarla, pasaron, pase, pasé, paso, pasó |
| socialmen | 11 | 115 | 0,58 | social, sociales, socialmente |
| bien | 4 | 111 | 0,56 | bien, bien' |
| ahora | 5 | 109 | 0,55 | ahora |
| sentía | 6 | 106 | 0,53 | sentada, sentado, sentar, sentarme, senté, senti, sentia, sentimos, sentido, sentidos, sentimos, sentir, sentiría, sentirme, sentirse |
| carre | 7 | 104 | 0,52 | carre, carre', carre |

CCH 50 elementos

Imagen N°15: Resultados frecuencias de palabras, total entrevistas (continuación).

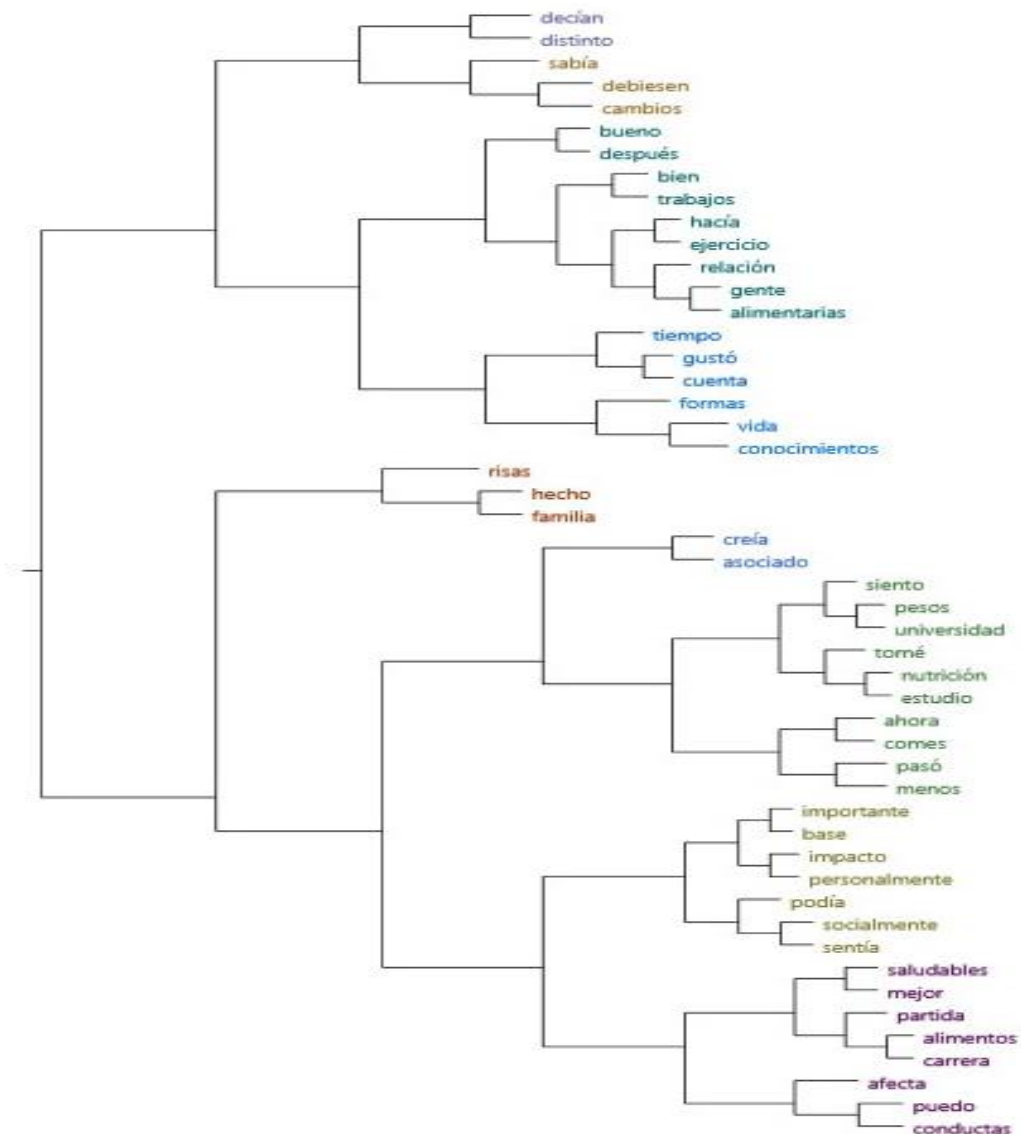
The screenshot shows the NVIVO software interface with the 'Consulta de frecuencia de palabras' window open. The window displays a table of word frequencies and a list of similar words for each word. The table includes columns for 'Palabra', 'Longitu', 'Conte', and 'Porcentaje ponderado (%)'. The list of similar words is shown in a dropdown menu for each word.

| Palabra | Longitu | Conte | Porcentaje ponderado (%) | Palabras similares |
|------------|---------|-------|--------------------------|---|
| carrera | 7 | 104 | 0,52 | carrera, carrera', carreras |
| tiempo | 6 | 103 | 0,52 | tiempo, tiempos |
| gente | 5 | 100 | 0,50 | gente |
| decían | 6 | 95 | 0,48 | decaer, decía, decíamos, decían, decir, decirte, decirlo |
| después | 7 | 94 | 0,47 | después |
| pesos | 5 | 91 | 0,46 | pesa, pesaba, pesada, pesar, pesarme, pese, pesé, peso, pesó, pesos |
| sabía | 5 | 91 | 0,46 | sabe, sabemos, saben, saber, sabes, sabí, sabía, sabían, sabiendo |
| universida | 11 | 91 | 0,46 | universidad, universidades |
| hecho | 5 | 88 | 0,44 | hecha, hecho, hechos |
| podía | 5 | 86 | 0,43 | podemos, poder, podí, podía, podíamos, podían, podido |

La siguiente nube de palabras es otra forma de mostrar la mayor frecuencia de palabras enunciadas en el total de las entrevistas (ver imagen N°16), mientras que el mapa ramificado (ver imagen N°17) expone la misma información al igual que el análisis de conglomerado (ver imagen N°18), aunque permite realizar relaciones distintas.

palabras, en donde de izquierda a derecha se registran las palabras que se encuentran de mayor a menor frecuencia en los registros de anécdotas de las/os participantes del estudio. Acá aparecen conceptos que se enmarcan dentro de frases condicionales tales como “creía”, “podía”, “sabía”, entre otras; que relevan de cierta manera la influencia del entorno en las conductas alimentarias que llevan a cabo las/os participantes del estudio, y que posteriormente será aclarado de mejor forma en el análisis descriptivo de la categoría correspondiente.

Imagen N°18: Análisis de conglomerado a partir de frecuencia de palabras, total entrevistas.



En esta imagen donde se proyecta un análisis por conglomerado de palabras se puede observar que existe una relación íntima entre el componente social de la alimentación vinculado a la conducta alimentaria, ya que prácticamente en cada rama derivada de la imagen se observa algún componente relativo a la influencia de lo social respecto de las conductas alimentarias, por ejemplo: “decían”, “debiesen”, “socialmente”, “familia”, “relación”, entre otros.

Finalmente, se puede establecer que, según el análisis de frecuencia de palabras referido a ambos resultados de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos correspondientes a anécdotas y entrevistas en profundidad, poseen congruencia en algunos aspectos que se evidencian en las referencias emitidas por las/os participantes del estudio que son incluidas en categorías comunes, específicamente, en las categorías con mayor cantidad de referencias, como lo son “interacción social”, “emoción” y “estándares sociales”, sin embargo se diferencian en la ponderación entregada a cada una de estas categorías según el instrumento empleado, en donde se observa mayor presencia porcentual de referencias asociadas a la categoría “emoción” en el análisis de frecuencia de palabras a partir de las anécdotas, mientras que existe mayor presencia porcentual de referencias asociadas a la categoría “estándares sociales” e “interacción social” en el análisis de frecuencia de palabras a partir de las entrevistas.

11.3.- Análisis interpretativo por categoría.

En este apartado se presenta el análisis descriptivo por categoría y las correspondientes subcategorías emergentes, según orden establecido en tabla N°1. Previo al análisis se plantea lo que se entiende como conducta alimentaria:

“La conducta alimentaria, puede ser entendida como el comportamiento relacionado con los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos, o bien desde otro

punto de vista, como la expresión de un acto que tiene vinculación con un alimento, que se encuentra ligado a un objeto intencional, y que posee como telón de fondo, información que se encuentra enmascarada y que la mayor parte de las veces no es consciente por el individuo”.

Todas las categorías, que se presentan a continuación, tienen vinculación directa con la intencionalidad que subyace a las conductas alimentarias de las/os participantes o influencia indirecta en la misma, por lo que aquí se encuentra el análisis e interpretación primordiales de la información recolectada que dan sustento y permiten el logro de los objetivos del estudio.

A) Categoría: Interacción social

Esta categoría representa la conjunción de dos subcategorías emergentes denominadas “familia” y “compartir”, las cuales fueron unificadas, ya que aluden en cierta medida al nombre de la categoría, interacción social, que las engloba y que tiene por definición lo siguiente:

“es la parte de lo social presente en todo encuentro, incluso en los más íntimos. Porque todo encuentro interpersonal supone interactuantes socialmente situados y caracterizados, y se desarrolla en un contexto social que imprime su marca aportando un conjunto de códigos, de normas y de modales que vuelven posible la comunicación y aseguran su regulación” (Marc, 1992).

Establecido lo anterior, se puede mencionar que esta categoría se encuentra repleta de alusiones al componente social de la alimentación, específicamente se señalan variados acontecimientos en los cuales la interacción que se produce con algún integrante de la familia ejerce algún grado de influencia en las conductas alimentarias que llevan a cabo las/os participantes, en algunos casos dicha influencia lleva a la generación de conductas que son visualizadas como positivas por los/as participantes y en otros casos como negativas, pero siempre de una forma u otra, se encuentran presentes.

A continuación, se citan algunos extractos de los registros de las/os participantes que hacen alusión a lo antes mencionado.

“...Comencé a pesar y a registrar todo lo que comía en el día. Por ser una nueva experiencia al comienzo la situación fue divertida, pero al pasar los días, después los meses, el horario de alimentación, como el almuerzo se había vuelto tedioso, sin gracia, comer con mi familia ya no se disfrutaba, cuestionaban lo extremista que era mi actitud, se discutía por el tema, y al final terminaba parándome de la mesa, y ya después prefería comer sola, no entendían...” (Extracto de anécdota participante N°3)

“...se da mucho en mi casa que nosotros comemos siempre juntos, es raro por ejemplo que en mi casa todos comamos en nuestra pieza, eso es extraño. La cultura es estar todos juntos en un tiempo de comida...” (Extracto de entrevista participante N°1)

“...a nivel familiar, como que siempre hemos sido una familia como con tendencia al sobrepeso, obesidad y que mi mamá me diga ‘oh que estas gordita’, afecta un poco la autoestima, la aceptación...” (extracto entrevista participante N°4)

“...siempre he tenido, creo, una buena alimentación, o sea, una buena como relación con la alimentación y conductas al respecto. Creo que viene más como por parte de mi mamá, de mi familia, se me intentaba inculcar el comer frutas, tomar agua, no darme ciertos alimentos. Por ejemplo, hasta para colaciones cuando uno iba al colegio, era como que tenía gran incidencia en mi alimentación...” (extracto entrevista participante N°5)

“...Ese momento de tomar un helado, fue una instancia muy bonita que tuve con mi prima, porque nos permitió conversar muchas cosas, cosas profundas y sentimientos que en otra instancia no hubiésemos podido hablar abiertamente. El helado hizo mucho más fluida esa conversación, sentí estar compartiendo un momento privado en compañía de ese helado, de sentarnos a conversar y hablar

de cosas no tan fáciles...” (extracto anécdota participante N°6)

Estos extractos tanto de entrevistas como de anécdotas de las/os participantes denotan claramente la gran influencia que ejerce la familia, como principal grupo con el cual se relacionan, en sus conductas alimentarias. En algunos casos y a partir de la vinculación que se genere entre ellos se establecerán y/o fomentarán conductas alimentarias que revisten características saludables como consumir frutas con cierta regularidad, comer juntos como una instancia de reunión; o bien tendrán impacto en el establecimiento de conductas alimentarias no saludables, como por ejemplo, comentarios que afectan la autoestima, o que llevan al aislamiento social, fomentando a que el proceso de alimentarse se vuelva poco placentero.

También se puede interpretar que la intencionalidad detrás de las conductas alimentarias que tienen las/os participantes, en muchas ocasiones, tiene relación con el compartir con otro, en general se menciona la familia, pero también a otros grupos, como la pareja, amigos/as, etc.

Dicho en otras palabras, la mayoría de las/os participantes relatan diversas conductas alimentarias, todas ellas teniendo la intencionalidad no precisamente de alimentarse por satisfacer una necesidad biológica, sino que, como una excusa para compartir con otro, interactuar con otro, en un momento que resulta ineludible para el ser humano, el comer, y que por su carácter de ineludible resulta ser el momento perfecto para establecer una interacción social.

Síntesis de la categoría “Interacción social”

La familia y otros grupos cercanos a las/os participantes tienen gran incidencia en sus conductas alimentarias, específicamente, en su establecimiento y mantención en el tiempo, pudiendo influir positiva o negativamente. El proceso de alimentarse es visto como una instancia para la interacción social.

B) Categoría: Emoción

Esta categoría representa la conjunción de variadas otras subcategorías emergentes denominadas como: “enojo”, “angustia”, “placer”, “ansiedad”, entre otras. Se aúnan en la categoría “emoción”, por estar incluidas, según la siguiente definición de emoción:

“Reacción emocional en donde se observa la participación de ciertos estímulos inductores que activan un sistema de respuesta y que le otorgan su punto de partida” (Palmero, 2002).

En esta categoría encontramos variadas referencias al componente emocional ligado a la alimentación, se alude a determinadas conductas alimentarias que son desencadenadas por algunas emociones en las/os participantes, y que buscan ser aplacadas mediante la expresión de diversas conductas alimentarias, y/o por el contrario, como determinadas conductas alimentarias sirven de estímulo que desencadena una determinada emoción.

A continuación, se citan algunos extractos de los registros de las/os participantes que hacen alusión a lo antes mencionado.

“...recuerdo haberme sentido mal por no estar comiendo con mi familia, finalmente, después de un rato de pensar, decidí comer con ellos, y en ese momento no pensé en calorías, o en la cantidad de grasa que tenía la comida, sino solo comí, recuerdo sentirme feliz, tranquila de alguna forma, me sentí contenta de ver a mi familia, que no los veo muy seguidos, estar juntos disfrutando una comida que a todos nos gustaba, recuerdo el sabor a casa, en el lugar donde estaba, en Chiloé, de donde es toda mi familia...” (extracto anécdota participante N°1).

“...a mí me provocó mucho placer estar ahí en ese parque comiendo ese helado y con mi prima, disfrutando un alimento fresco, frío, dulce, cremoso...” (extracto anécdota participante N°6).

“...si yo me siento estresada tiendo a comer más alimentos ultra procesados, si estoy triste también me tiendo a ir por alimentos ultra procesados, como mucha gente lo hace...” (extracto entrevista participante N°2)

“...yo siempre pienso, cuando tengo un antojo, en el jurel, y me da felicidad. No me va a creer, pero de verdad me da felicidad. O cuando tengo un antojo pienso en puras naranjas y es como... una vez me pasó que estaba en la universidad y andaba en bicicleta, y yo lo único que quería comer eran naranjas y no quería comer nada más en todo el día, sólo naranjas. Me acuerdo de que pasé a la vega en bicicleta y después me fui a sentar al parque forestal, me senté en una banquita, yo tenía todas mis naranjas y era tan feliz y las comí tan lento y las saboreaba...” (extracto entrevista participante N°3)

“...hay veces en las que estoy estudiando o estoy estresada, ansiosa y mis ganas de comer se van más a lo dulce. Hay veces, así como que ya tengo mucha hambre y es como ¿qué pasa? esto no es normal y ahí empiezo a pensar "ya, esto, como que es ansiedad, quizás no tengo hambre, quizás ya comí" sé que si como tal cosa, no sé, un pedazo de pan solamente con algo, después igual me va a dar hambre y voy a seguir con hambre, pero es más por temas de ansiedad, lo asocio a eso y a la culpa...” (extracto entrevista participante N°5)

Se logra identificar como la emoción, ya definida anteriormente, influye directamente en el desarrollo de determinadas conductas alimentarias, incluso predisponiéndolas; a la vez que determinadas emociones emergen también como respuesta a la generación de conductas alimentarias específicas. Por lo tanto, es innegable como el acto de alimentarse y todo lo relacionado a sus conductas está cruzado por la emoción, a la vez que, en cierta medida, se podría decir que incluso está definido por la misma.

Dicho lo anterior, las/os participantes aunque posean conocimientos respecto de alimentación y nutrición, no logran escapar a los efectos de las emociones sobre la conducta alimentaria y viceversa, es algo que resulta ineludible y que por lo visto

debe ser abordado no sólo desde el conocimiento técnico específico sobre la disciplina, sino que debe de tratar a la alimentación como proceso desarrollado por un ser humano que percibe diferentes tipos de estímulos, en donde se ven afectadas sus emociones, y que a partir de ellas se ven involucradas las conductas que realiza, incluyendo a las conductas alimentarias.

Síntesis de la categoría “Emoción”

El ser humano por más que posea cierto grado de expertiz sobre alimentación y nutrición, está atravesado por las emociones, que generan y pueden ser generadas por conductas, incluyendo las conductas alimentarias. Alimentación y emoción están estrechamente ligadas.

C) Categoría: Estándares sociales

En esta categoría se presenta la influencia de los estándares sociales en las conductas alimentarias de las/os participantes. Aquí es incluida la subcategoría emergente denominada “redes sociales”. Se entenderá como estándares sociales lo siguiente:

“Aquello que puede tomarse como referencia, patrón o modelo, que en general posee una valoración positiva por la sociedad, y que implícita o explícitamente influye en la conducta de los individuos”

En esta categoría se logra identificar cómo diferentes estándares sociales (así nombrados por las/os participantes) que son impuestos por el medio, influyen en las conductas alimentarias que llevan a cabo. Las redes sociales en este sentido se vuelven un excelente difusor de normas subjetivas y que van permeando en las formas de pensar y actuar.

A continuación, se citan algunos extractos de los registros de las/os participantes que hacen alusión a lo antes mencionado.

“...siempre he sido una persona que se ha mantenido en un sobrepeso constante, pero desde que empecé a ser adolescente, a mi alrededor, mi apariencia física fue como más importante, entonces las personas empezaron a hacerme notar mi peso, ante lo que yo en un comienzo no me preocupaba, no era que me despreocupara así como no me importa nada, pero empezaron las típicas críticas que sentimos muchas personas en la adolescencia de ‘estás más gorda, estás aquí, estás más allá’ y eso me empezó a afectar mi autoestima y en cómo me alimentaba...” (extracto entrevista participante N°2)

“...cuando yo ingresé a la carrera, lo primero que me acuerdo, no me acuerdo de que profesor fue o que profesora de hecho, creo que fue una profesora, no recuerdo quien, en la inducción nos mencionó la frase ‘el que predica, practica’ que era haciendo alusión básicamente a que nosotros en un futuro seremos nutricionistas, por lo tanto, lo ideal es que, si entregamos recomendaciones al público, nosotros igual las pongamos en práctica, se supone. Eso fue como lo que yo comprendí. En el momento no le tomé el peso, pero a medida que avanzaba en la carrera si lo tomé, y muchas personas a mi alrededor, por el hecho de que sabían que yo estudiaba nutrición, pensaban que yo tenía que ser el ideal de alimentación, de que yo me alimentaba bien, respetando todas las porciones, y si bien en muchos casos es así, hay veces que no...” (extracto entrevista participante N°2)

“...cuando iba en cuarto medio recuerdo que podía estar días sin comer, y no me alimentaba, me desmayé varias veces en el colegio por lo mismo, y era solamente por un tema estético, el hecho de ser adolescente y querer ser igual como los pares o a la gente que uno ve en las revistas o en la televisión, y ahora si bien no me acepto totalmente, algunos días uno anda más bajoneada, otros días no, pero soy consciente de que tengo que alimentarme como corresponde...” (extracto entrevista participante N°3)

“...estas dietas de moda que uno ve en redes sociales, ligadas como a estereotipos de imágenes corporales muy determinadas cuando hacen publicidad de comida, de dietas, de todo. Entonces obviamente la gente cree "oh, así como si hago esto, voy a ser como ellas" y ¿por qué? porque ella es como el estereotipo de belleza para una mujer, por ejemplo, que yo creo que igual las mujeres son como las más afectadas en ese sentido, como de estereotipo. El otro día veía como tres comerciales seguidos de belleza, entonces es cómo ¿por qué? como que se llevan toda la carga social al respecto...” (extracto entrevista participante N°5)

“...en Instagram aparece mucha comida. Como que de repente aparecen publicidades de distintas tiendas, cómo hacer distintas preparaciones. Más de alguna vez he hecho una receta que me ha aparecido en Instagram. Sí lo he hecho, entonces siento que influye, porque da publicidad de distintos locales de comida que uno no conoce y te aparece esa publicidad. Da ideas de cómo hacer nuevas preparaciones. Hay personas también, otros, ya sea amigos o personas que uno no conoce, que comparten también sus recetas y ahí como que hay un intercambio muy grande de información, sea correcta o sea incorrecta, que la gente va tomando y va llevando a cabo...” (extracto entrevista participante N°8)

Estos extractos destacan la influencia de la norma subjetiva o de los estándares sociales, en las conductas alimentarias de los individuos, pero también del colectivo, y que en general son nombrados como algo que posee un carácter poco natural, impuesto, que ejerce presión sobre lo establecido de forma espontánea por el individuo, generando alteraciones en la percepción de la propia conducta alimentaria.

Síntesis de la categoría “Estándares sociales”

El carácter social de la alimentación también se ve expresado en la influencia que ejerce en las conductas alimentarias de individuos y grupos, mediante estándares sociales establecidos o normas subjetivas, lo que representa la presión social por alcanzar determinado modelo o patrón valorado por la sociedad.

D) Categoría: Autocrítica

Esta categoría incluye a las subcategorías emergentes “culpa” y “autocontrol”, debido a la estrecha relación que presentan al momento de ser enunciadas por las/os participantes y por cómo se vinculan con el concepto considerado como autocrítica, según la siguiente definición de esta última:

“estilo cognitivo de personalidad mediante el cual el individuo se evalúa y se juzga a sí mismo. Se la considera actualmente de manera multidimensional presentando un aspecto disfuncional o desadaptativo y por otra parte un aspecto más adaptativo” (Dunkley et. al, 2006).

A continuación, se citan algunos extractos de los registros de las/os participantes pertinentes a lo antes mencionado:

“...mis familiares me recuerdan en cada internado la importancia de una buena alimentación e insisten en que debo llevar almuerzos ya que saben que tiendo a comer desordenado. Si bien tengo este estímulo constante, la autocrítica que tiendo a hacerme en este proceso formativo es tan fuerte, que pienso que comer es una pérdida de tiempo dentro del cronograma de trabajo, incluso ocurre que como estoy tan estresada pierdo el apetito” (extracto anécdota participante N°4)

“...en un momento de mi vida empecé a hacer más ejercicio solo para comer más, porque yo decía "voy a hacer ejercicio y puedo comer más, porque voy a tener un mayor gasto energético", ese fue en un momento como la asociación de hacer ejercicio, por decirlo de alguna forma, una manera de regularme, controlarme, pero hoy día no lo asocio a si hago ejercicio como más, sino como algo complementario, como para tener básicamente una vida saludable...” (extracto entrevista participante N°8)

“...todo el mundo sabe que los alimentos chatarra nos hacen mal. Entonces como yo asocio su consumo a la culpa de estar comiendo quizás mal. Pero esa culpa va

de la mano como de los cánones, como de lo que te impone la sociedad también y de la sensación de pérdida de control...” (extracto entrevista N°5)

En los discursos de las/os participantes si bien la culpa y otras emociones se denotan en los extractos seleccionados de las entrevistas, estos se diferencian de los asociados a la categoría “emoción” y también de la categoría “estándares sociales” (con el cual también tienen cierto grado de relación), debido a que poseen una íntima relación con la sensación de pérdida de autocontrol y fuerte componente cognitivo relativo a la autocrítica a partir de la conducta alimentaria llevada a cabo.

Síntesis de la categoría “Autocrítica”

Existe una vinculación que resulta evidente entre la pérdida de control frente a la ejecución de determinadas conductas alimentarias, que son valoradas generalmente como perjudiciales, debido a la emoción que producen o por no ir acorde a los estándares sociales establecidos, y que en donde se destaca la aparición de un fuerte componente cognitivo como dura autocrítica vinculada al sentimiento de culpa.

E) Categoría: Percepción de la imagen corporal

Esta categoría representa la conjunción de las subcategorías emergentes denominadas “autoestima” y “peso”, que se aúnan en la categoría “percepción de la imagen corporal”, por estar estrechamente vinculadas, según la siguiente definición de percepción de la imagen corporal:

“Imagen mental que tenemos de las medidas, los contornos y la forma de nuestro cuerpo y los sentimientos relacionados con estas características y las partes de nuestro cuerpo” (*Thompson, 1990*)

Según la definición antes mencionada también se incluye el componente

emocional asociado. En los siguientes extractos se visualizará como influye en las/os participantes la percepción de su imagen corporal en las conductas alimentarias que llevan a cabo, generalmente haciendo alusión como referencia al peso corporal, también se muestra como la autoestima baja asociada a una percepción de la imagen corporal determinada es un punto de partida para llevar a cabo ciertas conductas alimentarias.

“...cuando era chica, iba como en primero o segundo medio, me alimentaba muy mal, en exceso, entonces igual tenía sobrepeso, y a mí me afectó mucho en la media, no porque alguien me molestara, pero personalmente me afectó mucho. Entonces el comer más para mí es como recordar eso, entonces para mí es como super limitante en cuanto a las cantidades que como. Yo si peso ahora sesenta y cinco, y no me puedo pasar, como que ya me paso un poco, y empiezo a generar un control mucho más como detallado de mi dieta...” (extracto entrevista participante N°1)

“...siempre he sido una persona que se ha mantenido en un sobre peso constante, pero desde que empecé a ser adolescente, a mi alrededor, mi apariencia física fue más importante, entonces las personas empezaron a hacerme notar mi peso, ante lo que yo en un comienzo no me preocupaba, no era que me despreocupara así como no me importa ni nada, pero empezaron las típicas críticas que sentimos muchas personas en la adolescencia de ‘estás más gorda, estás aquí, estás más allá’ y eso me empezó a afectar la autoestima y me di cuenta que impacto en las cosas que comía...” (extracto entrevista participante N°2)

“...de hecho ya como que yo dejé de pesarme hace mucho tiempo, no me acuerdo la última vez que yo me pesé, porque como que no me interesa pesarme, además de que yo sé que el peso ya no me importa tanto, pero yo también dejo de pesarme porque sé que hay periodos en los que yo empiezo a hacer más ejercicio y subo de peso, pero tampoco quiero ver como que subí de peso, porque eso como que va a provocar que mi autoestima decaiga un poco, y comeré alimentos poco saludables, pero yo en el fondo sé que el peso no es tan relevante, pero igual ver que aumenté

un poco de peso no sé si va a ser tan beneficioso para mí, porque estoy como en esa disyuntiva, de que el peso no me importe, pero si quizás veo que subí mucho de peso, también quizás podría importarme...” (extracto entrevista participante N°8)

La percepción de la imagen corporal que se tenga puede desencadenar determinadas conductas alimentarias, que denotarán la intencionalidad de revertir lo discordante respecto de la autopercepción corporal versus el ideal que se tiene como estándar, al igual que una autoestima baja puede llevar a caer en conductas alimentarias que busquen mitigar emociones a las cuales no se sea capaz de afrontar, buscando cierto resguardo o confort a través de la alimentación.

Síntesis de la categoría “Percepción de la imagen corporal”

La percepción de la imagen corporal se vincula estrechamente con el peso corporal y la autoestima, estando interrelacionados, e impactan en las conductas alimentarias, teniendo como significado el mitigar la emoción asociada al no cumplimiento del ideal de imagen corporal establecido o bien contribuir al logro de dicha imagen.

F) Categoría: Salud

Esta categoría no incluye otras subcategorías emergentes, y considera la siguiente definición de salud según la Organización Mundial de la Salud:

“Estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”

Establecido lo anterior, es que se registran extractos de entrevistas y anécdotas realizadas a participantes donde se denota la intencionalidad de variadas conductas alimentarias por contribuir al logro del concepto de salud antes mencionado.

“...unos seis meses después de iniciar con esta forma de alimentarme, me di cuenta de que estaba mal, que no podía seguir así, porque ya estaba afectando a mi salud, la regla ya no me llegaba y tenía anemia...” (extracto anécdota participantes N°3)

“...la alimentación impacta directamente en la salud, si bien, no es el único factor que influye en el desarrollo de patologías, o algo así, si es uno de los eslabones que nosotros podemos controlar, quizás no puede controlarlo totalmente, por ejemplo, si una persona está determinada genéticamente a tener colesterol alto, aun cuando yo no consuma alimentos con colesterol, siempre voy a tener colesterol alto, y aun así me tengo que medicar, pero siento que los comportamientos alimenticios si afectan mi salud, incluso la salud mental, salud en general, por lo tanto, es necesario cuidarlos constantemente, es un trabajo que hago a diario evitando golosinas...” (extracto entrevista participante N°2)

“... mi hermana va dos veces por semana a Starbucks, no se cuanta plata se gasta en el Starbucks, y ella lo tiene que hacer, es demasiado ansiosa, y no entiende, de hecho me mandó la otra vez unos exámenes y la atendí, tenía el colesterol por las nubes, además tiene resistencia a la insulina, después como que le dije que tenía que hacer, si quieres te atiende en un mes más, como que estuvo dos semanas bien y después cayó en lo mismo, no se da cuenta de cómo impacta la alimentación en su salud, por eso yo me cuido con lo que como...” (extracto entrevista participante N°3)

La salud como fin a alcanzar resulta ser el móvil por el cual se llevan a cabo determinadas conductas alimentarias que son valoradas como beneficiosas para las/os participantes, no sólo considerando a la salud física o del cuerpo, sino que también en lo relativo a salud mental, así mencionada por las/os participantes.

Síntesis de la categoría “Salud”

Las conductas alimentarias son moduladas por el concepto y la valoración que otorgan las/os participantes a la salud, no sólo física, sino que también mental, con el fin de contribuir a su logro.

G) Categoría: Conocimiento en alimentación y nutrición

Esta categoría incluye a la subcategoría emergente denominada “trastornos de la conducta alimentaria”, por tener relación directa con el conocimiento de alimentación y nutrición que poseen los/as participantes. Como definición esta categoría tenemos lo siguiente:

“información correspondiente a nutrición y dietética que es impartida dentro del plan de formación de la carrera correspondiente, y que es parte de los resultados de aprendizaje esperados en las/os estudiantes, dentro del marco del proceso de enseñanza-aprendizaje” (*definición propia*)

A continuación, se presentan algunos extractos de entrevistas realizada a las/os participantes que demuestran cómo se vincula el conocimiento en alimentación y nutrición con las conductas alimentarias y sus posibles trastornos.

“...cuando voy al super y compro cosas que sean rápidas de preparar y que igual sean alimentos de calidad, por ejemplo, compro legumbres envasadas, que si bien no es la mejor opción, pero dentro de las opciones que tengo si es una buena opción, o compro frutas congeladas...” (extracto entrevista participante N°1)

“...mi conocimiento en base a alimentación era muy poca, la variedad de alimentos que consumía también era muy disminuida. Entonces, a medida que iba entrando o pasando los años en la carrera me di cuenta de que la alimentación tenía un impacto tan grande que tenía hacerlo parte de mí. Y hubo cambios, de a poco se han ido modificando cosas y, en general es gracias a lo que he aprendido estos

años en la carrera y que también, de cierta manera, igual ha generado un impacto también en mi familia que están mucho más atentos con el tema de la alimentación, se preocupan más, preguntan más también en base a la información que conozco y se hacen parte de este proceso que vivimos juntos...” (extracto entrevista participante N°9)

“...en algún momento, yo creo que cuando aprendí a contar calorías como a los diecinueve años, en el segundo año de la carrera, quizá fue un trastorno de la conducta alimentaria, pero me aterraba, o sea, bueno, no sé si fue o no, pero yo como sabía mi requerimiento, porque fue una tarea que tuvimos que hacer para un ramo, me di cuenta que mis requerimientos en ese tiempo eran muy bajos, como de mil quinientas calorías, yo decía "eso es muy poco" y empezaba como a contar todo lo que comía en el día y cuando me pasaba mucho me aterraba, como que yo decía "no, que terrible, estoy comiendo más de lo que debería comer" y en ese minuto empecé a hacer ejercicio solo para aumentar un poco más mis requerimientos energéticos y poder comer un poco más...” (extracto entrevista participante N°8)

Los conocimientos disciplinares que se van obteniendo durante el transcurso de la carrera de nutrición y dietética las/os participantes de este estudio, tienen en las conductas alimentarias que llevan a cabo, pudiendo incluso generar algunas de las cuales pudiesen llevar a la generación de trastornos de la conducta alimentaria, por esto el efecto modulador del conocimiento en la conducta alimentaria debe tenerse presente no sólo como entrega de contenido inerte, sino que como información que se entrega a una persona que posee una historia particular y que otorgará significados distintos de acuerdo a sus valoraciones.

Síntesis de la categoría “Conocimiento en alimentación y nutrición”

Las conductas alimentarias son moduladas en parte por el conocimiento que se tenga sobre alimentación y nutrición, y éste puede ser utilizado con distintas finales u objetos, como por ejemplo, para mejorar el estado de salud, mejorar la apariencia física, entre otros; si se conjuga con otros factores personales o ambientales puede

incluso contribuir a la generación de trastornos de la conducta alimentaria.

H) Categoría: Seguridad alimentaria

Esta categoría se encuentra compuesta por la conjunción otras tres subcategorías emergentes denominadas como: “acceso a alimentos”, “disponibilidad de alimentos” y “dinero”. Se aúnan en la categoría “seguridad alimentaria”, por estar incluidas, según la siguiente definición de seguridad alimentaria señalada en la cumbre mundial de alimentación del año 1996:

“acceso físico y económico suficientes, que poseen las personas en todo momento, a alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a alimentos a fin de llevar una vida activa y sana”

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas y anécdotas de las/os participantes que demuestran cómo se vincula seguridad alimentaria con las conductas alimentarias de las/os participantes:

“...siempre pensaba que, si vivía cerca de la playa, o en Santiago en donde hay una mayor oferta de estos productos en lugares como el terminal pesquero, o el mercado central, comería mucho más pescado, pero cuando me fui a vivir a Santiago esto no fue así, ya que tampoco tenía tanto dinero disponible para comprar tantos alimentos, basando mi consumo de proteínas básicamente en huevo, pollo o atún en lata. Debido a esto es que siempre que voy a de vacaciones a la playa o a comer a algún restaurante en donde hay disponible pescados o mariscos, elijo esa opción. ...” (extracto anécdota participante N°8)

“...durante los internados tiendo a bajar de peso y a saltarme comidas (desayuno y almuerzo,) porque no tengo tiempo para hacerlos, además mí despensa no tiene muchos alimentos ya que no voy al supermercado a abastecerme, luego de mi paso por el recinto de salud solo quiero descansar...” (extracto entrevista participante N°4)

“...con todo de lo que pasó de la pandemia como familia tuvimos que empezar a cuidar un poco más el dinero, esto influyó tanto en mí que llegué al punto como de planificar la alimentación para saber qué alimentos teníamos que comprar o cuánto tenían que durar, aplicando el conocimiento, incluso calculando más o menos los kilos de papas que deberíamos comprar, para no tener pérdidas de alimentos. En realidad, puse ojo a todo lo relacionado a la cantidad de presupuesto que teníamos para la alimentación. Y claro, también como comprando menos cosas más ultra procesadas, que correspondían a un gasto innecesario. Y después cuando mejoró la situación en mi familia, volvimos a comprar ese tipo de alimentos, e influyendo en los hábitos que una lleva...” (extracto entrevista participante N°7)

Al analizar las referencias a partir del registro de las entrevistas y anécdotas de las/os participantes, aquí se ejemplifican algunas de ellas, se puede evidenciar que la seguridad alimentaria como concepto previamente definido y compuesto por las tres categorías antes mencionadas (acceso a alimentos, disponibilidad de alimentos y dinero) brindan un marco regulador de las conductas alimentarias que pueden ser llevadas a cabo, provocando por ejemplo, que si existe un presupuesto más ajustado para la alimentación se deba planificar y restringir la compra de ciertos alimentos, o si se cuenta con disponibilidad de alimentos en el hogar se vuelve casi ineludible comer alimentos que en otras circunstancias no se consumirían por diversas razones, o también si no se tiene acceso a un alimento por razón que sea, inmediatamente se cuente con acceso a él es muy probable se incurra en su consumo.

Síntesis de la categoría “Seguridad alimentaria”

La conducta alimentaria de las/os participantes se encuentra, en cierta medida, definida por la seguridad alimentaria, volviéndose esta un determinante de la misma.

I) Categoría: Valoración de la alimentación

Esta categoría incluye a la categoría emergente “consciencia de la alimentación”. Esta categoría se define así:

“Actitud aprobatoria o desaprobatoria de un sujeto respecto de la alimentación”
(definición propia)

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas y anécdotas de las/os participantes que indican la relación entre la valoración de la alimentación con las conductas alimentarias de las/os participantes:

“...los días que me tocó asistir al centro de práctica fueron los momentos en los que peor comí. No disfrutaba el acto en sí mismo, ya que no conectaba con mis necesidades de manera consciente, mi atención completa estaba puesta en aquello relacionado al internado y mi adopción ahí, perdió total importancia mi alimentación...” (extracto anécdota participante N°4)

“...al estudiar la carrera una se da más cuenta de la alimentación propia. Otra cosa también es aprender a darse cuenta qué es lo que está haciendo el otro, como, quizás, agudizar el ojo con las conductas, que en verdad, son muy comunes en la gente, por ejemplo, cuando alimentan a las guaguas, que a veces que le dan dulces, cosas así. Como que una empieza a agudizar el ojo con la alimentación...”
(extracto entrevista participante N°3)

Ser conscientes de la alimentación que se lleva, de la mano con los conocimientos que se tenga sobre alimentación y nutrición son parte de lo que compone a la valoración que otorgan las/os participantes a la alimentación, esta puede ser expresada tanto como una actitud aprobatoria o desaprobatoria determinadas conductas alimentarias.

Síntesis de la categoría “Valoración de la alimentación”

La valoración de la alimentación asignada por las/os participantes está definida por variados determinantes de la conducta alimentaria, tales como consciencia de la alimentación, conocimientos, entre otros. Esto repercute en las conductas que se llevan a cabo.

J) Categoría: Disponibilidad de tiempo

Esta categoría no incluye otras subcategorías emergentes, sino que es una en sí misma y tiene por definición lo siguiente:

“Tiempo disponible para la alimentación en contraste a la demanda de tiempo requerido para la realización de otras tareas distintas a la alimentación” (*definición propia*).

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas de las/os participantes que indican la relación entre la disponibilidad de tiempo con las conductas alimentarias de las/os participantes:

“...el internado de servicio de alimentación colectiva es una de las prácticas que demanda más tiempo, porque por un lado en terreno es mucho más cansador y uno no tiene tiempo para otras cosas, porque siempre falta algo en el servicio de alimentación, y uno tiene que estar preocupada, al final el éxito del servicio de alimentación, independiente que uno sea interna, igual va en uno, entonces por ejemplo yo llego a casa y lo que me sale más fácil y rápido es hacerme unos fideos con unos huevos y tener alguna verdura, que ahora no tengo por el tema de la cuarentena, porque no pude ir al supermercado que iba a estar lleno...” (extracto entrevista participante N° 3)

“...si yo tengo alta disponibilidad de tiempo voy a poder prepararme unos porotos caseros, cuando no tengo mucho tiempo voy a preferir prepararme unos porotos en conserva y eso igual tiene un impacto tanto nutricional como va a tener un impacto en lo que yo estoy consumiendo entonces. Ahí el tiempo igual juega un rol importante en lo que yo voy a poder comer y lo que no. Y lo que voy a poder preparar...” (extracto entrevista participante N°9)

La disponibilidad de tiempo con la que se cuenta se vuelve una limitante al momento de llevar a cabo determinadas conductas alimentarias, se transforma en un telón de fondo que delimita que se puede hacer y que no, se suma a un conjunto de otros determinantes de la conducta alimentaria ya mencionados, como la seguridad alimentaria, por ejemplo.

Síntesis de la categoría “Disponibilidad de tiempo”

La conducta alimentaria de los/as participantes se ven afectadas por la disponibilidad de tiempo con la que se cuenta para la alimentación, volviéndose un determinante de la misma.

K) Categoría: Ejercicio físico

Esta categoría no incluye otras subcategorías emergentes, sino que es una en sí misma.

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas de las/os participantes que indican la relación entre la realización de ejercicio físico con las conductas alimentarias de las/os participantes:

“...los días que entreno siempre soy como más ordenada para comer, cuando uno no está entrenando igual se pone como más flojo y es un poco más libre, pero cuando entreno me ordeno más, trato de alcanzar una cierta cantidad de proteínas...” (extracto entrevista participante N°1)

“...el año pasado me puse a realizar actividad física, no fitness, pero si al menos tres veces por semana, a realizar aproximadamente cuatro o cinco veces por semana como por al menos siete u ocho meses, y fue genial, incluso determinaba como me alimentaba, porque me alimentaba mejor. Antes de eso no me alimentaba muy bien, durante el proceso de realizar actividad física me alimenté mejor, seguía consumiendo otros alimentos, pero con menos frecuencia, y tenía un mayor consumo de frutas, verduras, comía frutas casi tres veces, como unas cuatro porciones al día, comía más verduras, también impactó que me metiera a la cocina a preparar cosas más saludables, para mí y para mi familia. Ahora que llevo un par de meses sin hacer ejercicio, porque estoy de lleno en la práctica, he tenido menos conductas saludables...” (extracto entrevista participante N°2)

El ejercicio físico en las/os participantes, en cierta medida, ejerce fuerza como medida de control en otros aspectos, otorgando orden y estructura, para este caso en particular se visualiza su efecto sobre las conductas alimentarias que llevan a cabo las/os participantes, ya sea seleccionando el consumo de determinados alimentos (fuentes de proteínas), o bien consumiendo mayor cantidad de alimentos que poseen mayor cantidad de efectos beneficiosos para la salud (frutas, verduras, etc) respecto de otros.

Síntesis de la categoría “Ejercicio físico”

Las conductas alimentarias pueden llegar a ser moduladas por la realización de ejercicio físico, ya que este se asocia en las/os participantes a un mayor orden en términos generales y a una conducta saludable, que repercute en otros ámbitos como el de la alimentación, promoviendo la realización de determinadas conductas alimentarias.

L) Categoría: Muestra de afecto

Esta categoría no incluye otras subcategorías emergentes, sino que es una en sí misma.

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas de las/os participantes que indica la vinculación existente entre las conductas alimentarias y la demostración de afecto:

“...una de las cosas que he integrado bastante y hace harto tiempo, sobre todo porque soy estudiante y mis ingresos económicos son escasos, es que como regalo o presente a las personas que les tengo cariño, no a todas, yo cocino algo, por ejemplo, algo dulce, alguna preparación distinta y se las regalo. En navidad, por ejemplo, apliqué esto de hacer muchas galletas navideñas, como doscientas galletas, armaba paquetitos y las regalaba a cada miembro de mi familia. Y eso lo hacía desde mi cariño, porque yo no estaba regalándole al vecino, yo le regalaba a la gente que quería y más cercana a mí, y esa era una muestra de afecto, de cariño...” (extracto entrevista participante N°2).

“...cuando uno celebra el 14 de febrero, uno regala chocolates a la pareja. Es un vínculo en base a la alimentación con que se asocia una muestra de afecto, de amor. También por ejemplo cuando uno sabe que alguien está triste, también quiere regalar con comida, como se dice habitualmente, entonces hay hechos afectivos que van asociados a la alimentación...” (extracto entrevista participante N°9)

Las muestras de afecto tienen múltiples formas de expresión, pudiendo evidenciarse también a través de la alimentación, convirtiéndose muchas veces en la intención detrás de variadas conductas alimentarias, y que por ende no tienen como objetivo principal el alimentar o nutrir a otra persona o a uno mismo, sino que ser un vehículo para la demostración del cariño o estima.

Síntesis de la categoría “Muestra de afecto”

Para demostrar el cariño o el afecto hacia un otro se utiliza en muchas ocasiones a los alimentos como vehículos para su expresión. Las conductas alimentarias pueden poseer como significado la demostración del afecto.

M) Categoría: Culturas alimentarias

Esta categoría no incluye otras subcategorías emergentes, sino que es una en sí misma. Se entenderá por cultura alimentaria a:

“El conjunto de representaciones, de creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de una cultura” (Contreras & Gracia, 2005).

A continuación, se presentan algunos extractos de registros de entrevistas de las/os participantes que indica la vinculación existente entre las conductas alimentarias y las diversas culturas alimentarias:

“...las culturas, en términos de alimentación, de las distintas ciudades o regiones del país, son un tema que la universidad por lo general no toma mucho en cuenta. En técnicas culinarias lo veíamos un poco como por el tema de los alimentos, pero creo que es super importante y super determinante en la alimentación, porque va a afectar totalmente la salud, la ingesta calórica y todo lo relacionado con la alimentación, por ejemplo yo como estoy en el sur puedo vivenciar todo eso, yo sé la cultura que hay allá de la alimentación y que va a ser muy difícil que yo llegue allá y diga “vamos a comer así ahora”, es difícil, es un área que se debería abordar el cómo poder entrar en las culturas, cómo poder generar cambios...” (extracto entrevista participante N°1)

“...cuando uno va conociendo a personas de otras culturas e incluso de otra región, como de más al sur, de más al norte, siendo todos del mismo país o de otros países va descubriendo nuevos alimentos, otras formas de preparación de los alimentos, y eso influye harto. Yo he comido cosas que antes nunca en mi vida había comido, como arepas, porotos negros, yo los veía como algo súper centro americano y no es así. Entonces, conocer a personas ya sea de otras ciudades, de otras zonas, de otro país, abre un mundo, posibilidades a otras preparaciones, a otros alimentos, a otras maneras de hacer lo que uno siempre hacía...” (extracto entrevista participante N°8)

La influencia que ejercen otras personas en las prácticas que uno realiza es indudable, en los extractos de entrevistas antes expuestos se evidencia cómo impacta en las conductas alimentarias de las/os participantes el hecho de estar expuesto a culturas alimentarias diferentes, de otras regiones o países, esto no sólo los/as lleva a probar alimentos o preparaciones diferentes a las ya conocidas, sino que también a abrirse a la experiencia del cambio.

Síntesis de la categoría “Culturas alimentarias”

Las conductas alimentarias están determinadas en gran medida por la cultura alimentaria a la cual pertenecemos, al conocer otras culturas ineludiblemente se podrá acceder a nuevas prácticas alimentarias, que pueden impactar en nuestra relación con alimentación.

11.4.- Distinción entre relación directa e indirecta de las categorías con el significado de las conductas alimentarias

De las categorías antes mencionadas las siguientes se encuentran directamente relacionadas con los significados de las conductas alimentarias, es decir, tiene relación directa con la intencionalidad tras la conducta llevada a cabo, por lo tanto, son parte del significado: “Interacción social”, “emoción”, “estándares sociales”, “salud” y “muestra de afecto”.

Por otra parte, las categorías restantes a las anteriormente mencionadas tienen estrecha vinculación con las conductas alimentarias, pero no necesariamente son parte del significado de las mismas, sino que más bien poseen una relación indirecta al significado, siendo influyentes o determinantes de la conducta alimentaria, se entiende por determinante según lo establecido por la Organización Mundial de la Salud a “circunstancias en que las personas nacen crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana”. Dentro de estas categorías encontramos a: “autocrítica”, “percepción de la imagen corporal”, “conocimiento en alimentación y nutrición”, “seguridad alimentaria”, “valoración de la alimentación”, “disponibilidad de tiempo”, “ejercicio físico” y “culturas alimentarias”

11.-5.- Integración de los significados de la conducta alimentaria

El ser humano es un ser social, que construye significados, a partir de la interacción con otros, lo que sin duda influye en las conductas que se llevan a cabo, incluyendo a las relativas a la alimentación. Es más, si bien cada uno/a otorga significado a sus propias conductas, dotándolas de determinada intencionalidad, muchas veces este no es un proceso del cual el individuo sea consciente en su totalidad, sino que más bien el individuo se transforma en un vehículo para la expresión de significados que son impuestos, en cierta medida, por la sociedad en su conjunto.

Los estándares impuestos por la sociedad, al igual que su propia composición, tienen el carácter de ser múltiples y diversos, así como también sus formas y canales de expresión. El entorno cercano, es decir, familia, amigos, pareja, etc., como principal ente de interacción social, se vuelve uno de estos canales y uno de gran incidencia en las conductas alimentarias de los individuos, específicamente, en su establecimiento y mantención en el tiempo. En la búsqueda por alcanzar el logro de dichos estándares se generan inevitablemente reacciones emocionales que generan y pueden ser generadas por determinadas conductas alimentarias.

En el tránsito para el logro de dichos estándares, se establece una crítica interna producida a partir de la presión por alcanzar determinado modelo o patrón valorado por la sociedad, que se vivencia mediante la evaluación y el juicio constante de sí mismo. En ocasiones aparece un marcado sentimiento de culpa, relacionado a la pérdida de control frente a la ejecución de determinadas conductas alimentarias, que son valoradas generalmente como perjudiciales por la sociedad.

El/la participante del estudio, prácticamente titulado/a de la carrera de Nutrición y Dietética, aun teniendo conocimiento científico sobre alimentación y nutrición, además de cierto grado de consciencia sobre su propia alimentación y sus efectos en la salud, no logra escapar de la influencia del medio respecto de sus propias

conductas alimentarias. Si bien la búsqueda del bienestar en términos de salud, tanto física como mental, es parte del significado de las conductas relacionadas a la alimentación que lleva a cabo, no resulta fundamental.

Lo anterior se evidencia mediante la necesidad consciente, pero la mayor parte de las veces inconsciente, de expresar significados construidos en la interacción social y para ella, mediante la expresión de diversas prácticas, incluidas las relacionadas a alimentación. Un ejemplo de esto es la necesidad humana de la demostración de afecto como significado de diversas conductas alimentarias, afecto hacia otro o a la representación de un otro, lo que demuestra la expresión ineludible del carácter fundamentalmente social del ser humano, independientemente de su grado de especialización sobre alimentación y nutrición, y el impacto que pueda generar esto en sus propias prácticas.

La disponibilidad de tiempo para la alimentación, la realización de ejercicio físico, la exposición a diferentes culturas alimentarias y la percepción de la imagen corporal, son ejemplos de determinantes de la conducta alimentaria, no así de su significado, por supuesto, que inciden en la realización de conductas específicas, pero siempre enmarcados dentro de un contexto social que permite la asignación de significados, y por lo tanto demanda que siempre tengan relación con la esencia del ser humano, la interacción con un otro.

12.- CONCLUSIONES

Las conductas llevadas a cabo por individuos son una forma de expresión, en cierta medida, de un componente intencional que las sustenta, otorgándoles significado. La intencionalidad expresada en la conducta ya sea de forma consciente o inconsciente, tiene vinculación con la dimensión social en la cual se encuentra inmerso el individuo.

Lo anterior no es distinto respecto de las conductas alimentarias, estas son una forma de expresión que en la mayoría de los casos tiene una marcada intencionalidad que nace desde lo social. El significado por tanto de las conductas alimentarias encuentra a lo social como principal componente que lo gesta, y emerge en los discursos de los individuos mediante la marcada vinculación e influencia que ejercen los grupos cercanos (familia, amigos, etc.), en la generación, establecimiento y mantención en el tiempo de diversas conductas alimentarias. A su vez la alimentación es vista como instancia de interacción social, y como una excelente ocasión para compartir con un otro.

Desde este punto de vista también emergen estímulos sociales que ejercen, en mayor o menor medida, presión sobre los individuos estableciendo de forma consciente o inconsciente determinados estándares sociales que influyen sobre las conductas alimentarias que lleva a cabo el individuo. El grado de contribución de dicha conducta al logro o alejamiento del estándar, patrón o modelo valorado socialmente provoca una determinada reacción emocional que también se puede volver una fuente para la generación de significado de conductas alimentarias.

El desviarse del camino del logro de dicho estándar impuesto por la sociedad, mediante la realización de diversas conductas alimentarias, tiene relación con la pérdida de sensación de autocontrol, la que se vivencia como una fuerte autocrítica acompañada de un marcado sentimiento de culpa. Uno de los ámbitos en los cuales se presentan con mayor fuerza los estándares impuestos por la sociedad es en lo relativo a la imagen corporal.

La percepción de la imagen corporal se manifiesta en el discurso de los participantes a través de la recurrente alusión al peso corporal y a su vinculación con la autoestima. El significado detrás de las conductas alimentarias que emergen del distanciamiento del estándar social o de la escasa contribución al logro del mismo en lo relativo a la imagen corporal, es el resultado del intento de mitigar la emoción asociada.

El conocimiento sobre alimentación y nutrición adquirido por los participantes durante el transcurso de sus estudios universitarios se expresa en la selección de alimentos, y por lo tanto en la generación de determinadas conductas alimentarias, que poseen como significado, en menor medida que el anteriormente señalado (relativo a lo social), la búsqueda del bienestar en términos de salud, tanto física como mental.

Si bien los participantes se encuentran finalizando estudios universitarios de una carrera de la salud, estos otorgan mayor relevancia al componente social relacionado a la alimentación, lo cual que se expresa mediante conductas alimentarias que tienen como intencionalidad imperante, es decir como gran parte de su significado, algún aspecto relativo a lo social por sobre la búsqueda del bienestar asociado al concepto de salud.

Existen algunos determinantes que influyen en las conductas alimentarias llevadas a cabo por los participantes como, las diversas culturas alimentarias que se han visto diversificadas y expandidas por el territorio con la migración, la disponibilidad de tiempo con la que se cuente para la alimentación y la realización de ejercicio físico.

Finalmente, y a modo de síntesis se puede mencionar que el significado otorgado a las conductas alimentarias que llevan a cabo los participantes de este estudio, incluso aunque se encuentren finalizando una carrera profesional con cierto grado de formación sobre conductas alimentarias dirigidas a la búsqueda del bienestar

en términos de salud, es inherente a la esencia del ser humano, la cual es de naturaleza social, y por lo tanto, esta se refleja en sus acciones, en este caso conductas alimentarias.

13.- REFLEXIONES FINALES

En la formación profesional de las/os estudiantes en general, pero en particular en las carreras del área de la salud, se debiese propender a establecer una marcada vinculación entre el contenido propio de cada profesión y su contextualización dentro de un ámbito social, del cual todos somos parte y que por cierto contribuye a otorgar significado a dicho contenido.

El significado de una determinada expresión resulta interesante de abordar para un educador, ya que en cierta medida da cuenta de la intencionalidad de dicha expresión, por lo tanto, una vez identificada se puede intentar, mediante diversas estrategias educativas y metodologías de enseñanza, provocar en el estudiante su concientización, con la finalidad de evidenciar la motivación de dicha expresión y su reconfiguración de acuerdo con el objetivo planteado.

El caso particular de las conductas alimentarias como forma de expresión no es distinto al anteriormente señalado. Si bien actualmente se habla respecto del aprendizaje centrado en el estudiante (enfoque constructivista), otorgándole responsabilidad sobre su propio aprendizaje, resulta imperioso relevar también el rol del educador, como un ente que debe estar capacitado para detectar los significados de las expresiones de los estudiantes, para así generar estímulos que provoquen (de ser necesario y de acuerdo a objetivos), en el marco del proceso de enseñanza-aprendizaje del estudiante, una reconfiguración mental a partir del conocimiento adquirido.

Los profesionales de la salud, incluidos nutricionistas, ejercen principalmente un rol educador con pacientes o usuarios, y esto se realiza en un marco de interacción social ineludible. Esto es importante, ya que una vez se tiene claro esto

y se es consciente del rol educador antes mencionado, se dará importancia a los significados que otorga el otro a sus propias conductas, en este caso alimentarias.

En el contexto actual es poco valorado, incluso es mal visto por la sociedad, que un profesional posea competencias asociadas a diversas profesiones sin un nivel de profundidad o especialización casi exagerado, por ejemplo, un nutricionista debe hablar de alimentos no de emociones asociadas a los alimentos, para eso está el psicólogo; un enfermero debe hablar sobre el cuidado del paciente ante la enfermedad no del agente etiológico de la misma, para eso está el médico; un fonoaudiólogo debe hablar sobre el proceso de deglución y la consistencia de los alimentos, no de los alimentos que debe consumir el usuario, para eso está el nutricionista.

Si bien lo anteriormente señalado tiene fundamentos válidos, basados en la pertinencia y expertiz del profesional con el fin de evitar el daño al usuario, se olvida la integralidad del ser humano y que no estamos compartimentalizados por profesiones. El buen nutricionista, o mejor dicho el buen profesional de salud, no es sólo lo que el título universitario dice que es, ya sea nutricionista, enfermero, médico, fonoaudiólogo, etc., sino que es un ser humano con múltiples habilidades (no atribuibles a una carrera en particular), que debiesen estar centradas principalmente en el rol educador, como fuente de confluencia del ejercicio de dichas habilidades y actitudes, y que para su correcta puesta en marcha debe considerar los significados otorgados por el mismo y los que otorga el resto de individuos.

14.- CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para el desarrollo de esta investigación se siguieron los siete requisitos éticos de Ezekiel Emanuel (Emanuel, 1999), que proporcionan un marco sistemático y racional para determinar si la investigación en seres humanos es ética. Siendo los siguientes junto a su respectiva explicación:

- **Valor social o científico:** Evaluar un tratamiento, una intervención o una teoría que mejorará la salud y el bienestar o el conocimiento.
- **Validez científica:** Postular supuestos claros, utilizar principios y métodos científicos aceptados, que incluyen las técnicas probadas, para producir datos que resulten confiables y válidos.
- **Selección equitativa de sujetos:** Que la selección de sujetos/participantes se haga cuidando de que no se seleccione a personas/poblaciones estigmatizadas o vulnerables para las investigaciones riesgosas, mientras que a las más favorecidas se les ofrezca participar en investigaciones de potencial más beneficioso.
- **Razón riesgo/beneficio favorable:** Minimizar los riesgos y daños potenciales, maximizando los beneficios potenciales con el fin de que los riesgos a los sujetos/participantes sean proporcionales a los beneficios al sujeto/ participante y a la sociedad.
- **Evaluación independiente:** Evaluación del diseño del estudio, la población sujeto propuesta y la razón riesgo/beneficio por individuos ajenos a la investigación.
- **Consentimiento informado:** Informar a los sujetos potenciales acerca del propósito de la investigación, sus riesgos y beneficios potenciales y las alternativas, de forma que las personas comprendan esta información y puedan tomar decisiones en forma voluntaria acerca de su participación en la investigación.
- **Respeto por los sujetos inscritos:** Respeto a los sujetos demostrado mediante:
 1. La posibilidad de permitirles salirse de la investigación.
 2. La protección de su privacidad a través de la confidencialidad.
 3. La provisión de información acerca de riesgos o beneficios descubiertos en el

curso de la investigación.

4. La provisión de información acerca de los resultados de la investigación clínica.
5. La vigilancia continua de su bienestar.

Se creó un consentimiento informado dirigido a los/as estudiantes de 5to de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile (ver anexo N°3), para su participación en el estudio, el cual fue enviado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile, junto a toda la documentación requerida para su evaluación.

En lo que respecta a retribución a participantes, esta consistirá en la difusión expresa y directa de resultados.

15.- DECLARACIÓN DE INTERESES

El autor se desempeña como docente de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, donde cuenta con la aceptación de la Dirección de la Escuela de Nutrición y Dietética de dicha casa de estudios, y no posee financiamiento alguno para la realización de esta investigación.

Además, es necesario señalar que el autor realiza labores de coordinación de 5to nivel de la carrera, por lo que conoce a las/os estudiantes, y por ende, existe un vínculo previamente formado a la realización de esta investigación.

Finalmente, el autor no persigue ningún otro objetivo que, a través de la investigación, aportar en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje de la comunidad educativa.

16.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Contreras, J., Gracia, M. (2005). Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel.
- Creswell, J. (2012). Educational Research. Planning, conducting and evaluating quantitative and qualitative research (Fourth edi, Vol. 66).
- Díaz Hernández, C. (1969). La teoría de la significación en Husserl. Logos: Anales Del Seminario de Metafísica, 4, 41–58.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Zuroff, D. C., Lecce, S., & Hui, D. (2006). Self-Critical and Personal Standards factors of perfectionism located within the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 40(3), 409–420.
- Emanuel, E. (1999). Introducción. Pautas Éticas de Investigación En Humanos Nuevas Perspectivas., 83–96. <http://actabioethica.cl/docs/pautas.pdf>
- Gadamer Hans Georg - Verdad Y Metodo li (pp. 1–430). (2007). papers3://publication/uuid/BEEA688A-115E-4EA5-89D5-854D3ABE3E84
- Galesi-Pacheco, L. F., Vieira, C. M., Ferreira, M. C. S., & de Oliveira, M. R. M. (2019). Food practices and their meanings in the daily routine of a university. *Revista de Nutricao*, 32, 1–9.
- Guba, E., & Lincoln, Y. (1994). Competing Paradigms in Qualitative Research. In Denzin, N. K & Lincoln, Y. S. (Eds). *Handbook of Qualitative Research*, Thousand Oak:Sage. http://sgpwe.izt.uam.mx/pages/egt/Cursos/MetodoLicIII/7_Guba_Lincoln_Paradigmas.pdf

Korinth, A., Schiess, S., & Westenhoefer, J. (2010). Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences. *Public Health Nutrition*, 13(1), 32–37.

Marc E, Picard D. (1992) *La interacción social. Cultura, instituciones y comunicación*, Barcelona: Paidós.

Noreña, A. L., Alcaraz-Moreno, N., Rojas, J. G., & Rebolledo-Malpica, D. (2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichán*, 12(3), 263–274.

Palmero, F. (2002). Comisión emociones y psicofisiología. *Boletín de la SEAS*, 16.

Póinhos, R., Alves, D., Vieira, E., Pinhão, S., Oliveira, B. M. P. M., & Correia, F. (2015). Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses. *Appetite*, 84, 28–33.

Polo, L. (2018). Ser y Tiempo. *Studia Poliana*, 20, 7–31.

Ricoeur, P. (2002). Del texto a la acción. Ensayos de Hermenéutica II. In *Termodinamica*.

Ricoeur, P. (2006). *Teoría de la interpretación. Discurso y excedente de sentido*. México: Siglo XX (p. 115). <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2015/08/Ricoeur.-Teoria-de-la-interpretacion.-Siglo-XXI.pdf>

Ricoeur, P. (2014). Introducción a ideen i de edmund husserl. *Arete*, 26(1), 133–163.

Sartre, J.-P. (1984). Being and Nothingness The Principal Text of Modern Existentialism. 636. The Model of the Text: Meaningful Action Considered as a Text Author (s): Paul Ricœur Source : New Literary History , Vol . 5 , No . 1 , What Is Literature ? (Autumn, 1973), pp. 91- Published by : The Johns Hopkins University Press Stable URL : <http://www.jhu.edu/~euphonia/ricœur/MLT.html> (2016). 5(1), 91–117.

Sandelowski, M. (1995). Sample size in qualitative research. *Research in Nursing & Health*, 18(2), 179–183.

Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. Elmsford Park, NY: Pergamon.

Trigueros, C., Rivera, E., & Rivera, I. (2019). Técnicas conversacionales y narrativas, Investigación cualitativa con Software Nvivo. http://www.investigacioncualitativa.es/1/upload/ugr_easp_libro_cualitativa_nvivo_12.pdf

Van Manen, M. (1997). *Researching lived experience* (2nd ed.). London, ON: The Athlone Press.

17.- ANEXO

Anexo N°1: Carta de compromiso profesor guía de tesis.

CARTA - COMPROMISO PROFESOR/A GUÍA DE TESIS

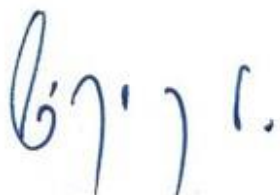
Quien suscribe, Prof. Dr. Ricardo López,

Acepta dirigir la Tesis de D. Christopher Chavarría,

Alumno(a) del Programa de: Magister en Educación en Ciencias de la Salud,

Titulada: *“Comprensión de la conducta alimentaria y su significación en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile”*, durante el tiempo que demore en realizarla y a proporcionarle todos los medios necesarios para el adecuado desarrollo de la misma.

También, se hace responsable que las actividades realizadas durante la ejecución del proyecto cuenten con la aprobación de las comisiones de ética o bioseguridad de la Facultad de Medicina.



Atentamente, _____

Firma

Evaluación Académica: Profesor Asociado.

Unidad Académica: Departamento de Educación en Ciencias de la Salud.

Área de Investigación: Epistemología.

Nº Teléfono: 992776180.

Email: rilopez@uchile.cl

Santiago, 10 de septiembre del 2020.

Anexo N°2: Carta de recomendación autorización institución.



Escuela de Nutrición y Dietética

RECOMENDACIÓN DE SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA PROYECTO EN LA ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA, UNIVERSIDAD DE CHILE

Estimada Directora,

La comisión de calidad de la Docencia de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, luego de la revisión de la solicitud y los antecedentes correspondientes, recomienda que el proyecto "Comprensión de la conducta alimentaria y su significación en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile", presentado por el/la investigador/a Christopher Hemán Chavarría Tapia sea *aprobado* para su ejecución en la Escuela.

JUSTIFICACIÓN:

Se entrega toda la documentación solicitada y el proyecto representa un aporte que retroalimentará la calidad de la formación entregada en un aspecto que es determinante para el profesional Nutricionista y su vínculo con el usuario.

Atentamente,

Nombre y firma del/la representante de la comisión

Fecha: 21/ Septiembre/2020

ANEXO N°3: Consentimiento informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL PROYECTO

“Comprensión de la significación de la conducta alimentaria en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile”

PATROCINANTE:

Nombre del Investigador principal: Christopher Hernán Chavarría Tapia.

R.U.T. 17.314.242-0

Institución: Departamento de Educación en Ciencias de la Salud, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.

Teléfonos: +56962704734

Invitación a participar: Le estamos invitando a participar en el proyecto de investigación “Comprensión de la significación de la conducta alimentaria en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile”, debido a las posibilidades de obtener información valiosa, desde la perspectiva estudiantil, acerca del significado de un tema propio de la disciplina, como lo es la conducta alimentaria, lo que será una contribución a la mejora de la comprensión del proceso de formación universitaria de los estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de nuestra casa de estudios.

Objetivos y justificación: Esta investigación tiene por objetivo comprender los significados de la conducta alimentaria en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, mediante la descripción, interpretación de la conducta alimentaria y sus significados, para luego construir un relato que permita la comprensión de dichos significados.

Procedimientos: Si Ud. acepta participar deberá hacer registro de una anécdota en relación a la conducta alimentaria y participar de una entrevista. La entrevista será realizada y grabada por el investigador principal, durará aproximadamente una hora y tendrá ejes temáticos relacionados al tema en estudio.

Riesgos: Esta investigación no involucra riesgos para usted, ya que sólo deberá hacer registro de una anécdota y ser entrevistado.

Costos: no hay costos asociados a la intervención.

Beneficios: Esta investigación, tendrá como beneficio principal obtener información relevante para el proceso de formación universitaria de estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética, además de develar significados que pueden ser de utilidad para el próximo desempeño profesional del participante. El participar en el proyecto no contará con ningún tipo de incentivo económico; no obstante, una vez finalizada la investigación, se darán a conocer los resultados a la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, a los que usted podrá acceder de estar interesada/o, por medio de instancia formal, a través de una reunión presencial en la misma institución, previo acuerdo de hora y fecha.

Compensación: Usted no recibirá ninguna compensación por su participación en el estudio.

Confidencialidad: Toda la información derivada de su participación en este estudio (audios, transcripciones, entre otros) será conservada en forma de estricta confidencialidad, lo que incluye el acceso de los investigadores o agencias supervisoras de la investigación, mediante solicitud de información a comité de ética local, esta será almacenada por un período de 10 años y encriptada, para su posterior eliminación. Cualquier publicación o comunicación científica de los resultados de la investigación será completamente anónima.

13|ABR|2021



ANEXO N°3: Consentimiento Informado (cont.)

Usos potenciales de los resultados de la investigación, incluyendo los comerciales: los resultados de esta investigación podrán ser presentados en congresos científicos de la especialidad y eventualmente publicado en revistas científicas. Si desea acceder a los resultados del estudio puede comunicarse con el Nta. Christopher Chavarría T. teléfono +56962704734.

Voluntariedad: Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria y se puede retirar en cualquier momento comunicándolo al investigador.

Derechos del participante

Usted recibirá una copia íntegra y escrita de este documento firmado.

Si usted requiere cualquier otra información sobre su participación en este estudio puede comunicarse con:

Investigador: Nta. Christopher Chavarría T., teléfono +56962704734.

Autoridad de la Institución: Dr. Ricardo López. Profesor Asistente. Departamento de Educación en Ciencias de la Salud, Facultad de Medicina, Universidad de Chile Teléfono: +56992776180.

Otros Derechos del participante

En caso de duda sobre sus derechos debe comunicarse con el Presidente del "Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos", Dr. Manuel Oyarzún G., Teléfono: +5622-9789536, Email: comiteceish@med.uchile.cl, cuya oficina se encuentra ubicada a un costado de la Biblioteca Central de la Facultad de Medicina, Universidad de Chile en Av. Independencia 1027, Comuna de Independencia.

Conclusión:

Después de haber recibido y comprendido la información de este documento y de haber podido aclarar todas mis dudas, otorgo mi consentimiento para participar en el proyecto "Comprensión de la significación de la conducta alimentaria en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile".

Nombre del Participante
Rut.

Firma

Fecha

Nombre de Director
de Institución o Delegado
Art. 11 Ley 20120
Rut.

Firma

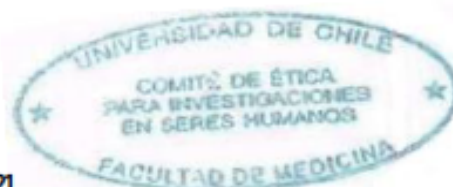
Fecha

Nombre del investigador
Rut.

Firma

Fecha

13|ABR|2021



ANEXO N°4: Orientaciones para el registro de anécdota.



Orientaciones para el Registro de Anécdota

En su calidad de estudiante de 5to nivel, que se encuentra cursando sus prácticas profesionales, es que se le solicita registre una anécdota relacionada al fenómeno de la alimentación, mediante su propia experiencia, no necesariamente debe ser en el contexto de práctica profesional, sino que cualquier experiencia que usted vincule con la alimentación.

El registro debe poseer una extensión mínima de 1 plana y no mayor a 2 planas y media, y se solicita siga las siguientes orientaciones para un adecuado registro de la anécdota:

- Describa la experiencia tal como usted la vive o la ha vivido, evitando explicaciones causales, como por ejemplo, “yo creo que esto se debe a...”, generalizaciones “supongo que por eso...” o interpretaciones abstractas “como se sabe...”.
- Detalle la experiencia “desde dentro” como si fuera un estado mental: sentimientos, estado de ánimo, emociones, etc.
- Centralícese en un suceso específico **en relación con la alimentación**: describa situaciones específicas, una aventura, un suceso o una experiencia concreta.
- Procure focalizarse en una experiencia que enfatice por su intensidad como si se tratara de la primera vez.
- Concéntrese en las respuestas de su cuerpo, en cómo huelen u olían determinados alimentos o preparaciones, en su sabor, etc.
- Evite registrar frases hermosas o rimbombantes, sino más bien registre la experiencia tal como la vivió.

ANEXO N°5: Carta de compromiso del investigador.

Carta Compromiso del Investigador

(Documento en versión 1 corregida 28/03/2019)

Yo Christopher Hernán Chavarría Tapia, Investigador Responsable del proyecto de investigación Significados de la conducta alimentaria en estudiantes de 5to año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, mediante la suscripción del presente documento me comprometo a:

1. Declarar mis potenciales conflictos de interés ante el Comité respectivo.
2. Comunicar los eventos adversos en la forma más rápida al Comité y al patrocinador.
3. Reportar al Comité cualquier desviación del protocolo.
4. Hacer informes de seguimiento y reportarlos al Comité.
5. Informar al Comité sobre el retiro de sujetos enrolados, las razones de retiro y las acciones tomadas en consideración a ello.
6. Hacer un informe final al término del estudio y reportarlo al Comité
7. Comunicar al Comité la suspensión de un estudio, enviando un informe con los resultados obtenidos, las razones de suspensión y el programa de acción en relación con los sujetos participantes.
8. Garantizar que el procedimiento del Consentimiento Informado se lleve a cabo de tal forma que promueva la autonomía del sujeto, asegurándose de que este se logró entender la investigación, sus riesgos y probables beneficios.
9. Tomar a su cargo un número razonable de casos que no le impida asumir la responsabilidad del estudio en forma total.
10. Garantizar que los datos entregados sean íntegros y confiables, cumpliendo con el protocolo autorizado.
11. La obligación de cumplir con el estándar 10 de la Norma Técnica N° 0151 sobre Responsabilidades de los investigadores, aprobada mediante resolución Exenta N° 403 de 11 de julio de 2013 Estándares de acreditación de los C.E.C.



Firma Investigador

Santiago, Diciembre 2020.