



**CENTRO DE ESTUDIOS DEMOGRÁFICOS,  
URBANOS Y AMBIENTALES**

**LA CORPORAIZACIÓN DEL ENTORNO OBESOGÉNICO EN LA  
POBLACIÓN EN EDAD ESCOLAR, EN LA CIUDAD DE  
MÉXICO: LA MEDIACIÓN DEL HOGAR.**

Tesis presentada por:

**ALEJANDRO MARTÍNEZ ESPINOSA**

Para optar por el grado de:

**DOCTOR EN ESTUDIOS DE POBLACIÓN**

Directoras de tesis:

**CRISTINA MARÍA HERRERA CARNEVALE  
JULIETA PÉREZ AMADOR**





**CENTRO DE ESTUDIOS DEMOGRÁFICOS,  
URBANOS Y AMBIENTALES**

**CONSTANCIA DE APROBACIÓN**

Directoras de tesis:       DRA. CRISTINA MARÍA HERRERA CARNEVALE  
                                      DRA. JULIETA PÉREZ AMADOR

Aprobada por el jurado examinador:

1.- DRA. CRISTINA MARÍA HERRERA CARNEVALE \_\_\_\_\_

2.- DRA. JULIETA PÉREZ AMADOR \_\_\_\_\_

3.- DRA. CAROLINA MARTÍNEZ SALGADO \_\_\_\_\_

4.- FLORENCE LISE THÉODORE ROWLERSON \_\_\_\_\_

Ciudad de México

Diciembre, 2016



A las nuevas generaciones de madres y padres,  
para ya no morir por la “buena vida”



## AGRADECIMIENTOS

El proceso que culmina con la presentación de esta tesis, ha contado con la contribución de varias personas e instituciones. De manera directa, esta ha sido posible gracias al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología y de El Colegio de México, instituciones que canalizaron recursos públicos que aseguraron la dedicación exclusiva a mis estudios.

Pero este proceso difícilmente puede ser acotado a la duración del programa de doctorado. Hace más de siete años Silvia Giorguli, entonces directora del CEDUA, me dio la oportunidad de formar parte de este centro como becario de investigación, y con ello, la posibilidad de acercarme a un espacio académico lleno de aprendizajes y retos pero sobre todo, cargado de un ejemplo de compromiso y rigor que terminaron por empujarme a hacer de la academia una parte importante en mi proyecto de vida. En esos momentos el apoyo de Estela Rivero fue crucial para emprender mis estudios de maestría. Ietza Bojórquez y Elmyra Ybañez, del Colegio de la Frontera Norte, tuvieron un papel importante al respaldar mi solicitud para regresar a El Colegio de México.

Ya en esta etapa pude beneficiarme de los comentarios, recomendaciones y cuestionamientos sustantivos de mis profesoras y profesores Ivonne Szasz, Brígida García, Juan Guillermo Figueroa, Carlos Echarri, Beatriz Novak y Fátima Juárez. El profesionalismo y la seriedad de los señalamientos de Olga Rojas me permitieron observar múltiples deficiencias que sin su indicación habrían quedado desatendidas. Los comentarios más orientados al manejo de los datos de Edith Pacheco y Landy Sánchez, fueron también de mucha utilidad. Mención especial merece Julieta Pérez quien ha seguido el proceso de análisis cuantitativo desde sus primeros planteamientos, primero como profesora y posteriormente como directora de tesis.

A Maria Eugenia Zavala quiero agradecer la oportunidad de tener una interacción más rica con mis compañeros, permitiéndome recibir comentarios oportunos, además de aprender de los avances que cada semestre se presentaban. Y todavía más importante, el que me hubiera dado la oportunidad de culminar esta investigación, confiando en mis capacidades, de las que yo mismo llegué a dudar. Asimismo, el acompañamiento de Carolina Martínez fue fundamental para organizar mis ideas y encontrar la forma de ocuparme también de mi *self*.

Quiero reconocer también, la paciencia, la libertad para trabajar y la disposición mostrada por Cristina Herrera para dirigir esta tesis. Su dedicación me queda como ejemplo, pues en varias ocasiones pude recibir observaciones y comentarios aun en fines de semana, para asegurar que los avances fueran de la mejor calidad posible. Todo lo cual, me hace sentir profundamente afortunado de haber compartido el proceso con ella.

El cierre de este proyecto coincidió con un cambio en la gestión del CEDUA. Con Luis Jaime Sobrino al frente, el centro continuó apoyándonos y buscando formas para escuchar y posicionar a los estudiantes. Una pieza importante para ese proceso ha sido el apoyo de Alejandra Franco y Rosa María López, quienes hicieron comprensible los trámites y gestiones que envuelven a un programa de doctorado, siempre con una sonrisa.

El desarrollo de trabajo de campo requirió igualmente el apoyo de varias personas. Mauro Rojas Lima, Jefe de Unidad Departamental de Operación de Centros DIF, me facilitó el acceso al Centro de Bienestar Social y Urbano "Ajusco" y Jesús Gutierrez Orihuela, director del centro, me dio todas las facilidades para conversar con la población que atendían.

A Devaki Preciado, de la asociación civil Pro-Pedregales, quiero reconocer su compromiso y su colaboración para completar el número de informantes, al acercarme con las personas que atendía su asociación. La colaboración de Yeimi Colin fue clave para que la bola de nieve comenzara a rodar y me permitiera recopilar la mitad de los testimonios de los que se nutre esta tesis.

La convivencia cotidiana con los compañeros fue la parte más rica, agradable y llena de detalles, del proceso del doctorado. Jessica Nájera siempre solidaria, leyó e hizo comentarios a lo que fuera el primer esbozo y aprovechaba cada oportunidad para hacer preguntas de suma utilidad. A Jorge le agradezco la ayuda recibida con las bases de datos, así como sus recomendaciones e inquietudes respecto a mi tema, A Noé, Marco, Cynthia, Gaby, Yeim, Angélica y Schwartz, por las pocas pero catárticas reuniones en las que pude participar. A Mickens su generosidad al compartir sus textos digitalizados. De Daniel aproveché las charlas y las recomendaciones que sólo son posibles entre quienes comparten intereses y experiencias. A Lalito, ese hermano peleonero que nadie quiere tener pero que todos necesitan, le agradezco su sinceridad, a veces excesiva, su buena memoria y su disposición constante a opinar y proponer, esas cualidades me han sido de mucho provecho para la preparación del texto final de esta tesis.

A mi familia quiero agradecer su apoyo y comprensión. Particularmente a mis padres para quienes todo el proceso del doctorado podía resultar extraño, pero siempre tenían una frase de aliento en esos momentos en los que las quejas y los malestares rebasaban a las esperanzas.

Finalmente, quiero expresar, de manera muy especial, mi gratitud a Marisol Alcocer, mi compañera. Con ella, las largas jornadas de trabajo eran otra forma de acompañarnos y el desayuno o la cena eran excelentes oportunidades para sorprendernos de los rumbos que nuestras investigaciones iban tomando, pero también para pensar en los posibles derroteros que queremos alcanzar juntos. En cada noche, y varias madrugadas, la presencia de mis queridos canes –Nito y Goya- fue la diferencia entre tirar la toalla y seguir hasta el final.



## **Resumen**

La presente investigación se ubica en la confluencia entre los estudios de la salud y de la familia, parte de una perspectiva multidisciplinaria orientada por los estudios de población. El objetivo en esta investigación es explorar la mediación del ámbito familiar entre el ambiente obesogénico y la composición corporal de los escolares en el área urbana del Distrito Federal. En su desarrollo, se analizan los procesos sociales que han derivado en una amplia oferta de alimentos y una escasa oportunidad de actividad física, se traen a cuenta las perspectivas desde las que se ha estudiado el tema de la composición corporal y sus consecuencias, además de señalar la dinámica familiar, sus condiciones y significados, en relación a la ingesta alimentaria y la actividad física.

El contexto de análisis del estudio es el área urbana del Distrito Federal, en dos momentos. Primero en el análisis de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, se analizan las características de la población escolar y posteriormente con el desarrollo de trabajo de campo en dos colonias de la delegación Coyoacán, desde una metodología cualitativa.

Para el desarrollo de la investigación se aplicó una metodología de métodos combinados cuantitativa-cualitativa. El análisis cuantitativo se realizó a partir de los datos transversales de la encuesta señalada, con lo que se construyeron modelos logísticos binomiales y multinomiales de asociación entre variables de tipo individual, familiar y contextual. En el aspecto cualitativo se aplicaron entrevistas en profundidad a cuidadoras de niñas y niños en edad escolar para captar la mediación del hogar desde los capitales, la convivencia, la organización de las actividades cotidianas y las representaciones.

La relevancia de este estudio radica en la propuesta analítica del tema del sobrepeso y la obesidad más allá del paradigma biomédico para recuperar algunas propuestas desde las ciencias sociales que cuestionan el reduccionismo que caracteriza a dicha perspectiva. Otro aspecto es que se incorpora la dinámica familiar como elemento crucial para comprender adecuadamente las prácticas alimentarias y de actividad física, que repercuten en la ganancia de peso en la edad escolar. Por otro lado, la aplicación de dos métodos diferentes para dar cuenta del fenómeno, permite señalar ciertas formas en las que las prácticas y las representaciones de los miembros del hogar se articulan con procesos observados a nivel de grandes agregados poblacionales.

En la primera etapa, el análisis estadístico muestra que los hijos de madres no unidas o que trabajan no fue un aspecto estadísticamente significativo para presentar mayor propensión a presentar exceso de peso, por su parte los hogares en los que sólo se encontraba la madre, no sólo no presentaron mayor propensión a sobrepeso sino que, los escolares de este tipo de hogares fueron quienes presentaron la menor propensión respecto a los hogares en los que se encontraban ambos padres y aquellos que contaban con otros familiares. Por otro lado, conforme aumentaba el nivel socioeconómico y la escolaridad de la madre, también lo hacía la propensión a presentar obesidad y sobrepeso en los escolares, por lo que la selección de la muestra cualitativa se realizó en base a estos criterios.

La etapa cualitativa del estudio se desarrolló a partir de 14 entrevistas en profundidad con madres cuidadoras. A partir de sus testimonios se identificó la importancia de la participación paterna y de otros familiares en los consumos hipercalóricos. Ese tipo de consumos representaban la abundancia del hogar y la ausencia de restricciones, por lo que con la mejora en el ingreso también se incrementaban. En las narraciones de las madres también se mencionaban cambios en el manejo de la disciplina que han derivado en un uso recurrente de golosinas y dispositivos de entretenimiento sedentario, para este fin. El sedentarismo se valoraba positivamente como un momento de descanso y convivencia en el que se suspendían las labores cotidianas, las prisas y las preocupaciones.

La recuperación del papel del hogar frente al entorno obesogénico nos acerca a entender las preferencias de actividad física y alimentación, configuradas tanto por la familia de origen, como por las experiencias actuales. Situar a las niñas y a los niños escolares en su entorno hogareño permite ponderar el impacto de las acciones que apelan a la formación de hábitos y señala aspectos clave para ser atendidos en la prevención de los factores de riesgo para padecimientos crónicos en este grupo etario.

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>5</b>
<b>CAPÍTULO I ANTECEDENTES PARA EL ESTUDIO DEL AMBIENTE OBESOGÉNICO Y LA FAMILIA EN MÉXICO</b> .....	<b>9</b>
<b>1. LA EMERGENCIA DE LA OBESIDAD EN EL ESCENARIO DE LOS PROBLEMAS NUTRICIONALES INFANTILES: DE LO GLOBAL A LO NACIONAL</b> .....	<b>9</b>
LA COMPOSICIÓN CORPORAL EN UN AMBIENTE CAMBIANTE .....	10
PARTICULARIDADES DE LOS PAÍSES DE INGRESOS BAJOS Y MEDIOS EN RELACIÓN A LA ALTA PREVALENCIA DE EXCESO DE PESO .....	13
LA CONSOLIDACIÓN DEL AMBIENTE OBESOGÉNICO EN MÉXICO: EL ESTADO, EL MERCADO Y LOS CONSUMIDORES.....	14
LA CRISIS DE EXCESO DE PESO EN MÉXICO .....	30
RECAPITULANDO .....	38
<b>2. HOGARES Y OBESIDAD INFANTIL</b> .....	<b>40</b>
CARACTERÍSTICAS CONTEMPORÁNEAS DE LOS HOGARES EN MÉXICO.....	40
LA FAMILIA EN EL ANÁLISIS DE LA OBESIDAD .....	45
<b>3. ESTUDIOS SOBRE EL CASO MEXICANO</b> .....	<b>48</b>
MADRES CÓMO CUIDADORAS FRENTE AL EXCESO DE PESO DE SUS HIJOS .....	51
LOS ASPECTOS CONTEXTUALES DE LA OBESIDAD EN LOS ESCOLARES EN MÉXICO .....	52
<b>CAPÍTULO II ELEMENTOS PARA EL ANÁLISIS DE LA OBESIDAD EN ESCOLARES A PARTIR DE LA MEDIACIÓN FAMILIAR FRENTE AL ENTORNO OBESOGÉNICO</b> .....	<b>55</b>
<b>1. EL PESO CORPORAL DESDE EL ENFOQUE BIOMÉDICO</b> .....	<b>56</b>
LA OBESIDAD-SOBREPESO COMO FACTOR DE RIESGO .....	58
LA ATENCIÓN DE LOS FACTORES DE RIESGO PARA ENFERMEDADES CRÓNICAS.....	59
INNOVACIONES DEL ENFOQUE BIOMÉDICO Y EL ANÁLISIS DE LA OBESIDAD .....	63
EL CONTENIDO DEL MODELO BIOMÉDICO DE LA OBESIDAD .....	65
CUESTIONAMIENTOS Y ALTERNATIVAS SOCIALES AL MODELO PREDOMINANTE .....	67
<b>2. UN MODELO ECOSOCIAL PARA EL ANÁLISIS DE LA OBESIDAD</b> .....	<b>72</b>
EL NIVEL DE ANÁLISIS.....	75
LA OBESIDAD COMO CORPOREIZACIÓN DEL AMBIENTE OBESOGÉNICO .....	76
<b>CAPÍTULO III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y ESTRATEGIA METODOLÓGICA</b> .....	<b>83</b>
<b>1. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN, OBJETIVOS E HIPÓTESIS</b> .....	<b>83</b>
PUNTOS DE PARTIDA DE LA INVESTIGACIÓN .....	85
IMPLICACIONES DE LA DELIMITACIÓN ESPACIO-TEMPORALES PARA NUESTRO ESTUDIO .....	85
RETOS PARA EL ANÁLISIS DEL PESO ELEVADO EN ESCOLARES.....	86
<b>2 MULTIMÉTODOS PARA EL ESTUDIO DEL EXCESO DE PESO EN POBLACIÓN ESCOLAR</b> .....	<b>87</b>
<b>CAPITULO IV ANÁLISIS Y RESULTADOS CUANTITATIVOS SOBRE EL PAPEL DE LA FAMILIA FRENTE AL AMBIENTE OBESOGÉNICO</b> .....	<b>91</b>

<b>1. EL EXCESO DE PESO DE LOS ESCOLARES Y QUIEN VIVE EN EL HOGAR.....</b>	<b>94</b>
EL EXCESO DE PESO EN ESCOLARES MEXICANOS EN RELACIÓN A CON QUIEN VIVEN .....	98
<b>2. EL EXCESO DE PESO DE LOS ESCOLARES Y LA DIVISIÓN DEL TRABAJO .....</b>	<b>99</b>
PARTICIPACIÓN LABORAL MATERNA Y EXCESO DE PESO EN ESCOLARES MEXICANOS .....	101
<b>3. FUENTE DE DATOS, VARIABLES Y ANÁLISIS .....</b>	<b>102</b>
LA MEDICIÓN DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE LOS ESCOLARES .....	102
VARIABLES DE CONTROL .....	107
MODELOS DE REGRESIÓN .....	114
<b>4. RESULTADOS.....</b>	<b>117</b>
RESULTADOS DE LA DISTRIBUCIÓN DE LAS VARIABLES Y LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE LOS ESCOLARES .....	117
RESULTADOS DE LOS MODELOS LOGÍSTICOS BINOMIALES .....	120
UN MODELO LOGÍSTICO MULTINOMIAL .....	124
UN MODELO PARA LA CIUDAD DE MÉXICO .....	128
<b>5 DISCUSIÓN.....</b>	<b>129</b>
<b>6 CONCLUSIONES DEL CAPÍTULO .....</b>	<b>139</b>

## **CAPÍTULO V. ORGANIZACIÓN DOMÉSTICA, CONVIVENCIA, RELACIONES DE GÉNERO Y COMPOSICIÓN CORPORAL DE LOS ESCOLARES .....143**

<b>1 APROXIMACIÓN A LA INFORMACIÓN CUALITATIVA .....</b>	<b>147</b>
EL RECLUTAMIENTO DE INFORMANTES .....	147
RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN.....	150
EL INVESTIGADOR Y EL ACERCAMIENTO AL CAMPO .....	151
<b>2 ALGUNAS CARACTERÍSTICAS DE LAS ENTREVISTADAS .....</b>	<b>152</b>
<b>3 EXPERIENCIAS Y SITUACIONES DE LA DINÁMICA FAMILIAR RELACIONADAS CON LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE LOS Y LAS ESCOLARES .....</b>	<b>156</b>
ESTRATO POPULAR.....	157
ESTRATO MEDIO.....	182
<b>4 IMPLICACIONES DE LOS MODELOS DE ORGANIZACIÓN Y CONVIVENCIA FAMILIAR PARA LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE NIÑAS Y NIÑOS EN EDAD ESCOLAR: CONCLUSIONES PROVISIONALES A PARTIR DE LA COMPARACIÓN ENTRE ESTRATOS SOCIALES .....</b>	<b>193</b>

## **CAPÍTULO VI. LOS SIGNIFICADOS QUE LAS MADRES OTORGAN A LA ALIMENTACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL CUERPO DE SUS HIJOS EN EDAD ESCOLAR.....199**

<b>ESTRATO POPULAR .....</b>	<b>200</b>
SIGNIFICADOS ASOCIADOS CON LA COMIDA .....	200
SIGNIFICADOS A ASOCIADOS A LAS ACTIVIDADES QUE INVOLUCRAN EJERCICIO PARA LOS NIÑOS .....	207
LOS SIGNIFICADOS ATRIBUIDOS A LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE NIÑAS Y NIÑOS .....	212
<b>ESTRATO MEDIO .....</b>	<b>217</b>
SIGNIFICADOS ASOCIADOS A LA COMIDA .....	217
SIGNIFICADOS ASOCIADOS A LAS ACTIVIDADES QUE IMPLICAN EJERCICIO PARA LOS NIÑOS....	224
LOS SIGNIFICADOS ATRIBUIDOS A LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE NIÑAS Y NIÑOS .....	232
<b>IMPLICACIONES PARA EL EXCESO DE PESO DE LOS SIGNIFICADOS ASOCIADOS CON LA ALIMENTACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL CUERPO DE NIÑOS Y NIÑAS EN AMBOS SECTORES SOCIALES .....</b>	<b>240</b>

**CAPITULO VII. CONCLUSIONES: LAS VÍAS DE LA DINÁMICA FAMILIAR PARA LA CORPOREIZACIÓN DEL ENTORNO OBESOGÉNICO.....249**

ORGANIZACIÓN DE LAS TAREAS DOMÉSTICAS, CONVIVENCIA EN EL HOGAR Y COMPOSICIÓN CORPORAL.....252  
CAPITALES DEL HOGAR Y EXCESO DE PESO EN ESCOLARES .....262  
**LÍMITES DEL ESTUDIO Y LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN POR DESARROLLAR.....264**  
ALGUNAS RECOMENDACIONES .....265

**ANEXOS.....267**

**ANEXO 1. DETALLES DEL ANÁLISIS CUANTITATIVO.....267**

**ANEXO 2: GUÍA DE ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD.....269**

**ANEXO 3. NARRACIONES DE LA VIDA FAMILIAR A PARTIR DE LAS ENTREVISTAS, PARA EL ANÁLISIS CUALITATIVO .....275**

AIDA .....275

CARLA .....278

ESTELA .....282

MAGDALENA .....286

HERMINIA E INOCENCIA .....290

ROGELIA .....295

LUCÍA .....299

SONIA .....302

NELLY.....305

JACKIE .....309

LAURA .....312

ELENA.....315

PALOMA.....318

MARGARITA.....321

**REFERENCIAS.....325**

**ÍNDICE DE CUADROS.....348**

**ÍNDICE DE GRÁFICAS.....348**

**ÍNDICE DE ESQUEMAS .....348**



## Introducción

La obesidad en escolares se considera un grave problema que compromete no sólo el bienestar individual inmediato sino la productividad futura y pone en riesgo de sobrecarga al sistema de salud (Crowle y Turner, 2010; COFEMER, 2012). Los cambios económicos, políticos y culturales, que se dieron en apenas unas décadas y principalmente en localidades urbanas, configuraron un ambiente obesogénico que hizo posible que alrededor del 70% de la población adulta mexicana y más de la tercera parte de los escolares presenten sobrepeso u obesidad en 2012 (Gutierrez *et al.*, 2012).

Las acciones que se están implementando en México para controlar y reducir sus niveles, parten de una perspectiva que se enfoca en propiciar que la población pueda elegir consumos alimentarios más saludables; aunque en su implementación, las instituciones encargadas de conducir estos esfuerzos, enfrentan grandes retos como la férrea oposición de la industria alimentaria y de bebidas endulzadas (Barquera *et al.*, 2013). La intención es restringir o limitar la oferta de alimentos de bajo valor nutricional.<sup>1</sup> Al otro lado, a la demanda, se le ha tratado con campañas mediáticas y orientación en el sector médico, en las que el énfasis está puesto en las acciones individuales (Gracia, 2015).

Esas formas de enfrentar los altos niveles de exceso de peso de la niñez, apenas reconocen al ámbito familiar como uno de los múltiples contextos en los que se desenvuelven los niños y en los que se puede actuar, sin que ello suponga que existan acciones específicas para prevenir o atender el sobrepeso. Esto a pesar de que se le confiere a la familia la cualidad de formar los hábitos, las preferencias y donde se aprende el autocuidado, en primera instancia.

El interés que guía la presente investigación es analizar el papel de la familia frente al ambiente obesogénico, si resiste o cede a sus presiones, y como ello repercute en la población con edad escolar, desplazando el foco del análisis de la responsabilidad individual, a estudiar la obesidad a la luz de los procesos sociales que la envuelven.

---

<sup>1</sup> Más allá de las acciones que se están llevando a cabo, se sabe que la actividad física también es un factor para el aumento de peso, en tanto que un gasto reducido de la energía consumida repercute en un desbalance positivo, en la acumulación de energía. Profundizaremos en ellos más adelante, puesto que no se han impulsado acciones respecto a la actividad física.

Dicho interés se orienta por una perspectiva sociodemográfica, que recupera herramientas de análisis tendientes a identificar patrones y regularidades, a la par de la exploración de los entramados complejos de la vida cotidiana de los niños y sus familias.

Este trabajo de investigación, se desarrolla en la convergencia de los estudios de las familias con la investigación sobre los factores de riesgo para el desarrollo de padecimientos crónicos. Esto supone un posicionamiento respecto a los supuestos sobre los que se desarrolla la investigación en cada uno de estos campos.

Al acercarnos al análisis del contexto familiar, nos enfocamos en su dinámica, es decir, en los aspectos de la organización de la vida familiar como en las formas de convivencia, como lo han discutido García y Oliveira (2005; 2006; 2010). Además, al considerar los contextos en los que existe el hogar, se requiere reconocer que la relación entre los cambios estructurales (macro-sociales) y las prácticas (micro-sociales) de las personas, no son directas, sino que están sujetas a una mediación de diferentes niveles interdependientes. La influencia que ejerce el ambiente obesogénico, se puede analizar desde los contextos regionales, nacionales o locales. Nuestro interés está puesto en los hogares y suponemos que las características de estos ámbitos pueden promover u obstaculizar, que sus miembros ganen peso de forma excesiva.

Por otro lado, el exceso de peso, más que una enfermedad en sí, es consecuencia de las experiencias a las que expone la pertenecía a uno u otro grupo poblacional, asumiendo que hay condiciones innatas que predisponen pero no determinan la ganancia de peso. Este proceso de corporeización del entorno obesogénico, supone un continuo desde la plena resistencia a él, hasta los niveles más graves de obesidad.

El objetivo general de la investigación es explorar en profundidad la organización familiar, las formas de convivencia en torno a los capitales (cultural y económico), así como las representaciones de la familia sobre la alimentación, la actividad física y la composición corporal de los escolares, para identificar de qué manera median la influencia del entorno obesogénico.

En esta investigación nos apoyamos en la hipótesis siguiente: *diferentes configuraciones de capitales familiares, van a repercutir en la corporeización del ambiente (exceso de peso identificado) de los escolares, a partir de la forma en que se organizan las*



*actividades diaria y las formas de convivencia que sostiene, de acuerdo a las representaciones que las orienten.*

La estructura de la tesis se describe a continuación. En el capítulo I se presenta y analizan los antecedentes tanto del tema de la obesidad como de las características familiares contemporáneas. Ello debela la compleja sucesión de procesos que ha derivado en que la reducción del gasto de energía o el exceso de las calorías consumidas, sean prácticamente inevitable en la sociedad contemporánea. Este entorno obesogénico ha tenido un impulso institucional, desde la promoción del consumo de alimentos de origen animal, principalmente en la infancia, un impulso desde la industria y su capacidad de promover consumos, pero también en el aprecio con el que la población ha adoptado pautas de consumo gracias a su comodidad o al prestigio con el que se asocia su consumo.

Una vez revisados estos procesos, se hace necesario desarrollar una perspectiva que no parta sólo de la dimensión biomédica del fenómeno sino que incorpore un análisis más amplio. Por ello en el capítulo II se presenta nuestra postura frente a las formas predominantes de pensar a la obesidad. Tomando como base al *modelo ecosocial*, se propone la incorporación del análisis de la dinámica familiar en el estudio del sobrepeso y la obesidad, lo que permite captar tanto las múltiples presiones del ambiente sobre los hogares, como las respuestas de sus diferentes miembros.

Habiendo conformado una perspectiva basada en los procesos del ambiente social para el análisis del exceso de peso, en el capítulo III se define concretamente el problema de investigación del que nos ocupamos al enunciar las categorías con las que pretendemos dar cuenta de las formas de mediación familiar. La organización, la convivencia, los capitales y las representaciones, constituyen los ejes de nuestro análisis, para dar cuenta de los procesos de interacción entre personas que generan prácticas, (sean estas de actividad física o alimentación), como motor de esos grandes patrones que se pueden reconocer a nivel de agregados poblacionales.

En el capítulo IV se construye un modelos logísticos en los que se evalúa en lo posible, los ejes de análisis definidos en el capítulo previo. Este primer análisis cuantitativo permite dar cuenta de la importancia de la configuración del hogar, y del reparto del trabajo extradoméstico, además de sus recursos en la propensión a presentar exceso de peso de las y los escolares; sin embargo, las asociaciones encontradas, aunque van en un sentido similar a

las tendencias de estudios previos a nivel nacional, pueden llegar a ser opuestas a las identificadas en los países de ingreso alto, lo que supone buscar explicaciones válidas para nuestro contexto.

Los resultados obtenidos del análisis logístico, se recuperan como insumos para desarrollar la exploración en profundidad de los hogares mediante el análisis de sus formas de organización y convivencia en el capítulo V, y de los significados de la alimentación en general y de la composición corporal y el ejercicio de los escolares en específico, en el capítulo VI. Dicho análisis se sustentó en el material provisto por entrevistas semiestructuradas a cuidadoras principales de escolares.

En las conclusiones se recuperan los principales hallazgos tanto cuantitativos como cualitativos para busca un dialogo entre ellos. Con ello se busca también, ponderar la importancia del desarrollo de una alternativa analítica, que sale de los criterios comúnmente desarrollados dentro de la perspectiva biomédica. Se exploran algunas limitaciones de nuestro estudio y se esbozan algunas recomendaciones derivadas de esta investigación.

## Capítulo I Antecedentes para el estudio del ambiente obesogénico y la familia en México

### 1. La emergencia de la obesidad en el escenario de los problemas nutricionales infantiles: de lo global a lo nacional

Las afecciones a la salud de los menores relacionadas con la alimentación han mostrado cambios importantes en las últimas décadas. La desnutrición era el principal riesgo para la salud vinculado con la ingesta alimentaria que afectaba a la población infantil hasta buena parte del siglo pasado. Una nutrición deficiente podría poner en riesgo la sobrevivencia de niñas y niños entre 6 y 24 meses, por lo que a ese periodo se le llamó “valle de la muerte”. En caso de sobrevivir, sin una mejoría en la nutrición, el crecimiento se llevaría a cabo con el costo de graves daños al organismo que limitarían el desarrollo de sus capacidades (Ávila y Shamah, 2005; Wadsworth y Butterworth, 2006).

Desde la década de los noventa se ha documentado una reducción de la prevalencia de desnutrición en todo el mundo incluyendo a los países de ingresos medios y bajos<sup>2</sup> (De Onis *et al.*, 2004; De Onis *et al.*, 2011). La proporción de preescolares (menores de 5 años) que presentaba peso bajo para su edad, a nivel global, se había reducido de 25% a 16% entre 1990 y 2010, por su parte, los países en desarrollo había pasado de 28% a 18%, mientras en los países menos desarrollados pasó de 41% a 24%, en el periodo señalado (UNICEF, 2012). Si bien las deficiencias en la nutrición persisten, recientemente a estas se han agregado otros problemas relacionado a la nutrición infantil.

En contraparte, el sobrepeso y la obesidad son cada vez más frecuentes. En 2010, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo (OCDE) publicó un reporte de la situación del exceso de peso en sus países miembros y asociados considerando las edades entre 5 y 17 años. Los resultados mostraron que las diferencias entre regiones seguían siendo marcadas pues en África los niveles estaban por debajo del 5%, mientras en los países del continente americano llegaban al 20% (Lobstein, 2010). En una actualización de 2012, se mostraba que

---

<sup>2</sup> Aunque hay que tomar en cuenta que los cambios en los países más poblados pueden estar afectando de manera significativa las tendencias globales, de tal modo que el África subsahariana no presentó cambios significativos, mientras en China se observó una acelerada reducción de la desnutrición (véase Svedberg, 2006).

alrededor del 22% de las niñas y los niños entre 5 y 17 años, que residían en alguno de los países miembros<sup>3</sup>, presentaban sobrepeso u obesidad (Sassi *et al.*, 2012).

Aunque en este nuevo escenario la sobrevivencia no se ve comprometida de manera inmediata, sigue poniendo en riesgo el desarrollo físico, psicológico y social, así como la salud en la vida adulta (Guo *et al.*, 2002). Los niños y niñas presentan una mayor propensión, en la etapa infantil, a tener padecimientos pulmonares, ortopédicos, neurológicos, gástricos o endócrinos, si se presentan niveles elevados de peso, a la par de que tienen un mayor riesgo de tener un peso excesivo en la adultez (Lobstein *et al.*, 2004).

Efectivamente, la acumulación de peso en forma excesiva comienza en edades tempranas, cuando existe un mayor control de las conductas de los niños pero se agrava con la escolarización, pues esta supone un mayor grado de disponibilidad a alimentos de escaso valor nutricional, cuyo consumo puede consolidarse en hábitos alimentarios poco saludables que perdurarán en las etapas posteriores de la vida (Durá *et al.*, 2013). La edad escolar (entre 5 y 11 años)<sup>4</sup> se muestra como un periodo de riesgo para el desarrollo de obesidad en la niñez y en la etapa adulta (Dietz, 1997; Wooldridge, 2014). Pero, al mismo tiempo, se puede tratar como un periodo de oportunidad para evitar altos niveles de peso elevado, y los padecimientos que se le asocian en el mediano y largo plazos.

Reconocer que el exceso de peso durante la edad escolar forma parte de los riesgos relacionados a una nutrición inadecuada de los menores, nos coloca frente al doble reto de delinear la complejidad implícita en el fenómeno, a la par de definir un punto de referencia para nuestro análisis, por ello, a continuación situamos nuestra discusión desde la perspectiva de los factores ambientales, que a su vez requiere un enfoque poblacional.

### **La composición corporal en un ambiente cambiante**

El exceso de peso, tanto en niños como en adultos, es producto de un proceso complejo y multifactorial (Butland *et al.*, 2007; Froot *et al.*, 2013; Ang *et al.*, 2013). Esto

---

<sup>3</sup> Conviene tener presente que no siempre se compararon los mismos rangos de edades, además de que el año de levantamientos de los datos no necesariamente coincide entre los diferentes países. Por ello el séptimo lugar que se le atribuyó a México, debe ser tomado con reservas, sin que ello suponga que las prevalencias en este país no sean elevadas.

<sup>4</sup> Recuperamos esta denominación para referirnos al grupo de menores con edad para acudir al primer ciclo básico de educación, no se asume por ello que todos los individuos con estas edades efectivamente asistan a la escuela. Varias encuestas de salud que se han desarrollado en México, han utilizado esta denominación. Recuperamos este grupo, tanto para fines comparativos como por su importancia en el desarrollo como se explicará más adelante.

supone reconocer la simultaneidad de proceso a diferentes niveles. En principio, sobrepeso y obesidad son consecuencia de la acumulación de grasa en el tejido adiposo, derivado de un desbalance positivo entre la energía que se ingiere en los alimentos y la que se usa para los procesos fisiológicos en cada individuo (WHO, 2000).

Sin embargo, detrás de ese funcionamiento fisiológico, existe un desajuste entre la herencia biológica y el efecto que ha tenido el cambio tecnológico, tanto para la reducción de la actividad física como para el incremento de disponibilidad de calorías en la alimentación. Los cambios tan profundos que ha sufrido el ambiente contrastan con la lenta transformación de las características biológicas del cuerpo humano. De este modo, la obesidad ha sido una respuesta biológica normal “pasiva” ante un entorno cambiante (James *et al.*, 2010).

Por lo anterior, más que un origen biológico o comportamental, al ambiente se le reconoce como el aspecto más relevante para explicar la situación actual de exceso de peso (Berrios *et al.*, 1997; WHO, 2000; Popkin *et al.*, 2012). Se ha definido a este ambiente como obesogénico, pues las oportunidades y condiciones de vida que lo configuran repercuten en patrones alimentarios y de actividad física que conducen a la acumulación de grasa corporal (Swinburn *et al.*, 1999; Egger y Swinburn, 1997).

Recuperar la importancia del ambiente obesogénico requiere, a su vez, reconocer los límites de una atención y una comprensión enfocada en el individuo. Un enfoque poblacional<sup>5</sup> es necesario puesto que, debido a los niveles actuales, otorgar atención personalizada se vuelve cada vez menos rentable y factible (Egger *et al.*, 2003). Por otro lado, nos permite reconocer que tanto la ingesta alimentaria como la actividad física, no pueden ser consideradas como comportamientos ejecutados por individuos aislados, es necesario ubicarlos y entenderlo en los complejos entramados de los procesos económicos, culturales y sociales de los que derivan.

Específicamente hablando de los factores vinculados a la alimentación, que han contribuido a los altos niveles de obesidad a nivel global, la investigación especializada ha identificado una transformación de los sistemas alimentarios nacionales que se gestó en la posguerra, lo que ha conducido a un cambio de patrones alimentario a lo largo del mundo (Basu, 2014; Williams, 2015). La distribución globalizada de tecnología para producir,

---

<sup>5</sup> Más adelante, en el capítulo II, se hará la exposición de las implicaciones analíticas del enfoque poblacional, en este primer acercamiento se utiliza como alternativa al énfasis analítico en el individuo.

transportar o comercializar alimentos, así como el flujo de capital y servicios, han provocado que los precios de las grasas vegetales, azúcares y alimentos de origen animal se hayan reducido, haciéndolos más atractivos que las legumbres, las frutas, otros vegetales y los granos secundarios<sup>6</sup>, proceso acompañado por la difusión de mensajes en medios masivos (Popkin *et al.*, 2012).

Por su parte, los aspectos del ambiente obesogénico relacionados a la actividad física, han sido menos documentados dado que su incorporación como tema de interés en el área de la salud ha sido relativamente reciente, además de que se asocia con frecuencia al tratamiento del exceso de peso y en mucho menor grado en su prevención y, finalmente, por qué carece de los intereses comerciales que han sustentado a la investigación en la industria alimentaria o farmacéutica. Aunque la evidencia que se ha recopilado es indirecta en su mayoría, permite reconstruir un panorama sobre la relación entre el ambiente y la composición física. Las innovaciones tecnológicas han dado paso a una reducción creciente del esfuerzo físico, tanto en el ámbito laboral, en el hogar y para el entretenimiento. Lo cual aplica también para recorrer las crecientes distancias entre los lugares de residencia y los lugares en los que se desenvuelve la vida cotidiana. De forma paralela han aumentado las comodidades que permiten una mayor suficiencia en el hogar (almacenamiento, conservación y preparación de alimentos; clima controlado; entretenimiento, etc.) (Fox y Hillsdon, 2007).

El impacto de los cambios ambientales, que repercuten tanto en las características de la dieta como en los niveles de actividad física, ha reconfigurado la composición corporal en el mundo; sin embargo, la disponibilidad de información sólo ha permitido ponderar el efecto de los cambios descritos para los países desarrollados. La evidencia parece inclinarse a señalar que el aspecto de mayor relevancia para los elevados niveles de población con exceso de peso en estas naciones es la disponibilidad de calorías (Bleich *et al.*, 2008).

Lo anterior no excluye el hecho de que, con todo, sea posible reconocer algunas particularidades de la forma en la que los cambios del entorno alimentario y de actividad física se han presentado en los países menos industrializados, entre los que se cuenta México, estos aspectos se examinan a continuación. En la exposición se irán explorando en mayor

---

<sup>6</sup> Es importante señalar que la Fao y la Oede consideran granos secundarios a aquellos distintos al trigo y el arroz, pues están principalmente destinados al forraje (Oede, 2013). En México el maíz no se puede considerar dentro de esta categoría pues es la base de la alimentación. El señalamiento va más bien orientado a la reducción de la variedad de la dieta.

detalle, los factores más directamente relacionados al exceso de peso desde los cambios en el entorno que lo propician.

### **Particularidades de los países de ingresos bajos y medios en relación a la alta prevalencia de exceso de peso**

Los cambios señalados si bien tuvieron un alcance global, sus implicaciones para los países de ingresos medios y bajos no pueden derivarse de la experiencia de los países más ricos. Al analizar las tendencias del Índice de Masa Corporal (IMC)<sup>7</sup> medio, respecto a la globalización económica, se pudo observar una relación directa en poblaciones de 127 países entre 1980 y 2008. La relación entre el IMC y la desigualdad sólo fue consistente para los países más desarrollados (Vogli, *et al.*, 2014). Esto no indica que la desigualdad no tenga efecto en la composición corporal de la población de países en desarrollo, sino que tiene efectos que no son lineales. Una razón para ello puede ser que durante el proceso de urbanización y modernización, los sectores en mejores condiciones presentan un IMC alto, mientras el IMC bajo es la principal condición de los menos favorecidos. Conforme estos cambios se extienden, se espera que el IMC alto prevalezca entre los pobres (WHO, 2000).

Otro aspecto que nos obliga a pensar las diferencias entre países es el incremento acelerado de las prevalencias de exceso de peso; considerando que la urbanización, la reducción de los precios de alimentos con alto contenido calórico y un uso extensivo de la tecnología, se han venido gestando durante tres siglos en los países ricos, mientras en los países de ingresos medios y bajos se ha extendido en décadas recientes (Popkin, 2001). La velocidad de esos cambios ha conducido a la coexistencia -que ya señalábamos- entre la desnutrición y la obesidad. Esta aparente paradoja es posible puesto que ambas situaciones no solamente pueden coexistir, la desnutrición a temprana edad incrementa el riesgo de presentar exceso de peso en etapas posteriores (Popkin *et al.*, 1996). En los países en desarrollo, la complejidad de los procesos desencadenados por los cambios ambientales es tal que la simultaneidad desnutrición-obesidad, además de presentarse a nivel nacional o regional, es posible encontrarla dentro del mismo hogar y aun el mismo individuo (Popkin, 2012; Kimani *et al.*, 2013).

---

<sup>7</sup>Medida internacional más utilizada para aproximarse a la composición corporal. Se calcula dividiendo el peso en kilogramos entre el cuadrado de la talla en metros.

## **La consolidación del ambiente obesogénico en México: el Estado, el mercado y los consumidores**

Hasta aquí se han presentado aspectos generales que nos permiten delinear *grosso modo*, las tendencias globales en la acumulación de exceso de peso y algunas particularidades de los países de ingresos medios y bajos. A partir de este marco se sitúa la realidad mexicana en su especificidad.

La adaptación a los insumos alimenticios, desarrollada por las civilizaciones prehispánicas, fue tan importante que se puede hablar de un proceso de coevolución entre los grupos humanos y los alimentos que consumían (Román *et al.*, 2013). Dicha adaptación predispone a los mexicanos a ganar peso considerando que en el genoma de la población mestiza mexicana contemporánea predomina el componente amerindio, frente al europeo o al africano. (Ojeda *et al.*, 2013). Se ha observado una variante genética en la población mestiza mexicana que la predispone a diversos desordenes metabólicos entre los que se cuentan la ganancia excesiva de peso (Villareal *et al.*, 2008).

La predisposición genética se torna en un aspecto clave, pues nos informa de la necesidad de un mayor cuidado de la alimentación y el gasto de energía para evitar daños a la salud; sin embargo, esta predisposición no supone fatalidad, de hecho ha sido en décadas recientes cuando los riesgos derivados de nuestra configuración genéticas se manifestaron con mayor frecuencia, impulsados por los cambios en las prácticas de alimentación y uso del cuerpo, que lejos de presentarse espontáneamente pueden ser rastreados en un conjunto de esfuerzos sistemáticos y sostenidos por parte de ciertos actores.

En esta sección nos ocupamos de quiénes los impulsaron y de qué forma, analizando el Estado y su fundamentación ideológica, las empresas y su búsqueda de la ganancia, así como las evaluaciones, críticas y significados que elaboran las personas, en el marco de su contribución al ambiente obesogénico. De nueva cuenta, el conocimiento sobre el tema se conforma principalmente de referencia al papel de la alimentación, lo que si bien no supone un impacto menor de la actividad física, limita la reconstrucción que se puede hacer sobre ella.



## *Cambios en el ambiente alimentario*

### El papel del Estado

Desde diferentes situaciones, la acción del Estado ha contribuido a transformar el patrón alimentario, promoviendo incluso la acumulación excesiva de peso. Definir un patrón alimentario “mejor” que el existente, impulsar la investigación en materia de alimentos, así como generar datos, sobre la dieta y las condiciones de la población, para generar políticas a partir de ellos, son algunos de los aspectos en los que se ha manifestado su intervención.

El rechazo de las elites gobernantes, desde la época colonial, a los alimentos que se asociaban a la población indígena, y particularmente al maíz, se debe al prejuicio de que sus condiciones deterioradas de vida derivan en buena parte de su dieta<sup>8</sup>. Con el paso del tiempo, esa valoración se extendió a los mestizos pobres. Durante el siglo XIX, la voluntad para actuar sobre los problemas nutricionales de los más desfavorecidos seguía siendo el cambio de su patrón alimentario, sin cuestionar las condiciones de vida que lo acompañaban, por ello la opción era “civilizar” a pobres e indígenas. En la época previa a la Revolución Mexicana se esparcieron ideas que atribuían superioridad a ciertas sociedades basándose únicamente en el alimento básico que consumían, el trigo era lo que había permitido que las naciones europeas y Estados Unidos, fueran superiores, mientras el maíz mantenía en su atraso a México. (Bertrán, 2002).

Los gobiernos postrevolucionarios, dieron forma a ese componente ideológico para definir el objetivo en materia alimentaria, que permitiría el reordenamiento de la vida social, que se levantaba con el nuevo régimen. Manuel Gamio, padre de la antropología en México y funcionario en diversas secretarías de Estado, expresa en 1935 su preocupación por lo que llamó la “esclavitud del maíz”, pues consideraba que este era un alimento insuficiente además de que limitaba el desarrollo económico dado que la población sólo quería producir este grano (Bertrán, 2002).

Médicos cercanos al régimen en formación, como Alfredo Ramos, encontraron en el impulso modernizador del Estado, el terreno fértil para pugnar por un cambio alimentario, argumentando que “[la historia] nos muestra cómo los pueblos mejor alimentados, los que

---

<sup>8</sup> Durante la colonia la prohibición de ciertos cultivos asociados a la vida religiosa prehispánica habían derivado en el empobrecimiento de la calidad de la dieta, aunque aspectos como el consumo de insectos pudieron preservarse dada las dificultades para controlarse (Véase, Ramos y Pino, 2003).

disponen de una alimentación variada, equilibrada y completa son los eternos dominadores y conquistadores de los que viven tristemente comiendo maíz y algunas hierbas” (citado en Pío, 2013:237). Buena parte de los cuestionamientos a la dieta tradicional provenían de supuestos no comprobados de deficiencia nutricional, pero también de una relación con una moralidad, no menos carente de demostración. Francisco Miranda, (fundador del Instituto Nacional de Nutriología, INN, que llegaría a ser el actual Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, INCMNSZ) en 1947 sostenía que,

“El sujeto mal alimentado es perezoso, flojo, incapaz de trabajo intenso y sostenido, apático, sin ambiciones, indiferente a lo que le rodea, lleno de limitaciones físicas y mentales, con un horizonte estrecho, fácilmente sugestionable, y es víctima en las luchas por la existencia, en la paz y en la guerra. Es además un ser débil, fácilmente presa de los efectos del mal” (citado en Aguilar, 2008:32)

El impulso a la investigación que se brindó desde el antecedente del actual INCMNSZ, fundamentó la oportunidad de desmontar el supuesto de la inferioridad de la dieta tradicional mexicana, que se encontraba tan arraigado. Los análisis bromatológicos mostraron que el maíz aportaba nutrientes de buena calidad, pues el proceso de nixtamalización (cocción del maíz con cal) daba pauta a la mayor biodisponibilidad de estos, además de las ventajas que representaba combinarlo con frijol y chile a la usanza popular (Bourges y Casanueva, 2002; Aguilar, 2008). Esos esfuerzos analíticos dieron paso a una de las primeras encuestas de nutrición efectuada en el Valle del Mezquital en Hidalgo, con población otomí, de la que se desprendió un señalamiento que se ha confirmado con el paso de los años:

“Da la impresión de que, no obstante la esterilidad y pobreza de la región, sus habitantes, a lo largo de muchos siglos, han desarrollado hábitos alimentarios y un modo de vida adaptados a ese ambiente. Cualquier intento de modificación sería un error mientras no se mejoren sus condiciones económicas y sociales y se logren condiciones realmente más favorables.” (Anderson, 2009:S673).

Las encuestas realizadas<sup>9</sup>, permitieron identificar no sólo el panorama nutricional (marcado por la escasez y la precariedad) en algunas regiones, sino también definir el sentido que debían de tener las políticas y los programas para atenderlo. Es en este punto en el que se

---

<sup>9</sup> Efectuadas entre finales de la década de 1950 y hasta finales de los setenta, el objetivo de estos estudios fue recabar información sobre las características de la población en riesgo nutricional por lo que se eligieron localidades que fueran representativas de 4 zonas del país: Pacífico Sur (Coyuca de Catalán, Santa Teresa y Cuautepec en Guerrero, Díaz Ordaz en Oaxaca y Motozintla en Chiapas), Golfo (Alvarado y La Florida en Veracruz, Cunduacan y Huimango en Tabasco, Sudzal y Sitalpech en Yucatán) Centro (Almoloya del Río en el Estado de México, Santa Cruz en Tlaxcala, La Pacanda y Casa Blanca en Michoacán y Romita en Guanajuato) y Norte (Charcas en San Luis Potosí, Cusihiuriachic en Chihuahua, El Derramadero en Coahuila, Cibuta y Loma de Guamuchil en Sonora).

hizo patente que, a pesar de la evidencia científica, no se logró eliminar completamente el componente ideológico respecto a las acciones a emprender para mejorar la nutrición.

Ante un panorama de padecimientos carenciales en la población, las recomendaciones nutricionales oficiales iban en el sentido de promover el consumo de productos de origen animal, (leche, huevo, carne) a pesar de ser de difícil acceso para la población por su costo, y que para algunas personas implicaba ciertos malestares, como en el caso de la leche<sup>10</sup>.

Para los médicos del régimen, la leche era el alimento más adecuado para cubrir las deficiencias, y el de más fácil aceptación de origen animal para la población en general (Pío, 2013). Por ello, con el fortalecimiento y la consolidación de las instituciones sanitarias, la leche industrializada se convirtió en un alimento clave para buscar la mejora de las condiciones nutricionales, destinada principalmente a madres y niños.

Las políticas y los programas no dejaron de lado los cereales que ya se consumían habitualmente, subsidiando tanto la producción de maíz y trigo, como elaboración y comercialización de tortilla y harinas enriquecidas (Barquera *et al.*, 2001). En este contexto, la Compañía Nacional de Subsistencias Populares (Conasupo), fue creada en la década de los sesenta, teniendo como fundamento el modelo de sustitución de importaciones. La compañía concentró los subsidios tanto para la producción, como para el consumo de alimentos, dando el control al Estado desde la producción hasta la distribución y comercialización, en dos formas:

- a) Regulaba los mercados de productos de subsistencia popular estableciendo una relación más directa entre productores y consumidores.
- b) Garantizaba el acceso a los productos básicos a los consumidores de bajos ingresos y promovía un buen nivel de vida a los productores.

Desde su creación y hasta los ochenta la Conasupo participó del procesamiento, almacenamiento, distribución y comercialización de granos y leche que llegaron a representar el 30% del producto interno bruto agrícola (Barceinas y Naude, 2000).

---

<sup>10</sup> El consumo de leche, dadas las características fisiológicas y dietéticas de la mayor parte de la población; al consumirse con maíz nixtamalizado (cocción en la que se agrega cal) producía agruras, esto aunado a la inadaptación fisiológica para su digestión al carecer de la enzima lactasa para descomponer su azúcar principal, la lactosa (Corcuera, 1996; Pío, 2013).

La labor desempeñada por esta paraestatal parece cobrar importancia a medida que se iba haciendo más notorio el rezago en el que se había dejado al campo. Si en los cincuenta el sector agrícola había logrado contribuir al financiamiento de las importaciones mediante la venta de excedentes, para principios de los setenta la pérdida de la autosuficiencia del maíz y otros cereales (más del 25% eran importados) hacían evidentes las consecuencias de abandonar el mercado interno y privilegiar la exportación (Barquera *et al.*, 2001; Gracida, 2004).

A principios de los ochenta el modelo de desarrollo basado en la industrialización presentaba serios problemas (pobreza, desempleo e inflación) derivados de la falta de atención a los desequilibrios sociales y las elevadas tasas de crecimiento insostenible de la economía, que si bien el alza de los precios del petróleo pudo paliar por un tiempo, terminaron por aparecer y mostrar la necesidad de reformar el rumbo de la política económica (Kuntz, 2012). Pero ante la crisis era difícil llegar a un acuerdo, dentro del mismo gobierno se daban discusiones entre dos opciones claramente antagonistas, una de carácter nacionalista reivindicativa de los compromisos de la Revolución Mexicana y la otra acorde a la integración con el mercado mundial promovido por empresas y capitales transnacionales (Gracida, 2004). El rumbo del país fue guiado por funcionarios críticos a las políticas intervencionistas que habían sido educados en un enfoque de economía abierta. Bajo este nuevo modelo de desarrollo, el neoliberal, el Estado se repliega de muchas de las áreas en las que tenía un a participación clave, una de ellas fue precisamente la de la alimentación.

Bajo el nuevo esquema de política económica, las formas de procurar una mejoría en los menos favorecidos también se vieron modificadas. Desde el sexenio de Miguel de la Madrid (1982-1988) ya se iban cancelando algunos subsidios, durante la presidencia de Carlos Salinas (1988-1994) estos se redujeron drásticamente, hasta que finalmente Ernesto Zedillo dio inició a los programas de transferencia condicionada en los que se incluían acciones en torno a la alimentación, la nutrición y la salud en el programa llamado Programa de Educación, Salud y Alimentación (Progresá), antecedente de Oportunidades, “eje de la política social y el principal programa alimentario” en la última década (Ávila *et al.*, 2011). Sobre las bases de ese programa se han planteado el actual Prospera sin grandes diferencias, excepto en el aumento de sus beneficiarios (CNN, 2014).

El esquema de acción de la sucesión Progresá-Oportunidades-Prospera ha sido focalizado, es decir, se destina a población específica que se supone que presenta mayor

vulnerabilidad, además de presentar un carácter condicionado de las transferencias, en tanto que se requiere acudir a recibir atención médica, mantener a los menores en la escuela y participar en diversas pláticas sobre los aspectos que busca cubrir el programa, para recibir el apoyo (Hevia, 2009). La focalización ha sido objeto de cuestionamientos pues buscando hacer un uso más eficiente del gasto social, este tipo de políticas no permite un impacto en los mecanismos que influyen en los estilos de consumo de la población general, de tal modo que los recursos entregados no necesariamente son usados de la manera adecuada. Específicamente en el tema que nos ocupa, existe evidencia de que algunos beneficiarios de Oportunidades pueden estar accediendo a un consumo obesogénico, pues sus patrones de ingesta de alimentos de alta densidad energética no son distintos de aquellos miembros de su comunidad que no reciben apoyo (Martínez *et al.*, 2010).

La firma del Tratado de Libre Comercio con América del Norte (TLCAN), fue otro de los aspectos que marcarían el horizonte alimentario mexicano, desde mediados de la década de los noventa. Este acuerdo buscaba una mayor participación de México en la economía global, mediante la apertura económica, aunque desde su diagnóstico hubo señalamientos respecto a riesgos importantes para el sector alimentario, que subrayaban la necesidad de proteger dicho sector (CIESTAM, 1992). Finalmente el acuerdo se firmó sin considerar dichas reservas.

El TLCAN ha mostrado tener graves consecuencias en el campo mexicano, problemas tales como el estancamiento del crecimiento, falta de competitividad externa, aumento de la pobreza en el medio rural (Banco Mundial citado en Gómez y Schwentesius, 2003).

Gomez y Schwentesius hacen una valoración a 10 años de haberse firmado el tratado en diez puntos:

- El presupuesto al sector agropecuario y pesca en México se redujo.
- El sector agroalimentario en su conjunto tiene una competitividad negativa en la región del TLCAN.
- En lo que va del TLCAN, las importaciones ascienden a 136.6 millones de toneladas. Caso similar sucede con las carnes, frutas de clima templado, etc.
- México tiene una balanza comercial crónicamente deficitaria, con una tendencia a crecer.

- Los datos demuestran que México no ha podido recuperar su autosuficiencia alimentaria.
- El desempleo crece en forma alarmante en el campo.
- La pobreza se ha incrementado; según cifras oficiales, el 69.3% del total de la población en el campo es pobre.
- Las supuestas ventajas para los consumidores (precio y calidad) resultaron ser demagogia. Las importaciones masivas han presionado más sobre los precios de los productos agropecuarios primarios que sobre los precios al consumidor, además de que estas últimas continúan incrementándose.
- El TLCAN ha ocasionado la transformación más drástica y profunda en la opción de vida en el campo para la gran mayoría.
- Las autoridades del sector agropecuario se han cerrado a la discusión y a reconocer estos impactos negativos.

Los crecientes niveles de sobrepeso y obesidad, se agregan a los fuertes costos que ha tenido para México el acceso al mercado mundial. Las condiciones alimentarias no sólo no mejoraron, el tratado permitió el ingreso al mercado mexicano de mercancías de bajo valor nutricional, cuyo consumo no se ve limitado por la reducción del poder adquisitivo y se destina al consumo popular (Torres, 2010). Clark y colaboradores refieren incluso la existencia de un Sistema Alimentario Integrado México-Estados Unidos, puesto que tanto la producción como el procesamiento y las empresas revendedoras perciben inversión directa de EEUU, mientras el procesamiento y reventa de alimentos reciben insumos y esta última, alimentos altamente industrializados listos para comer. Las firmas transnacionales controlan el 35% de la industria del cerdo en México y se calcula que para 2005 Wall-Mart controlaba en 20% de las tiendas revendedoras en México (Clark *et al.*, 2012)

El Estado, como hemos vistos ha encauzado acciones guiadas tanto por ideologías racistas, como esfuerzos analíticos para comprender y actuar de manera adecuada ante los problemas alimentarios del país; pero si bien nunca ha dejado de ser determinante, en esta última etapa de la vida económica nacional, parece serlo por su falta de regulación, a pesar de la evidente necesidad de esta.

Industria alimentaria, disponibilidad de alimentos altamente industrializados y el cambio en los consumos

Otra vía para entender el cambio a una dieta en la que abundan los alimentos altamente industrializados, es la disponibilidad de estos alimentos. Lo que supone observar las transformaciones en la oferta alimentaria vinculadas al modelo de desarrollo prevaleciente. En el periodo de la historia comprendida entre 1950 y 1982 se configura el programa de modernización industrial que busca consolidar una economía en crecimiento, en la que si bien la empresa privada tiene un papel dirigente, el Estado es el que sienta las bases para que esto sea posible. En este proceso, la industria sustituye a la agricultura como el centro de desenvolvimiento para el país y la política económica se sostiene en la estabilidad y la sustitución de importaciones (Gracida, 2004). Se privilegió la industria y el crecimiento de las ciudades en detrimento de las regiones indígenas y rurales que experimentaron las exigencias del mercado y las dificultades de la autosuficiencia, perdiendo su carácter de “refugio” (Medina, 1991).

Dicho proceso dio paso a una gran afluencia de migrantes hacia las ciudades, ante la desmejora del ámbito rural, a la par de la promesa de mejora que supone la vida urbana. El cambio de contexto residencial puede colocar a los individuos ante una oferta alimentaria a la que sus cuerpos no están acostumbrados. Individuos adaptados a una dieta cuyos componentes principal son el frijol, el maíz y el chile, tienen un organismo más susceptible a la acumulación de energía, lo cual puede conducir a una ganancia elevada de peso, sobre todo en las edades adultas<sup>11</sup>.

El dinamismo de la población en los años del desarrollismo reconfiguró su distribución dejando atrás los años en que México era un país eminentemente rural. Entre 1930 y 1970 la población general se triplicó, pero en proporciones diferentes por tamaño de localidad. En las localidades rurales (menos de 2,500 habitantes) se duplicó, mientras en las urbanas (más de 15,000 habitantes) se incrementó más de siete veces; particularmente la ciudad de México llegó a albergar al 17% de la población (Alba, 1993). Entre 1940 y 1980 la población urbana se fue acumulando principalmente en la Zona Metropolitana de la Ciudad

---

<sup>11</sup> Se han identificado factores como el ambiente sub-óptimo uterino y postnatal, así como la tendencia a acumular grasa y mantener un metabolismo bajo, para dar cuenta de la mayor propensión a presentar sobrepeso y obesidad de individuos con historiales de alimentación deficiente (Sawaya y Roberts, 2003; Vadillo *et al.*, 2012). La literatura médica da cuenta de cómo la falta de alimentos y la frecuencia de infecciones llevan a que el organismo adopte una estrategia de sobrevivencia basada en modificar sus patrones biológicos retrasando el desarrollo o reduciendo el gasto de energía al mínimo, proceso conocido como homeorresis (Toussaint, 2001).

de México, pasando de 7.8 % a 21.6 % en su participación en el total de la población nacional (Sobrino, 2011).

Además de concentración de la población en ciudades, la consolidación de la oferta de alimentos industrializados, nos remite a comienzo de la segunda mitad del siglo XX. La creciente demanda norteamericana, cuya industria estaba enfocada en la producción bélica a mediados de los cuarenta, permitió que la incipiente producción de alimentos industrializados<sup>12</sup> se desarrollara en México. Una vez pasada esta etapa varias empresas norteamericanas se establecen en suelo mexicano, a mediados de los cincuenta, aprovechando el rápido incremento de la población urbana y de las clases medias (González *et al.*, 2007).

El desarrollo de la industria alimentaria, puso mercancías nuevas en los establecimientos comerciales, que eran principalmente consumidas por los estratos medios y altos que determinaban su estructura; sin embargo el efecto no era unidireccional, el consumo de alimentos industrializados también tuvo un impacto en ella. Además de que existía una diferenciación clara respecto a los lugares de compra (autoservicios y *minisúpers* para los niveles económicos más altos; tiendas de abarrotes, mercados y tianguis, para los de menor nivel), el hecho de que los alimentos industrializados eran consumidos primordialmente por las clases acomodadas dio pie a que dichos productos fueran asociados con bienestar, *estatus* y movilidad social (Torres *et al.*, 1997; Bertrán, 2010). Con una creciente homogeneización de la oferta y sin problemas de distribución (gracias a la enorme expansión de las vías de comunicación), el único obstáculo real para tener una dieta industrializada era el ingreso, con suficiente importancia como para mantener un consumo heterogéneo. De este modo, la diversidad regional de insumos alimenticios y estilo de cocinar, se enfrentó a un proceso de homogeneización y de mayor diferenciación entre los estratos sociales (Torres, 2000). Debemos considerar también que con la puesta en vigor del TLCAN estos productos que ya eran de fácil acceso, verían reducidos sus precios de manera significativa (Santos, 2012).

Ahora bien, esto no quiere decir que los cambios en la alimentación se deban sencillamente a la imitación o la imposición de patrones; la industria alimentaria tenía varias aportaciones que encajaban con los cambios en la dinámica social derivados del acelerado ritmo del desarrollo del país:

---

<sup>12</sup> Nos referimos a “Alimentos procesados por industrias alimentarias centralizadas, con altos volúmenes de producción y distribución regional o nacional. Por lo general son de fácil acceso y se presentan como congelados, enlatados, listos para procesar, cocinar, calentar o consumirse” (González *et al.*, 2007)



- Un mejoramiento sensorial de los alimentos (aroma, color y textura).
- Conservación de los alimentos por periodos prolongados, tanto los estacionales como los alimentos de bajo valor nutricional.
- Eliminación de defectos o riesgos.
- Reducción del trabajo doméstico de obtención y elaboración de los alimentos.
- Búsqueda de nuevas opciones para recuperar alimentos nutritivos (p.e. amaranto).
- "Enriquecimiento" de los alimentos para mejorar o reponer los nutrientes que se pierden en su elaboración.
  - Adición de nutrimentos que existen en cantidades insuficientes en los alimentos (p.e. yodo a la sal) (Bourghes, citado en Torres *et al.*, 1997).

Con el tiempo se verificaría que estas ventajas tenían su propia carga de riesgos. Si bien la prolongación de la vida de anaquel de los alimentos los hace más disponibles, el hecho de que sean altos en su contenido calórico redundante en que se aporten grasas y azúcares y pocos nutrientes, además de que los aditivos para conservar o hacer más atractivos los productos, están asociados en algunos casos con la presencia de cáncer o déficit de atención en los niños. A esta complejidad habría que agregar la presión de las grandes empresas para evitar la regulación de aditivos (Nicole, 2013).

De manera indirecta, el desarrollo de la industria alimentaria ha favorecido el crecimiento de la oferta de comida rápida. A nivel mundial, se ha documentado el abaratamiento en la producción de aceites vegetales y harinas (Popkin *et al.*, 2012). Esto permite que la venta de alimentos preparados sea una alternativa que retribuye de manera casi inmediata y muy por encima del salario mínimo (Primo, 1995; Hernández, 2014).

Otro aspecto que vincula a los alimentos industrializados con la de la comida rápida, es su conveniencia. Los expendios callejeros de comida, tan arraigados en la cultura mexicana, también se pueden relacionar con momentos de grandes flujos migratorios. La concentración de trabajadores migrantes muchas veces sin sus familias, le otorgó la importancia para la manutención cotidiana que sostiene hasta nuestros días (Pilcher, 2006). Actualmente la evidencia antropológica muestra que, más allá de las restricciones de las restricciones que impone el ritmo de vida urbano, el antojo es la principal razón para comer en la calle (Delgado y Bertrán, 2010).

Para la población infantil, la practicidad de adquirir alimentos en la vía pública (tanto comida rápida como alimentos altamente industrializados) es un factor clave de su ambiente alimentario pues se pueden adquirir en el camino a la escuela, durante la estancia en ella, a la salida o de camino a casa (Shamah *et al.*, 2011).

### *Publicidad y consumos alimentarios*

La relación que la industria alimentaria había cultivado con los estratos más altos podría conducir a que los consumos de alimentos industriales no aumentaran e incluso pudieran contraerse ante dificultades económicas. Una forma de prevenir esta eventualidad ha sido el uso masivo de la publicidad. El desarrollo de los medio masivos de información permitió la difusión de los productos industrializados, en 1973 se destinaban a este rubro 4.5 millones de pesos dedicados principalmente a la promoción de alimentos y bebidas (Aguirre *et al.* Citado en Torres *et al.*, 1997).

La industria alimentaria al recurrir a la publicidad pudo impulsar ciertos consumos en las amas de casa, entre los que destacan los refrescos, polvos para preparar bebidas, cereales para el desayuno, harinas pre-procesadas para pan, *hot cakes* y galletas, además de consomés en polvo (Torres, *et al.*, 1997). De este modo el consumo de pastelillos industrializados (principalmente destinados al consumo infantil) creció de forma acelerada, identificándose a principios de los ochenta, que su consumo mensual por familia era de 50 unidades, además de que su producción aumentaba a un ritmo cuatro veces superior al del crecimiento demográfico (Schatán, 1986).

Homogeneización de la oferta y un uso extendió de la propaganda hicieron de la comida industrializada un sector sumamente dinámico en México entre 1960 y 1980 impactando en los comportamientos alimentarios, con matices importantes por estratos sociales. Torres y colaboradores (1997) señalan que, a principios de la década de 1960 la población en mejores condiciones destinaba un 9% a ese tipo de alimentos, incrementándose durante el periodo señalado hasta duplicarse; por otro lado, las clases medias incrementaron en 60% su alimentación industrializada, donde la mitad se conformó de frutas y legumbres en forma de productos congelados o conservas, finalmente el estrato de más bajos ingresos incrementó sus consumos principalmente de alimentos enlatados y refrescos.

La importancia de la publicidad para la industria siguió siendo un aspecto clave. García (2011), señala que con los gobiernos promotores del libre mercado, los controles sobre la publicidad fueron más laxos, además de que se promovió la autoregulación. El tránsito a un modelo de desarrollo neoliberal también tuvo un impacto en la intensificación de la publicidad, puesto que a partir del gobierno de Zedillo, se eliminó la necesidad de la autorización gubernamental para promover los mensajes en los medios masivos. Los mensajes se enfocaron en alimentos y bebidas de bajo valor nutricional, y en la población joven e infantil (los segmentos más grandes de la estructura por edades de la población mexicana). Además la autora enfatiza, que los estudios sobre los comportamientos de estos sectores de la población, se han hechos por mercadólogos y han aumentado en la década reciente a diferencia de los estudios de los efectos de la publicidad hechos por académicos o autoridades.

Este aspecto ha sido particularmente problemático para la infancia mexicana. Se ha estimado que el 85% de la publicidad en televisión, destinada a alimentos, corresponde a la promoción de refrescos, pastelitos y frituras, que se dirigen principalmente a esta población pero también impacta de manera significativa en adultos (Ramírez *et al.*, 2003; Díaz *et al.*, 2011; Pérez *et al.*, 2010). El uso de celebridades o personajes ficticios; presentaciones llamativas o utilizables como juguetes o acompañadas de juguetes; el patrocinio de actividades donde participan niños; publicidad en programas, películas o videojuegos, incluso en internet, la promoción de alimentos y bebidas hipercalóricos, se encuentra presente en prácticamente todos los ámbitos de la vida de los menores, desde la televisión, la escuela, los diversos puntos de venta y en el transporte público (El Poder del Consumidor, 2014; INSP, 2013OL).

### ***Transformaciones de la actividad física***

A pesar de que la literatura le confiere a la falta actividad física un papel clave para incrementar el peso corporal, se le ha dedicado poca investigación a los determinantes de la reducción de actividad física. Por lo anterior, si bien no podemos hacer un recuento puntual los factores que han incidido en la reducción de la actividad física y en el aumento del

sedentarismo<sup>13</sup>, podemos acercarnos a algunas condiciones contextuales a partir de la reconstrucción de los procesos sociales en las que se sustentan.

La creciente reducción del gasto de energía que se ha observado en México, en el ámbito urbano durante las últimas décadas, puede clasificarse en tres ámbitos: las actividades ocupacionales, las actividades de transporte y las de tiempo libre (Crespo *et al.*, 2012). Nuestra exposición se apoya en estos aspectos para su desarrollo.

La migración a las ciudades, con el objetivo de participar en las actividades económicas que reportaban mayores ingresos, también repercutió en la actividad física de la población. Si bien el sector que resultó más favorecido con el modelo de sustitución de importaciones fue el manufacturero, su misma evolución generó la necesidad de un conjunto de actividades económicas previas a la fabricación de las mercancías (investigación, el diseño, administración y gestión, etc.) así como actividades posteriores (control de calidad, comercialización, etc.). Así, las manufacturas, a partir de los ochenta, se desplazan a entornos periféricos donde pueden obtener mano de obra más barata, manteniendo las actividades señaladas en las ciudades, donde los sectores más desfavorecidos están ocupados en empleos precarios no manuales o en la informalidad (Gracida, 2004; Márquez y Pradilla, 2008). El crecimiento de la ocupación en el sector industrial y posteriormente en el de servicios, expone a la población a un menor gasto de energía que el que suponen las actividades agrícolas sin el apoyo de los desarrollos tecnológicos actuales.

Además del tipo de trabajo, su duración también es un factor a tomarse en cuenta. México, en 2013, fue el país en el que se trabajó más horas del conjunto de los 34 Estados miembros de la OCDE, lo que propicia también uno de los menores niveles de balances entre el tiempo dedicado al empleo y al cuidado personal u ocio, sólo por encima de Turquía (OECD, 2015).

El transporte es otro de los factores involucrados en una reducción cada vez mayor del gasto de energía corporal. Un usuario promedio del transporte metropolitano en la Ciudad de México, puede llegar a dedicar dos horas y media para trasladarse a su lugar de trabajo o de estudio (Gómez, 2014).

---

<sup>13</sup> El sedentarismo y la actividad física son dos factores independientes en su asociación con diferentes problemas de salud. El primero se remite al tiempo que se pasa acostado o sentado y las actividades asociadas, mientras la actividad física remite a las actividades realizadas de pie que pueden medirse de acuerdo a su intensidad (Crespo *et al.*, 2012).

Se pueden señalar dos momentos de ocupación de la periferia de las ciudades, primero los asentamientos irregulares, en la década de los setenta originados por políticas de urbanización insuficientes y el repunte en la construcción de residencias destinadas a la clase media baja en los noventa. El transporte al ser omnipresente, flexible y relativamente económico desestimula la realización de caminatas, para recorridos locales y posibilita periodos prolongados de inmovilidad debido a las grandes distancias de los trayectos metropolitanos, como muestran Negrete y Paquette (2011), para el caso de la Zona Metropolitana de la Ciudad de México.

Por otro lado, la posibilidad de adquirir un vehículo privado se ha incrementado en los últimos años gracias a la importación de autos usados procedentes de Estados Unidos. De tal modo que en la última década se ha duplicado la cantidad de vehículos en circulación, con lo que el crecimiento de los automotores rebasa al de la población. Esta ha conducido a la motorización de la vida económica y social, con graves consecuencias para la movilidad y la emisión de contaminantes, además de la señalada inhibición de la actividad física (Islas *et al.*, 2011).

La forma en la que se concibe y ejerce el esparcimiento afecta a los patrones de actividad física. En 2008 se dieron a conocer los resultados de la encuesta “Tiempo libre y deporte” realizada en 34 países, entre ellos México, por parte del Programa Internacional de Encuestas Sociales (ISSP, por sus siglas en inglés) de la Universidad de Colonia en Alemania. Al responder a la pregunta por la frecuencia con la que utilizan su tiempo libre para relajarse o descansar el 50.7%, de la muestra mexicana, respondieron seguido y muy seguido, mientras la realización de actividades de formación o cultivar relaciones rondaron el 30% en esas mismas frecuencias. Esto puede formar parte de un panorama complejo si consideramos que el 74% de los encuestados prefirieron estar acompañados durante su tiempo libre. En lo que se refiere lo que hacen en su tiempo libre el 66.7% respondió ver televisión diario, mientras sólo el 20% señaló realizar deporte con esta frecuencia (IMO, 2009). Además, el 94.7% de la población tenía televisión en casa en 2010 y 8.44 millones de hogares poseen computadora (Crespo *et al.*, 2010)

La seguridad ha sido referida en múltiples ocasiones como un factor clave para no hacer actividad física (Fausto *et al.*, 2006; Barranco, 2002). Si bien se reconoce su incremento por temor a ser víctima, conviene señalar que en este temor los medios de comunicación juegan un papel muy importante al construir un ambiente de incertidumbre en

el que “cualquiera puede ser víctima en cualquier momento” abandonando los espacios públicos (Gerrien, 2006; Salvo *et al.*, 2014).

Finalmente, un rasgo de la promoción de la actividad física que no podemos dejar de mencionar es la búsqueda de su uso político. La promoción de la actividad física se presenta como una forma de desviar la presión que se ha puesto sobre la industria alimentaria, enfatizando la responsabilidad del Estado por establecer espacios propicios para la actividad física. El presidente de la Comisión Nacional de Cámaras Industriales instó a no responsabilizar a este ramo económico por la obesidad, y por otro lado recuperar espacios “que en la actualidad se encuentran en deterioro, abandono e inseguridad, cuando es fundamental promover que los niños y jóvenes de todo el territorio mexicano puedan salir a jugar y realizar actividades deportivas o recreativas en un ambiente de seguridad” (Hernández, 2015). Si bien no puede señalarse que el argumento sea del todo falso, no se puede aducir que la existencia de lugares para el ejercicio redunde en una población más saludable, sobre todo si mantiene una ingesta alta de calorías sin aporte nutrimental.

En la misma línea, la compañía refresquera Coca Cola no sólo ha conseguido desviar la atención a sus productos, incluso ha conseguido apoyo de diferentes países en el mundo, enfatizando la importancia de la actividad física como una forma de enfrentar el exceso de peso y las enfermedades asociadas, proponiendo que basta con educar a la población para “equilibrar las calorías”:

El concepto de equilibrar las calorías que se consumen y las que se gastan es lo que los expertos denominan el “equilibrio energético”. Por eso nuestros esfuerzos se centran en tres áreas: educación, variedad y ejercicio físico (“PIENSA, BEBE, MUÉVETE”) para concienciar a nuestros socios, los consumidores y las comunidades, sobre la importancia del equilibrio energético. Fomentamos una vida activa y saludable mediante programas de equilibrio energético que ofrecen ejercicio físico y educación alimentaria. [...] patrocinamos más de 250 programas de actividad física y educación alimentaria en más de 100 países. En 2015 esperamos contar con al menos un programa de esas características en cada uno de los países donde estamos presentes. (Applebaum, 2011)

En México, a partir de 2013, la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE) impulsó el programa Ponte al 100, ubicando a la refresquera como “aliado fundador”, reconociendo la falta de resultados de los Planes Nacionales de Activación Física de los tres sexenios precedentes (CONADE, 2013).

El programa Ponte al 100, tiene como principio reeducar a la población para que sea responsable de su salud, a partir de la medición de la “Capacidad Funcional”, como la capacidad de llevar una vida independiente. En su desarrollo se realizan una serie de

mediciones y recomendaciones dietarias, después se propone que la persona evaluada se ponga en contacto tres meses después, hasta cumplir un año, para continuar evaluando la capacidad funcional (CONADE, 2014).

Más allá de las dificultades implícitas en lograr que los participantes estén reportando cada tres meses sus resultados, está la preocupación de que el mismo gobierno esté siendo complaciente ante la propagandización de los productos de la marca en eventos encaminados a promover la salud, además de servir como un foro para la difusión de ideas enfocadas en responsabilizar nuevamente a las personas, mostrando a la actividad física como la clave para atender las enfermedades crónicas y cuidar la salud, como se hizo en el foro Ponte al 100 (Agenda Hidalguense, 2014).

El esparcimiento, el transporte y el trabajo son los ámbitos que, con sus cambios, están contribuyendo a la ganancia de peso, debido a la reducción del gasto de energía. La necesidad de un análisis de los factores sociales detrás de dicha reducción, es necesaria para generar propuestas en las que la actividad física sea una verdadera vía para reducir los riesgos asociados al exceso de peso. Un enfoque individualista, como el que se propone en el programa ponte al 100, sólo puede servir a intereses de corto plazo entre los que se pueden contar la idea de que el gobierno están tomando acciones para una vida activa saludable y que la responsabilidad recae principalmente en quienes consumen los productos promocionados de miles de formas por quienes los pretenden educar.

El entorno obesogénico, como hemos visto hasta ahora, se ha consolidado a partir de múltiples procesos. Aunque nuestro objetivo es estudiar la población escolar, nos hemos extendido en los procesos generales, pues nos dan la oportunidad de reconocer las prácticas que los menores observan de sus padres y que ellos son susceptibles de adoptar, aunque también hemos intentado señalar las implicaciones para los escolares.

Lejos de ser un recuento de procesos y circunstancias que nos permiten entender ciertas prácticas y estilos de vida, los elementos presentados fundamentan una visión alarmante en cuanto a las implicaciones sociales y sanitarias, pues todo parece conducir a un irrefrenable incremento del peso corporal. Pero en términos reales ¿a qué hemos llegado? ¿Cuáles son las dimensiones de los retos en lo que se refiere a las implicaciones del ambiente obesogénico descrito? Responder a estas preguntas es la intención del siguiente apartado.

## La crisis de exceso de peso en México

Como vimos antes, la adopción de un patrón alimentario caracterizado por el consumo de alimentos altamente industrializados (abundante en harinas refinadas, lácteos, azúcares y grasas) en México, ha sido posible por la búsqueda del cambio de la dieta tradicional que ha propiciado el Estado. Así, el desarrollo de la industria alimentaria encajó perfectamente, tanto por la publicidad y disponibilidad de las mercancías producidas, como por la oportunidad que dio, al consumidor doméstico, de participar de las mercancías que circulan en el mercado global. En este proceso, las personas evaluaban los alimentos que se ponían a su alcance, no sólo por sus propiedades alimentarias o su practicidad para la ajetreada vida moderna, los consumidores también atribuyeron propiedades sociales a los alimentos, como muestras de modernización o mejora en el estatus social.

En estos términos, Torres (2010) señala que México vive una profunda crisis alimentaria que se caracteriza por la convergencia de tres crisis vinculadas: la crisis *en la producción alimentaria*, en la que no se podía satisfacer la demanda dados los pocos incentivos; una crisis *propriadamente alimentaria* donde el problema no es la disponibilidad sino la accesibilidad social diferenciada debido al deterioro del poder adquisitivo y a las tendencias alcistas en los precios; y finalmente, una crisis *nutricional* derivada de la creciente dependencia del consumo alimentario globalizado, dado que el autoconsumo se ha ido deteriorando cada vez más por el abandono del campo.

Cabe señalar que a la par de esta crisis alimentaria no sólo no ha aumentado la actividad física, sino que también se ha reducido, complicando más el panorama.

Dicha crisis alimentaria, junto con la reducción de la actividad física han redundado en una crisis de elevados niveles de exceso de peso. Mientras ha habido un descenso en las prevalencias de desnutrición en niñas y niños, coincidiendo con las tendencias mundiales mencionadas antes<sup>14</sup>, en escolares las prevalencias han sido elevadas desde que se empezaron

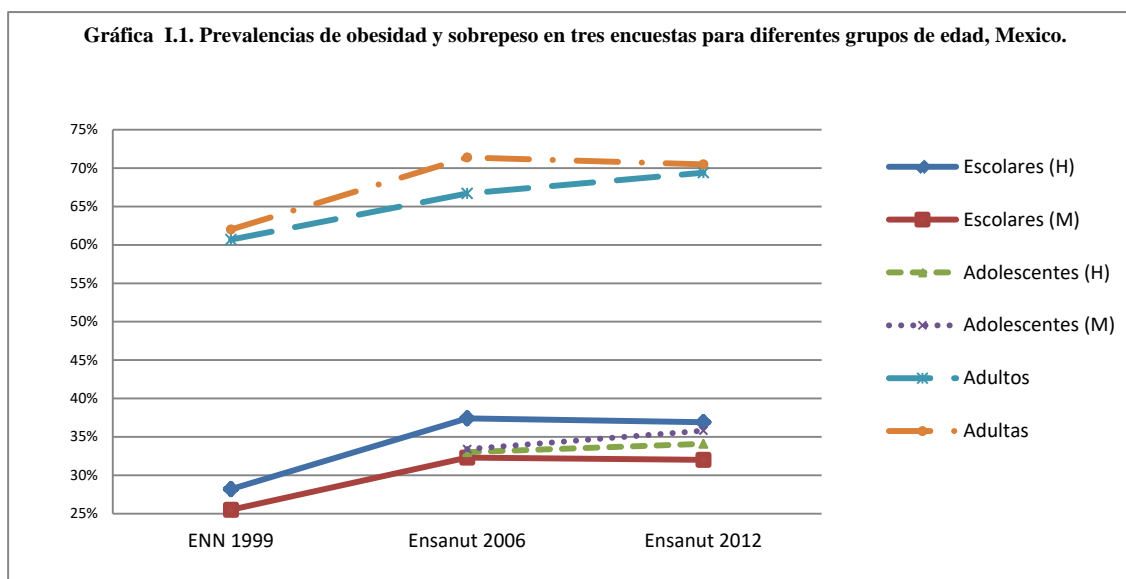
---

<sup>14</sup>En 1988, la Encuesta Nacional de Nutrición (ENN-88) mostró que el peso bajo para talla se presentaba en un 6% de los menores de 5 años, en 1999 la cifra se había reducido a 2% y en 2006 llegó a 1.6%. Por su parte, la baja talla para la edad, en 1988, se manifestó en casi uno de cada cuatro niños (22.8%), en 1999 pasó a 17.8% y para 2006 se encontró en 12% de los preescolares evaluados. Si bien este cambio son importantes, los niveles de desnutrición en población indígena para 2006, llegaban a 38.3%, lo que sigue siendo un reto importante. En los escolares de sexo masculino, la desnutrición aguda se redujo de 16.1 a 10.4% entre 1999 y 2006. Las escolares con desnutrición crónica pasaron de 16.0 a 9.5%, en el periodo señalado, sin variaciones importantes por edad (Coneval, 2010; Rivera y Shamah, 2007).



a captar desde 1999<sup>15</sup>. Las niñas tuvieron una prevalencia 17.9 % de sobrepeso en 1999, 19.7% en 2006 y de 20.2% en 2012, la obesidad en ellas fluctuó desde 8.3% en 1999, pasando por un incremento que la situó en 12.6% en 2006 y una reducción hasta el 11.8% en 2012. Por su parte los varones escolares pasaron de 18.6% a 20.8%, en 2006, quedando en 20.5% en prevalencia de sobrepeso en 2012, pero en la obesidad el incremento no ha presentado la misma desaceleración, del 9.6% que tenía en 1999, llegó a 16.6 % en 2006 y en 2012 se situó en 17.4% (Gutierrez *et al.*, 2012).

La gráfica I.1 muestra los resultados de tres encuestas nacionales<sup>16</sup> en las que se captan las tendencias de la obesidad y el sobrepeso en tres levantamientos entre 1999 y 2012. Los escolares, hombres y mujeres, presentan prevalencias elevadas con una ligera reducción en 2012. Los adolescentes presentaron niveles menores a los de los escolares en 2006, pero en el último año de observación mantuvieron su aumento. Por su parte los adultos mostraron los mayores niveles muy por encima de los grupos de edad previos, aunque las mujeres también presentaron una leve disminución en sus prevalencias que oscilan, junto con las de los hombres, en el 70%.



Fuente: elaboración propia con datos de Gutiérrez *et al.*, 2012. H: hombres, M: mujeres.

Fuera de los preescolares, las prevalencias de exceso de peso del resto de la población, son elevadas aunque en ellos también se ha incrementado. En este sentido, la atención

<sup>15</sup> Un análisis detallado de los factores que se ha relacionado a la propensión a presentar exceso de peso, a partir de diversas encuestas nacionales, se presenta en el capítulo IV, aquí sólo tiene la intención de ilustrar las dimensiones del reto al que el Estado busca hacer frente.

<sup>16</sup> La Encuesta Nacional de Nutrición de 1999 (ENN 99), la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del 2006 (ENSANUT 2006) y la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del 2012 (ENSANUT 2012).

institucional que se le ha brindado a la obesidad y el sobrepeso ha ido desde impulsar acciones tratando de considerar las diferencias entre los grupo de edad y, de manera creciente, impulsar cambios generales en la población; sin embargo, no existe un modo unívoco de hacerlo, así como los resultados tampoco pueden ir sólo en una dirección, dada la complejidad del fenómeno. Tomando en cuenta lo anterior, a continuación se revisan las acciones más importantes de los últimos dos sexenios buscando identificar la lógica con la que se ha ido construyendo la política en la materia y analizando algunos de sus contenidos a la luz de los retos trazados con anterioridad.

### ***Política en materia de exceso de peso***

En 2004, México participó en la 57ª Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud, donde se difundió la Estrategia Mundial sobre Alimentación Saludable, Actividad Física y Salud, aunque ello no significó que se realizara en el país. De hecho, aunque ya existía evidencia preocupante respecto al exceso peso desde 1999, fue hasta 2006, con el levantamiento de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut), que se mostró un panorama realmente alarmante, el 71.9% de las mujeres mexicanas presentaban sobrepeso u obesidad y el 66.7% de los hombres, mientras para los niños en edad escolar era de 26% y para los adolescentes de 31% (Shamah *et al.*, 2007).

Ante estos resultados, algunos estados de la república, reaccionaron rápidamente y antes del mismo gobierno federal<sup>17</sup>. Si bien es cierto, en el gobierno federal ya había acciones planeadas para atender esos aspectos, sólo se pudo concretar una iniciativa hasta 2010. Desde el inicio del sexenio de Felipe Calderón se había definido la línea de acción de “Impulsar una política integral para la prevención y control del sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus y riesgo cardio-vascular” dentro del Plan Nacional de Salud 2007-2012, como parte de la estrategia 2 para “Fortalecer e integrar las acciones de promoción de la salud, y prevención y control de enfermedades” (Secretaría de Salud, 2007).

---

<sup>17</sup> El gobierno de Coahuila decreto el 7 de junio de 2007 que no se vendería comida chatarra en las escuelas públicas de educación inicial y básica (Ramos, 2007). La Secretaría de Educación Pública, su representación en Hidalgo prohibió la venta de comida industrializada, refrescos, comida carbonatada y estimulantes a partir del ciclo escolar 2009-2010 (Mota, 2009), en Baja California Sur, no se reanudaron 30 contratos para la concesión de cooperativas escolares pues plateaban la venta de productos con bajo valor nutricional (Notimex, 2010a), mientras en el Estado de México, canceló la venta de estos productos (Notimex, 2010b). Iniciativas que repercutieron en las más altas esferas políticas como en la petición que hizo el Senado de la República a la Secretaria de Educación Pública para advertir en escuelas sobre los alimentos de bajo valor nutricional (Gómez y Michel, 2010).

Más allá de la promoción gubernamental por sí misma, la consolidación de una propuesta federal para atender la problemática se debió al apoyo de figuras clave de la política, de organizaciones de la sociedad civil, de la academia, al uso de recomendaciones de organismos internacionales e incluso la cobertura de los medios a la problemática de los riesgos asociados al exceso de peso (Barquera *et al.*, 2013; Monterrosa *et al.*, 2015). Gracias a lo anterior, en 2010<sup>18</sup> el gobierno mexicano lanzó el *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria* (ANSA), que contenía 10 objetivos<sup>19</sup> en los que se impulsaban una serie de acciones en diversas dependencias para contrarrestar el aumento de la obesidad y el sobrepeso para “modificar el comportamiento individual, familiar y comunitario” (Secretaría de Salud, 2010:7).

El gobierno federal presentó el Acuerdo con mucho revuelo, aunque el hecho de que se tratara de un acuerdo limitó la posibilidad de que la iniciativa tuviera algún alcance. A partir de la solicitud de información al Instituto Federal de Acceso a la Información y Protección de Datos (IFAI), se pudo saber que prácticamente ninguna de las dependencias gubernamentales que firmaron el acuerdo llevaron a cabo las acciones pactadas, aduciendo falta de presupuesto o incompetencia, las que se realizaron, eran producto de esfuerzos previos a este (El Poder del Consumidor, 2012).

---

<sup>18</sup> Si bien existieron iniciativas previas como con campañas como “México está tomando medidas”, “Mídete la cintura”, “Por tu salud”, “Ejercítate”, “Vive Saludable” o “Vamos a por el control” o los programas de prevención de los principales sistemas de seguridad social en el país (Prevenimss y Prevenisste), el primer esfuerzo de coordinar una política federal corresponde al ANSA. Véase Rivera y colaboradores (2012) y Barquera y colaboradores (2013).

<sup>19</sup> 1. Fomentar la actividad física en la población en los entornos escolar, laboral, comunitario y recreativo con la colaboración de los sectores público, privado y social.  
2. Aumentar la disponibilidad, accesibilidad y el consumo de agua simple potable.  
3. Disminuir el consumo de azúcar y grasas en bebidas.  
4. Incrementar el consumo diario de frutas y verduras, leguminosas, cereales de granos enteros y fibra en la dieta, aumentando su disponibilidad, accesibilidad y promoviendo su consumo.  
5. Mejorar la capacidad de toma de decisiones informadas de la población sobre una dieta correcta a través de un etiquetado útil, de fácil comprensión y del fomento del alfabetismo en nutrición y salud.  
6. Promover y proteger la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad, y favorecer una alimentación complementaria adecuada a partir de los 6 meses de edad.  
7. Disminuir el consumo de azúcares y otros edulcorantes calóricos añadidos en los alimentos, entre otros aumentando la disponibilidad y accesibilidad de alimentos reducidos o sin edulcorantes calóricos añadidos.  
8. Disminuir el consumo diario de grasas saturadas en la dieta y reducir al mínimo las grasas trans de origen industrial.  
9. Orientar a la población sobre el control de tamaños de porción recomendables en la preparación casera de alimentos, poniendo accesibles y a su disposición alimentos procesados que se lo permitan, e incluyendo en restaurantes y expendios de alimentos, tamaños de porciones reducidas.  
10. Disminuir el consumo diario de sodio, reduciendo la cantidad de sodio adicionado y aumentando la disponibilidad y accesibilidad de productos de bajo contenido o sin sodio.

El ANSA, como el resto de las acciones que se impulsaron durante el sexenio, estaba compuesta principalmente de estrategias en las que se apelaba al cambio en el comportamiento (Gracia, 2009; El poder del consumidor, 2012). En términos más claros, “El cumplimiento de estos objetivos [del ANSA] demanda [una] estrategia de comunicación [que] contenga información suficiente y guías de alimentación que permitan a la población adoptar una alimentación saludable [...]” (Rivera *et al.*, 2012: 26).

Como parte del ANSA, y con el mismo énfasis en el cambio comportamental, se impulsó el Programa de Acción en el Contexto Escolar, una estrategia de intervención conjunta entre autoridades educativas (federales y estatales), alumnos y padres de familia (SEP, 2010). Dicho programa tenía tres componentes: promoción y educación para la salud, fomento de la activación física regular y acceso y disponibilidad de alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta.

Para el cumplimiento del último componente se definieron los *lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica*, que tenían por objeto:

- I. Promover una alimentación correcta a partir de los alimentos que se preparan y se expenden al interior de las escuelas,
- II. Encaminar a que las entidades federativas definan normas claras para la operación de los establecimientos de consumo escolar,
- III. Impulsar una cultura de hábitos alimentarios saludables en niñas, niños y adolescentes que cursan la educación básica
- IV. Propiciar la reflexión y el análisis entre los actores que participan en el quehacer educativo para reconocer a la salud como un componente básico en la formación integral de niñas, niños y adolescentes (DOF, 2010).

Flores y colaboradores (2011) señalan que si bien los *lineamientos* tienen la ventaja de reconocer al espacio escolar como ambiente obesogénico, al promover el exceso de peso, de regular el expendio de alimentos dentro de sus muros, de incorporar a la comunidad a las acciones emprendidas y de incluir un objetivo nutricional y uno de salud, también presenta algunas limitaciones. Los autores señalan como oportunidades para el mejoramiento de los

*lineamientos*, el señalar acciones para fomentar la actividad física, considerar el tiempo los espacios y la convivencia que envuelven a la comida dentro de la escuela, tomar en cuenta que los expendios de comida y bebidas no son uniformes, considerar la disponibilidad de agua por medio de bebederos, definir un programa de implementación o evaluación, además de actuar con la oferta que circunda a la escuela.

Estos *lineamientos* representaron un esfuerzo que se concentra en impulsar un cambio en las prácticas alimentarias, por medio de la mejora de la calidad de la oferta alimentaria, más que por una regulación efectiva que prevea sanciones ante su incumplimiento. Lo anterior se puede comprender si se toman en cuenta las presiones de las empresas. La propuesta hecha por las secretarías de salud y de educación pública, sometida a la revisión de empresas, profesores, padres de familia, estudiantes, especialistas y ciudadanía en general, fueron reformuladas a partir de los intereses empresariales resultando en la eliminación de los criterios de densidad energética y un aumento de los límites superiores permitidos para el azúcar y la grasa saturada, además de los conceptos de “alimentos de bajo o nulo valor nutricional”, “saludables” y “no saludables”, “permitidos y no permitidos”, aplicados a los productos que se expendían en las escuelas (Barquera *et al.*, 2013; González, 2010). El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para el derecho a la alimentación, ha reconocido la presión que la industria alimentaria ha ejercido para no limitar la venta de los productos de bajo valor nutricional (ONU-DH, 2012).

Aun con la regulación establecida por los *lineamientos*, las empresas han reaccionado a la regulación federal presentando a sus productos como inofensivos, bajo la idea de cumplir con los requerimientos de la Secretaría de Educación Pública. Empresas como Barcel y Sabritas habían anunciado la adecuación de instalaciones para empacar menores cantidades y agregar o modificar los componentes de sus productos poco tiempo después de que se establecieron las primeras restricciones a la venta de alimentos de escaso valor nutricional en las escuelas de educación básica (Rodríguez, 2012; García, 2011). Esto es particularmente importante si consideramos que a quien se quiere convencer ya no es al niño sino al adulto, ofreciendo productos más “sanos”.

Durante el gobierno de Felipe Calderón, la regulación de la publicidad de alimentos de alto contenido calórico dirigida a niños, fue dejada en manos de las propias grandes empresas expendedoras de golosinas y refrescos (Kellogg's, Bimbo y Coca-Cola entre ellas) mediante la

firma un acuerdo para autoregular, que no contempló los señalamientos de la Organización Mundial de la Salud en la materia (De la Rosa, 2013).

A finales de 2012, a unos meses de haber comenzado la nueva administración federal en la que el PRI, volvería al poder, dos partidos de oposición (Partido Acción Nacional y Partido de la Revolución Democrática) impulsaron un Impuesto Especial sobre Producción y Servicios (IEPSA<sup>20</sup>) sobre refrescos y bebidas azucaradas. Aunque en un primer momento, a pesar de la gran atención mediática, la Cámara de Diputados desechó la iniciativa, esta fue recuperada en 2013 tanto en la Cámara de Diputados como en la de Senadores. En esta ocasión se llevarían a cabo diversos eventos académicos y legislativos, respecto a la política pública y el consumo, contando con el apoyo de diversas organizaciones sociales, académicas y organismos internacionales, hasta que el mismo titular del poder ejecutivo, presentó en el paquete fiscal 2014 una propuesta de IEPS de un peso por litro de bebida azucarada, que fue aprobada y publicada en el Diario Oficial de la Federación el 20 de diciembre de 2013 (Tenorio, 2014).

Si bien, un impuestos a alimentos y bebidas de bajo valor nutricional representa la consolidación de un instrumento de salud pública del que puede valerse el Estado para confrontar al entorno obesogénico, de acuerdo al relator de la ONU sobre el derecho a la alimentación, “Los impuestos deben ser vistos como parte de una serie de medidas a implementarse” (Enciso, 2013).

La iniciativa señalada se incorporó a la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, una estrategia que se buscó que fuera transversal, intersectorial, en constante evaluación y que rinda cuentas (Secretaría de Salud, 2013). Dentro de las principales acciones de la *estrategia* se anunció la regulación de los horarios de la publicidad dirigida a público infantil, además de un etiquetado frontal, lo que fue presentado por el Gobierno Federal como la vanguardia en América Latina en materia regulatoria (COFEPRIS, 2014). En realidad, para entonces en América Latina ya se contaba con la experiencia de Uruguay y Perú, en cuanto a la regulación de la publicidad, y de Ecuador respecto al etiquetado (CSPI, 2016).

---

<sup>20</sup> “La Ley del Impuesto Especial sobre Producción y Servicios (IEPS) es una norma federal que estableció, por primera vez, parámetros impositivos a la enajenación y comercialización de bienes específicos. El IEPS fue decretado en 1980, bajo la Presidencia de José López Portillo manteniéndose vigente a la fecha en la misma reforma fiscal que introdujo el IVA” (Tenorio, 2014:52)

Si bien existe un avance desde el sexenio anterior<sup>21</sup>, se han hecho señalamientos en cuanto a mejoras necesarias de las acciones implementadas. La asociación civil El Poder del consumidor (2014) señala la necesidad de asegurar la ausencia de conflicto de intereses en el grupo de expertos que definan los criterios nutricionales de los alimentos que se pueden publicitar. Por otro lado extender la cobertura de la regulación a todos los legalmente menores, a internet y las diversas redes móviles y detener el uso de personajes ficticios o figuras públicas, de juguetes, o de actividades filantrópicas y de patrocinio, para promover alimentos y bebidas.

El hecho de que el etiquetado que se haya implementado estuviera definido por la propia industria alimentaria, es fuente de dificultades. De nuevo, el que los criterios sean definidos por expertos independientes es fundamental. En cuanto a su utilidad, se ha encontrado evidencia de que un etiquetado de colores permite discernir más fácilmente que producto puede resultar potencialmente dañino (Alianza por la Salud Alimentaria, 2015).

También existen señalamientos en cuanto a las medidas fiscales que se han implementado. A la espera de que los efectos se hagan más visibles, la Alianza por la salud Alimentaria (2015) propone un aumento hasta 20 o 30%. Y una vez obtenidos los recursos se debe asegurar que se destinen al propósito señalado en el momento en el que fue aprobado pues a pesar de que el impuesto a los refrescos se propuso para lograr fondar la introducción de bebederos a las escuelas, estos siguen estando ausentes, debido a que no se pudieron etiquetar directamente recursos para ese fin, “por tratarse de un gravamen, y no un derecho”, y no se hizo la vinculación entre la Ley de Ingresos con el Presupuesto de Egresos de 2014 (Flores, 2014).

Si bien los esfuerzos señalados antes son una muestra de acciones concretas para atender los altos niveles de exceso de peso en México, aún hay varios aspectos en los que el Estado no ha prestado atención respecto a las recomendaciones de organismos internacionales. Las acciones del gobierno mexicano, en materia alimentaria, se han enfocado del lado de la demanda de los alimentos de escaso valor nutricional; sin embargo, de acuerdo

---

<sup>21</sup> Es digno de señalar es la reedición de los *lineamientos* mencionados, en abril de 2014, existieron cambios sustanciales respecto a los originales. El nuevo *ACUERDO mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio y distribución de alimentos y bebidas preparadas y procesadas en las escuelas del sistema educativo nacional* se distingue en su ámbito de aplicación, cubriendo todo el sistema educativo nacional (público y privado) y no sólo el nivel básico. Busca regular todos los alimentos que se ofrezcan en las escuelas, no sólo el refrigerio, además de que restringe la venta de alimentos preparados. Finalmente, incorpora un apartado sobre prohibiciones y sanciones (DOF, 2014).

a las recomendaciones de la Organización Panamericana de la Salud (2011), aún faltan iniciativas para mejorar el precio relativo de los alimentos saludables. Del lado de la oferta de alimentos, se advierte la necesidad de promover políticas agrícolas y la agricultura urbana, la eliminación de las grasas *trans* de la dieta, la mejora de los programas de alimentación escolar, la incorporación del concepto de salud en el comercio internacional de alimentos, así como incentivar el desarrollo de nuevos alimentos más saludables. En lo que se refiere a la promoción de la actividad física, las acciones recomendadas por el organismo están ausentes, tanto las dirigidas a los ámbitos institucionales de adultos (lugar de trabajo) y niños (escuela), como al equipamiento urbano: planeación urbana y transporte, además de espacios propicios para la recreación y el deporte.

Frente a estos pendientes del gobierno mexicano, se evidencian los escasos resultados de las acciones que si se han llevado a cabo (Secretaría de Salud, 2013). Esto nos conduce, más allá de insistir en el cumplimiento a pie juntillas de las recomendaciones de los organismos internacionales de salud, a buscar una mirada crítica al enfoque de las políticas de prevención de las enfermedades a partir de las particularidades del contexto mexicano.

### **Recapitulando**

Como hemos visto, los cambios ambientales han sido de tal magnitud que han afectado a toda la población. Si bien existe una predisposición genética en los descendientes de amerindios, hubo un sinnúmero de cambios que la “activaron”. Por un lado, la promoción del cambio alimentario impulsada por el Estado, mediante subsidios a la producción y consumo de alimentos. Por otro lado, la industria alimentaria, cada vez más vinculada mercado global, y su creciente uso de la publicidad en cada ámbito de la vida cotidiana; y por su supuesto, la sociedad que vio en los productos industrializados un medio para ahorrarse tiempo, reducir costos, conservar durante más tiempo los alimentos (entre otros), pero también para la atribución de estatus a ciertos consumos, incluyendo el sentirse parte de nuevos contextos de residencia. A los aspectos alimentarios hay que agregar las transformaciones en la actividad física. El incremento de los empleos que requieren menor esfuerzo físico que los de antaño, una la motorización de la movilidad cotidiana, la residencia cada vez más lejana respecto a la concentración de los empleos, el miedo a la inseguridad, la preferencia por el descanso y el entretenimiento sedentario, generan una reducción del gasto de energía, que se ha querido señalar como el verdadero riesgo para la salud por parte de quienes se benefician por contribuir al exceso en el consumo de calorías.



En este panorama, se pueden identificar aspectos muy puntuales en los que los niños, entre ellos los escolares, han experimentado directamente los efectos del cambio ambiental. Desde principios de siglo XIX el consumo de alimentos de origen animal, particularmente la leche, se ha recomendado para los menores. Es en décadas recientes que sobre ellos han recaído con mayor virulencia las campañas para promover el consumo de alimentos con alto contenido calórico y bajo aporte nutricional, en los diferentes recursos que emplean para su esparcimiento (videojuegos, televisión, internet, actividades deportivas, etc.).

Los cambios señalados hasta ahora, o la ausencia de ellos, nos ponen ante un panorama bastante complicado. Las políticas implementadas para atender la crisis de exceso de peso no han logrado sus cometidos y son varias las voces que cuestionan los alcances de las acciones realizadas o señalan ausencias importantes. La revisión de las políticas nos muestra que si bien se han tomado acciones para lograr un cambio en el comportamiento a nivel poblacional, la base de las propuestas es educar al consumidor y regular la oferta alimentaria sin preguntarse por los factores (sociales, culturales, familiares, etc.) que intervienen en el exceso de peso. Si como señalamos al principio, la edad escolar es un momento clave para la acumulación de exceso de peso, es necesario entender cómo repercute el contexto inmediato en el que se desenvuelven los escolares para dar cuenta de las diferentes formas en las que se articula el ambiente, en este caso obesogénico, con las prácticas personales. El hogar como ese contexto surge como un aspecto clave, que sin embargo, en todo el complejo panorama aparece como una figura secundaria, afectada por la acción del Estado, pero que a su vez incorporó la oferta de la industria alimentaria a su cotidianeidad, no sólo como condición para el abasto sino como un elemento de distinción, aprovechamiento del tiempo y pertenencia a un espacio social.

Más allá de señalar que este ámbito debiera de ser el foco para pensar y actuar para reducir los elevados niveles de exceso de peso que se presenta a todos los niveles en nuestra población, conviene reflexionar respecto a su lugar en los procesos macro sociales descritos antes, para identificar acciones viables que se correspondan con la complejidad del reto que se enfrenta.

Por ello, en la siguiente sección nos ocupamos de las características de los hogares mexicanos en las últimas décadas y sus transformaciones, para abordar en la siguiente sección, la investigación sobre exceso de peso que toma en cuenta las características de la familia.

## **2. Hogares y obesidad infantil**

### **Características contemporáneas de los hogares en México**

Desde la década de los setenta los cambios en la dinámica demográfica, la apertura social y económica, así como el efecto de las crisis en el mercado de trabajo, han impactado en las características de los hogares (Esteinou, 2008a). Por otro lado, los procesos de globalización y modernización dieron pauta a que los códigos culturales se entremezclaran con valores asociados al libre mercado, la democracia formal y el individualismo. Las políticas públicas también jugaron un papel importante al construir toda una cultura demográfica en la que se difundieron mensajes en favor del control natal y la planificación familiar, limitando la influencia de la parentela, la comunidad o grupos específicos como los religiosos. Esta pluralidad de perspectivas puede generar tensiones no sólo entre los miembros de los hogares, sino incluso en cada miembro, como en el caso de las mujeres educadas en la idea de que a la familia se debe profesar devoción y sacrificio, pero el mundo laboral enfatiza valores individualistas (Esteinou, 2008a).

Las transformaciones del contexto económico han configurado los nuevos retos que las familias han enfrentado en las últimas décadas. El agotamiento del modelo de desarrollo por sustitución de importaciones dio paso a que 1982 fuera el punto de inflexión para la economía que más de 30 años después, no ha visto recuperación. Uno de sus efectos más notorios es la reestructuración del mercado laboral con una creciente participación de las madres y de los hijos (García y Pacheco, 2000; Rendón, 2004; Tuirán, 1993). Dedicamos a este rubro una mayor extensión dadas las implicaciones para la sobrevivencia familiar.

La reducción de la participación laboral de los hombres después de la crisis ante la precariedad laboral, el aumento de la escolaridad, el retraso a la edad al matrimonio, la reducción de la fecundidad y el aumento de separaciones y divorcios se cuentan entre los principales factores que favorecieron al aumento de la participación laboral de las mujeres, aunque esta no compensó la pérdida de la participación masculina (de Oliveira, 1994; Rendón, 2004; Giorguli, 2011).

Los cambios desde entonces han sido ambivalentes aun en zonas del país con mayor desarrollo como la zona metropolitana de la Ciudad de México y la de Monterrey. La reestructuración económica y flexibilización de las relaciones laborales, si bien abren

oportunidades de trabajo para la población femenina, contribuyen a la precariedad del trabajo, en el que sigue habiendo una acentuada división sexual.

En contextos urbanos en la década de 1990, se observó que la experiencia laboral de las mujeres después de casarse se refleja en relaciones familiares armónicas si fueron de pocos años, pero si fue prologada genera conflicto, aunque la experiencia laboral y aportación de recursos es condición para la negociación de las decisiones en el hogar y más autonomía entre las mujeres, así como mayor participación en el trabajo doméstico y de cuidado de los hombres, en los que la paternidad ha pasado de enfocarse en la proveeduría a considerar aspecto del cuidado y del afecto, aunque pedir permiso para salir de casa y la violencia, siguen siendo una forma de ejercicio de poder masculino (García y de Oliveira, 2005)

El tipo de empleo en el que se han insertado las mujeres tiene implicaciones tanto sobre el desarrollo de la vida familiar como del bienestar individual de quienes lo realizan. A partir de un estudio cualitativo, Rojas (2010) encontró que, de las mujeres que se dedica al trabajo por cuenta propia, pocas expresaban satisfacción, a pesar de que buscaban no desatender a sus hijos dadas las presiones del cónyuge en algunos casos. Ellas manifestaron ganar poco y utilizar esos recursos en su totalidad como un gasto secundario (gastos de la casa, de los hijos, gastos extraordinarios y guardadito) no lo consideraron importante porque no era para el gasto en alimentación diaria. Por otro lado, no sabían cuánto ganaban sus esposos, mientras la participación de ellos se restringía a algunas labores de cuidado y en escasa labores domésticas, además de que tenían que pedir permiso para salir. Por su parte las mujeres asalariadas expresaron más satisfacción con sus labores, tuvieron más decisiones personales o negociadas y valoraron en mayor medida la importancia de sus ingresos. Ambos cónyuges asume responsabilidades del mantenimiento y cuidado de los hijos y del hogar, dado la participación laboral de la esposa, aunque siga siendo mayor el de cuidado. Ellas se apoyaron en la participación, además del esposo, de hijos, vecinos, familiares, aportaban casi todo su ingreso junto con el del marido aunque la distribución aún quedaba del lado del cónyuge en una proporción constante. Todas sabían cuánto ganaba el esposo, lo que indica una mejor comunicación, además de que las mujeres asalariadas declararon más libertad de movimiento (Rojas, 2010).

Junto la participación en el sustento económico la decisión sobre cuántos hijos tener y cómo educarlos, han sido los ámbitos donde se ha observado mayor flexibilidad respecto a nuevas facetas de la vida familia; sin embargo, la sexualidad conyugal y la forma en la que se

realizan los trabajos reproductivos, son los ámbitos que mayores resistencias presentan a los cambios. Los cambios y las resistencias se sostienen en las creencias, costumbres y normas que legitiman las relaciones asimétricas de poder entre hombres y mujeres, pero estas costumbres y normas varían entre estrato social y tipo de localidad en que se viva. Se han observado transformaciones selectivas en las áreas urbanas y en los sectores más privilegiados, las mujeres que tienen relaciones más igualitarias son las asalariadas con alta escolaridad y que se comprometen más con su trabajo extradoméstico (de Oliveira, 1994).

La situación particular de los hombres en el entorno familiar mexicano de comienzos del siglo XXI, se está modificando a pesar de las resistencias señaladas, pero siguiendo los patrones identificados. Se ha encontrado que los hombres declaran más una participación en las labores del hogar que en los cuidados de los hijos pero en términos de horas hay una mayor participación en los cuidados, está aumentando conforme mejora la situación social y en contextos urbanos, tanto los participantes como el tiempo que dedican. En diferentes grupos de edades no se encontraron diferencias en la participación en el trabajo doméstico, pero en el cuidado sí se refleja un cambio generacional (Rojas y Martínez, 2013).

#### *Relaciones familiares nucleares*

Los cambios mencionados hasta ahora se han suscitado sobre la permanencia del predominio de la estructura familiar nuclear, aunque con algunos matices derivados de los regímenes demográficos y los procesos económicos que enmarcaron su existencia. En los años de expansión económica, en los que las tasas de crecimiento poblacional fueron altas y la migración interna fue intensa, las estructuras familiares hegemónicas eran las nucleares encabezadas por el jefe proveedor. Por su parte, para la etapa de la crisis y reestructuración productiva posterior a los ochenta (con tasas bajas de crecimiento poblacional, envejecimiento y desaceleración y diversificación de la migración interna), aunque la familia nuclear sigue predominando, han ganado peso otros arreglos familiares como la jefatura femenina o los hogares unipersonales en lo que el modelo del jefe proveedor único pierde fuerza (Ariza y de Oliveira, 2004).

Efectivamente, dentro de los hogares familiares, los nucleares (conformados por parejas con o sin hijos) representan el 62.5% de los arreglos familiares contemporáneos según la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de la Familia en México (ENDIFAM) de 2011, la

reducción de este tipo de hogares ha sido gradual desde finales de la década de los ochenta (Mercai, 2012).

Además de la estructura familiar, los cambios en los hogares mexicanos suponen la consideración de otra dimensión de la vida familiar: Las relaciones familiares. Esteinou (2008), analiza esta dimensión enfatizando que no necesariamente existe correspondencia con la estructura, de tal modo que un hogar nuclear puede albergar relaciones familiares de tipo extenso, así como un hogar extenso puede tener relaciones nucleares.

La nuclearidad de las relaciones familiares consta, desde esa perspectiva, de tres aspectos: la constitución de las familias ya no depende de la comunidad o la parentela, ni en lo social ni en lo económico; los afectos se dirigen hacia los mismos miembros del núcleo familiar, constituyéndose en un espacio afectivo privado y se conforma una estructura de roles específica. A esto se agrega la creciente individualización o autonomía de los miembros que se ha ido gestando a lo largo del siglo XX (Esteinou, 2008).

Las relaciones familiares nucleares modernas tienen características que pueden permitir mayor igualdad en los miembros; sin embargo, aún se observan fuertes desigualdades de género y generación, por lo que es necesario señalar que las interacciones que sostiene la vida familiar no deben entenderse como consecuencias uniforme de un proceso de “modernización” sino como resultado de las contradicciones persistentes y de las diversas formas de entender y practicar las relaciones de género (Nehring, 2005).

Frente al proceso de nuclearización de las estructuras familiares, iniciado desde finales del siglo XIX, la nuclearización de las relaciones aún se sigue consolidando a lo largo del siglo XX. Así, después de los setenta Esteinou establece dos tendencias que predominan en las relaciones familiares, un tipo de relaciones que igualmente responden a los procesos macroeconómicos. El tipo nuclear rígido mantiene la separación de roles expresivos para las mujeres y de los instrumentales para los varones, conservando un ejercicio desigual de la autoridad en favor de estos. Los conflictos surgen del desapego respecto a las expectativas de la pareja y la unión se evalúa desde una perspectiva institucional. El tipo nuclear flexible se comienza a gestar en núcleos con doble ingreso o doble carrera, lo que requiere de una redistribución del trabajo doméstico, principalmente del cuidado, aunque a las mujeres se les sigue considerando como las principales responsables. El rol de estos varones es más expresivo, así como las mujeres contribuyen al gasto del hogar adquiriendo

diferentes grados de independencia económica. Finalmente, si bien presentan mayores conflictos, también hay mayor negociación (Esteinou, 2008).

Es importante señalar que estos tipos de relaciones familiares son el ambiente en el que también se desenvuelven los hogares monoparentales. Este tipo de hogares, en su mayoría, supone el mantenimiento de las exigencias del rol femenino tradicional, a pesar del desempeño de actividades extradomésticas remuneradas, sin que ello signifique un contexto de mayor desventaja para la convivencia (García y de Oliveira, 2005)

En síntesis, el aumento en la esperanza de vida permite que las parejas mexicanas que sigan juntas puedan convivir más tiempo, y las que se separan tienen más probabilidad de volverse a unir. Los hogares así formados tienden a ser más chicos.

Las mujeres se casan cerca de los 30 años y las parejas son más parecidas en la edad, sin embargo persisten las tensiones entre la pluralidad de las perspectivas de lo que es el hogar y como llevarlo, desde las más tradicionales a las más igualitarias. La incursión de las mujeres en el mercado laboral, de forma masiva, puede desencadenar conflictos si su ocupación es prolongada pero eso mismo le permite negociar y decidir sobre el hogar, aunque los permisos y la violencia siguen siendo formas de control. Las asalariadas están en mejores condiciones que las que trabajan por cuenta propia.

Las relaciones dentro del hogar también han evolucionado. Aunque se han logrado avances en la posibilidad de negociar el número de hijos, la sexualidad es un ámbito resistente a los acuerdos. Los hogares urbanos y mejores condiciones tienden a ser más igualitarios. Es más frecuente encontrar que se incremente la participación de los hombres en el trabajo doméstico, aunque el tiempo siga siendo poco.

La estructura fundamental de los hogares mexicanos sigue siendo la nuclear, ésta se apoya en individualización, que no deriva de una evolución lineal sino de tensiones permanentes. Producto de ello se pueden observar versiones rígidas y flexibles de la estructura familiar nuclear.

Este contexto es en el que se desenvuelve el fenómeno de la acumulación de tejido graso en los escolares mexicanos. En la sección siguiente recuperamos algunos aspectos de la

investigación de la obesidad en escolares que se han analizado, primero en otros países y posteriormente los estudios que se han realizado en México.

### **La familia en el análisis de la obesidad**

La investigación existente sobre esta relación nos permite presentar resultados obtenidos tanto por métodos cuantitativos como cualitativos, aunque en su mayoría dentro de supuestos compartidos respecto a los roles de género. En esta sección nos enfocamos en la evidencia que ha vinculado a diferentes aspectos de la vida familiar con la presencia de exceso de peso,

#### ***Contribuciones cuantitativas***

Los estudios cuantitativos han dado cuenta de la importancia de algunas características de los hogares para el riesgo de que los escolares presenten peso elevado. La alta propensión a la obesidad o el sobrepeso de los hijos si los padres presentan alguna de esas condiciones, se ha identificado en varios países<sup>22</sup>; sin embargo, ese fenómeno identificado como “transmisión intergeneracional de la composición corporal” (Jacobson *et al.*, 2007; Vadillo *et al.*, 2012) nos lleva a preguntar qué tanto el incremento del peso se debe a que padres e hijos comparten una carga genética con escasos cambios recientes o se debe a los cambios en el ambiente compartido. El análisis de los aspectos genéticos queda fuera del alcance de esta investigación, centrando nuestro interés en la vida familiar<sup>23</sup>.

Una aproximación a ese papel de la vida familiar lo hacen Fiese y colaboradores (2012), al analizar el momento de la ingesta alimentaria. En esa investigación se halló una asociación entre las familias que compartieran la hora de la comida y la consideraron una parte importante de la vida familiar, con la reducción del riesgo de obesidad infantil. Los niños considerados con peso saludable estuvieron mayor tiempo reunidos en la hora de la comida y más involucrados en comunicación positiva, que los niños con sobrepeso y obesidad.

---

<sup>22</sup> En China (Jiang *et al.*, 2013), Inglaterra, Escocia y Gales (Li *et al.*, 2009), Corea (Lee *et al.*, 2013), Canadá (Maximova y colaboradores (2008) y también en México (Flores *et al.*, 2005; Klünder *et al.*, 2011).

<sup>23</sup> Conviene señalar que la relación entre familia y exceso de peso se desarrolla más específicamente en la sección del análisis cuantitativo, en tanto que se requiere de precisar el contenido de las variables para su operacionalización. En esta sección sólo nos enfocamos en mostrar un panorama general de los factores que se incorporan en la investigación de familia y composición corporal.

La escolaridad de los padres ha sido definida también como un aspecto clave del ambiente familiar. González y colaboradores (2012), reconocieron una asociación inversa y significativa entre el nivel de estudios de los padres y el estado nutricional de sus hijos, mostrando que conforme aumentaba el nivel de escolaridad, el exceso de peso de sus hijos tendía a descender.

Más allá de que lo anterior conduzca a una reflexión sobre las características de los hogares frente a las presiones del ambiente, gran parte de la literatura posiciona a las madres en el centro del análisis, pues los autores asumen que sus acciones, u omisiones, determinan el estatus corporal de sus hijos, a pesar de la existencia de estudios como el de Lee y colaboradores (2013), quienes mostraron que los niños que vivían con ambos padres, tenían un riesgo de obesidad y sobrepeso mayor si ambos tenían peso elevado, respecto a aquellos hogares en los que ninguno o sólo un progenitor lo presentaba. Esto resulta llamativo frente al hecho de que, tanto los niños que vivían sólo con sus madres, como los que vivían con un abuelo tuvieron alta propensión a obesidad y sobrepeso, si su madre o su abuelo presentaban obesidad o sobrepeso, pero en ambos casos muy por debajo de los niveles que se observaron en los hogares dirigidos por ambos padres.

Incluso existen estudios en los que se toma en cuenta la participación de ambos padres, pero la importancia del tiempo dedicado por la madre a sus hijos se consideró limitado frente al del padre. Se ha considerado que el efecto tiempo de la madre es decreciente debido a que la actividad física en la que se pueden involucrar está suscrita a las labores de casa que tradicionalmente se le atribuyen a la mujer, mientras el tiempo que el padre pasó con los hijos fue menor pero al orientarse a actividades que demandan mayor esfuerzo, se asociaron a un peso saludable (Benson y Mokhtari, 2011).

Las labores reproductivas que implican trabajo doméstico y cuidados han sido identificadas constantemente como factores que intervienen en la composición corporal por su proximidad a las llamadas “causas inmediatas” (Rivera *et al.*, 2012). La introducción temprana de alimentación complementaria durante los primeros meses de vida ha mostrado influencia en la presencia de obesidad a los siete años (Vafa, 2012). Del mismo modo, la crianza caracterizada como “indulgente” y el descuido también se han asociado a un peso excesivo en escolares (Olvera y Power, 2010; Knutson *et al.*, 2010). Incluso se ha señalado que hay una asociación entre un peso elevado de los hijos y la frecuencia con que alguien distinto a la madre cocine (González *et al.*, 2012). La percepción materna del peso de sus



hijos, se ha señalado como un factor determinante del riesgo de obesidad y sobrepeso en escolares (Guevara *et al.*, 2012; Maximova *et al.*, 2008).

Al involucrar al trabajo remunerado, el nexo entre las actividades de las madres y la obesidad y el sobrepeso se ha seguido más allá de los muros del hogar. El trabajo materno en familias con desventajas económicas, se vinculó con un mayor riesgo relativo de presentar obesidad y sobrepeso en niños de 7 años (Coley y Lombardi, 2012). Este vínculo entre obesidad y trabajo materno se ha identificado en hogares de ingresos bajos y que eran encabezados por la madre (Miller, 2011). Este texto claramente señala que el costo de oportunidad que tienen que enfrentar las madres entre el trabajo y la responsabilidad familiar, es muy grande, sobre todo frente a un entorno que promueve la obesidad, en condiciones económicas y sociales de desventaja.

El efecto de la ruptura matrimonial sobre la composición corporal de los niños, se han analizado cuando son las madres las que se hacen cargo de los hijos procreados. Habiendo transcurrido más de 6 años de la ruptura se encontró una asociación positiva con el exceso de peso en escolares (Arkes, 2013). El estudio sólo consideró a quienes se quedaron con las madres, lo que no nos permite saber si la relación identificada fue igual o mayor para quienes se quedaron con sus padres, faltaría conocer estos efectos porque de otro modo se supone que el efecto de la ruptura actúa sólo a través de la madre. Schmeer (2012), encontró una relación directa entre el incremento excesivo de IMC y un riesgo incrementado de presentar obesidad o sobrepeso. Los niños cuyas madres no disolvieron su relación, mostraron un peso más saludable que aquellos cuyas madres han permanecido solteras o se han unido muy recientemente. Sin embargo, dada las características de la encuesta de donde se recuperaron los datos, estos resultados no se pueden extender a toda la población, aunque sientan precedente para estudios posteriores.

Otro aspecto desde el que se ha considerado crucial el papel de la madre en la composición corporal de los escolares, es la transmisión de prácticas de alimentación como una reacción ante la enfermedad y muerte. Goode y colaboradores (2008) encontraron que la historia paternal no tuvo impacto en la alimentación saludable de los hijos ni de las hijas, mientras la historia maternal se asoció negativamente al consumo alimentario de las hijas solamente. La transmisión de alimentación no saludable fue más intensa entre los individuos de los hogares de más bajos recursos.

Las experiencias de las madres, y su reflejo en las formas con que educan a sus hijos, son estudiadas por Gemmil y colaboradores (2013), encontrando que el alto estrés duradero de algunas madres las condujo a buscar más control de alimentación, mientras que las madres que experimentaron depresión emplearon menos controles de la alimentación.

### *Aproximaciones cualitativas*

Ortiz y Poza (2007), en España, analizan la experiencia de una madre joven que vive en un entorno urbano, respecto a la forma en la que se presentan las prácticas que se sabe están asociadas a la obesidad y como su perpetuación en el ámbito familiar. Los autores muestran que a pesar de que los discursos de la medicalización del peso corporal han sido incorporados por la madre, el padre y los abuelos, no comparten criterios para la alimentación del niño, lo que redundaría en la dificultad de lograr los objetivos de controlar la alimentación del menor. La madre termina por asumir la responsabilidad (culpa) por el peso corporal de su hijo y a su vez extendiéndolo al resto de las madres.

La forma como se toman las decisiones en lo que se refiere a la alimentación es examinada por Gillespie y Jhonson (2009), con la intención de incidir en ella. Los autores muestran la complejidad con la que se decide en el entorno familiar pues se involucra, en algún sentido a todos los miembros en marcos estructurales como las políticas públicas o los precios del mercado. Kaplan y colaboradores, por su parte (2006), muestran ciertas condiciones necesarias para acceder a una comunicación que conduzca a tomar decisiones, su valor radica en que nos permite vislumbrar y proponer estrategias una vez que se haya abierto a la discusión la división sexual del trabajo. La toma de decisiones en alimentación es un tema que requiere de bastante atención, principalmente cuando en México no hay información al respecto bajo la idea de que las mujeres la realizan como parte de sus responsabilidades dentro del trabajo doméstico.

### **3. Estudios sobre el caso mexicano**

Las características de los entornos familiares también han mostrado un efecto en la composición corporal de los escolares. La ENN 99, aunque sólo permitió comparar el Índice de Masa Corporal (IMC) de la madre con el de los escolares, mostró que los hijos de las madres que presentaron sobrepeso tuvieron mayor propensión a desarrollar obesidad o sobrepeso que los de madres con peso normal, pero menor que las madres que presentaron

obesidad (Flores *et al.*, 2005). En la Ciudad de México, un estudio de casos y controles encontró que la propensión a la obesidad cuando el papá presentó sobrepeso fue elevada pero fue mayor aun si tenía obesidad. En las madres la propensión asociada a su sobrepeso fue mayor a la que se asoció a los padres, pero si eran obesas tenían un menor efecto que el de sus padre en la predisposición a incrementar su peso corporal (Klünder *et al.*, 2011).

El estudio anteriormente mencionado, basado en la ENN de 1999 se encontró que conforme aumenta la escolaridad de la madre (menos que primaria o mayor que primaria) y el nivel socioeconómico (identificado en terciles), también se incrementó la propensión a presentar peso elevado (Flores *et al.*, 2005). Otra aproximación a estos datos también utilizó la escolaridad materna, pero la dividió en cuatro categorías: sin escolaridad, primaria, secundaria y media o superior. Bajo esta categorización se observó que los hijos de las mujeres con educación secundaria fueron los más propensos a obesidad y sobrepeso, respecto a aquellas sin instrucción, le seguían las más educadas y por ultimo las que tenían primaria (Hernández *et al.*, 2003).

La jefatura femenina del hogar, si bien no se ha relacionado con la prevalencia de obesidad y sobrepeso, se ha encontrado evidencia respecto a su vínculo con problemas de nutrición en el grupo de edad que en el que nos enfocamos. Aunque los escolares miembros de hogares con jefatura femenina accedían a becas por su buen desempeño académico, presentaron con mayor frecuencia un peso bajo y talla baja (Peña y López, 2007).

Relacionado a lo anterior, se ha identificado que la ocupación de la madre afecta a la composición corporal de preescolares y escolares jóvenes. Esta relación se ha abordado en un estudio en Ciudad Juárez en el que se identificó que los hijos (entre 1 y 7 años) de madres que trabajaban, principalmente en la industria maquiladora, tienen una mejor situación económica que aquellos cuyas madres no trabajan, pero al mismo tiempo presentan con mayor frecuencia desviaciones respecto a un peso adecuado (desnutrición y sobrepeso), aunque no se distinguieron efectos para los grupos de edad que eran susceptible de observarse (Durán, 2009). Aunque no se hallaron análisis con encuestas representativas de esta relación, es importante tomar en cuenta la ocupación materna pues ha mostrado ser un aspecto clave para la salud de menores, en la etapa preescolar (Brachet, 1996).

La forma en la que se comunican los miembros del hogar se ha analizado como factor para la presencia de peso elevado. López y Mancilla (2000) encontraron que los patrones de

comunicación en los hogares con al menos un miembro obeso, fueron diferentes respecto a aquellos donde no los había. Los autores muestran ejemplos muy claros de las deficiencias de la comunicación en las familias con al menos un miembro obeso; sin embargo, en el ánimo de no contribuir a construir una idea estigmatizante de los hogares de las personas que presentan esta condición, nos debemos preguntar si la comunicación es inadecuada debido a la forma en la que se percibe a la obesidad, el estigma. La culpa y la falta de autoestima son situaciones recurrentes en estas personas y puede estarse reforzando en el hogar, por lo que la comunicación es una muestra de otros fenómenos.

La estructura familiar también ha sido estudiada para dar cuenta de la obesidad en escolares. Magaña y colaboradores (2009), encontraron que la obesidad fue más frecuente en niños que vivían en familias nucleares y semi-nucleares (monoparentales).

Los mecanismos que permiten que se formen las prácticas alimentarias de los hijos también se han analizado. Briz y colaboradores (2004) mostraron que el modelaje de consumo de frutas y verduras, por parte de los padres, repercutió en una mayor ingesta de estos alimentos y en la disminución de aquellos con alta densidad energética, lo que se puede asociar con su menor disponibilidad de acuerdo a los consumos de los padres. Por último, la motivación que expresaron las madres si se refleja en la actividad física de todo tipo que declararon sus hijos, pero el modelaje fue importante para realizar actividades físicas recreativas.

Al investigar la influencia de las preferencias alimentarias de los padres sobre las de sus hijos, López y colaboradores (2007), encontraron que hubo concordancia en lo que los hijos consumían independientemente de la dieta de los padres. Se encontró que los padres de una escuela pública tuvieron mayor influencia en las preferencias alimentarias de los niños que los padres de la escuela privada. La influencia de la madre se concentró en las bebidas de dieta, frutas, verduras, pescado. Los papás tuvieron mayor influencia en el consumo de carne, antojitos, refresco. La influencia de las preferencias alimentarias de los padres sobre las preferencias de sus hijos es de magnitud moderada, pero aún suficiente para cambiar las preferencias de los niños.

La percepción de la condición corporal de los hijos se ha considerado importante porque permitiría una atención más oportuna del peso elevado. Guevara y colaboradores (2012), encontraron que no hubo asociación entre el IMC de los niños y la percepción

materna Aunque más del 70% de las madres clasificaron de manera correcta el peso corporal de su hijo de acuerdo al IMC.

En México también se ha producido investigación de corte cualitativo con aportaciones valiosas para la discusión y el análisis del exceso de peso en escolares.

Cabello y De Jesús (2011) desarrollan un estudio para entender el papel de la percepción de las madres en el tratamiento y la prevención de la obesidad. Los autores concluyen que las mujeres se tiene que dar cuenta de cómo están criando a sus hijos puesto que ellas “deciden” que comprar y como cocinarlo. Es necesario, someter estos resultados a un análisis crítico pues puede tender a legitimar roles tradicionales y culpabilizar a las madres por procesos en las que ellas se ven rebasadas e incluso también pueden ser víctimas.

### **Madres cómo cuidadoras frente al exceso de peso de sus hijos**

Al revisar la evidencia que se ha generado respecto a la relación entre obesidad en escolares a y las características de sus hogares, en la mayoría de los casos, hemos observado que existe una aceptación implícita, casi generalizada, de la mujer como cuidadora. Se asume que las mujeres son las personas más adecuadas para cuidar y criar a los hijos:

“En la actualidad continua siendo la madre la figura familiar que mejor conoce las necesidades alimentarias de sus hijos y la mejor preparada, en términos de conocimientos alimentarios, para la elaboración y el mantenimiento de una óptima alimentación familiar” (González *et al.*, 2012: 4).

También, se atribuye a las madres la responsabilidad de identificar y resolver los problemas nutricionales de los hijos:

“Es importante reiterar que el problema de la obesidad infantil demanda la voluntad de varios actores, uno de los más importantes es la madre. Si se quiere revertir el problema del sobrepeso y obesidad en los niños, se debe trabajar para que ésta reconozca y acepte el problema que tiene su niño(a), y que *asuma su responsabilidad* en la promoción de prácticas alimenticias saludables, de lo contrario el tema seguirá siendo motivo de graves consecuencias a los sistemas de salud [Cursivas más]” (Cabello y De Jesús, 2011:12).

La representación de la mujer como cuidadora oscurece, cuando no condena, la realización de actividades extra domésticas. Por ello es posible, como se señaló antes, que el tiempo que el padre destina a los hijos sea mucho menor pero considerado más valioso.

En México, buena parte de la socialización de las mujeres, se cristaliza alrededor de su papel de cuidadoras, convirtiéndolo en el eje de su identidad femenina y atribuyéndoles la responsabilidad por las condiciones de salud de los miembros del hogar (Di Girolamo y Salgado, 2008).

Durante la segunda mitad del siglo XX, varios procesos confluyeron en que los niños fueran los depositarios de los esfuerzos de cuidado de las madres. Conforme se dio la difusión del modelo nuclear de relaciones familiares, además de la mayor sobrevivencia de los hijos y su menor participación en las actividades productivas (de carácter industrial), los volvió el centro de atención del hogar. (Esteinou, 2008).

De esta manera, las mujeres concebidas como cuidadoras de una niñez cada vez más apreciada, cargan con la posibilidad de un juicio negativo por los efectos que el entorno obesogénico tiene sobre ellos. Sobre la obesidad recae un estigma moral en el que a las personas se les concibe como incapaces de autocontrolarse y de tener fuerza de voluntad (Campos *et al.*, 2005; Bertran, 2007). Al estudiar el papel de la familia enfocándose sólo en las madres, se proyecta en ellas las ansiedades sociales por el bienestar de los escolares, desplazando ese estigma moral que recae sobre la composición corporal de las niñas y los niños a sus madres, reduciendo un fenómeno complejo a una relación lineal que marginaliza aún más a las mujeres de familias socialmente en desventaja de los países desarrollados (Bell, *et al.*, 2009).

### **Los aspectos contextuales de la obesidad en los escolares en México**

En este capítulo hemos revisado los contextos, internacional y nacional, que han caracterizado los cambios ambientales que han derivado en la emergencia, surgimiento y alarma, del exceso de peso en la población. Se puso particular atención a las niñas y niños en edad escolar pues este constituye un momento clave para prevenir un peso elevado y problemas de salud tanto en la infancia como en la vida adulta; sin embargo la exposición no se centra en este subgrupo de la población, más bien se busca situar en el contexto poblacional más amplio.

Si bien el sobrepeso y la obesidad han sido reducidos a procesos biológicos de acumulación de energía, en organismos configurados para la escasez frente a un ambiente hipercalórico, han ganado mucha importancia las variaciones en la propensión a ello entre

países y regiones. Teniendo como base una propensión biológica diferida, los procesos históricos de cada región han ido configurando situaciones muy diferentes aunque caracterizados por la presencia exceso de peso.

En el contexto nacional se puede identificar la participación de ciertos actores en procesos que han desencadenado cambios en el ambiente alimentario y de actividad física que han conducido a los elevados niveles de sobrepeso y obesidad, reconocidos a edades tan tempranas como los cinco años. Aunque este fenómeno se ha identificado desde los primeros esfuerzos por conocer las condiciones nutricionales de la población, tanto en escolares como en adultos, es a partir de los ochenta cuando se tiene más documentado su incrementos a la par de la reducción de la desnutrición, aunque esta siga siendo un problema fuerte para los sectores más desfavorecidos de la sociedad.

La atención pública que se ha dedicado al fenómeno de la obesidad y el sobrepeso, ha impulsado la demanda de acciones por parte del Estado. Sin embargo, el mismo gobierno ha reconocido la falta de resultados consistentes, lo que le ha llevado a modificar las acciones emprendidas pero manteniendo la continuidad en los supuestos desde los que se parte (Secretaría de Salud, 2013). Por ello, en esta investigación consideramos necesario entender las limitaciones de las perspectivas que informan las acciones que se han impulsado y en lo posible buscar alternativas.

Se ha generado evidencia respecto a la importancia de prestar atención al ámbito escolar, para prevenir el exceso de peso (Théodore *et al.*, 2011a; 2011b), el ámbito familiar no goza de tal ventaja. En los documentos oficiales como la *Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad* (Secretaría de Salud, 2010) o la *Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes* (Secretaría de Salud, 2013), del actual sexenio, se obvia el papel del hogar en la prevención de las enfermedades crónicas, sin señalar los procesos que se suponen que actúan en este ámbito, en los que se debería actuar.

El habernos propuesto el análisis del sobrepeso y la obesidad en escolares desde la perspectiva del hogar, supone la tarea de articular una perspectiva conceptual que nos permita definir cómo es posible acercarnos al fenómeno, así como las herramientas más adecuadas para su análisis. En el siguiente capítulo se discute nuestra propuesta teórico-analítica para el sobrepeso y la obesidad en escolares.





## **Capítulo II Elementos para el análisis de la obesidad en escolares a partir de la mediación familiar frente al entorno obesogénico**

En el capítulo anterior se señaló la importancia del periodo conocido como edad escolar para entender el incremento del sobrepeso y la obesidad, y dentro de la complejidad mostrada, la pertinencia de estudiar el ámbito del hogar. En este capítulo, nos enfocaremos en la construcción de los aspectos teóricos que nos permitan analizar la relación del cuerpo de los escolares frente al ambiente obesogénico, a partir de la mediación de la familia. Pero una tarea de esta naturaleza supone lidiar con un gran volumen de información que ha sido desarrollado principalmente sobre la base de una perspectiva biomédica; por ello, comenzaremos con un posicionamiento frente a este paradigma, enfocándonos en el desarrollo de una perspectiva poblacional que nos conduce a un enfoque ecosocial.

Para el desarrollo de nuestro marco analítico conviene enfatizar que se trata de abordar la intersección entre los tres ámbitos de investigación que nos interesan -el ambiente obesogénico, la familia y el cuerpo-, desde la perspectiva ecosocial. Esto supone, en primer lugar, señalar que la obesidad y el sobrepeso son un proceso paulatino de corporeización (*embodiment*) fisiológica de las relaciones sociales y ambientales en las que las personas viven -en nuestro caso niñas y niños-; por lo que no podemos entenderlos como producto de características innatas o siquiera individuales.

Bajo este esquema, lo siguiente es señalar aquellos aspectos que las prácticas cotidianas convierten en cuerpo. La exposición a un ambiente obesogénico no afecta a todos los menores por igual, es necesario identificar cómo se gestan susceptibilidades y cómo se ejercen resistencias derivadas de sus condiciones de vida.

Otro aspecto que requiere ser identificado son las vías, (*pathways*), que hacen posible la corporeización del ambiente. Estas vías establecen las condiciones de interacción entre el ambiente del hogar y sus miembros.

Finalmente en el marco analítico se especifica la importancia de la agencia, enmarcada en las desigualdades sociales. Mediante la recuperación del concepto de agencia, se busca identificar los aspectos involucrados en potenciar o limitar la capacidad de actuar de las personas. Estos elementos sientan la base de los que será el desarrollo metodológico de nuestro estudio.

## 1. El peso corporal desde el enfoque biomédico

El peso corporal excesivo, ha sido analizado, principalmente, como un factor que incrementa el riesgo para el desarrollo de padecimientos crónicos, discapacidad y muerte prematura (WHO, 2000; James, *et al.*, 2010).

En tanto *factor que incrementa un riesgo*, la composición corporal es situada dentro de las coordenadas de la epidemiología, que López y Hernández (2007) identifican como la principal fuente de teorías, métodos y técnicas de la salud pública. La epidemiología moderna tiene como una de sus funciones fundamentales, determinar riesgos, lo que le ha permitido valiosas aportaciones “al mostrar la relación que existe entre determinadas condiciones del ambiente físico o social, estilo de vida y carga genética, y la aparición de daños específicos en las poblaciones en riesgo” (López y Hernández, 2007:11). El resto de las funciones señaladas por los autores son: identificar marcadores de enfermedad (mediante la creciente aplicación de la genética y la biología molecular), comprender la dinámica general de la enfermedad (con esquemas como la transición epidemiológica) y diseñar y evaluar la respuesta social a los problemas de salud.

Esta tendencia en la investigación epidemiológica, que predomina actualmente, se caracteriza por el énfasis dado a las aportaciones biológicas a la práctica médica, por lo que se le identifica como enfoque *biomédico*, al que Krieger (2011) describe a partir de tres características:

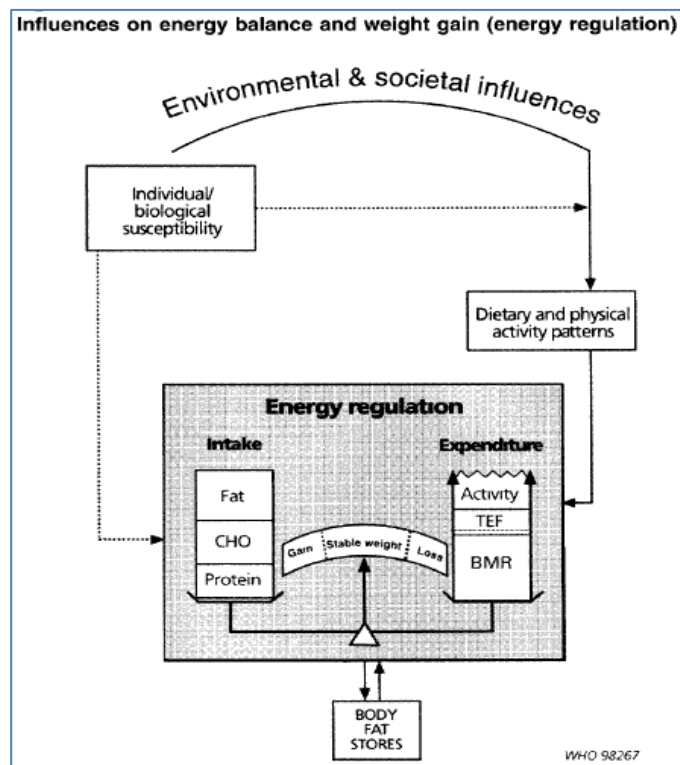
- 1° El dominio de la enfermedad y sus causas se restringe sólo a fenómenos biológicos, químicos y físicos. Este es específico de la biomedicina.
- 2° El énfasis en la investigación en laboratorio y el uso de tecnología desestimando las preguntas de investigación que no pueden ser contestadas con ensayos clínicos aleatorizados. Aspecto compartido con varias ciencias naturales.
- 3° La aceptación del *reduccionismo*, el supuesto filosófico y metodológico de que un fenómeno puede ser estudiado por las propiedades de sus partes.

La comprensión biomédica del fenómeno del exceso de peso (sobrepeso y obesidad) se refleja en el mecanismo básico de la ecuación del balance energético (figura 1). Si bien se reconocen influencias ambientales y sociales, la susceptibilidad biológica individual establece las condiciones para que los patrones de dieta y actividad física sean puestos en la balanza de

la regulación de energía<sup>24</sup>. Mediante este mecanismo se quiere dar cuenta del proceso para la ganancia de peso en las personas, lo que se supone que también es útil para captar el nivel poblacional.

ESQUEMA II.1.

Influencias sobre el balance de energía y la ganancia de peso.



Fuente: WHO, 2000:103.

A partir del esquema biomédico, la idea de la composición corporal como un ‘factor de riesgo’ se ha vuelto prácticamente autoevidente; lo cual puede volverse un obstáculo más que una herramienta conceptual, puesto que varias de sus supuestos e implicaciones repercuten de manera importante en el análisis del sobrepeso y la obesidad. A continuación se analizan estos aspectos.

<sup>24</sup>A pesar de la difundido de este modelo para explicar el incremento del peso, algunos autores han mencionado algunas limitaciones, aún dentro del modelo biomédico. Figueroa (2009) critica que en este planteamiento no se haga explícita la posibilidad de que dicho desequilibrio coexista con enfermedades carenciales, situación que predomina en varios países en desarrollo.

Por su parte Swinburn y Ravussin (1993) señala que no sólo se debe de tomar en cuenta las calorías que se consumen pues el consumo de fibra contribuye a metabolizar la grasa, pero si la dieta es abundante en grasa su acumulación será más rápida.

## La obesidad-sobrepeso como factor de riesgo

El exceso de peso corporal como *factor de riesgo* para muerte prematura, había sido reconocido por el desarrollo actuarial de la industria de los seguros, desde finales del siglo XIX (Eknoyan, 2006). Este concepto, a pesar de lo extendido de su uso, no supone una homogeneidad en sus contenidos; de hecho, su aplicación en los esfuerzos para entender los padecimientos crónicos supuso varias modificaciones a su sentido original, que revisamos a continuación.

Durante la segunda mitad del siglo XX, en los países altamente industrializados, se observó un repunte de los padecimientos crónicos que parecían cuestionar los logros alcanzados en cuanto al aumento de la esperanza de vida (ThunSTALL, 2003). Rothstein (2003), señala a la epidemia de enfermedad coronaria como el principal impulso para diversos estudios que aplicaron la metodología de la industria de los seguros de vida (una examinación médica a una muestra de personas que no presentaban enfermedad coronaria y un seguimiento en el tiempo) para determinar las características personales asociadas a las más altas tasas de enfermedad, no a la muerte prematura.

Así, en 1949 en Estados Unidos, el recién formado *National Heart Institute* emprendió el emblemático *Framingham Heart Study*. Frente a los estudios anteriores, su particularidad consistía en el seguimiento bianual que hacía de sus participantes, el monitoreo de cambios en la condición médica y en los comportamientos personales; además de la información puntual sobre las manifestaciones de la enfermedad coronaria, y no sólo las defunciones (Rothstein, 2003; ThunSTALL, 2003).

Siguiendo la tendencia biomédica, la aplicación de la noción de factor de riesgo en la epidemiología de la enfermedad coronaria supuso el énfasis en aspectos personales, considerados más útiles para la práctica médica:

“El factor de riesgo de las aseguradoras fue concebido en términos de un gradiente de riesgo dependiente de su nivel, mientras los factores de riesgo médicos fueron frecuentemente dicotomizados entre saludables y no saludable. Cada factor de riesgo identificado por los seguros de vida estaba relacionado con todos los demás, mientras los nuevos los factores de riesgo médicos fueron usualmente considerados por separado. Por último, el factor de riesgo del seguro de vida enfatiza tanto las características sociales como médicas de los solicitantes, pero el factor de riesgo médico fue restringido a característica médicas. (Rothstein, 2003:285. Traducción propia)

El estudio *Framingham* identificó como principales factores de riesgo el fumar, la presión sanguínea alta y altos niveles de colesterol. La diabetes fue menos común. La

obesidad y el ejercicio también estuvieron asociados a la enfermedad coronaria pero estas relaciones eran menos consistentes, mientras la dieta el alcohol y los factores psicosociales fueron más difíciles de medir (ThunSTALL, 2003). A partir de este estudio la obesidad fue observada como una condición riesgosa, independiente de los demás factores médicos identificados y sin efecto de las características sociales de la persona.

Fue cuestión de tiempo para que otros estudios como el *Seven Countries Study* o el *Multinational Monitoring of Trends and Determinants in Cardiovascular Disease*, confirmaran la presencia del peso corporal en el riesgo de enfermedad coronaria, aunque la fuerza de la asociación estadística haya sido más bien modesta (Berrios, 1995; TunSTALL, 2003). Finalmente, en 1997, en la reunión de consulta de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre obesidad -*Obesity: Preventing and managing the global epidemic*-, la *International Obesity Task Force* difundió mundialmente las complicaciones médicas de tener un peso excesivo (diabetes mellitus no insulino-dependiente, enfermedad cardiovascular<sup>25</sup> y cáncer), que se publicaría oficialmente hasta el año 2000 como “*Expert Technical Report*” (W. O., 2014).

Definir de la manera expuesta a los factores de riesgo suponía, también, establecer formas concretas para la atención a la salud. A continuación se abordan esas implicaciones.

### **La atención de los factores de riesgo para enfermedades crónicas**

El estudio *Framingham* mostró, después de varias décadas de investigación, que en la enfermedad coronaria el primer síntoma suele ser el último. La muerte repentina de las personas afectadas limitaba mucho la capacidad de los métodos médicos tradicionales (observación clínica, patología e investigación en laboratorio) para tratar de enfermedades con periodos muy largos en los que no se presentaban síntomas aunque la salud se iba deteriorando. Bajo esa óptica, el reconocimiento de la obesidad y de los demás factores de riesgo biomédicos era un gran paso, pues presentaba nuevas posibilidades para el control de las enfermedades no transmisibles; además de que permitía la evaluación de intervenciones

---

<sup>25</sup> De acuerdo a la OMS, las enfermedades cardiovasculares son un grupo de trastornos del corazón y los vasos sanguíneos, estas incluyen los siguientes padecimientos: enfermedad coronaria, enfermedad cerebrovascular, enfermedad arterial periférica, enfermedad cardíaca reumática, enfermedad cardíaca congénita, trombosis venosa profunda y la embolia pulmonar. Cada una de las enfermedades anteriores puede conducir a ataques al corazón y derrames cerebrales al contribuir a obstrucciones que impiden que la sangre fluya hacia el corazón o el cerebro.

preventivas y terapéuticas innovadoras. Así, el paso decisivo sería la prevención<sup>26</sup>, pues parece ser el único modo práctico de reducir la incidencia de las enfermedades crónicas (Rothstein, 2003; Grundy *et al.*, 1998).

Para Rothstein (2003), la adopción del matiz biomédico de los factores de riesgo suponía dos alternativas divergentes, en lo que se refiere a las propuestas para la prevención de las enfermedades no transmisibles,

“Uno de los temas básicos que involucra a los factores de riesgo para enfermedades crónicas es la preocupación por la responsabilidad individual por la salud y la enfermedad, frente a la responsabilidad social. Prácticamente todos los factores de riesgo modificables deben ser alterados en cada individuo por separado, lo cual ha apoyado la posición de la responsabilidad individual para concluir que los *estilos de vida* personales son el mayor determinante del estado de salud. [...]

Si los individuos son responsables por su propia salud, su mejora requiere la educación en salud del público” (Rothstein, 2003:362-3. Traducción y cursivas propias)

Rothstein resalta que el movimiento por la educación en salud (*Health education*) se originó en los EEUU en la década de los setenta desde la presidencia de Nixon, pero tuvo una gran difusión en varios países desarrollados durante la siguiente década e incluso la oficina regional de la OMS en Europa instituyó un programa para desarrollar las metas establecidas por el movimiento.

Prevenir padecimientos no transmisibles significó educar a la población para que modificara sus “estilos de vida” y los hiciera “saludables”. Esta forma de enfocar la atención de las enfermedades no transmisibles –junto con sus factores de riesgo- todavía requiere de algunas precisiones importantes para nuestro análisis. Por un lado, es necesario aclarar a quien se debería dirigir la educación y sobre que se les iba a educar, es decir, que se entendía por “estilos de vida”.

Si la educación era tan importante para prevenir los daños de las enfermedades no transmisibles, ¿debía dirigirse a la población en general o a grupos de alto riesgo? La experiencia de los padecimientos infecciosos mostró la importancia de enfocarse en el nivel

---

<sup>26</sup>En la segunda mitad de la década de los ochenta comienza un proceso de institucionalización del enfoque de la prevención no sólo enfocada en los padecimientos crónicos. La promoción de salud, como proceso para habilitar a la personas para controlar y mejorar su salud, se ha impulsado en cada una de las conferencias dedicadas a este tema y que han quedado plasmadas en varios documentos: la Carta de Ottawa (1986), las Recomendaciones de Adelaida (1988), la Declaración de Sundsvall (1991), la Declaración de Yakarta (1997), la Declaración ministerial de México (2000), la Carta de Bangkok (2005), el Llamamiento de Nairobi (2009) y la reciente Declaración de Helsinki (2013) (WHO, 2014).  
[http://www.who.int/healthpromotion/conferences/8gchp/statement\\_2013/en/](http://www.who.int/healthpromotion/conferences/8gchp/statement_2013/en/)

poblacional, involucrando actividades de varias agencias gubernamentales que regulaban incluso negocios privados y no requerían de mucha participación de la población ni de la práctica médica privada; sin embargo, educar a la población ante el nuevo panorama epidemiológico requería una participación importante de los pacientes (chequeos que no parecen necesarios ante una ausencia de síntomas; aprender factores de riesgo y olvidar los obsoletos) así como para los médicos (enfocados sólo en los factores de riesgo en los que eran competentes, sin el personal adecuado para una constante reeducación de los pacientes). Ante estas dificultades, la alternativa de enfocarse en los más vulnerables, se consideró la más viable por su bajo costo, su menor demanda del sistema de cuidado de salud y menor necesidad de la participación de la población general (Rothstein, 2003).

El “estilo de vida” adquiere un lugar principal, en la prevención, puesto que es precisamente lo que la educación busca modificar. Desde principios del siglo XX el concepto de “estilo de vida” es ampliamente desarrollado por la investigación sociológica y psicológica, en la búsqueda de comprender las bases sobre las cuales los sujetos tomaban sus decisiones; sin embargo, el contenido con el que se recuperó desde la epidemiología biomédica fue muy diferente.

Dentro de la sociología, la perspectiva más ampliamente desarrollada era la weberiana en la que se entendía que los estilos de vida derivaban de elecciones suscritas a limitaciones y dentro de los marcos de las opciones que ofrecían determinadas ocupaciones y niveles de ingreso. Por su parte, desde la psicología Alfred Adler había utilizado el término para denotar el proceso formativo de la personalidad, en constante interacción con su entorno, que se refleja tanto en las formas de ser de las personas como en sus cuerpos. Pero la recuperación biomédica, se restringió a una definición más afín a los estudios de consumo y de la industria de la publicidad, lo que condujo a que,

“los estilos de vida degeneraron en un característica de los individuos que podían ser agregadas dentro de grupos distintivos basados en sus patrones de consumo [...] Sobre la premisa de la elección (‘gustos’ y ‘preferencias’) de individuos como los analiza la microeconomía [...] vinculados a sus valores y ‘sentido de identidad’, ambos considerados independientes de sus ocupaciones ” (Krieger, 2011: 147, traducción propia).

Además de los factores de riesgo y los estilos de vida a los que se asocian, aún queda un último aspecto fundamental para la atención de padecimientos crónicos con amplias implicaciones para la epidemiología en general: la ‘red de causalidad’. Acoger los factores de

riesgo en el análisis epidemiológico, implicó aceptar explicaciones de las enfermedades basadas en asociaciones estadísticas sujetas a supuestos probabilísticos, es decir, un abandono completo de los modelos deterministas asociados a la ‘teoría de los gérmenes’. La investigación epidemiológica desarrollada a partir de la segunda mitad del siglo XX, había mostrado que “para ambos tipos de enfermedades [infecciosas y no transmisibles] las características de las personas tenía algo que ver con quien estaba en riesgo de enfermarse” por lo que la distribución y la dinámica de las enfermedades eran guiadas por más aspectos que las características de los ‘gérmenes’ involucrados; es decir, difícilmente se podría identificar padecimientos que respondieran a una sola causa (Krieger, 2011:149).

En efecto,

“El incesante descubrimiento de condiciones asociadas a los procesos patológicos ha llevado a la identificación de una intrincada red de "causas" para cada padecimiento, y desde los años setenta se postula que el peso de cada factor presuntamente causal depende de la cercanía lógica, espacial y temporal con su efecto aparente. La epidemiología contemporánea ha basado sus principales acciones en este modelo, denominado "red de causalidad" y formalizado por Brian MacMahon” (López y Hernández, 2007:9).

Krieger (2011) señala que el enfoque biomédico encontró en la ‘red de causalidad’ un fuerte apoyo tanto por su plausibilidad teórica cómo por la creciente sofisticación de las técnicas estadísticas que permitieron incluir modelos de análisis multivariados para hipótesis multifactoriales. El supuesto más importante de este paradigma era que si bien intervenían una gran cantidad de factores en los padecimientos, no era necesario entender los mecanismos de la cadena causal por completo, puesto que *aun el conocimiento de un componente menor puede significar algún grado de prevención* puesto que permite ‘romper’ la secuencia de hechos que conduce a la enfermedad. En este esquema, los factores de mayor peso para la prevención eran los que se consideraban más próximos al efecto; es decir, continuaban siendo aquellos que podían ser traducidos más fácilmente en causas biológicas directas, prestando poca atención al contexto social y ecológico.

La revisión hecha hasta aquí se ciñe a los supuestos clásicos del enfoque predominante en el estudio de la salud-enfermedad, sin embargo, el aumento de los padecimientos no transmisibles en todo el mundo ha requerido ampliar el alcance de este modelo, conduciendo a aportaciones muy valiosas, para comprender los padecimientos crónicos y particularmente para nuestro tema de interés.



## **Innovaciones del enfoque biomédico y el análisis de la obesidad**

Un creciente refinamiento de las técnicas utilizadas por los investigadores, desde el punto de vista biomédico, ha permitido un buen número de innovaciones, incorporando de manera creciente el ambiente y el tiempo aunque sin romper con los supuestos originales. Estas perspectivas innovadoras son: la interacción gen-ambiente, la medicina evolutiva y el origen de la salud y la enfermedad en el desarrollo físico. A continuación nos enfocamos específicamente en el análisis que hacen sobre la obesidad.

Las investigaciones de la interacción entre genes y ambiente parten del supuesto de que la susceptibilidad a la obesidad está determinada por el genotipo –conjunto de información genética que puede manifestarse o no-, pero el ambiente promueve su expresión fenotípica – en los rasgos más evidentes de la herencia genética-. Los retos relacionados a los cambios en el ambiente, pueden ser un comportamiento o estilo de vida que repercuta en el consumo o gasto de energía (Bouchard, 2008; Qui y Cho, 2008). En este tipo de investigación se busca dar cuenta de las características genéticas que estarían vinculadas a la presencia de obesidad sobrepeso en las poblaciones; para poder explicar las diferencias individuales en la respuesta a alteraciones del balance de energía.

Para los investigadores involucrados en este tipo de investigación,

La red causal de la obesidad es compleja y es un reto significativo develar el intrincado patrón de hilos inter-vinculantes. Los avances recientes en el mapeo genético para enfermedades complejas hace posible evaluar sistemáticamente las interacciones naturaleza-crianza a nivel molecular (Qui y Cho, 2008:5, traducción propia)

Por su parte la medicina evolutiva, recupera el supuesto de que el metabolismo humano se había adaptado a una dieta caracterizada por la escasez, por lo que las discordancias con el ambiente alimentario y de actividad física moderno, generaron altos niveles de acumulación de tejido graso en el cuerpo,

“En las modernas sociedades industrializadas donde los festines son comunes y las hambrunas son raras, la adaptación evolutiva resultó inadaptación. Por lo tanto, hay un desajuste entre el ambiente en el cual los humanos vivimos y en el cual evolucionamos. Los genes ahorradores actúan para almacenar energía eficientemente, para prepararse para una hambruna que nunca llega” (Genné, 2014, traducción propia).

Otra línea de investigación dentro de la medicina evolutiva señala que el clima al que se habían adaptado los ancestros de la población actual establece la propensión a acumular tejido adiposo. El mecanismo propuesto es que la adaptación al clima frío provocaría una mayor acumulación de Tejido Adiposo Café (BAT, siglas en inglés) en el que se proliferan las Proteínas Desacoplantes (UCP, siglas en inglés) fuertemente vinculadas a la regulación térmica del cuerpo, lo que permite una elevada Tasa de Metabolismo en Reposo<sup>27</sup>, y con ello una menor propensión a la obesidad. En tanto que los cuerpos de grupos raciales como los nativos americanos, los afroamericanos o los hispanos están adaptados para climas cálidos, no habrían desarrollado la capacidad de usar tejido adiposo para mantener su temperatura; situación contraria a los descendientes de poblaciones asentadas en lugares donde predomina los climas fríos como los caucásicos o los asiáticos del este (Sellayah *et al.*, 2014).

Por último, la hipótesis del Origen de la Enfermedad Relacionada al Desarrollo tiene como punto de partida para explicar la obesidad, el énfasis en la adaptación fenotípica. Si una madre ha padecido hambruna o presenta obesidad, el feto experimentará algunas modificaciones en su fenotipo para adaptarse a esas circunstancias. A este proceso se le ha identificado como “programación” pues en la etapa gestacional se sientan las bases tanto del desarrollo posterior como de las susceptibilidades en la vida adulta; lo que se refleja tanto en las repercusiones de la ingesta alimenticia como a la actividad física (Parlee y MacDougald, 2014; Gardner y Rhodes, 2009; Silveira *et al.*, 2014). Si bien en su planteamiento original esta perspectiva se enfoca en la madre, desarrollos recientes permiten contemplar de manera más amplia la transferencia intergeneracional de la composición corporal. Se ha hallado evidencia sobre predisposición a la obesidad si los padres habían sufrido limitaciones nutricionales, incluso estas eran de mayor impacto que las características de las madres (Vickers, 2014). Dos aspectos derivados de esta propuesta son de particular importancia para nuestro tema; por un lado, establecen la importancia de la etapa de la niñez temprana para la condición corporal posterior, mientras tocan directamente la realidad de múltiples países en donde los escenarios de escasez siguen siendo frecuentes.

A pesar de la diversidad de fenómenos que involucran estas perspectivas, asumen en común que la información biológica de cada individuo está sujeta a las condiciones del ambiente, desde el mismo momento de la gestación y durante toda la vida. Como vimos, estas

---

<sup>27</sup> “La tasa de Metabolismo en Reposo es una medida del gasto de energía en un individuo que ha ayunado y no ha hecho actividad física vigorosa previa a la prueba, se le ha dado tiempo para reposar 30 minutos para relajarse y está en una habitación tranquila con privacidad y a temperatura cómoda” (Brown, 2007:G8).

líneas de investigación involucran de manera creciente las condiciones ambientales y los procesos a lo largo tiempo, aspectos que no habían sido tomados en cuenta en elaboraciones previas.

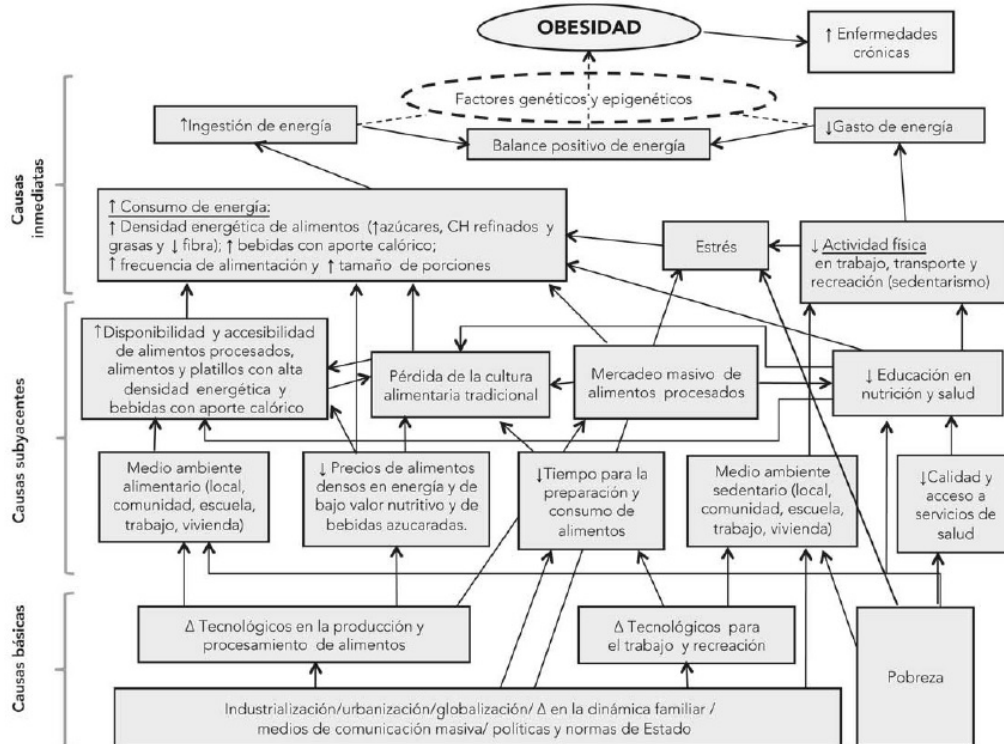
Si bien estos enfoques aportan valiosos elementos para entender los mecanismos que conducen a enfermedades no transmisibles; siguen reduciendo la variación en los padecimientos, y en sus factores asociados, a una consecuencia de la variación genética y epigenética (involucrando tanto frecuencia como regulación genética), en conjunto con comportamientos en el marco de un ‘ambiente’ definido de manera vaga. En este sentido, no deja de llamar la atención que para las tres perspectivas expuestas el ambiente es todo lo que no sea un gen, y a lo sumo, un organismo (Krieger, 2011).

### El contenido del modelo biomédico de la obesidad

Habiendo hecho un recorrido por los argumentos del espectro biomédico, en esta sección se analiza la forma concreta en la que la obesidad es abordada desde este enfoque.

Del conjunto de estudios actuales sobre obesidad, seleccionamos el marco conceptual propuesto por Rivera y colaboradores (2012).

ESQUEMA II.2.  
El enfoque biomédico de la obesidad.



Fuente: Rivera *et al.*, 2012:49.

En él se muestra una intrincada red de procesos vinculados y jerarquizados en base a su cercanía respecto a la presencia de sobrepeso y obesidad, que responde al enfoque biomédico expuesto.

Si bien la figura II.2 muestra múltiples factores de riesgo que intervienen en que se presenta sobrepeso y obesidad, los factores a los que se les da más importancia siguen siendo características personales (comportamientos y aspectos biológicos). En última instancia, el mayor peso otorgado a esos factores también responde a que,

El nivel de evidencia científica que sustenta estas asociaciones varía de acuerdo a las causas; mientras las causas inmediatas se basan en evidencia epidemiológica directa [...] las causas básicas se sustentan en evidencia indirecta, generalmente de tipo observacional [...] y su estudio se apoya también en herramientas no epidemiológicas empleadas por disciplinas como la antropología, la psicología, la economía y la sociología.” (Rivera *et al.*, 2012:48)

Rivera y colaboradores reconocen la importancia de los aspectos que van más allá de las características individuales y su ‘esencia’ biológica,

[...] no es posible que estos cambios [el rápido aumento de la obesidad en México] en periodos tan cortos puedan explicarse por modificaciones en la estructura genética; sin duda alguna los factores ambientales y sociales son la causa de los grandes aumentos en la prevalencia de obesidad en la población” (2012:50)

Sin embargo, en su recuento de la evidencia sólo se presenta aquella que emana de las causas inmediatas, e incluso las recomendaciones para políticas públicas se enfocan básicamente en comportamientos individuales:

1. Fomentar la vigilancia y el control del peso corporal.
2. Fomentar la actividad física regular y desalentar el sedentarismo.
3. Promover y proteger la lactancia materna.
4. Promover el consumo de agua simple y limitar el consumo de bebidas con aporte calórico, especialmente bebidas azucaradas y alcohólicas.
5. fibra dietética, granos enteros, frutas y verduras y reducir el consumo de hidratos de carbono refinados y azúcares.
6. Disminuir el consumo de alimentos con alta densidad energética, altos en grasas y/o azúcares.
7. Disminuir el consumo de grasas totales, grasas saturadas y grasas trans y aumentar el consumo de ácidos grasos de cadena larga, particularmente los omega 3.
8. Disminuir el consumo de sal y alimentos ricos en sodio.

9. Disminuir el consumo de carnes rojas y embutidos (Rivera *et al.*, 2012:71)

### **Cuestionamientos y alternativas sociales al modelo predominante**

Si bien las innovaciones más recientes en el enfoque biomédico conducen a conceder cada vez de mayor importancia al 'ambiente', estas formulaciones son tan amplias que incluyen tanto las características del medio físico como del entorno social. Esta forma de concebir al ambiente pone en el mismo plano a la infraestructura de un asentamiento humano con las relaciones sociales que llevan a cabo dentro de ese asentamiento. Por lo anterior, los esfuerzos de algunos especialistas se han enfocado en tres aspectos: el contexto social en el que se presenta una determinada distribución de la salud-enfermedad; los procesos que dan paso a la conformación de patrones sociales de morbilidad; así como los cambios sociales que conducen a una transformación de los niveles y la distribución de los padecimientos, cabe señalar que como punto de partida se establece la distribución desigual de los recursos entre los sujetos sociales.

Kruger (2011), identifica dos paradigmas críticos al enfoque biomédico -con una amplia variedad de puntos de vista dentro de cada uno- a partir de los señalamientos anteriores, estos paradigmas son el sociopolítico y el psicosocial. Haremos una descripción sin detenernos en su exposición detallada para enfocarnos en algunos ejemplos de su aplicación sobre la obesidad.

La autora afirma que desde el punto de vista sociopolítico, los elementos relevantes para las condiciones de salud de la población son: las formas de gobierno; las reglas sobre la propiedad, la posesión y el trabajo; defensa o negación de derechos a grupos específicos; y las relaciones con otras sociedades o instituciones internacionales y globales. Estos elementos son las condiciones en las que se produce socialmente la distribución de las enfermedades, contraponiéndose directamente al punto de vista biomédico que le atribuye un carácter 'natural' y una dirección causal inversa; es decir, que las condiciones de salud configuran las sociales. Además de los aspectos financieros y mercantiles, la producción se refiere a la estructura social (grupos sociales y económicos y sus relaciones), medio y materiales para la manutención y el reforzamiento o cambio de la posición social y las normas, valores e ideologías que justifican o confrontan las prioridades políticas económicas. La comprensión de estos elementos es también una condición para lograr el objetivo de este enfoque: un cambio en la distribución de la enfermedad en el espectro social.

Una primera vertiente de este enfoque viene dada desde una perspectiva cultural. Globalmente, aunque en el contexto de los países desarrollados está más consolidado, hay un proceso sostenido de individualización que ha dado pie a que varios dominios de la vida diaria sean sometidos a un proceso de privatización; es decir, “han caído dentro de la esfera privada de decisiones y se han convertido en materia de elecciones individuales personales.” (Fischler, 2011:531, traducción propia). La alimentación es una de estos dominios. Además, las decisiones que supuestamente cada individuo tiene que tomar, se dan en el marco de una industria alimentaria que ha ido creciendo y lanzando campañas masivas que pueden coincidir o confrontarse con los estereotipos presentados en los medios o campañas médicas y de salud pública, produciendo una verdadera cacofonía.

Reducir los alimentos a una mera mercancía supone dejar de lado todos los aspectos sociales que conlleva. Uno de estos aspectos es la comensalidad que Fischler define como “compartir los alimentos habitualmente, con la suposición de algún grado de dependencia de uno o varios comensales sobre otros o de cierto grado de involucramiento/compromiso mutuo.” (2011:533). Para el autor la comensalidad constituye el guion para la mayoría de las ocasiones humanas de alimentación. A partir de ella se crea unión entre sus participantes, desde la crianza de los menores hasta las celebraciones que permiten reunir a la familia dispersa; se regula la vida social y el comportamiento individual en el espacio social de la mesa; se tiene que distinguir claramente de la mera convivencia puesto que la comensalidad supone jerarquía y dependencia lo que hace posible que funja como medio para la transmisión de modales y competencias sociales.

Dejar este aspecto de la alimentación de lado, puede tener consecuencias no deseadas. En los países en los que la alimentación se refiere a decisiones individuales la obesidad es más frecuente que en aquellos en los que la comensalidad es importante. El autor propone que si la comensalidad es fuerte, puede contribuir a regular la ingesta alimentaria y reducir los niveles de obesidad, a diferencia de aquellas culturas cuyos patrones de alimentación están menos estructurados, más abiertos a elecciones individuales.

Una perspectiva algo más radical es la que sustentan Guthmann y DuPuis (2006). Ellas sostienen que en Estados Unidos el neoliberalismo jugó un papel fundamental en los elevados niveles de obesidad que presenta actualmente, bajo el impulso de la contradicción entre economía y cultura, a la que ha dado lugar. La política económica impulsa la expansión de los mercados en ámbitos antes protegidos por el Estado, descuida la regulación de la

publicidad y tolera el incremento de las porciones que maximizan las ganancias de las empresas del rubro de los alimentos industrializados, lo que ha repercutido en un sobreconsumo desenfrenado de alimentos poco saludables pero a precios muy bajos. A la par se fomenta una lógica cultural de los méritos del autocontrol. El sujeto perfecto en el régimen neoliberal es aquel que logra ambos, la delgadez y el consumo excesivo ya sea por ingerir productos de dudosas consecuencias para la salud (aspartame, por ejemplo) o desperdiciando los alimentos. Aquellos pocos que logren la delgadez serán investidos de un aura de autodisciplina ausente en quien presenta exceso de peso; además de convertirse en ‘quienes merecen’, colocados como ejemplo en la política económica, para legitimar las distinciones que sostienen su estructura social,

[...] Bajo el neoliberalismo los imperativos duales de comer, hacer dieta y desechar están directamente vinculados a la fe en la economía [...]

Debido a que la delgadez es difícil de lograr en un mundo de abundancia, se vuelve una marca de autocontrol; y una representación (un requisito) de éxito en un mundo neoliberal, efectivamente se vuelve un criterio por el cual uno es tratado como sujeto. La delgadez, entonces, separa a los que merecen de aquellos que no, favoreciendo a quienes practican la autorestricción. Para merecer más en un gobierno neoliberal, entonces uno debe querer menos.”(Guthmann y DuPuis, 2006:445, traducción propia)

Para las autoras, asumir que existe una epidemia de obesidad equivale a convertir a la personas con obesidad en un problema, por lo que se le tiene que oponer resistencia corporal y política.

El otro paradigma crítico al modelo biomédico, el modelo psicosocial, que parte del análisis de la valoración de las situaciones socialmente estructuradas que hacen las personas, y el efecto psicológico, biológico, y en el comportamiento de su respuesta a estas situaciones, para dar cuenta de su efecto en la salud. En este enfoque el concepto de estrés es fundamental pues da cuenta de esa valoración y esa respuesta. Tres postulados básicos sostienen su desempeño:

1. Existe un patrón social en la distribución de los estresores psicológicos.
2. El rango relativo en las jerarquías sociales es uno, sino es que el mayor, de los estresores psicológicos.
3. El estrés psicológico puede dañar tanto la salud física como la mental. (Krieger, 2011).

Para ejemplificar este enfoque se recupera una revisión de la literatura sobre el análisis de nuestra población de interés que son los niños, efectuada por Gundersen y colaboradores (2011). La investigación que analiza la relación entre el estrés y la obesidad se ha basado principalmente en el señalamiento de una relación positiva entre la depresión y el aumento de peso. Pero otros estudio han identificado diversos indicadores de estresores psicosociales como el desempeño académico, metas futuras en la vida, uso de sustancias, salud física y la percepción general de estrés. Los autores encontraron una relación consistente en la literatura entre cada uno de estos estresores psicosociales y la propensión a presentar obesidad.

A partir de lo anterior, recomiendan enfatizar los esfuerzos por reducir el número y los tipos de estresores a los que están expuestos los niños puesto que también contribuirían a reducir la obesidad en la niñez. Este último aspecto es de particular importancia para observar la convergencia entre los dos modelos epidemiológicos que buscan recuperar las características del ambiente social.

Dias y Enríquez (2007) encuentran en la ansiedad, la permanencia de la respuesta al factor estresante aunque este haya desaparecido, como un mecanismo que conduce a la obesidad. El consumo de alimentos puede convertirse en un hábito para el manejo de la ansiedad que puede conducir a un aumento de peso, lo que a su vez genera ansiedad reforzando la sobreingesta alimentaria.

En la búsqueda de señalar los fenómenos vinculados a la ansiedad, las autoras encuentran en la familia un aspecto a destacar. La dinámica familiar tiene un papel importante, pues en familias disfuncionales el niño con exceso de peso es utilizado como un medio para desahogar tensiones o conflictos, lo cual debe ser tomado con cuidado considerando que esto puede conducir a clasificar de manera negativa a los menores con obesidad y su familias. Precauciones similares deben tomarse al referirse al papel de las madres. Las autoras señalan que ellas, como primeras cuidadoras, determinan la situación de los miembros del hogar “los conocimientos, aptitudes y prácticas alimentarias de la madre determinan en gran medida el estado nutricional de la familia, especialmente en los sectores de bajos recursos económicos” (2007:25).

La revisión de los planteamientos de los enfoques sociopolíticos y psicosociales nos coloca en una situación ante la cual tenemos que tomar decisiones fundamentales para el



desarrollo de nuestra investigación. Si bien el enfoque sociopolítico nos permite entender de manera más amplia los procesos que estarían produciendo el aumento de peso, aun algunas de sus vertientes coinciden en considerar que este es un efecto no deseado y con ello, la obesidad mantiene el carácter negativo con que se le describe desde el enfoque biomédico. En este sentido, un diálogo con el enfoque psicosocial nos da elementos para señalar las consecuencias del estigma sobre las personas que presentan obesidad.

La obesidad, principalmente en los países desarrollados, ha sido vinculada a atributos negativos como falta de autodisciplina y voluntad, pereza, desgano o autocomplacencia (Puhl y Latner, 2007; Campos *et al.*, 2006; Bertran, 2007). Como ya señalamos, la ansiedad se considera un factor para incrementar la ingesta; en este sentido el estigma de la obesidad puede ser una poderosa fuente de ansiedad dando impulso al círculo vicioso que mencionamos antes –ingesta y ansiedad- entre otros desordenes de la alimentación y del cuerpo (Rich y Evans, 2005). Esto es particularmente problemático considerando la existencia de evidencia biomédica que apunta a cuestionar el énfasis en la reducción del peso, tanto porque se puede presentar algún grado de sobrepeso y tener riesgos de salud reducidos (con una actividad física y una alimentación adecuadas), como porque la reducción de peso acelerada puede resultar dañina para algunas personas (Janiszewski y Ross, 2007; Karelis, 2008; Ross y Bradshaw, 2009).

Aunque la perspectiva psicosocial preste menos atención a qué y quién genera los estresores, permite introducir la discusión sobre el estigma que tanto el enfoque sociopolítico como el biomédico impulsan de diferente modo, sin embargo, no incluye los cuestionamientos a la desigualdad en la distribución del poder, ni el peso de las instituciones sociales.

La revisión de las alternativas al modelo biomédico, junto con sus limitaciones, nos muestra la importancia de mantener una postura crítica ante la forma en la que se piensa la corpulencia, evidenciando que a la par de lo que la OMS (2000) ha llamado una epidemia global de obesidad, también se puede reconocer que “hay un epidemia de teorización truncada” (Aphramor, 2005: 334). Frente a esta situación, en adelante se hace recuperación de un tercer enfoque teórico crítico al modelo biomédico, para aplicarlo en la en la reflexión del fenómeno del peso corporal. En esta tarea nos enfocamos en la siguiente sección.

## 2. Un modelo ecosocial para el análisis de la obesidad

En este capítulo, la revisión de diversas formas de conceptualizar a la obesidad nos ha permitido reconocer varios matices, aportaciones y cuestionamientos que amplían el análisis y la comprensión del exceso de peso. La definición de población, ambiente y, así como el estigma que se asocia a la obesidad y el sobrepeso, son parte de estos aspectos que necesitan ser abordados. En lo que se refiere al concepto de población los señalamientos se han dirigido a la necesidad de definirlo con mayor precisión pues la idea reduccionista predominante lo identifica con la suma de las características de los individuos que pueden ser agrupados en diferentes agregados (local, estatal, nacional, etc.). La noción de ambiente también requiere de un manejo más preciso, pues en ella se han incluido una gama de fenómenos tan dispares como procesos económicos o climáticos. Finalmente, identificar a la obesidad como un problema y que su solución reside en los esfuerzos individuales, ha fortalecido de manera indirecta el estigma de quien la presenta.

Para dar cabida a estos señalamientos en la reflexión sobre la composición corporal en el marco de sus implicaciones para la salud, recuperamos la propuesta ecosocial desarrollada por Nancy Kriger (2011). De manera más concreta, la perspectiva ecosocial busca dar cuenta de “los modos de vida otorgados por los arreglos sociales actuales de poder, propiedad y producción y reproducción de la vida social y biológica que involucra gente pero también otras especies y el mundo biofísico en el que vivimos.” (Krieger, 2011:213, traducción propia). Queremos resaltar que en este enfoque se recuperan varios elementos de la perspectiva sociopolítica, que presentamos antes, pero sin ignorar a los procesos y principios biológicos, en tanto que los fenómenos biológicos son relevantes para convertir las condiciones sociales en patrones poblacionales de salud, enfermedad y bienestar.

Por otro lado, la autora refiere que uno de los criterios para denominar a su enfoque ecosocial, en lugar de biosocial fue “evitar cualquier asociación con la estrecha perspectiva del determinismo biológico que el concepto ‘biosocial’, con sus raíces eugenésicas, ha llegado a representar –especialmente en relación a análisis respecto a raza-etnicidad, género y clase social-” (2011:213, traducción propia). La distancia que marca la autora con discusiones esencialistas permite sentar las bases para rechazar la estigmatización.

En este mismo sentido, el examen del entorno obesogénico desde el marco analítico ecosocial permite identificar por separado dos aspectos yuxtapuestos en lo que se conoce

todavía como la ‘transición epidemiológica’<sup>28</sup>: patrones de morbilidad reconocibles y la contingencia histórica para su manifestación.

Al distinguir en el análisis esos aspectos, el enfoque ecosocial elude una interpretación determinista, más bien “anticipaba -y proveía las bases para la comprensión de- la existencia de múltiples perfiles epidemiológicos coexistentes en y entre las sociedades a través del tiempo.” Al identificar la contingencia histórica y geográfica de los patrones de distribución de enfermedades, se asume que estos son formados por el espectro de jerarquías sociales y el grado en el que diferentes grupos sociales accedan a recursos para la protección de su salud en diferentes ámbitos de interacción (Krieger, 2011:223, traducción propia).

La propuesta incorpora el aspecto ecológico al enfoque sociopolítico, esto implica integrar las siguientes premisas a la discusión sobre temas relacionados a la salud:

1. La interdependencia de los organismos, y de estos con sus ambientes, requiere ser analizada en relación a un nivel, un tiempo y un espacio bien definidos.
2. Los ‘organismos’ necesariamente pertenecen a ‘poblaciones’, ambas dinámicamente están formados, y a su vez forman a sus ambientes.
3. Los contextos ecológicos importan porque ordenan los mecanismos causales que producen patrones específicos de los fenómenos.

Cabe destacar también que en esta propuesta se hace énfasis en que la teorización debe vincularse a fenómenos específicos, en sus particularidades históricas y los patrones espaciales con los que se distribuyen sus tasas y tendencias; además de su relación con otros fenómenos, para poder explicar y alterar la carga de enfermedad que experimenta la gente.

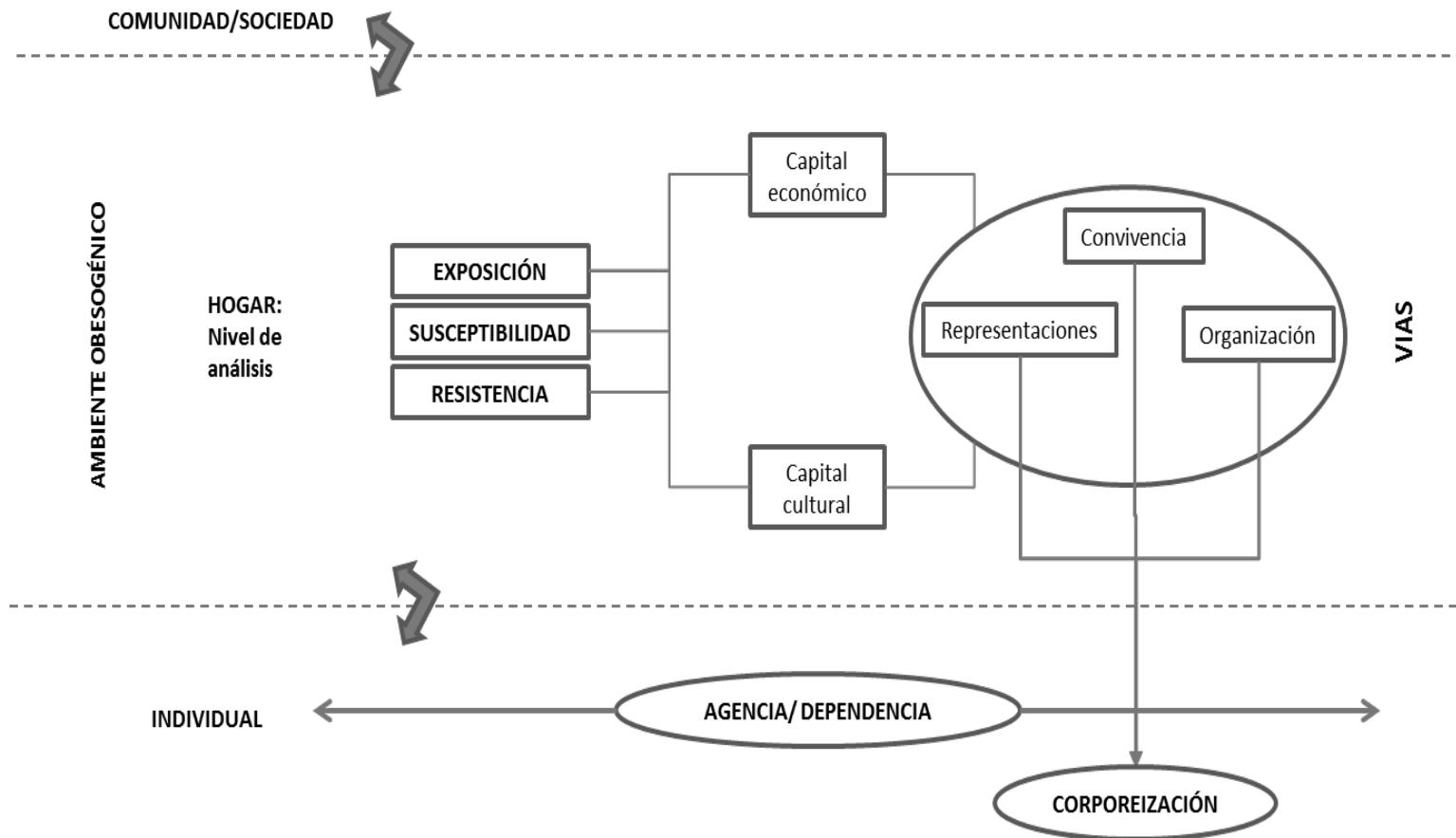
El contenido de su propuesta consta de cuatro constructos interdependientes: la corporeización, la vías para la corporeización, las particularidades contextuales que protegen/dañan la salud y la agencia/responsabilidad respecto a condiciones específicas de salud.

---

<sup>28</sup> El modelo de la transición epidemiológica, ha acumulado una serie amplia de cuestionamientos pero su permanencia se puede entender como parte de su utilidad política. La aplicación de una descripción fenoménica como modelo prospectivo de la morbilidad y mortalidad, es en sí misma problemática pues puede suplantar la realización de investigación, para tener una idea de la situación de salud, además de que puede derivar en una excusa gubernamental para enfocarse sólo en la prevención sin mayor compromiso para atender la complejidad de los padecimientos de países tan diversos como México (Martínez y Leal, 2003).

**ESQUEMA II.3.**

Una propuesta para el enfoque ecosocial de la obesidad en escolares.



Fuente: Elaboración propia a partir de Krieger, 2011.

En las siguientes secciones iremos abordando el contenido de cada uno de los constructos del enfoque ecosocial, que se presenta en el esquema II.3, ubicándolos dentro del ámbito de nuestra investigación.

### **El nivel de análisis**

Dentro de la complejidad que envuelve al fenómeno de sobrepeso y la obesidad, como vimos en el capítulo previo, se pueden identificar procesos que van de lo global a lo individual. Para el desarrollo de esta investigación ya habíamos adelantado nuestro interés en la familia, es en este nivel desde el cual desarrollamos nuestro análisis. Pero si bien el modelo ecosocial impulsa a incluir a los sujetos en sus ambientes, no podemos suponer la forma en que se establecen esos vínculos. Por ello, un aspecto central es señalar la forma en la que la familia se sitúa entre el ambiente obesogénico y la composición corporal de los escolares.

Al haber definido este como nuestro nivel de análisis, es necesario establecer sus implicaciones, sobre todo si consideramos que puede tener un efecto en la prevalencia de exceso de peso de los escolares. En el desarrollo de la investigación sociodemográfica es frecuente lidiar con la necesidad de dar cuenta de la relación entre los procesos de la estructura social y el comportamiento individual. Al tratar la mediación macro-micro para analizar los cambios en la *condición femenina*<sup>29</sup>, Oliveira considera pertinente dar cuenta de las características de los contextos familiares y sus correspondientes representaciones de género, lo que permite observar las implicaciones de la heterogeneidad de las condiciones materiales y los rasgos sociodemográficos de las familias en dicha condición (Oliveira, 2000). Para Oliveira la condición femenina se puede ver afectada por el efecto del crecimiento económico a nivel agregado, la estructuración económica y el trabajo extradoméstico y el acceso y control de recursos por parte de las mujeres. Si bien el tema de la discusión se orienta a otro fenómeno, podemos derivar un aspecto clave para nuestro cometido. La recuperación del hogar como unidad de análisis<sup>30</sup> que media entre los procesos macrosociales y los comportamientos puede permitir el acceso a observar la heterogeneidad de los procesos que la perspectiva biomédica deja de lado.

---

<sup>29</sup> Esta condición es analizada en tres dimensiones: crecimiento económico e igualdad de género, la reestructuración económica y el trabajo extradoméstico y Acceso a recursos y cambio en los roles de género (Oliveira, 2000).

<sup>30</sup> El hogar se distingue de la familia, tienen que ser más de dos personas, no implica parentesco, en tanto que se “disposiciones adoptadas por las personas (individual o colectivamente) para satisfacer sus necesidades de alimentos o de otros artículos esenciales para vivir satisfacción de las necesidades entre todos los habitantes” (ONU, 2010).

Es en la reproducción cotidiana, al compartir los alimentos o al realizar las actividades diarias, en donde podremos ubicar la forma concreta en la que los fenómenos de mayor nivel repercuten en las prácticas personales y donde podremos ubicar la interdependencia de los sujetos para ir más allá de un enfoque individualista. La articulación de las acciones individuales, sustentadas en las interacciones con los miembros del hogar nos permitirá dar cuenta de las afectaciones del ambiente.

Esto nos permite atender una de las dificultades que apuntábamos en el capítulo anterior. El nivel desde el que se realizaban los análisis y al que se orientaban las acciones, era *poblacional* en su alcance pero asumiendo que el consumidor era la pieza clave para atender. En nuestro caso partimos del hogar, pero no estamos suponiendo que ese sea una especie de nivel privilegiado para observar el fenómeno, sino simplemente que desde él se puede observar con más detalle la articulación de los procesos de interacción con los grandes procesos macrosociales. Así, llamamos *poblacional* al enfoque que busca dar cuenta de esta articulación compleja de determinantes micro y macro sociales.

### **La obesidad como corporeización del ambiente obesogénico**

La dinámica que se establece entre los procesos macrosociales y las interacciones entre las personas, da pie a que, en lo individual se hagan posibles ciertos fenómenos. La corporeización en el modelo que proponemos, se refiere al proceso de hacer corpóreas las experiencias vividas en contextos sociales y ecológicos, lo que permite crear patrones reconocibles de salud y enfermedad. De tal modo que “los determinantes de los patrones actuales de enfermedad, que están en constante cambio, no pueden ser reducidos a supuestas características ‘innatas’, las características individuales biológicas y la variabilidad importan” (Krieger, 2011:215, traducción propia). De igual manera las diferencias en el estado de salud entre grupos poblacionales puede resultar causalmente de relaciones entre estos grupos, no de la biología intrínseca.

La corporeización supone procesos paulatinos en los que la participación y la pertenencia social generan ciertas características en los cuerpos, además de que esos procesos no siempre van en el mismo sentido, pues pueden modificarse con el desarrollo de la vida social. En el modelo que se propone, es necesario definir los aspectos en los que se concreta la contingencia de su existencia corpórea (como organismo y como ser social), a la par de develar al cuerpo como un proceso que se desenvuelve en múltiples niveles, reconstruyendo

algunos visos de sus historias de vida y con ello, identificar las implicaciones de la desigualdad social en las condiciones de salud (Krieger, 2005).

En nuestra investigación, este constructo tiene gran importancia, precisamente porque la autora lo propone para dar cuenta de la distribución de la salud -o su ausencia-, pero además, para mantener un dialogo productivo con áreas como la sociología o la antropología en tanto que es un correctivo deliberado de los enfoque descorporeizados y descontextualizados, proponiendo un enfoque integrado para analizar procesos que van de lo social y ecológico a lo sub-celular.

Apuntar a que la obesidad sea un proceso de corporeización, nos permite poner en consideración, no sólo los comportamientos que generan daños a la salud, sino también, las circunstancias y condiciones por las cuales se presentan. Cuando se intenta responder a la pregunta por aquello que al corporizarse conduce al aumento del peso, la respuesta puede ser tan breve como calorías o energía. Sin embargo, desde los refinamientos del enfoque biomédico, y aún más en las perspectivas sociopolíticas, ya se apuntaba a un conjunto más complejo de procesos que participaban en la acumulación de tejido adiposo. De este modo, otra forma de responder a la pregunta planteada es señalar la corporeización del entorno obesogénico.

Desde las diversas ubicaciones sociales posibles, se hacen corpórea la disposición de mercancías globales elaboradas con procedimientos estandarizados y con ingredientes cada vez más artificiales que permiten reducir los costos, las muestras de afecto o castigo que implican alimentos o actividad física, se hacen corpóreos los significados atribuidos a los consumos o al uso del cuerpo; finalmente, se corporeizan aquello que está en el horizonte de lo asequible por su costo o por su pertinencia. Desarrollamos a continuación este proceso de corporeización ubicándonos en el ámbito del hogar, enfocándonos en la forma en la que puede estar mediando el efecto del entorno. A continuación se indica el contenido de cada uno de los constructos que propone el enfoque ecosocial para la investigación del sobrepeso y la obesidad en escolares.

### ***Las vías para la corporeización: organización, convivencia y representaciones en la familia.***

Las vías que dan pie a la corporeización se caracterizan por ser diversas, concurrentes e interactivas entre ellas (Krieger, 2011). En el nivel en el que nos proponemos identificar el

efecto del entorno obesogénico ubicamos varios aspectos que pueden fungir como vías para la corporeización del entorno obesogénico.

El hogar es al mismo tiempo un espacio de reproducción biológica al proporcionar sustento y crianza, pero también un espacio de reproducción social en el que se transmiten y transforman significados y prácticas. La reproducción en ambos sentidos supone un conjunto de actividades, distribuidas de manera bien diferenciada como organización social de las actividades domésticas, es decir, una definición y repartición de las diferentes tareas necesarias para el mantenimiento del hogar tanto dentro de la unidad doméstica como fuera de él (Jelin, 1998). En esas *tareas de consumo y mantenimiento cotidiano*, tenemos una primera vía para la corporeización pues a la par de que se modelan los consumos de los menores, estos pueden participar de varias formas lo que tendrá un impacto en su composición corporal, mediante los alimentos que pongan a su disposición (ya sea que los preparen o que los adquieran), o por el tiempo que se permita para la realización de actividad física (ya sea en alguna actividad programada o de simple esparcimiento en espacios públicos).

Otro aspecto importante para indagar su intervención en el aumento del peso corporal, es la forma en la que se lleva a cabo la *convivencia* de los integrantes del hogar. García y Oliveira (2005) al enfrentarse con la necesidad de dar cuenta de las relaciones de poder en las interacciones familiares, en las zonas Metropolitanas de Monterrey y de la Ciudad de México, utilizaron la noción de “formas de convivencia”, además de los aspectos señalados antes, vinculados a la organización de las actividades domésticas. Con esta idea se hacía referencia a las tensiones, conflictos y ambivalencias que se hacían presentes en análisis de la vida familiar, además de la solidaridad, la cooperación y la afectividad a las que tradicionalmente se le asocia.

Si bien el ámbito en el que buscamos aplicar la noción convivencia es muy distinto de aquel para el que fue pensado originalmente (las relaciones de poder en parejas de dos ciudades metropolitanas), a nosotros nos puede permitir abordar fenómenos como el ejercicio de la autoridad, la asignación de alimentos y actividad física diferenciados, así como la dinámica de premios y castigos teniendo como moneda de cambio alimentos o actividad física. Este aspecto constituye otra vía para incrementar el peso de los escolares, mediante los premios con alimentos con alto contenido de grasa ya azúcares o mediante el ofrecimiento de aparatos que puede usarse para el entretenimiento sedentario, o por otro lado, las salidas a jugar al parque, por ejemplo.



Para García y Oliveira (2005, 2006) también es importante las concepciones que sustentan los dos aspectos anteriores, la división del trabajo y la convivencia. Las concepciones a las que se refieren las autoras son respecto a los roles de género, sin embargo, para aplicarlo a nuestro tema de investigación las implicaciones se extiende a los largo de los insumos que generan el desequilibrio de energía en los sujetos, es decir, las nociones sobre el cuerpo, la alimentación y la actividad física.

Al señalar nuestro interés por la organización y la convivencia dentro del hogar buscamos dar cuenta de la ingesta alimentaria y de la actividad física de las niñas y niños, como prácticas definidas de múltiples formas por los miembros del hogar. Consideramos necesario, por lo mismo, dar cuenta también de los aspectos que fundamentan la promoción o restricción de dichas prácticas, por parte de las personas con las que conviven los menores. La forma en la que se concibe el cuerpo, la actividad física, la alimentación o la salud, pueden permitirnos entender las nociones detrás de las acciones dirigidas a los escolares, particularmente en lo que se refiere a su composición corporal (Theodore, 2011; 2011a).

Por otro lado, es necesario tener en cuenta que las representaciones que se construyen respecto a los aspectos señalados, responden a una función simbólica (Hall, 2003) que no necesariamente confluye hacia las mismas prácticas, lo que no anula sus efectos en la corporeidad de los escolares, pero si nos permite vislumbrar un sustrato más complejo para dar cuenta de las prácticas.

Parte de esa divergencia en los contenidos de las representaciones se debe a la naturaleza misma de su intercambio. En tanto que las elaboraciones de sentido, no son captadas de manera idéntica a como fueron emitidas, puede haber múltiples formas de interpretar las experiencias familiares, las normas sociales e incluso los mensajes y campañas que se difunden en los medios masivos, es pues fundamental considerar que “el significado es un dialogo, siempre entendido sólo parcialmente, siempre un intercambio desigual” (Hall, 2003: 4, traducción propia).

### ***La interacción entre exposición, susceptibilidad y resistencia. Los capitales entre el ambiente y la familia***

Definir de principio una distribución diferenciada de los patrones de riesgos para la salud entre los sujetos, supone identificar las jerarquías sociales que la determina. De manera más específica se busca dar cuenta de esas jerarquías, recuperando los dos principios de

diferenciación más eficientes de las sociedades modernas, el capital cultural y el económico (Bourdieu, 1997).

Desde la perspectiva de Bourdieu, para entender las repercusiones de la disposición de ciertos volúmenes y estructuras de recursos, es necesario tomar en cuenta las condiciones específicas de los diferentes espacios sociales, como estructuras de diferencias en las que se determinan que puede funcionar como capital, lo que tiene valor, y por ello, permite construir una explicación de las prácticas (Bourdieu, 1997:49; 1998:112).

Así, el capital económico se refiere al conjunto de recursos que redundan en la capacidad de adquirir tanto insumos para la preparación de alimentos como productos listos para su consumo. Del mismo modo que permiten comprar aparatos de ejercicio o dispositivos de entretenimiento que impactan en la actividad física que se puede tener.

Por su parte el capital cultural remite a una serie de sistemas diferenciados de valoraciones. Este capital en su forma incorporada remite a las disposiciones corporales que sólo pueden ser adquiridas mediante la inversión de tiempo, que son visibles como hábitos o maneras. La forma objetivada remite a los bienes que son una huella de la adquisición y uso de ciertos conocimientos. Finalmente, el capital cultural en su forma institucionalizada refiere a los títulos y reconocimientos que definen no sólo la portación de conocimiento, sino también las condiciones para su intercambio por capital económico (Bourdieu, 1987).

Frente a la transparencia del concepto de capital económico, en su relación a las prácticas que implican riesgos, el capital cultural requiere de varias precisiones, en su aplicación a la salud. Abel (2007), define el capital cultural relevante para la salud como la cantidad y calidad de recursos socioculturales disponibles que incrementan el rango de elecciones para tener prácticas que no comprometan la salud y mejorar las oportunidades de cambiar las condiciones de vida que impactan en la salud, propia y de otros -en nuestro caso los familiares-.

En esta investigación nos enfocamos especialmente en la forma institucionalizado del capital cultural<sup>31</sup>, sobre todo para tratar de dar cuenta de las particularidades del contexto mexicano, en el que se observa una relación directa entre el exceso de peso y el estatus

---

<sup>31</sup>En los datos de la encuesta sólo nos es posible recuperar esta dimensión, aunque en la etapa cualitativa del estudio podremos recuperar también el capital incorporado y observar algunos aspectos del institucionalizado.

socioeconómico, misma que en la literatura se asume que es inversa, como en los países industrializados. Nos interesa el capital cultural para explorar su impacto en los criterios para definir prácticas (alimentarias y de actividad física) y su impacto en la salud, pero también indagar el papel de la búsqueda de la movilidad social en la definición de los patrones alimentarios.

En la adaptación que hacemos del esquema ecosocial, estos aspectos juegan un papel clave para la interacción entre la exposición, la susceptibilidad y la resistencia frente a los riesgos para la salud.

La *exposición* estaría determinada tanto por las condiciones para ingerir alimentos como para realizar actividad física. Básicamente supone identificar los recursos (intercambiables, acumulables) del hogar que estén vinculados a la inducción, duración y la frecuencia de las ocasiones de alimentación y actividad física, o su ausencia.

Las *susceptibilidades* son aquellas características que predisponen a los sujetos a evitar o reducir prácticas que supongan el gasto de energía o que incrementen el contenido calórico de su dieta. Un capital económico suficiente para adquirir videojuegos o un capital cultural escaso para no promover la actividad física, por ejemplo.

Las *resistencias* remiten al conjunto de circunstancias que, ante determinadas exposiciones, permiten a los sujetos no desarrollar las susceptibilidades. Si en los hogares existen recursos (capital económico) que permitan el gasto de energía, alguna actividad, frente a una dieta hipercalórica o que habiendo pocos recursos estos se destinen a una dieta equilibrada (lo que requiere de capital cultural).

Aquí es necesario señalar que del mismo modo que los capitales no se distribuyen de manera aleatoria, la exposición, la susceptibilidad y las resistencias que se pueden tener frente al ambiente obesogénico, están circunscritas a la pertenencia social tanto en términos de lo deseable como de lo posible, dentro de determinados estilos de vida. Esto supone develar los esquemas con los que se generan las prácticas y las valoraciones de estas, es decir, identificar el *habitus* con el que se asocian, pues,

La relación que se establece de hecho entre las características pertinentes de la condición económica y social (el volumen y la estructura del capital aprehendidos sincrónicamente y diacrónicamente) y las características distintivas asociadas con la posición correspondiente en el espacio de los estilos de vida, sólo llega a ser una relación inteligible gracias a la construcción del *habitus* como fórmula generadora

que permite justificar simultáneamente las prácticas y los productos enclasables, y los juicios, a su vez enclasados, que constituyen a estas prácticas y a estas obras en un sistema de *signos distintivos* (Bourdieu, 1998:170)

El conjunto de elecciones constitutivas de los estilos de vida<sup>32</sup> surge de las prácticas ajustadas a las regularidades inherentes a la posición de los agentes, dichas prácticas obtienen el sentido de su ubicación en un sistema de oposiciones y correlaciones. La necesidad se convierte en el criterio que permite definir las distinciones, respecto a las condiciones materiales de existencia, de tal manera que el gusto por los alimentos que permiten sólo la reposición de la fuerza de trabajo, se alejan del gusto caracterizado por el ejercicio de la libertad,

“Así es como se pueden "deducir" los gustos populares por los alimentos a la vez más alimenticios y más económicos (el doble pleonasma muestra la reducción a la pura función primaria) de la necesidad de reproducir al menor coste la fuerza de trabajo que se impone, como su propia definición, al proletariado. [Mientras] la idea de gusto, típicamente burguesa,[...] está tan estrechamente asociada con la idea de libertad que cuesta trabajo concebir las paradojas del gusto de necesidad.” (Bourdieu, 1998: 177).

Bourdieu muestra en su análisis, que el condicionamiento del gusto queda oculto detrás de una elección forzada. De este modo, las supuestas elecciones se ajustan a las condiciones sociales de los sujetos que las elaboran. Es en el espacio de los estilos de vida, donde al adaptar el gusto a la necesidad, se hace de ésta virtud.

### ***Las posibilidades de la agencia en el fenómeno de la obesidad***

El último constructo núcleo de la propuesta ecosocial es la importancia de la responsabilidad y la agencia de los actores. Este aspecto es digno de tomarse en cuenta pues “dirige su atención a los temas de poder en cada nivel, y por lo tanto, en la capacidad de individuos e instituciones para actuar (agencia), así como para asumir su responsabilidad (rendición de cuentas); tanto para lo hecho como para lo que se dejó de hacer.” (Krieger, 2011:225).

Este constructo nos permitirá analizar el control que tienen los sujetos tanto de las vías que conducen a acumular peso, como de las posibilidades de reaccionar. Su utilidad estriba en identificar condiciones y posibilidades de las prácticas, y a partir de ello, ubicar alternativas.

---

<sup>32</sup> Es pertinente recordar que el contenido de la noción de estilo de vida que se suele discutir en la sociología es sustancialmente distinto del que se refiere en los estudios epidemiológicos, como se mencionó en la primera parte de este capítulo.

### **Capítulo III. Planteamiento del problema y Estrategia metodológica**

En el primer capítulo de este estudio se hizo un recuento sucinto de los antecedentes que enmarcan el fenómeno del exceso de peso, lo que nos permitió ir haciendo algunos recortes que ahora recuperamos para plantear de manera puntual el problema de investigación.

En primer lugar, la edad escolar es un periodo de oportunidad para lograr reducir las prevalencias de sobrepeso y obesidad que se han incrementado de manera acelerada en las últimas décadas. Al analizar los antecedentes de este fenómeno nos encontramos con que los factores fundamentales para entenderlo son los cambios en el ambiente alimentario y de actividad física, que se articulan desde diferentes escalas en las que confluyen diversos procesos sociales que conforman un ambiente obesogénico. Una perspectiva que vincule las características del ambiente con patrones derivados de la diversidad poblacional, queda pendiente.

En este marco, al preguntarnos por el lugar de la familia ante los efectos de los cambios ambientales y, encontramos que la mayoría de los estudios revisados, partían de modelos tradicionales de familia (dónde la estructura tiende a la nuclear, el reparto está funcionalmente distribuido y el padre es la figura en la que cae la autoridad de manera incuestionable), siendo que esta institución social ha modificado su configuración en década recientes, sin contar el hecho de que esos supuestos tradicionales difícilmente se cumplían.

En lo que se refiere específicamente a la forma en la que se concibe el exceso de peso, nos quedaba claro que un enfoque biomédico es limitado al enfocarse en los sujetos, ser reduccionista, y apoyarse primariamente en la evidencia clínica que sólo podía provenir de “ciencias duras”. Otra deficiencia es la carga normativa implícita en sus supuestos, los padecimientos en la sociedad contemporánea van acompañados de significados, a los que el enfoque biomédico contribuye al no dar cuenta de ellos. A partir de esto se propuso un esquema de análisis derivado de una perspectiva cuyo punto de partida es el ambiente.

#### **1. Pregunta de investigación, objetivos e hipótesis**

Teniendo como base la revisión de los antecedentes como la búsqueda de una perspectiva teórico-analítica acorde a los retos de conocimientos identificados, nos proponemos, en esta

investigación, responder a la siguiente pregunta general: ¿Cuál es el papel de la familia como factor mediador entre el ambiente que promueve la obesidad-obesogénico- y su corporeización en la población en edad escolar?

Los objetivos que guían el estudio son los siguientes:

En términos generales, el objetivo en esta investigación es explorar a profundidad la organización familiar, las formas de convivencia, los capitales (cultural y económico), así como las representaciones de la familia sobre la alimentación, la actividad física y la composición corporal de los escolares, para identificar de qué manera median la influencia del entorno obesogénico.

Los específicos:

1. Identificar las características de la organización de las actividades domésticas y su relación con las formas en las que les afectan las presiones del ambiente obesogénico.

2. Establecer los efectos de los capitales económico y cultural para acceder o eludir las presiones del ambiente obesogénico.

3. Dar cuenta del impacto que tienen las formas de convivencia entre los miembros del hogar, para tener consumos o comportamientos sedentarios promovidos por el ambiente.

4. Explorar cómo las normas, valores y representaciones sobre el cuerpo y la salud de los escolares influyen en los estilos de vida que puedan significar riesgos de sobrepeso y obesidad.

La hipótesis de trabajo es que diferentes configuraciones de recursos familiares, van a repercutir en la corporeización del ambiente (exceso de peso evidente) de los escolares, a partir de la forma en que se organizan las actividades diaria y las formas de convivencia que sostiene, de acuerdo a las representaciones que las orienten.

Para que los elementos planteados puedan contrastarse y a partir de ello, recuperar evidencia que sirva para aumentar nuestro conocimiento sobre el fenómeno, en la sección siguiente se desarrollan las bases para el desarrollo empírico de la investigación.

## **Puntos de partida de la investigación**

El ámbito seleccionado para el desarrollo de la investigación es el área urbana del Distrito Federal. En las encuestas nacionales representativas desde los años ochenta, ha sido una de las que presentan las mayores prevalencias de obesidad y sobrepeso, lo cual nos permite vislumbrar los alcances del ambiente obesogénico. Por otro lado, la profunda desigualdad que se puede apreciar en la capital del país hace más asequibles las diferencias en los recursos de los que consideramos importantes para el exceso de peso. Además, los cambios poblacionales llevan un paso acelerado en esta entidad, haciendo posible que un análisis de esta naturaleza, sirva para vislumbrar procesos, *mutatis mutandis*, de otras urbes.

## **Implicaciones de la delimitación espacio-temporales para nuestro estudio**

Situar nuestra investigación en la Ciudad de México requiere de algunos señalamientos, que si bien no atañen de forma directa al entorno obesogénico, son fundamentales para ampliar nuestra perspectiva sobre el contexto que se analiza.

En México, la ciudad capital ha sido de gran importancia para el proceso mismo de urbanización, respondiendo a transformaciones económicas que aceleraron la concentración de la población, iniciada por cambios demográficos como la reducción de la mortalidad y la fecundidad, así como el cambio en los patrones migratorios. Sobrino (2012), muestra que entre 1940 y 1980 la población urbana se fue acumulando principalmente en la Ciudad de México y los municipios del Estado de México que la circundan, pasando de 7.8 % a 21.6 % en su participación en el total de la población nacional, en el periodo señalado. El autor identifica este proceso como paralelo al modelo de desarrollo nacional a partir de la sustitución de importaciones que suponía la protección comercial y la orientación hacia el mercado interno. Esos incrementos en los volúmenes de población que residía en la Zona Metropolitana de la Ciudad de México fueron propiciados por una caída en la mortalidad, mientras la fecundidad permaneció alta; a la par de una nutrida migración desde localidades rurales.

A partir de la década de los años ochenta, en el marco de la apertura económica, y hasta la primera década del siglo XXI, la Ciudad de México y su zona conurbada, experimentaron una desaceleración en su crecimiento debido principalmente a la reducción en la fecundidad

manteniendo una baja mortalidad, además de que la migración invirtió su sentido pasando de ser una ciudad receptora a una expulsora, afectando principalmente al Distrito Federal (Sobrino, 2012; García y De Oliveira, 2006).

Según el Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI), en 2010, 8 entidades concentraban poco más del 50% de los 112,336,538 millones de personas que constituían la población del país. Si bien el Estado de México fue la entidad con mayor población (13.51%), la Ciudad de México fue la segunda en importancia (7.88%), seguida por Veracruz (6.80%), Jalisco (6.54%), Puebla (5.15%), Guanajuato (4.88%), Chiapas (4.27%) y Nuevo León (4.14%).

Aunque es común englobar a la Ciudad de México, al realizar investigación en el Distrito Federal, preferimos enfocarnos en la entidad federativa, pues si bien existen fuertes vínculos históricos con los municipios conurbados, existen bastantes diferencias sobre todo en lo que respecta a políticas públicas, aspecto que sin duda es de gran importancia para nuestro tema. Además de que los datos de los que disponemos nos permiten un análisis hasta este nivel, como se verá más adelante. La ausencia de esta representatividad en otras encuestas ha conducido a hacer un manejo agregado de los datos, pero actualmente esto es algo de lo que se puede prescindir. En este ámbito geográfico es en el que tendremos que resolver los retos que supone una investigación como la que emprendimos.

### **Retos para el análisis del peso elevado en escolares**

La investigación que se ha desarrollado entorno a la composición corporal de exceso de peso, en las últimas décadas, se ha fundamentado en encuestas representativas. Buena parte de la investigación se ha encaminado a identificar los “factores asociados” y hacer recomendaciones de política pública a partir de esa evidencia. Como se discute en el capítulo II, esta forma de ver el fenómeno conlleva la reducción de la complejidad de la realidad que se investiga, y sin embargo, no deja de ser información valiosa, que además de todo, ha sido muy costoso recabar. Lejos de suponer infranqueable esta dificultad nos proponemos, en primer lugar actualizar los análisis cuantitativos con la versión más reciente de las encuesta, incorporando las variables que nos interesan y que han estado fuera de estudios anteriores, y a partir de ello, desarrollar una fase cualitativa en nuestra investigación, es decir, nos proponemos desarrollar un estudio que combina



métodos, que nos permita tener un panorama más complejo y más profunda de los fenómenos intersubjetivos que subyacen a los patrones que la estadística puede identificar.

## **2 Multimétodos para el estudio del exceso de peso en población escolar**

El fenómeno del exceso de peso, como hemos mostrado, está constituido de múltiples dimensiones. Por un lado se pueden reconocer procesos analizables sin considerar la dimensión subjetiva de aquellos que los portan, los datos sociodemográficos y los datos de la dinámica familiar, pueden estar relacionados de una forma que escapa a la conciencia y a la voluntad de los sujetos, y sin embargo, responder a una estructura de procesos que haga que quien presenta determinadas características, tenga también mayor propensión a presentar exceso de peso. Esos mismos procesos pueden reflejarse en la experiencia de las personas y por ello, pueden ser documentados en la especificidad de la situación de diversos sujetos.

A partir de lo anterior, los métodos cuantitativos son herramientas que permiten identificar procesos poblacionales de largo alcance, mientras que un análisis cualitativo hace posible recuperar múltiples experiencias personales, que se articulan para dar cabida a los procesos señalados. De tal modo que su aplicación coordinada parece no sólo posible sino que puede reportar beneficios importantes para la construcción de conocimiento. La riqueza de la apertura y flexibilidad de la investigación cualitativa, podrían aportar elementos para construir explicaciones más complejas, sobre todo si consideramos los aportes que ya ha hecho a los Estudios de Población, permitiendo superar visiones simplistas y estáticas; enriqueciendo la comprensión del significado de los conceptos fundamentales del campo de estudio que sustento a instrumentos, análisis e interpretación; dando la oportunidad de profundizar en la comprensión del significado del comportamiento humano y sus motivaciones (Martínez, 2014).

Hablando estrictamente de las posibilidades de integrar métodos cualitativos y cuantitativos, Castro (2011) señala un condicionamiento más contextual. La integración de métodos dependería tanto del objeto de estudio como de las condiciones en las que se desarrolla el estudio. El autor presenta un par de ejemplos en los que la investigación va de lo cualitativo a lo cuantitativo y viceversa. En ambos casos los diseños estaban bajo el control del investigador, lo que permitió el levantamiento de los datos y el análisis constante de los datos. Hay que considerar que si bien existe un debate álgido respecto a las definiciones dentro del creciente campo de la

combinación de métodos, aquellos que pueden ser denominados mixtos cumplen con estos criterios (Pacheco y Blanco, 2015).

Así, nuestro estudio pertenece al área de los métodos combinados, o multimétodos, en tanto que, el estudio no supuso el diseño de la recopilación de los datos cuantitativos, a la par de los cualitativos. El aspecto combinado de estos métodos, en nuestra investigación, radica en que las variables empleadas en el análisis fueron construidas a partir de los criterios definidos por nuestros propios intereses de conocimiento, no están en la base de datos.

Respecto al alcance del estudio, si bien la actualización del análisis con la versión más reciente de la encuesta busca dar cuenta de relaciones ya analizadas, la incorporación de variables que no han sido consideradas, implica que nuestro estudio es exploratorio al mismo tiempo que explicativo.

De este modo, nuestro estudio se guía por la búsqueda de examinar las tendencias que se han encontrado en otros estudios, pero también por explorar aspectos que no habían sido incluido en los estudios al, menos en México, con una encuesta representativa. La idea es tratar de lograr una perspectiva poblacional, en la que podamos comprender con mayor profundidad y desde la experiencia y los discursos que manejan las mismas familias, las herramientas que hemos propuesto en el marco conceptual.

Así, los resultados del análisis estadístico de la base de datos de la ENSANUT 2012 constituyen una guía para la exploración cualitativa de los procesos de interacción en los que se sostienen los resultados estadísticos, lo que se puede caracterizar como un diseño multimetodos cualitativamente orientado (Hesse *et al.*, 2015). Para ello nos guiamos en la matriz de análisis que se muestra en el cuadro III.1. En ella se muestran cada una de las variables que se proponen para el análisis. Los indicadores con asterisco, se refieren a los aspectos que no podemos recuperados de la base de datos, pero que podrán ser captados en la investigación cualitativa.

CUADRO III.1

Matriz de análisis para exceso de peso en escolares.

Dimensión	Variables independientes	Indicador
Organización	Reparto del trabajo en el hogar	Trabajo extradoméstico materno
		Estado conyugal materno
Convivencia	Autoridad	Hogar (arreglo habitacional)
	Asignación de recursos	*Tiempo de juego, alimentos
	Control de comportamientos	*Premios / Castigos
Capitales	Económico	Nivel socioeconómico
	Cultural	Escolaridad
Representaciones	Cuerpo	*Peso adecuado
	Estatus	*Consumos y actividades físicas deseables
	Salud	*Riesgos identificados
	Actividad Física	*Agradable, posible
	Alimentación	*Ocasiones, “buena”, hospitalidad



## Capítulo IV Análisis y resultados cuantitativos sobre el papel de la familia frente al ambiente obesogénico

En los capítulos anteriores se ha delineado la importancia de la edad escolar como una etapa clave para la atención y la prevención del exceso de peso, como uno de los factores de riesgo asociados a enfermedades crónicas más extendidos en la población mexicana. Del mismo modo, en el marco de un proceso de cambios económicos, culturales y políticos, la familia emerge como un referente necesario de acuerdo a la opinión de especialistas, tomadores de decisiones e incluso de la población general.

Más allá de la importancia que varios actores le otorgan, en el contexto mexicano, la investigación empírica respecto al papel de la familia en el incremento del peso corporal de los escolares, es aun escasa. Esto representa una valiosa oportunidad de investigación que ayudaría a comprender mejor los riesgos para la salud actual y futura de los niños.

Incluir a la familia en el análisis de la obesidad y el sobrepeso complementa la perspectiva biomédica predominante, en la que priva la reducción de la complejidad de los factores involucrados a aspectos individuales (ingesta calórica y actividad física), con enfoques que dan cuenta de las repercusiones de la convivencia con las personas con las que se cohabita, es decir, del ambiente del hogar<sup>33</sup>.

Para dicho cometido, partimos del enfoque ecosocial, que considera que las interacciones en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelven los individuos a lo largo de su *curso de vida*<sup>34</sup>, son también exposiciones a aspectos bióticos, abióticos y sociales que se *corporeizan*, lo

---

<sup>33</sup> Recordemos que el hogar se distingue de la familia a partir la cohabitación entre personas que no necesariamente tienen parentesco, además de que, en el hogar, se comparten los gastos para la manutención (véase ONU, 2010).

<sup>34</sup> La perspectiva del curso de vida ha aportado un cuerpo creciente de conocimiento sobre las conexiones entre exposiciones físicas y sociales durante la gestación, la infancia y la adolescencia, y el riesgo de enfermedades crónicas en la vida adulta. En ella, se busca la convergencia de perspectivas que han permanecido separadas, como los modelos del estilo de vida, la causación social de las enfermedades y el origen fetal de las enfermedades, como factores que pueden dejar huellas en el cuerpo que favorecen los padecimientos crónicos (Wadsworth y Kuh, 2016). Este enfoque puede ser de utilidad para identificar los mecanismos que dan cuenta de las desigualdades socioeconómicas en la salud de los niños (Reichman y Teitler, 2013). Si bien en este estudio no nos proponemos desarrollar un análisis desde el curso de vida, los supuestos de ese enfoque pueden ser de mucha utilidad. La composición corporal puede ser vista como una variación probabilística, con un punto de inicio durante el nacimiento y con cambios conforme avanza la edad. La edad y peso, como parte del desarrollo humano, se analizan dentro de una estructura social que les da forma (mediante la posición que se ocupa en determinadas jerarquías de estatus, contextos ecológicos y periodos históricos). Por otro lado, se concibe que los eventos y experiencias están interrelacionados y

que puede derivar en riesgos para la salud (Krieger, 2011). Nuestra atención se coloca, entonces, en las vías que hacen factible dicha corporeización, desde el ámbito del hogar.

Un aspecto fundamental a tomar en cuenta es que el ámbito del hogar no es una entidad estática. Las familias en su organización, reaccionan a los vaivenes macrosociales y, al mismo tiempo, dan forma a su dinámica interna (Camarena, 2003). De tal modo que esas vías, se pueden rastrear a partir del análisis de la dinámica intrafamiliar en relación a procesos sociales de amplio alcance, como se ha desarrollado desde la perspectiva sociodemográfica en México.

El estudio de la dinámica interna de las familias, en América Latina, se consolida en la década de los ochenta, ante la necesidad de integrar el análisis de las tensiones y conflictos que se presentan en ese ámbito, pues era frecuente que no se cuestionaran los supuestos de unidad y armonía familiar, que difícilmente se cumplían (Acosta, 2003). Concretamente, el análisis de la dinámica intrafamiliar, supone tomar en cuenta tres aspectos: la división del trabajo en el interior de las unidades domésticas, las formas de convivencia familiar<sup>35</sup> y las concepciones de género<sup>36</sup> que se ponen en juego al dividir el trabajo y convivir (García y Oliveira, 2006; 2011).

Desafortunadamente, en México, de esos tres ámbitos de la vida familiar (división del trabajo, convivencia y concepciones), sólo es posible aproximarse al primero en encuestas de salud, en las que se capta la antropometría necesaria para categorizar la composición corporal<sup>37</sup>.

---

que tienen resultados de largo alcance. Se subraya el hecho de que las vidas humanas no se reescriben en cada etapa y por lo tanto, las condiciones del pasado tienen un efecto formativo en los posibles futuros. De ese modo, se definen patrones de comportamiento temporalmente acotados, que suponen un particular patrón de desarrollo humano sobre el tiempo, es decir, trayectorias. El cambio en dichos patrones, transiciones, puede dar lugar a puntos de inflexión donde los caminos de experiencia se truncan y surgen otros. Finalmente, la duración de dichos patrones de desarrollo también pueden favorecer la acumulación de peso, que puede ser mayor o menor de acuerdo a la etapa de vida (Macmillan y Furstenberg, 2016).

En ese sentido, la perspectiva del curso de vida permite enfatizar que durante la niñez, la evidencia más consistente apunta a la edad escolar como el periodo determinante de la ganancia de peso durante la minoría de edad (Howe *et al.*, 2015).

<sup>35</sup> La convivencia, requiere de algunas precisiones, pues si bien para García y Oliveira (2006), esta se enfoca en las relaciones de poder, otros enfoques atienden a “la serie de actividades básicas que nuclea cotidianamente la interacción familiar: desayunar, comer, cenar, ver la televisión, ir al cine, ir a misa, salir de paseo o comer fuera de casa” (Ariza y Oliveira, 2009: 258).

<sup>36</sup> En el capítulo II, replanteamos estas concepciones desde la perspectiva de las representaciones. Más adelante se especifica el contenido que se le asignó al concepto. De manera preliminar queremos señalar que nuestro interés se enfoca en las representaciones que repercuten en las prácticas orientadas a los niños (alimentación, actividad física, cuerpo y salud), además de que las concepciones de género no fueron exploradas de forma directa.

<sup>37</sup> El análisis de la convivencia y de las representaciones no se puede efectuar desde los datos que nos proporciona la fuente seleccionada; sin embargo, en el capítulo III, se describe el uso de herramientas cualitativas para cubrir estos aspectos. El desarrollo se presenta en los dos siguientes capítulos.

En tanto que la división del trabajo supone no sólo la participación laboral, sino también el desempeño de actividades domésticas y de cuidado, resulta particularmente relevante buscar evidencia de las implicaciones en la composición corporal de la creciente participación de las mujeres en la proveeduría y de la participación de los varones en los trabajos domésticos, que se ha identificado en el contexto nacional, considerando que el involucramiento en los varones no ha sido proporcional y que se presenta, en mayor medida en los sectores más favorecidos, más jóvenes y urbanos (Pacheco y García, 2014; Rojas y Martínez, 2014; 2016).

Por otro lado, a pesar de que no podemos captar directamente la convivencia familiar, si es posible identificar los diferentes arreglos residenciales tomando como referencia a los niños, lo que nos puede acerca a las condiciones en las que esta se desarrolla.

Hablar de arreglos habitacionales remite a identificar *quien vive con quien* (Gutierrez y Rabell, 2014). Esta noción es particularmente útil frente a aquella más extendida de *estructura familiar*, que se enfocaba en distinguir los núcleos de aquellas en las que estaban otros familiares. Esta forma de captación de la familia que se consolidó en la década de los setenta, respondiendo al impulso de someter al análisis los supuestos funcionalistas de la nuclearización de las familias (Acosta, 2003). Para nuestro estudio es fundamental distinguir, además del núcleo, a otros familiares en el hogar, que hacen necesario distinguir principalmente las relaciones entre diferentes generaciones, en lugar de enfocarse en una tipología de hogares clásica (nuclear, monoparental, extenso y compuesto).

Como veremos, identificar con quien viven los niños, y la división del trabajo que prevalece en el hogar, pueden ser de utilidad para aproximarse a la comprensión del papel más general de la familia frente al exceso de peso de los escolares. Así, el objetivo de este capítulo es analizar de forma cuantitativa los aspectos señalados, respecto a su efecto en la composición corporal de los escolares, además de identificar los rasgos que nos permitieron perfilar un contexto para el desarrollo de la convivencia y las concepciones, que se analiza de forma cualitativa en la segunda etapa.

A partir de lo anterior, nos planteamos la siguiente pregunta general de investigación: ¿Cómo se relacionan las características familiares con el peso elevado, durante la edad escolar?

A continuación, se examina la evidencia que vincula a quienes viven en el hogar y su respectiva división del trabajo, con el exceso de peso en la población entre 5 y 11 años. Como señalábamos al principio, no abundan las investigaciones sobre el impacto de las características familiares, relacionadas con el exceso de peso en la población escolar mexicana, esto da pie a que lo que se suele afirmar sobre dicha relación tiene como sustento, principalmente, la realidad de países de alto ingreso. La evidencia encontrada en otros contextos nos dará pistas sobre las cuales explorar la situación de México.

## 1. El exceso de peso de los escolares y quien vive en el hogar

La reflexión en torno al exceso de peso de los escolares, desde el ámbito familiar, ha dado pie a identificar una relación de correspondencia entre la composición corporal de padres e hijos, de tal modo que los descendientes de padres que presentan un peso elevado son más propensos a tener hijos con esa condición<sup>38</sup>. No obstante, el sustento de dicha relación sigue siendo discutido. Por un lado, existen especialistas que afirman la preeminencia genética para la adiposidad desarrollada por niños en edad escolar a pesar del ambiente obesogénico (Wardle *et al.*, 2008). Pero por otro lado, se ha demostrado que la consideración de aspectos genéticos, no sólo complementa sino que realza, la importancia del ambiente del hogar<sup>39</sup> (Martin, 2008; Dubois *et al.*, 2012).

El análisis del parecido corporal padres-hijos rebasa nuestros objetivos, pues supone dar cuenta del efecto independiente de la carga genética compartida, del ambiente del hogar e incluso de la modificación del fenotipo de la composición corporal individual a lo largo de la vida (Jhonson *et al.*, 2015). Sin embargo, al reconocerlo se delinea la utilidad de profundizar en el conocimiento no sólo de la forma en la que los padres influyen, sino de integrar la influencia de otros miembros del hogar en el ambiente compartido.

---

<sup>38</sup> El parecido corporal entre padres e hijos se ha identidad de diversas formas. La *asociación* se mide mediante correlación y/o regresión -lineal, logística o multinomial-, a partir de datos transversales (Wang *et al.*, 2002; Flores *et al.*, 2005; Gibson *et al.*, 2007; Röbl *et al.*, 2008; Klünder *et al.*, 2011; Keane *et al.*, 2012; Lee *et al.*, 2013; Liu *et al.*, 2013; Zhang *et al.*, 2014). La asociación también recurre a datos longitudinales, para comparar el peso corporal de padres e hijos, en diversos momentos de su vida (Suka *et al.*, 2002; Mammun, 2005; Li *et al.*, 2009). Por otro lado, varios estudios empleando datos longitudinales, se basan en el coeficiente herencia (*heritability*), entendido como el porcentaje de la variación en el fenotipo (composición corporal), atribuible a los efectos genéticos (Perusse *et al.*, 2014).

<sup>39</sup> La noción de ambiente familiar se refiere al conjunto de exposiciones que derivan de la vida en familia (dieta, actividad física, entretenimiento, etc.).



Entrando en materia, al revisar la literatura relacionada al efecto del ambiente familiar en el exceso de peso de los escolares, es frecuente encontrar perspectivas que se sitúan en la *estructura familiar*, entendiéndola principalmente como el tipo de hogar que deriva de la situación conyugal de la madre, es decir hogares con ambos padres o sólo uno de ellos, que suele ser la madre<sup>40</sup>.

Así, en un estudio prospectivo con escolares australianos, se encontró que los hijos de madres que no se encontraban en unión tuvieron una mayor propensión de presentar un peso elevado, propensión que aumentaba de forma aditiva, si la madre presentaba también exceso de peso (Gibson *et al.*, 2007). Otro estudio, en una muestra representativa nacional estadounidense, con seguimientos periódicos entre 1988 y 2006, analizó las implicaciones en el sobrepeso y la obesidad de los niños, de la ruptura de la unión de los padres. Se encontró que vivir en un hogar con una ruptura, se reflejaba en un incremento en el exceso de peso de los escolares, en los dos años siguientes e incluso a los seis posteriores (Arkes, 2013). También se puede señalar evidencia con población preescolar, para quienes los resultados fueron similares a los ya señalados. Con una muestra de menores provenientes de familias en condiciones socioeconómicas desfavorables en Estados Unidos, se encontró que los hijos e hijas de madres que habían disuelto recientemente una unión o habían vivido solas al menos dos años, presentaron un mayor riesgo de desarrollar sobrepeso u obesidad, respecto a las que permanecieron en una unión estable (Schmeer, 2012).

Estos estudios parecen apuntar a que los hogares en los que se encuentran los dos padres de los niños tienden a presentar menores niveles de exceso de peso, que aquellos en los que sólo se encuentra la mamá; sin embargo, las vías que hacen posible esa relación no quedan claras. En el estudio de Arkes (2013) se apunta que el factor determinante puede ser el estrés que afecta tanto a los padres como a los niños, pero no se incluyen estos controles en los modelos estadísticos. Por su parte, Gibson y colaboradores (2007), también identificaron un nexo entre

---

<sup>40</sup> Si bien aún dentro de los documentos metodológicos para captar a las familias, la ONU maneja de manera intercambiable los conceptos de composición del hogar y estructura del hogar, en este estudio definimos a la *composición* del hogar a partir de la relación que, una persona que cohabita en el mismo hogar, guarda con el jefe, su situación marital e incluso la identificación de los hijos, su madre y el orden en que se incluyen. De este modo se hace posible clasificar a los hogares familiares, de acuerdo a los núcleos que los conforman, como *nucleares* (un solo núcleo, en matrimonio o en unión, con o sin hijos), *extensos* (uno o más núcleos con otras personas emparentadas con uno de los núcleos) o *compuestos* (uno o más núcleos que incluyen tanto personas emparentadas como sin parentesco) (ONU, 2010:141-142).

Así, las *estructuras* que se pueden identificar, corresponden a la situación parental del hogar: se encuentran ambos o sólo uno.

familias sólo con la presencia materna y prevalencia de peso elevado en los niños, en el estudio controlaron por el estrés y la depresión de la madre, sin que resultaran significativas las variables. Finalmente Schmeer (2012), apunta a factores relacionados a la reducción de recursos, del tiempo destinado por los padres y el estrés derivado, como las vías que pueden conducir al incremento de peso en las niñas y niños, pero no fueron modelados esos aspectos.

Dentro de la noción de estructura del hogar, también hay autores que han incluido al número de hijos que cohabitan en él, además del estado conyugal de la madre. Un seguimiento a una muestra representativa de niños estadounidenses, que ingresaron al preescolar entre 1988 y 1989 hasta el quinto grado, permitió observar que los niños que fueron clasificados con mayor frecuencia con exceso de peso, fueron los hijos de madres que no estaban en unión y aquellos que no tenían hermanos o hermanas, reduciéndose la prevalencia conforme aumentaba su número. Dichos resultados fueron consistentes en los tres momentos en los que se observó la cohorte (Chen y Escarce, 2010).

Además de quienes conforman el núcleo, la literatura ha mostrado que la presencia de alguno de los abuelos también puede estar repercutiendo en los niveles actuales de sobrepeso y obesidad de los escolares. Un estudio longitudinal multi-generacional, con representatividad para toda la población estadounidense, en el que se contaba con el auto reporte de los adultos (padres y abuelos, si había) y de las mediciones antropométricas de menores entre 6 y 13 años, permitió establecer, que cuando alguno de los abuelos cohabitaba y además presentaba un peso elevado, tenía un impacto similar en la propensión de que el nieto lo tuviera también, en un rango similar al observado cuando alguno de los padres presentaba obesidad (Davis *et al.*, 2008).

Si bien en el artículo previo sólo se consideró la presencia de los abuelos, en otro estudio se ha documentado que su participación en las labores de cuidado puede ser el mecanismo que conduzca a la ganancia de peso en los escolares. En un análisis transversal que formó parte de un estudio mixto, que se desarrolló en dos ciudades del sur de China, se halló evidencia de que el cuidado que proporcionaban los abuelos repercutía en el peso de los niños. De tal modo que ser cuidado principalmente por los abuelos corresidentes aumentaba la propensión a un peso elevado, respecto a aquellos que eran cuidados por sus padres u otro adulto, este efecto aumentaba con el número de abuelos (Li *et al.*, 2015).

El cuidado que proporcionan los abuelos, ha mostrado tener asociación con el exceso de peso también en población preescolar<sup>41</sup>. Con datos de niños nacidos entre 2000 y 2002 en el Reino Unido, se analizó al cuidador principal de los hijos. Ese enfoque permitió observar que los niños criados por los abuelos, a los tres años, tenían una mayor propensión al exceso de peso. Como un aspecto independiente, también se identificó la duración del tiempo de cuidado de los abuelos, que al ser de tiempo completo favoreció la ganancia de peso (Pearce *et al.*, 2010).

Algunos estudios enfocados en población preescolar tienen la ventaja de tomar en cuenta los tipos de hogar en los que están presentes otros parientes, además de ambos padres o uno de los progenitores. Un caso es el análisis de una muestra nacional representativa de preescolares en Argentina que se levantó entre 2004 y 2005, se encontró que los niños de hogares en los que cohabitaban los padres y otros parientes, eran más propensos a presentar sobrepeso, que los que vivían sólo con ambos padres. Al tiempo que los que vivían en hogares monoparentales y sin otros parientes, tuvieron una menor prevalencia, también respecto a quienes residían en hogares biparentales. Si bien no se identificaron los hogares con presencia de abuelos, en el 80% de los hogares en los que había parientes, además de alguno o ambos padres, había al menos un abuelo. (Muniagurria y Novak, 2014).

Otro ejemplo de análisis de hogares en los que se identifican diversos arreglos residenciales, que generalmente quedan subsumidos en la clasificación más generales (hogares monoparentales, biparentales y extendidos), se apoyó en una muestra representativa de preescolares norteamericanos. La clasificación de los hogares, por la situación marital de la persona con la que vivían los niños, al interactuar con el estatus socioeconómico, permitió identificar que los hijos de hogares pobres, en los que no se encontraban los padres biológicos tuvieron menor exceso de peso que los que vivían en hogares no pobres con sus padres biológicos. En lo que se refiere a los hogares no pobres, vivir en un hogar con padrastro o madrastra aumentó el riesgo de presentar peso elevado (Augustine y Kimbro, 2013).

---

<sup>41</sup> Vale la pena señalar que se debe tener ciertas reservas respecto a los hallazgos señalados, pues se trata de poblaciones con riesgos para la salud y capacidades asociadas a su etapa de desarrollo, bastante diferentes al grupo etario analizado en este estudio (población en edad escolar), véase Brown (2014).

## **El exceso de peso en escolares mexicanos en relación a con quien viven**

La evidencia mostrada antes apunta a la pertinencia de preguntarnos por las personas con las que cohabitan las niñas y niños, puesto que puede aportar elementos para comprender los niveles de exceso de peso de los escolares en México.

En población preescolar ya se ha documentado la relación entre la estructura familiar y la situación de peso corporal. Señalando que los hogares que tenían una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad eran los nucleares (biparentales y monoparentales) (Magaña *et al.*, 2009). Esos resultados se deben tomar con reserva dado que se basan en datos recabados en una clínica familiar, además de que no se usaron indicadores del peso corporal que aseguraran su comparabilidad nacional e internacional (IMC, peso para la talla, etc.).

A partir de una encuesta representativa nacional, se ha identificado por primera vez, que los niños que cohabitaban con alguna de sus abuelas en hogares monoparentales femeninos y biparentales, tuvieron una mayor prevalencia de exceso de peso, que los niños de hogares en los que no se encontraba ninguna (Ferniza, 2016). Lo anterior parece sostenerse en la evidencia de que, en la convivencia cotidiana, la abuela -por definición-, tiene un trato indulgente con los niños, lo que repercute en las prácticas alimentarias (Roo *et al.*, 2016). Situación que adquiere toda su dimensión, si consideramos que las abuelas intervienen con frecuencia en el cuidado de los hijos, llegando incluso a convertirse en su obligación (Jiménez, 2011; 2012). Lo anterior no significa, sin embargo, que la experiencia tenga una carga negativa, encargarse del cuidado de los nietos puede ser central, pues con ello evitan sentirse tristes o solas (Maldonado, 2015).

El papel de las abuelas no está exento de contradicciones, la presencia de abuelas en los hogares podría conducir a una dieta más cercana a la tradicional, considerando que ellas son depositarias del saber culinario y en ellas también recae la responsabilidad de transmitirlo (Christie, 2008). La dieta parecida a la tradicional, se ha relacionado con baja propensión al exceso de peso (Lozada *et al.*, 2007; Ortiz *et al.*, 2006).

En este punto es necesario considerar que la asociación identificada entre la presencia de la abuela con la propensión al exceso de peso, amplía la perspectiva pero aun no da cuenta de si es su presencia la que tiene el efecto sobre los escolares, o si ese efecto en realidad puede

corresponder a la cohabitación con otros familiares. Hay que considerar que los mismos niños, inciden cada vez más en las decisiones respecto a la alimentación, a la par de que los adultos suelen ofrecer alimentos o actividades como compensación o castigo (Domínguez *et al.*, 2008). De ese modo, la presencia de otros familiares amplía las opciones para acceder a alimentos o formas de entretenimiento que pueden ser ofrecidos a los niños.

Por otro lado, considerar a las personas con las que cohabitan los escolares, nos permite fundamentar indirectamente, la exploración de la convivencia, dado que en los hogares en los que se encuentran otros familiares se podrían generar conflictos de autoridad, entre la madre y los otros coresidentes, lo que puede derivar en riesgos para la salud de los infantes, como ya se ha mostrado para aspectos como la sobrevivencia de menores de 5 años (Bronfman, 2000; Echarri, 2003).

## **2. El exceso de peso de los escolares y la división del trabajo**

La relación entre el peso elevado en escolares y la participación materna en el mercado laboral, ha captado la atención de especialistas de múltiples contextos nacionales, desde los que han emergido tendencias divergentes.

En Estados Unidos, algunos estudios sugieren que la participación de las madres en el mercado laboral repercute en la prevalencia de exceso de peso. Dicha relación se ha identificado en niños de siete años que pertenecen a familias con desventajas económicas (Coley y Lombardi, 2012). Pero al incluir otro tipo de datos y ampliar los grupos analizados, no es posible sostener una relación directa entre el trabajo materno y la composición corporal de las niñas y niños. Con datos longitudinales, se reportó un vínculo entre obesidad de los hijos y trabajo materno, con los siguientes matices: para los adolescentes fue un factor de riesgo, mientras que entre los niños de seis a once años de edad se relacionó con una disminución en la prevalencia de exceso de peso. Cabe señalar también que, dicho efecto se halló sólo en hogares con ingresos bajos y en los que la madre no se encontraba unida. Esta particularidad conduce al autor a señalar que: “Para ser claros, los resultados de este estudio [...] llaman la atención respecto a las disyuntivas que probablemente ocurren entre el trabajo y la responsabilidad familiar en un ambiente crecientemente orientado a promover la obesidad infantil” (Miller, 2011: 215)

En esta misma línea, que no asume una relación directa entre el trabajo materno respecto al peso elevado, se analizó una encuesta de uso de tiempo, con población estadounidense, dando como resultado que las mujeres que trabajaban veían reducido su tiempo para comprar alimentos, cocinar, comer y jugar con sus hijos, además de supervisarlos, en 133 minutos por día. Aunque se reportó una mayor participación de los varones en las actividades domésticas, está no rebasó el 15% del tiempo que las mujeres dejaron de dedicar a las actividades (Cawley y Liu, 2012).

Además del tiempo destinado a las actividades orientadas a los escolares, la sobrecarga de trabajo de la madre, puede estar dando paso a algunos comportamientos que se han asociado al exceso de peso, sin que la participación labora materna se muestre como un factor que contribuya a que los escolares desarrollen un peso elevado. En un estudio transversal con población australiana, se analizó el empleo materno de tiempo completo a la par de las horas que los niños pasaban frente al televisor y las horas que dormían. Se observó un efecto supresor de dichas actividades respecto a la ganancia de peso, pues al incluirlas en el modelo, la actividad laboral de la madre no resultó estadísticamente significativa (Taylor *et al.*, 2012). Es decir, más que el empleo materno, las horas que los niños duermen y ven televisor es lo que los hace más propensos al sobrepeso y la obesidad.

En Dinamarca, la evidencia tampoco permitió establecer una relación directa entre el empleo materno y la propensión a la ganancia de peso (Greve, 2011). La autora señala que esto puede deberse a cuatro aspectos: primero: que el efecto del empleo materno es heterogéneo y depende del contexto, segundo: los servicios de cuidado infantil son de mayor calidad en Dinamarca, tercero: que las madres danesas, a pesar de trabajar jornadas completas, no dedican significativamente menos tiempo para comer o jugar con sus hijos que las que no trabajan y, por último, los padres daneses contribuyen ampliamente al cuidado de sus hijos.

Lo anterior nos da una pauta para reflexionar en torno a las particularidades nacionales que pueden llevar a resultado diferentes. En ese sentido la evidencia disponible, independientemente del país que se investigó, es un referente obligado pero requiere contrastarse con los datos al alcance en el ámbito nacional para responder a la pregunta general planteada.

## **Participación laboral materna y exceso de peso en escolares mexicanos**

La evidencia mostrada nos permite vislumbrar la importancia de contrastar en el contexto mexicano, la relación que se ha identificado entre el empleo materno y el exceso de peso que se ha encontrado en otros países. Comencemos señalando que si bien, el tener un empleo conlleva la reducción del tiempo para el cuidado de los hijos, las estadísticas de uso del tiempo han dejado ver que, desde que se tiene registro, las mujeres siguen desempeñando las labores de casa aunque también tengan un empleo (Santoyo y Pacheco, 2014; Rivero y Hernández, 2014; Rodríguez y García, 2014).

Vale la pena tener presente que en México, las mujeres, particularmente las de escasos recursos, son socializadas para hacerse cargo del cuidado de los miembros del hogar (Hernández *et al.*, 2001). La maternidad y las actividades relacionadas a ella son centrales en la formación de la identidad femenina mexicana, como un “ser para otros” (Pérez y Diez, 2007). Así, la doble jornada sería la manifestación concreta de la adopción de los roles tradicionales, tanto para las mujeres que la realizan como para los otros sujetos que se atribuyen la capacidad de demandarla.

Específicamente, la relación entre trabajo extradoméstico y salud de los niños se ha encontrado en un estudio en Ciudad Juárez en el que se identificó que los hijos (entre 1 y 7 años) de madres que trabajaban, principalmente en la industria maquiladora, tienen una mejor situación económica que aquellos cuyas madres no trabajan, pero al mismo tiempo presentan con mayor frecuencia desviaciones respecto a un peso adecuado (desnutrición y sobrepeso), aunque no se distinguieron efectos para los grupos de edad (Durán, 2009). Aunque no se hallaron análisis con encuestas representativas de esta relación, es importante tomar en cuenta la ocupación materna pues ha mostrado ser un aspecto clave para la salud de menores, en la etapa preescolar, en México (Brachet, 1996).

A partir, de la revisión de la evidencia, a continuación se presenta el desarrollo del análisis estadístico. Para ello se describen las características de la base de datos y posteriormente se caracterizan las variables independientes y de control que se emplean en el estudio.

Como podemos ver, la evidencia del vínculo entre el trabajo extradoméstico materno y el peso elevado de sus hijos, es escasa en México, aunque el hecho de que las mujeres mantengan

dobles jornadas, nos puede conducir a pensar que ellas buscan formas de desarrollar las labores domésticas y de cuidado de la forma más adecuada posible, aunque ello represente una sobrecarga de trabajo. Por ello, es pertinente preguntarnos ¿existe una relación entre el empleo materno y la composición corporal de los escolares mexicanos?

Responder a la interrogante planteada, aportaría elementos para una discusión de las consecuencias del reparto de tareas en el hogar, y a partir de ello, señalar la pertinencia de alternativas para procurar un peso saludable, en la población en edad escolar, que no contribuyan a la sobrecarga de trabajo de las madres.

### **3. Fuente de datos, variables y análisis**

La ENSANUT 2012 es la base de datos que se analiza para dar cuenta de las implicaciones de las características familiares en la composición corporal de los escolares. Dicha encuesta se realizó mediante una muestra probabilística representativa, tanto a nivel nacional como estatal y por estratos metropolitano, urbano, y rural (Gutiérrez *et al.*, 2012). Aunque se tiene información de 27,980 personas con edades entre cinco y once años, la muestra analítica se conformó de 14,718 escolares con datos válidos para todas las variables consideradas.

#### **La medición de la composición corporal de los escolares**

Como señalamos, utilizamos el IMC en este análisis para identificar la composición corporal de los escolares. Si bien existen diferentes mediciones para aproximarse a la acumulación de grasa corporal, el IMC tiene la ventaja de mostrar las características nutricionales antes de que se manifiesten como signos clínicos o que sean detectables en análisis bioquímicos, además de que no es invasivo, es barato y relativamente fácil de obtener. También hay que considerar que se trata de una medida ampliamente usada, lo que permitiría su comparación internacional (de Onis, 2000).

Un aspecto que requiere particular atención al utilizar el IMC, es el incremento que están experimentando los cuerpos en todo el mundo, como consecuencia de los cambios económicos, sociales y culturales del último siglo (Ulijaszek y Lofink, 2006). Existe evidencia de que el IMC requerido para la sobrevivencia de los preescolares, ha sido menor en los países con menor



ingreso y que los valores de peso y talla considerados óptimos, están en aumento en todo el mundo (Fogel, 2004).

Los cambios mencionados en la composición corporal, no anulan la utilidad del IMC para analizar el exceso de peso, particularmente de los criterios de la OMS, puesto que el punto de partida de los estándares de la OMS fue una población de preescolares en condiciones óptimas de crecimiento, con participantes de diferentes países con niveles de variación entre estos del 3% (Onis y Lobstein, 2010). Este estándar internacional prescriptivo permite comparar fácilmente y con objetividad diferentes poblaciones (Khadilkar y Khadilkar, 2011).

Las características mencionadas dan paso a que la magnitud de la estimación de los problemas nutricionales, varíe respecto a otros criterios internacionales que se basan en la experiencia de crecimiento (Kaufer y Toussaint, 2008). En latinoamericana ya se han documentado dicha variación. Mediante los puntos de corte establecidos por la OMS, se clasificó a la población escolar con mayor frecuencia con exceso de peso (sobrepeso y obesidad), que con los criterios del *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) de los Estados Unidos, en un análisis longitudinal en Chile (Vásquez *et al.*, 2013). Con población colombiana, se observó que las estimaciones de sobrepeso y obesidad derivadas del criterio de la OMS eran también mayores a las que se obtenían utilizando los criterios del *International Obesity Task Force* (IOTF) (González *et al.*, 2013). En Venezuela, México y España, además se encontraron mayores niveles de malnutrición (peso bajo, sobrepeso y obesidad) al utilizar los criterios de la OMS, respecto al IOTF (Bergel *et al.*, 2014).

La mayor frecuencia con la que los puntos de corte de la OMS identifican exceso de peso, es un aspecto clave para la prevención pues han sido desarrollados a partir de una población en la que no se supone que el peso elevado sea común, mientras que los criterios del CDC y del IOTF han sido definidos a partir de poblaciones en las que el peso se ha incrementado, lo que puede estar repercutiendo en las estimaciones (González *et al.*, 2013). Así, la medición propuesta por la OMS puede permitir identificar a un número más adecuado de población en riesgo (Vásquez *et al.*, 2013). Un último aspecto que hay que señalar es que, si bien, el IMC no refleja el contenido de grasa corporal, al ser una medida de la composición corporal, puede ser un buen indicador de

adiposidad en poblaciones con altas prevalencias de sobrepeso y obesidad (Kaufer y Toussaint, 2008).

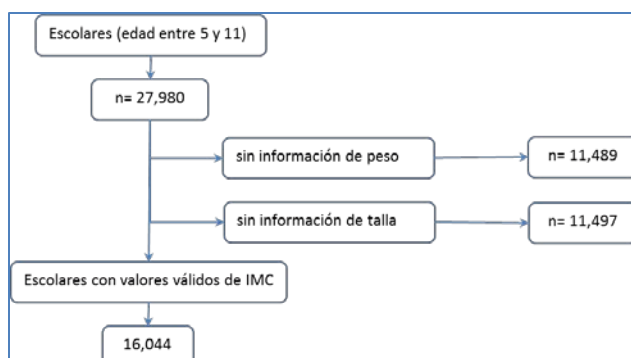
A partir de lo anterior, en nuestro análisis la composición corporal se categoriza considerando los puntos de corte propuestos por la OMS en 2007 (De Onis *et al.*, 2007). En lo que se refiere a la forma de analizar la composición corporal, para mantener la comparabilidad con los análisis previos respecto a la población en edad escolar, se analiza de manera conjunta al sobrepeso y la obesidad como formas de exceso de peso (Hernández *et al.*, 2003; Flores *et al.*, 2005; INSP, 2008; Bonvecchio *et al.*, 2009). Así, la variable de respuesta de nuestro análisis cuantitativo es la puntuación  $z$  válida del IMC para la edad, presentado como variable dicotómica, de modo que se asigna “0” cuando los escolares presentaron un IMC que se asocia con un riesgo bajo de problemas de salud, si presentaron obesidad o sobrepeso, la categoría asignada es “1”. Un modelo posterior que nos permitirá distinguir los efectos para sobrepeso y obesidad considera tres aspectos el peso adecuado “0”, el sobrepeso “1” y la obesidad “2”.

La submuestra de la que se obtuvieron los datos fue de 85,291 observaciones, de los cuales 27,980 tuvieron edad escolar, mismos que se distribuyeron como lo muestra el esquema IV.1. Sólo se pudo tomar en cuenta la información de aquellos individuos de quienes se podía conocer su peso, sexo, edad y talla. Los puntos de corte de la condición corporal se obtuvieron a partir del macro que proporciona la OMS para el paquete estadístico STATA<sup>®42</sup>. A partir de los 16,439 casos de escolares con datos válidos de peso y talla, no se analizaron 395 casos (2.40%) que tuvieron valores considerados biológicamente implausibles, es decir, aquellos que tenían un IMC menor a 10 o superior a 38. Finalmente se consideraron 16,044 observaciones con valores plausibles de IMC de acuerdo a los puntos de corte seleccionados (esquema I.1). No se tomaron en cuenta los valores de peso bajo, puesto que el fenómeno que se investiga es el otro extremo de la malnutrición. Por lo mismo, esos casos no se pueden integrar a los participantes eutróficos puesto que el peso bajo conlleva sus propios riesgos, mientras que la condición de normopeso se asocia con bajos riesgos de daño a la salud.

---

<sup>42</sup> Disponible en <http://www.who.int/childgrowth/software/es/>

ESQUEMA IV.1.  
Acotamiento de la muestra a partir de los valores válidos para calcular el IMC.



Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012.

### Los arreglos residenciales

Una vez que se ha definido la variable de respuesta, se establece a continuación las variables empleadas en el estudio, comenzando por los arreglos residenciales. Como se dijo antes, al indagar sobre los *arreglos*, buscamos dar cuenta de opciones de interacción entre familiares que van más allá de la que existe entre padres e hijos. Mediante el concepto de arreglo habitacional se busca una lectura cuantitativa con más detalle, para aproximarnos a quienes conviven con los escolares.

Cabe señalar que al enfocarnos en los escolares no se incluyeron parejas sin hijos ni hogares unipersonales, además no se analizaron escolares reportados como parejas de los jefes del hogar.

El arreglo residencial, remite a la identificación de “la distribución de las personas dentro de los hogares” (ONU, 2010:256). En nuestro caso, asumimos que esa distribución configura la forma en la que se atienden las labores y los cuidados dirigidos a los niños, lo que no está desprovisto de tensiones y conflictos. Así, aunque no todos los familiares intervengan de igual manera en el conjunto de labores y cuidados del menor, su participación puede ser importante. Por ello, se identifica la cohabitación de los escolares con la madre, ambos padres u otros parientes, como formas que brindan oportunidades diferenciadas de conducir las prácticas alimentarias y de actividad física de los escolares. De tal modo que, en un hogar en el que la madre sola convive

con otros familiares, tendría menor oportunidad de definir y controlar el cumplimiento de las ocasiones de alimentación, la cantidad y calidad de la ingesta, además de los niveles de actividad física o sedentarismo, que al estar presente su pareja o cuando sólo esta ella.

A partir de lo anterior se proponen las siguientes categorías para analizar el arreglo habitacional en los que se localizan los escolares:

- Pareja cohabitando con otros familiares
- Madre sola cohabitando con otros familiares
- Ambos padres
- Madre sola

Hay que señalar que en las categorías con “otros familiares en el hogar”, se incorporaron a aquellos miembros del hogar que no eran ni la madre ni el padre, recuperándolos incluso de la categoría de “otro parentesco” que se considera en el cuestionario de la encuesta<sup>43</sup>. Debido a lo reducido de su número (220 casos, 1.37% de los casos seleccionados), no se tomaron en cuenta los hogares en los que los escolares vivían sólo con su padre, además de que no se analizan los escolares que no viven con su madre.

En tanto que la presencia de alguna abuela dentro de los arreglos habitacionales sólo se podía distribuir entre dos de las categorías (dónde hay otros familiares), reduciendo el tamaño de muestra para efectuar las estimaciones, se optó por no considerar la presencia de la abuela como una categoría independiente. No obstante, hay que señalar que del total de casos en los que había otros familiares en el hogar, en el 51% se encontraba al menos una abuela.

### ***Trabajo extradoméstico materno***

Del lado de la división del trabajo en el hogar, la base de datos considerada permite dar cuenta de la participación laboral de la madre, que como vimos, ha mostrado tener afecto en la composición corporal de preescolares y escolares jóvenes.

---

<sup>43</sup> En el cuestionario de la ENSANUT, no se identificó directamente a los miembros que no tenían ningún parentesco con el jefe del hogar, por lo que las personas sobre las que no se declaró que emparentaban de otras formas, no fueron consideradas en la construcción de los arreglos habitacionales.

En el análisis se categorizó la participación laboral en forma dicotómica, donde “0” se refiere a que no realizó un trabajo extradoméstico y “1” a que la madre del escolar realizaba un trabajo extradoméstico.

## **Variables de control**

Además de las variables que se introducen en el análisis, existe un conjunto de factores que juegan un papel importante en la relación que se indaga, por ello, para una exposición más clara, se agrupan de acuerdo al tipo de aspecto al que se refieren. De ese modo, tenemos características individuales, de la madre, del hogar y del contexto, que se detallan a continuación.

### ***Características individuales***

La *edad* es un aspecto clave, para caracterizar a los escolares que presentan un mayor riesgo, en su vida actual y futura, pues la evidencia muestra que los niños que presentan exceso de peso tienen una mayor propensión de presentar esa condición y los problemas de salud asociados, a la edad adulta (Guo *et al.*, 2002; Reilly y Kelly, 2011; Durá *et al.*, 2013). En nuestro estudio se considera la edad segmentada a partir de dos etapas del desarrollo. Se identifican a los escolares más pequeños, con edades entre 5 y 7 años, y los escolares mayores que tienen edades entre 8 y 11 años (INSP, 2008).

El *sexo*, de manera similar a la edad, es un aspecto fundamental del fenómeno analizado. Si bien, las diferencias por género en las encuestas es mixta, estas pueden deberse a los puntos de corte que se seleccionaron para clasificar la situación de cada sexo, de tal modo que al emplear el criterio de la OMS (2007), se puede apreciar una tendencia de los varones a presentar mayores niveles de exceso de peso desde los 5 hasta los 11 años para los datos representativos nacionales recabados en 1999, 2006 y 2012 (Gutierrez *et al.*, 2012). La categorización utilizada es una recodificación de la variable que proporciona la misma encuesta, en la que asignó a los niños el valor “0” y a las niñas el valor “1”.

La *edad de la madre*, al momento del nacimiento, se ha vinculado a comportamientos relacionados con la acumulación de peso, señalando que las madres adolescentes tienen menor conocimiento sobre las etapas del desarrollo de sus hijos, menor cuidado de apoyo, y por ello un

manejo menos adecuado de la alimentación infantil que las madres adultas (Horodynski *et al.*, 2015). Esta variable se construyó distinguiendo entre las madres que eran adolescentes, menores a 19 años, al momento de dar a luz al escolar analizado, asignando el valor “1”, y aquellas que ya eran adultas, asociándolas con el valor “0”.

### ***Características de la madre***<sup>44</sup>

En México, la ENN de 1999 permitió evidenciar el efecto de la *escolaridad de la madre* en la composición corporal. A partir de esta fuente de datos, se encontró que conforme aumenta la escolaridad de la madre (menos que primaria o mayor que primaria) y el nivel socioeconómico (identificado en terciles), también se incrementó la propensión a presentar peso elevado (Flores *et al.*, 2005). Otra aproximación a estos datos también utilizó la escolaridad materna, pero la dividió en cuatro categorías: sin escolaridad, primaria, secundaria y media o superior. Bajo esta categorización se observó que los hijos de las mujeres con educación secundaria fueron los más propensos a obesidad y sobrepeso, respecto a aquellas sin instrucción, le seguían las más educadas y por último las que tenían primaria (Hernández *et al.*, 2003).

La *escolaridad de la madre* fue medida en el último grado aprobado. La variable se construyó a partir de cuatro categorías: primaria o menos atribuyendo el valor “0”, secundaria con el valor “1”, al bachillerato o carrera técnica se le asignó el valor “2” y a la licenciatura y más se le identificó con el número “3”.

La *situación conyugal* de la madre, podía ser analizada de manera independiente al arreglo residencial, pues lo que se busca captar no necesariamente es captado en los arreglos

---

<sup>44</sup> Como ya señalamos antes, en México la composición corporal, específicamente de la madre, ha sido encontrada altamente asociada a la de sus hijos. La ENN 99 permitió comparar el Índice de Masa Corporal (IMC) de la madre con el de los escolares, y mostró que los hijos de las madres que presentaron sobrepeso tuvieron mayor propensión a desarrollar obesidad o sobrepeso que los de madres con peso normal, pero menor que las madres que presentaron obesidad (Flores *et al.*, 2005). En la Ciudad de México, un estudio de casos y controles encontró que la propensión a la obesidad cuando el papá presentó sobrepeso fue elevada pero fue mayor aun si tenía obesidad. En las madres la propensión asociada a su sobrepeso fue mayor a la que se asoció a los padres, pero si eran obesas tenían un menor efecto que el de sus padre en la predisposición a incrementar su peso corporal (Klünder *et al.*, 2011). A pesar de esta evidencia, no consideramos dentro de nuestro análisis este aspecto. El análisis propiamente dicho de la transmisión intergeneracional del exceso de peso, supone controlar componentes genéticos y comportamentales, de los que no se disponen en la encuesta analizada. Por otro lado, cabe señalar que nuestro objetivo está claramente orientado a indagar sobre el componente social e interpersonal en la ganancia de peso de los escolares. Finalmente, es pertinente anotar un argumento técnico, si tomamos en cuenta las observaciones que tienen datos válidos para identificar esta característica materna, se pierden prácticamente la mitad de la muestra considerada.

residenciales, al estar centrados en los escolares; sin embargo, desde que se comparó de forma bivariada, esta variable no fue estadísticamente significativa por lo que no se le incluyó en los modelos subsecuentes.

### ***Características del hogar***

El comportamiento de la relación entre el peso elevado y el *nivel socioeconómico* difiere a partir del grupo de edad analizado. La ENN de 1988, permitió establecer por primera vez una relación inversa para las adultas mexicanas<sup>45</sup> utilizando como indicador su educación (Hernández *et al.*, 1996). Sin embargo, esta relación ha sido identificada en la Ensanut 2006 con un sentido contrario, pues la prevalencia de obesidad y sobrepeso aumentó en cada quintil de nivel socioeconómico respecto al más bajo, aunque el más alto tuvo una propensión menor a la del quintil 3 (INSP, 2008). En la población adulta no se puede distinguir una sola tendencia consistente para la relación entre el nivel socioeconómico y el peso corporal elevado.

En lo que respecta a la población escolar, en los últimos 15 años se ha encontrado una relación positiva entre el estatus socioeconómico y la prevalencia de obesidad y sobrepeso. Con los datos que generó la ENN de 1999 se encontró que conforme aumentó el nivel socioeconómico (identificado en terciles), también se incrementó la propensión a presentar peso elevado (Flores *et al.*, 2005).

La ENSANUT de 2006 también permitió observar una relación directa y estadísticamente significativa de la composición corporal de exceso de peso de los jóvenes con el estatus socioeconómico (medido en quintiles). Los escolares entre 8 y 11 años, presentaron una relación positiva que fue significativa sólo para los dos quintiles más altos, la propensión de aquellos que pertenecían al quintil 5 fue menor a la del 4 (INSP, 2008). Otro análisis de la misma encuesta halló que, respecto a los niños de nivel socioeconómico bajo, el consumo de antojitos se asoció positivamente con la prevalencia de exceso de peso, para los niños de mayor nivel socioeconómico. El consumo de frutas y verduras se asoció negativamente con la ganancia de peso en niños de nivel medio y alto (Shamah *et al.*, 2011).

---

<sup>45</sup> Cabe recordar que en esta encuesta sólo se captó información para mujeres entre 12 y 49 años de edad y para preescolares de ambos sexos.

Un análisis conjunto de las encuestas nacionales de nutrición de 1999 y 2006, dio como resultado que, si bien las prevalencias de exceso de peso son elevadas en todos los grupos de edad y niveles socioeconómicos, se mantuvo la tendencia positiva en el incremento de peso respecto al nivel socioeconómico (Bonvecchio *et al.*, 2009). Dicha relación es interesante a la luz del análisis del ingreso de la población, los patrones de consumo y los cambios en los precios de los alimentos. A partir de la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto en los Hogares (Enigh) en sus levantamientos de 1992, 2000 y 2010, se encontró que el costo de las calorías se ha reducido en el periodo de estudio, lo que dio pie a que los hogares con mayores restricciones presupuestarias tuvieran principalmente acceso a una dieta alta en calorías, pero escasa en contenido nutricional (Moreno *et al.*, 2014). Esta relación inversa entre pobreza y calidad de la dieta supone la necesidad de ahondar en las características de los hogares que permiten finalmente una relación directa entre peso corporal y nivel socioeconómico en escolares.

Además de las encuestas nacionales representativas también se han examinado planteles escolares en diversa localidades mexicanas. En 2001, se analizó una escuela pública del centro de Jalapa, Veracruz. En la muestra seleccionada, considerada de nivel socioeconómico medio alto, se encontró una alta prevalencia que alcanzaba a la cuarta parte de la muestra (Brewis, 2003).

En el norte del país se ha dedicado bastante atención al estado de Baja California sin que se pudieran distinguir claras diferencias a partir de nivel socioeconómico. En Tijuana, entre 2001 y 2002, no se determinó con claridad el vínculo entre nivel socioeconómico y el peso corporal, pues al analizar una muestra representativa de 44 escuelas públicas y 11 privadas, en las que se observaron altas prevalencias de peso elevado en los vecindarios más pobres, a la par que quienes acudieron a escuelas privadas presentaban un 75% más propensión a la obesidad, que los que acudían a escuelas públicas (Villa *et al.*, 2006). En Ensenada durante el año 2006, también se identificó un mayor peso corporal de los escolares que acudían a escuelas privadas, aunque no hubo diferencia estadísticamente significativas respecto a la obesidad extrema ni abdominal (Bacardí *et al.*, 2007). En otro estudio efectuado entre 2005 y 2006, en dos escuelas primarias públicas, una de Tijuana y una de Tecate cuyo alumnado pertenece a una población de ingreso medio, se encontró una relación del riesgo de peso alto tanto para escolares que percibían inseguridad alimentaria como para aquellos que tenían un mayor nivel socioeconómico (Wojcicki *et al.*, 2012).



Un efecto similar fue hallado en la Ciudad de México, al analizar seis primarias. Dos de ellas fueron privadas y cuatro públicas, de las cuales una estaba en una zona socioeconómica media y el resto en una baja. Conforme aumentó el nivel socioeconómico de los participantes, identificado a partir del hacinamiento, también se incrementa la propensión al peso elevado; al mismo tiempo, un incremento en la inseguridad alimentaria hizo más propensos a los escolares de tener un peso corporal excesivo (Ortiz *et al.*, 2007). En otro estudio, ahora con una muestra de menores asistentes a dos escuelas primarias públicas de una zona marginada de la delegación Tláhuac, se encontraron prevalencias por encima de las estimaciones que se habían hecho para la Ciudad de México, aunque su comparación se dificulta pues se realizaron con criterios distintos (Castañeda *et al.*, 2010).

A nivel local, comparar los diversos estudios se vuelven una tarea complicada puesto que los análisis de las encuestas de salud nacionales representativas, utilizaron los criterios de la *International Obesity Task Force* (IOTF), mientras que todos los estudios mencionados en planteles específicos en el norte y centro de México utilizaron los criterios del *Center for Disease Control* (CDC) Estados Unidos, lo que puede implicar una sobreestimación respecto a los valores calculados respecto al criterio anterior como se ha mostrado con población latinoamericana (González *et al.*, 2013).

A pesar de las dificultades que conlleva el análisis más local, nos interesa el panorama de la Ciudad de México, como el escenario en el que se desarrolla la siguiente etapa del estudio. En este territorio, se han realizado tres levantamientos de la Encuesta Urbana de Alimentación y Nutrición (Enurbal), desde 1995, sin embargo la población escolar no se incluyó en este primer levantamiento. El levantamiento de 2002, se realizó sólo una muestra de estrato bajo. Utilizando el indicador peso para la talla, se encontró que el 34.2% de los participantes con edades entre 5 y 12 años presentaron obesidad y sobrepeso, comparado con el 26% observado a nivel nacional (Ávila *et al.*, 2003). Por su parte, la Enurbal 2007 enfocada en la población urbana de 34 municipios conurbados del Estado de México dio como resultado una prevalencia alta, pero por debajo de las estimaciones a nivel nacional y de las localidades urbanas, estos resultados si son comparables con los nacionales pues se realizaron a partir de los mismos criterios de clasificación de la composición corporal de la IOTF (Ávila *et al.*, 2009; Shamah *et al.*, 2007).

El *nivel socioeconómico*, utilizado para el análisis, se identificó con los quintiles contruidos a partir de la muestra y que la misma base de datos proporciona. Estos quintiles fueron estimados a partir de identificar las variables que predicen el ingreso dentro de las mismas observaciones de la encuesta, entre las que se incluyen estructura demográfica del hogar, las condiciones estructurales de la vivienda, los bienes del hogar, los patrones de consumo y el índice de marginación de la localidad. Una vez seleccionadas las variables se construyeron modelos *logit* ordenados para delimitar la distribución de probabilidad de que se clasifique a un hogar en un quintil, tomando como referencia la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto de los Hogares (ENIGH 2010). Estos quintiles se verificaron al compararlos con una medición multidireccional de la pobreza, que reflejó el comportamiento esperado a través de los diferentes niveles socioeconómicos (Gutiérrez, 2013).

Al considerar el arreglo residencial en el que sitúa la población analizada, es conveniente tomar en cuenta que *el tamaño del hogar* puede distorsionar el análisis, pues no es lo mismo un hogar en el que se encuentre un solo escolar que otro, en el que haya varios, a pesar de que cuenten con el mismo número de integrantes. Muniagurría y Novak (2014), mostraron la importancia de tomar en cuenta la necesidad energética de los hogares a partir de identificar las unidades consumidoras. Siguiendo la propuesta del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) de Argentina, se estimaron las necesidades energéticas de hombres y mujeres de acuerdo a su edad respecto a las partes proporcionales de las necesidades equivalentes a un adulto entre 30 y 59 años con actividad física moderada (INDEC, 2012). Las proporciones de cada uno de los miembros se suman y este resultado es el que se presenta para comparar los diferentes hogares.

Otro aspecto del hogar que se ha considerado con repercusión en la prevalencia de sobrepeso y obesidad es la *seguridad alimentaria*. Ortiz y colaboradores (2007) encontraron dicha asociación en seis primarias de la Ciudad de México; sin embargo, el instrumento con el que se recabo esta condición de los hogares consistió sólo de dos preguntas diseñadas *ex profeso*. La ENSANUT en su levantamiento de 2012 incluyó la aplicación de la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA) y en su base final se incluye una estimación de acuerdo al “Manual de uso y aplicación” (FAO, 2012), que recuperamos para nuestro análisis.

La escala difiere en la cantidad de preguntas realizadas a partir de la presencia o no de menores de 18 años. Una batería de ocho preguntas se aplica a los hogares en los que sólo se encuentran adultos. La presencia de al menos un miembro menor de edad suponía la aplicación de la escala completa con otros siete *ítems* para completar un total de 15 preguntas.

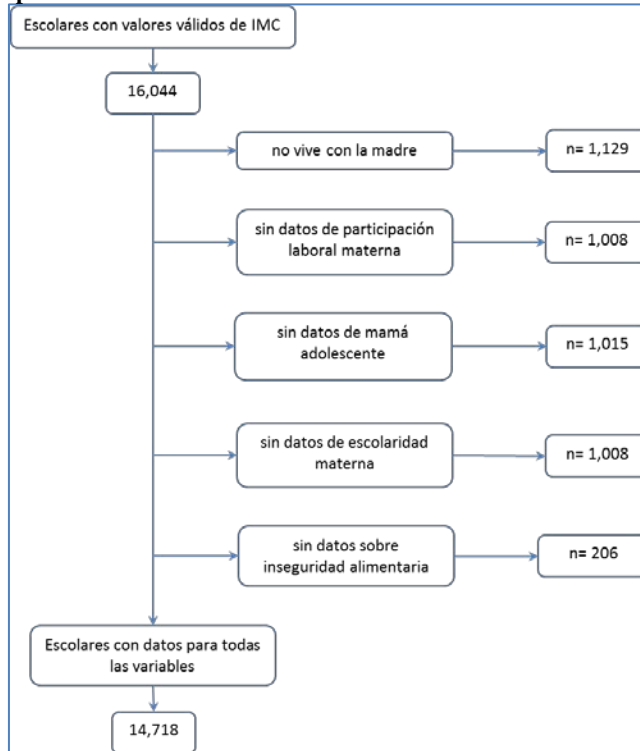
Para clasificar a los hogares, primer se asigna un “1” si respondieron a la pregunta con un “sí” y un “0” si respondieron “no”. Después de sumar cada una de las respuestas, se distingue si se trata de un hogar con menores o no. En los hogares con menores, en los que nos enfocamos, una suma de “0” en la escala indica “seguridad alimentaria”, de 1 a 5 respuestas afirmativas, se considera que el hogar experimenta “inseguridad alimentaria leve”, la “inseguridad alimentaria” moderada supone que la suma de las pregunta va de 6 a 10, finalmente una “inseguridad alimentaria grave” requiere que la suma de las preguntas sea entre 11 y 15. Para nuestro estudio se parte de estos cálculos, pero se asigna una valor de “0” a los hogares que reportaron una suma de “0” en sus respuestas. En los otros tres casos se señala con “1” que se ha experimentado algún tipo de inseguridad alimentaria.

### ***Características del contexto***

Al analizar el comportamiento de las prevalencias conjuntas de obesidad y sobrepeso en las encuestas de nutrición en México, resalta que los niveles más altos se han presentado en los entornos *urbanos* y los estados de la región norte y en la Ciudad de México, en las últimas dos décadas (Hernández *et al.*, 2003; Shamah *et al.*, 2007; Gutiérrez *et al.*, 2012).

Se identifican tres tamaños de localidad: metropolitana, urbana y rural, que se incluye en la ENSANUT. Además, aprovechando que la encuesta utilizada es representativa a nivel estatal, el análisis se efectúa agregando una variable respecto a vivir en la ciudad de México (“0”, cualquier otra entidad “1”) más allá de comparar las regiones.

ESQUEMA IV.2.  
**Acotamiento de la muestra a partir de los valores válidos para calcular el IMC.**



Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012.

El esquema IV.2 resume los recortes que se hicieron a la muestra con valores válidos de antropometría. Sólo se muestran las variables que tuvieron faltantes, a partir de los conformó nuestra base de datos final.

Dada la importancia de los aspectos del hogar y del contexto, nos hacemos una última pregunta de investigación que busca responder si los posibles efectos que pueden mostrar los arreglos residenciales o la participación laboral materna, no están condicionados por las características del hogar o de los contextos en los que se ubica este.

### Modelos de regresión

Para la inferencia estadística a partir de variables de respuesta dicotómicas, se pueden asumir varios modelos de distribución de la probabilidad. Una de las más frecuentemente utilizadas es la distribución logística, debido a su flexibilidad y facilidad de manejo, además de que proporciona las bases para estimaciones de efectos con relevancia clínica (como es el exceso de peso). La distribución logística binomial, constreñida a dos valores (0 y 1), asume una forma

de “S”, en donde las probabilidades son más pequeñas en la medida en que se acercan a “0” o “1”. Del mismo modo que en la regresión lineal, el valor esperado de la variable de respuesta está dado por un determinado valor de una variable independiente ( $E(Y|x) = \beta_0 + \beta_1 x$ ), por lo que puede ser expresado en términos lineales, considerando la restricción a dos valores en los resultados:

$$\pi(x) = \frac{p(y = 1 | x)}{1 - p(y = 1 | x)}$$

Donde  $\pi(x) = E(Y|x)$ .

La distribución de probabilidad del valor esperado de Y en una función logística, estaría dada en los siguientes términos:

$$\pi(x) = \frac{e^{\beta_0 + \beta_1 x}}{1 + e^{\beta_0 + \beta_1 x}}$$

La función de probabilidad logística también puede ser transformada para obtener estimaciones con un comportamiento lineal:

$$Y|x = \ln \left[ \frac{\pi(x)}{1 - \pi(x)} \right]$$

En tanto que puede haber dos valores posibles en la respuesta, se obtendrían razones de momios expresados en  $\pi(x)$ . Al aplicar el logaritmo natural se transforma la función obteniendo coeficientes lineales, mientras la estimación del valor esperado de Y, queda expresada en escala logística, por lo que al ser exponenciada proporciona las razones de momios (Hosmer y Lemeshow, 2013; Long y Freese, 2001).

Para responder a la pregunta por el papel desempeñado por las personas con las que se comparte el contexto del hogar, respecto al exceso de peso en la población en edad escolar, en un primer momento, se estima el efecto de los arreglos residenciales considerados, incorporando algunas variables individuales. El modelo tuvo la siguiente especificación:

$$\ln \left[ \frac{\text{Exceso de peso}}{\text{Normopeso}} \right] = \beta_0 + (\beta_1 \text{ arreglo habitacional}) + (\beta_2 \text{ edad}) \\ + (\beta_3 \text{ sexo}) + (\beta_4 \text{ madre adolescente}) + \varepsilon$$

Posteriormente, para contestar a la interrogante sobre la posible relación entre el trabajo extradoméstico y la composición corporal de los niños, se estima otro modelo en el que se capta la participación materna en el mercado laboral como una forma de reparto del trabajo extradoméstico, además de las variables individuales disponibles, especificado de la siguiente forma.

$$\ln \left[ \frac{\text{Exceso de peso}}{\text{Normopeso}} \right] = \beta_0 + (\beta_1 \text{ madre trabaja}) + (\beta_2 \text{ edad}) \\ + (\beta_3 \text{ sexo}) + (\beta_4 \text{ madre adolescente}) + \varepsilon$$

Otro modelo, busca responder a la interrogante respecto al efecto conjunto que pueden tener los arreglos residenciales y el trabajo materno, controlando nuevamente por las características individuales, quedando del siguiente modo:

$$\ln \left[ \frac{\text{Exceso de peso}}{\text{Normopeso}} \right] \\ = \beta_0 + (\beta_1 \text{ arreglo habitacional}) + (\beta_2 \text{ madre trabaja}) + (\beta_3 \text{ edad}) \\ + (\beta_4 \text{ sexo}) + (\beta_5 \text{ madre adolescente}) + \varepsilon$$

Finalmente se estima un cuarto modelo, incorporando las características del hogar y del contexto para responder a nuestra última pregunta de investigación respecto a si los efectos encontrados en las variables de interés, se sostienen al incorporar características del hogar y del contexto. El modelo se especificó del siguiente modo:

$$\ln \left[ \frac{\text{Exceso de peso}}{\text{Normopeso}} \right] = \beta_0 + (\beta_1 \text{ arreglo habitacional}) + (\beta_2 \text{ madre trabaja}) + (\beta_3 \text{ edad}) \\ + (\beta_4 \text{ sexo}) + (\beta_5 \text{ madre adolescente}) + (\beta_6 \text{ escolaridad materna}) \\ + (\beta_7 \text{ tamaño ajustado del hogar}) + (\beta_8 \text{ seguridad alimentaria}) \\ + (\beta_9 \text{ tamaño de localidad}) + (\beta_{10} \text{ nivel socioeconómico}) + \varepsilon$$

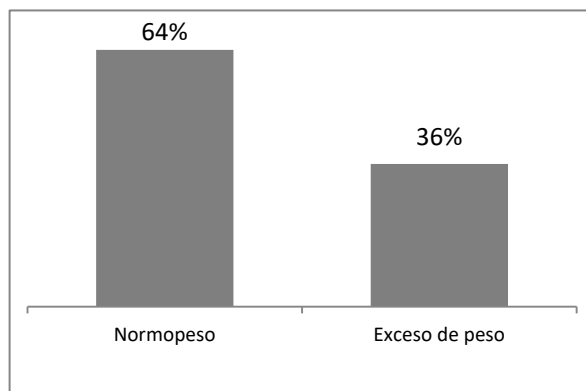
El análisis se realizó con el paquete estadístico Stata® versión 12.0 (College Station Tx., USA).

## 4. Resultados

### Resultados de la distribución de las variables y la composición corporal de los escolares

Un primer resultado, que se presenta en la gráfica IV.1, es que más de la tercera parte de la población en edad escolar captada por la encuesta, presenta exceso de peso a nivel nacional.

GRÁFICA IV.1  
Composición corporal de escolares. México.



Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

Nuestros resultados coinciden con las estimaciones del INSP, en el aspecto específico del sobrepeso, identificando una prevalencia de 19.8%; sin embargo, en lo que respecta a la obesidad, estimamos niveles de casi el 16%, frente al 14.6%, del instituto. La diferencia pues, se concentra en los casos de obesidad.

El cuadro IV.1 Muestra el comportamiento de las variables que nos interesa introducir en el análisis del sobrepeso y la obesidad, la distinción de cada una de las variables consideradas se presenta en el anexo 1. Vemos que, en primer lugar, se observa una tendencia decreciente en la prevalencia de exceso de peso en la medida en que se pasa de los arreglos residenciales en los que están presentes otros familiares, a aquellos donde sólo están ambos padres, y finalmente donde está sólo la madre, siendo alta la prevalencia en todas las categorías. En lo que se refiere a la situación laboral de la madre, el cuadro muestra una mayor concentración de escolares que presentaban exceso de peso si la madre participa en el mercado laboral.

CUADRO IV.1  
**Distribución porcentual de las variables de interés y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.**

	<i>Normopeso</i>	<i>Sobrepeso u obesidad</i>	<i>Total</i>
	64.3	35.7	100.0
<b>Arreglo habitacional</b>			
Padres y familiares	62.8	37.2	100.0
Madre y familiares	62.4	37.6	100.0
Ambos padres	64.3	35.7	100.0
Madre sola	68.2	31.8	100.0
<b>Trabajo materno</b>			
Sin extradoméstico	66.5	33.5	100.0
Con extradoméstico	59.0	41.0	100.0

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012.  
n= 14,718.

Las variables individuales de los escolares, reportadas en el cuadro IV.2, nos permiten ver que los niños con más edad presentan también mayores niveles de exceso de peso. Las niñas presentaron sobrepeso y obesidad en menor medida que los niños. Por otro lado, se observa que los escolares cuya madre era adolescente cuando nacieron, presentaron exceso de peso con más frecuencia.

CUADRO IV.2  
**Distribución porcentual de las características individuales y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.**

	<i>Normopeso</i>	<i>Sobrepeso u obesidad</i>	<i>Total</i>
	64.3	35.7	100.0
<b>Edad</b>			
5 a 7	69.2	30.8	100.0
8 a 11	60.6	39.4	100.0
<b>Sexo</b>			
Niños	61.5	38.5	100.0
Niñas	67.1	32.9	100.0
<b>Edad de la madre al nacimiento de su hija o hijo</b>			
Adulta	63.9	36.1	100.0
Adolescente	66.2	33.8	100.0

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

Al observar la educación de la madre, en el cuadro IV.3, en la medida en que aumentaron los años de escolaridad de la madre, también se incrementaba la proporción de niños con un peso elevado.



**CUADRO IV.3**  
**Distribución porcentual de las características de la madre y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.**

	<i>Normopeso</i>	<i>Sobrepeso u obesidad</i>	<i>Total</i>
	64.3	35.7	100.0
Escolaridad materna			
primaria o -	70.2	29.8	100.0
secundaria	63.0	37.0	100.0
Bachillerato	58.6	41.4	100.0
licenciatura	52.5	47.5	100.0

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

En el cuadro IV.4 se reporta la distribución del grupo de variables relacionadas al hogar, y del exceso de peso a lo largo de cada una de las categorías de las variables. Los hogares en los que se concentran los niños con exceso de peso, de acuerdo a las unidades consumidoras equivalentes a un adulto, tienen un tamaño promedio menor que aquellos en los que se concentraron los escolares con un peso poco riesgoso.

**CUADRO IV.4**  
**Distribución porcentual de las características del hogar y prevalencia de exceso de peso en escolares. México**

	<i>Normopeso</i>	<i>Sobrepeso u obesidad</i>	<i>Total</i>
	64.3	35.7	100.0
Tamaño ajustado del hogar por unidades consumidoras	4.06† (1.3)*	3.82† (1.2)*	3.98† (1.3)*
Hogar con inseguridad alimentaria			
No ha experimentado	58.78	41.22	100.0
Si ha experimentado	65.82	34.18	100.0
Quintiles			
I	73.92	26.08	100.0
II	62.08	37.92	100.0
III	57.61	42.39	100.0
IV	54.65	45.35	100.0
V	46.95	53.05	100.0
Tamaño de localidad			
Rural	70.86	29.14	100.0
Urbana	61.71	38.29	100.0
Metropolitana	59.47	40.53	100.0

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718. † media, \*desviación estándar

Por su parte, los hogares en los que se experimentó inseguridad alimentaria mostraron menor prevalencia de peso excesivo que aquellos en los que no se reportó esta situación. Los niveles de exceso de peso aumentan conforme se pasa de un nivel socioeconómico menor al siguiente, medido en quintiles, de tal modo que los que tienen mayor peso se ubican en los hogares en mejor situación. En lo que se refiere al tamaño de la localidad en la que se ubica el hogar de los escolares, se puede apreciar que conforme aumenta el tamaño de la localidad también se presenta un incremento en la presencia de exceso de peso.

Una vez que hemos descrito la distribución de cada grupo de variables, en la sección siguiente se analizan diferentes modelos logísticos multivariados, en los que se identifica a la propensión de presentar sobrepeso u obesidad que tenían los escolares, dadas ciertas características.

### **Resultados de los modelos logísticos binomiales**

El cuadro IV.5 se comparan cuatro modelos que examinan la relación entre aspectos vinculados a la composición del hogar y la división del trabajo extradoméstico, respecto a algunas características individuales, de la madre, del hogar, además de aspectos de contexto.

Controlando sólo por las características individuales, los resultados muestran que los hogares en los que los niños vivían sólo con las madres, la propensión al exceso de peso se reducía un 18%, respecto a los hogares en los que vivían con ambos padres. De manera contraria, cuando además de la madre vivían otros familiares, se incrementaba la propensión en alrededor del 12%, respecto a los hogares en los que estaba la madre y su pareja. Ese primer modelo muestra que vivir sólo con la madre o vivir con la madre y otros familiares repercute en el peso de los escolares, manteniendo el efecto de la edad, el sexo y la edad de la madre, constantes.

En lo que se refiere al segundo modelo, al analizar el trabajo materno controlando por las características individuales de los escolares, se observa que el trabajo extradoméstico materno incrementaba en 37% la predisposición de los niños a presentar exceso de peso, respecto a cuando la madre no tenía un empleo y manteniendo constantes la edad, el sexo y la edad de la madre al momento del nacimiento. Por otro lado, cabe destacar que el trabajo materno suprimió la significancia que había mostrado la edad de la madre. Esto parece apuntar a que en México, la

participación en el mercado laboral por parte de la madre, tiene un efecto en la composición corporal de los escolares, al controlar por características de los escolares, modificando incluso, la tendencia a mantener un peso bajo, que se ha observado en los niños que nacieron cuando su madre era adolescente.

CUADRO IV.5

**Modelos logísticos para sobrepeso y obesidad en escolares. México.**

	<i>Configuración del hogar + c. individuales</i>	<i>Trabajo materno + c. individuales</i>	<i>Anteriores + c. madres</i>	<i>Anterior + c. del hogar + contexto</i>
Arreglo residencial (ref. con ambos padres)				
Padres y familiares	1.102 †		1.083	1.387 ***
Madre y familiares	1.117 *		1.006	1.200 **
Madre sola	0.824 **		754 ***	0.708 ***
Edad (ref. entre 8 y 11 años)				
Entre 5 y 7 años	0.678 ***	0.688 ***	0.682 ***	0.642 ***
Sexo (ref. niños)				
Niñas	0.781 ***	0.778 ***	0.778 ***	0.778 ***
Edad al nacimiento de su hija o hijo (ref. Adulta)				
Adolescente	0.894 *	0.928	0.919 †	0.903 *
Trabajo materno (ref. sin trabajo extradoméstico)				
extradoméstico		1.369 ***	1.406 ***	1.042
Escolaridad materna (ref. Primaria o menos )				
Secundaria				1.138 **
Bachillerato				1.130 *
Universidad				1.183 *
Tamaño ajustado del hogar por unidades consumidoras				
Inseguridad Alimentaria (ref. No ha experimentado)				0.931
Si ha experimentado				
Nivel socioeconómico por quintiles (ref. I)				
II				1.488 ***
III				1.700 ***
IV				1.805 ***
V				2.245 ***
Tamaño de localidad (ref: < 2,500 hab.)				
> 2 500 o < 100 mil hab.				1.287 ***
> 100 mil				1.253 ***
BIC	19059.9	18992.21	18992.23	18523.35

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

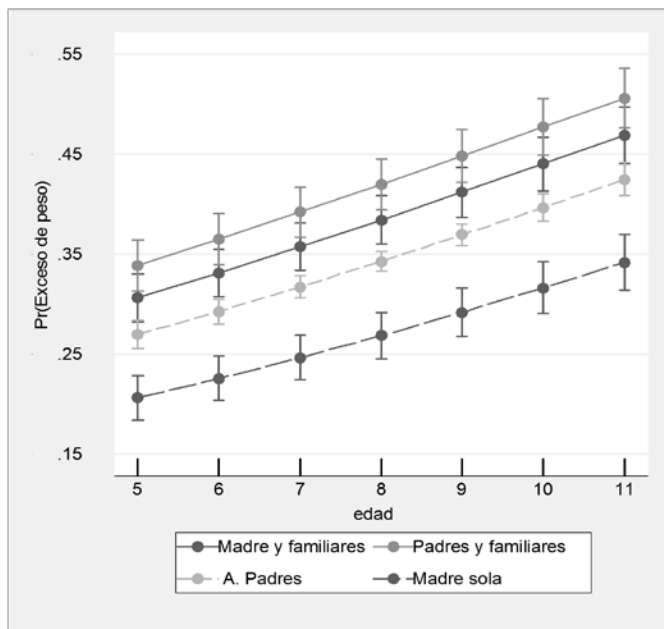
†p<0.1, \*p<0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

El modelo en el que se recuperan tanto los arreglos residenciales como la participación en el mercado laboral de la madre, mantiene las tendencias que se observaban en los modelos previos, con ligeras diferencias. Vivir en un hogar en el que sólo está la madre reducía aproximadamente en 22% la propensión al exceso de peso, respecto a los hogares con ambos padres, mientras que el trabajo materno, la incrementaba en 24%, respecto a cuando la madre no

trabajaba. Este modelo muestra que tanto los arreglos como el empleo materno repercuten de manera independiente en la composición corporal de los escolares.

En lo que se refiere al último modelo, la incorporación de la escolaridad materna, el tamaño ajustado del hogar, la inseguridad alimentaria, el nivel socioeconómico y el tamaño de la localidad, tanto los arreglos residenciales como la participación laboral materna mostraron cambios importantes. Por un lado, todos los arreglos resultaron significativos, mostrando una relación directa entre los hogares en los que vivían otros familiares, con la madre o la pareja, que incrementaba la propensión al exceso de peso en 20 y 40%, respectivamente, comparando con los hogares sólo con ambos padres. Las madres que vivían solas con sus hijos, tenían una propensión 30% menor, en promedio, que los hogares con ambos padres. Por otro lado, el trabajo extradoméstico materno perdió significancia estadística. Este modelo presenta evidencia que podría apuntar a que el trabajo materno se relaciona con el exceso de peso, a partir de que los hogares con acceso a mayores recursos son los que presentan mayor propensión a que los niños que residen en ellos tengan peso elevado.

**GRÁFICA IV.2**  
**Predicciones ajustadas de exceso de peso en escolares,**  
**a partir del arreglo habitacional\***

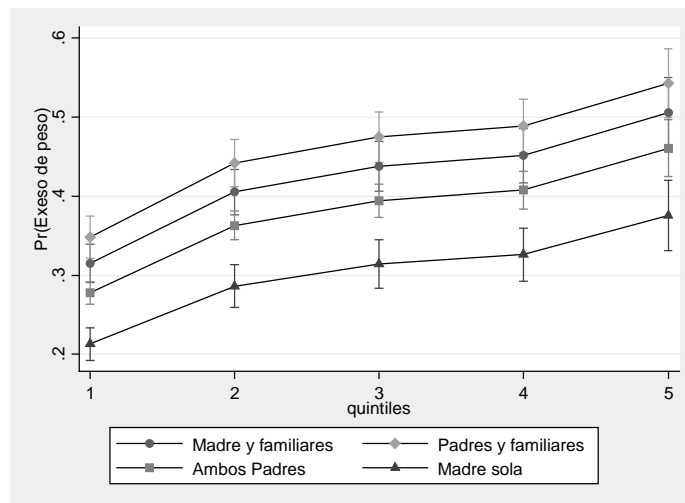


Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718. \*Intervalos de confianza del 95%. Predicciones estimadas con el cuarto modelo multivariado del cuadro IV.5.

Para ilustrar las tendencias del arreglo residencial, una vez controlando por las características individuales, de la madre del hogar y del contexto, se presenta la gráfica IV.2, con las probabilidades estimadas de pasar de normopeso a sobrepeso-obesidad, durante la edad escolar. De forma consistente, los niños que viven en hogares en los que la madre está sola, presentan menor propensión a tener sobrepeso u obesidad.

Por otro lado, resulta interesante observar que aunque la tendencia de los arreglos residenciales se mantiene en los términos identificados (menor propensión en hogares con madres solas y mayor en los hogares con otros familiares), el nivel socioeconómico también contribuye a esa tendencia. La gráfica IV.3 muestra las predicciones ajustadas para presentar exceso de peso, a lo largo de los quintiles.

**GRÁFICA IV.3**  
**Predicciones ajustadas para presentar exceso de peso**  
**por arreglo residencial \***



Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718. \*Intervalos de confianza del 95%. Predicciones estimadas con el cuarto modelo multivariado del cuadro IV.5.

Al examinar la bondad de ajuste de los diferentes modelos presentados, el modelo que incluye las características individuales, de la madre, del hogar y del contexto, además de las variables de interés, es el más adecuado.

**CUADRO IV.6**  
**Comparación de modelos logísticos binomiales para sobrepeso y obesidad en escolares. México.**

Modelo	n	ll(nula)	ll(del modelo)	g.l.	AIC	BIC
Arreglo + c. individuales	14718	-9592.889	-9496.361	7	19006.72	19059.9
Trabajo materno + c. individuales	14718	-9592.889	-9472.113	5	18954.23	18992.21
Arreglos+ Trabajo materno + c. madres	14718	-9592.889	-9371.28	11	18764.56	18848.13
Todas las variables	14718	-9592.889	-9170.504	19	18379.01	18523.35

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

El cuadro IV.6 muestra que, tanto por el BIC como por el AIC, el modelo que presenta un mejor ajuste es el que incluye todas las variables. Puesto que los dos primeros modelos no están anidados no se pueden comparar mediante la prueba de verosimilitud, sin embargo, al efectuar las pruebas en los sucesivos modelos comparables (anidados), siempre el modelo con más variables fue el que ajustaba mejor.

### **Un modelo logístico multinomial**

La evidencia en México sobre los factores involucrados en la presencia de exceso de peso en los escolares se ha apoyado en variables dicotómicas, donde se agrupa el sobrepeso con la obesidad o con el peso normal para distinguir claramente la composición corporal de mayor riesgo. El considerar de manera conjunta normopeso y sobrepeso, supone dejar de lado el hecho de que el sobrepeso conlleva cierto grado de riesgo, en oposición directa al peso adecuado. Por otro lado, el sobrepeso asimilado a la obesidad obvia que la situación de riesgo varía entre ambas situaciones.

A partir de lo anterior se propone el desarrollo de un modelo para captar los efectos separados de la obesidad y el sobrepeso, respecto al peso adecuado, acorde a los señalamientos de la OMS (De Onis *et al.*, 2007). Ahora bien, el modelo que puede cubrir estas características es un modelo ordinal, en tanto que el orden de las categorías de respuesta si es importante, sin embargo, este tipo de modelos parten del supuesto de la proporcionalidad de los momios, es decir que la razón de momios varía de manera proporcional, con cada categoría de la variable de respuesta (Long y Freese, 2001; Agresti, 2013). Conceptualmente, este supuesto no nos permite aplicarlo al estudio del exceso de peso. Los niños con sobrepeso son más propensos a desarrollar obesidad que los que tienen un peso adecuado.

Una opción que se ha utilizado para dar cuenta del exceso de peso en escolares, tomando en cuenta características familiares, es el modelo multinomial (Keane *et al.*, 2012; Liu *et al.*, 2013; Demment *et al.*, 2014). Aunque la variable de respuesta es analizada de manera nominal, es decir, sin tomar en cuenta su jerarquización, estos modelos permiten definir una categoría de referencia, respecto a la que se construyen los modelos, por lo que se les conoce como logísticos

de categoría de línea-base (Agresti, 2013)<sup>46</sup>. Por otro lado, la pérdida de eficiencia del modelo al no tomar en cuenta la categorización es compensada por evitar sesgos potenciales (Long y Freese, 2001).

Para estimar el modelo multinomial partimos del modelo final binomial de la sección anterior. Los resultados se muestran en el cuadro IV.6. Cabe señalar que existe un supuesto que cumplen estos modelos para asegurar estimaciones confiables. Dicho supuesto es el de la independencia de alternativas irrelevantes (*independence of irrelevant alternatives*), que señala que los momios no dependen de otros resultados disponibles, dichas alternativas son irrelevantes, por lo que agregar o quitar categorías a la variable de respuesta no alterará las que se hayan incluido previamente (Long y Freese, 2001: 188). Al efectuar la prueba Small-Hsiao sobre nuestro modelo el resultado fue que se encontró evidencia de que se cumplía la hipótesis nula, es decir, que se cumple el supuesto antes señalado, como muestra el cuadro IV.7.

CUADRO IV.7

**Prueba de Small-Hsiao de la independencia de las alternativas irrelevantes para el modelo multinomial de exceso de peso en escolares.**

Normopeso	lnL(completo)	lnL(normopeso)	chi2	g.l.	P>chi2	evidencia
Sobrepeso	-2694.786	-2690.583	8.407	11	0.676	Para la H <sub>0</sub>
Obesidad	-3306.093	-3301.706	8.773	11	0.643	Para la H <sub>0</sub>

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

El modelo multinomial se presenta en el cuadro IV.8. En términos generales hay que señalar que dicho modelo presenta las mismas tendencias que el modelo binomial ya había mostrado, tanto en los factores con una relación positiva como negativa, incrementándose dicho efecto en los momios para la obesidad. Sin embargo, en algunos casos hubo diferencias en la significancia estadística para algunas estimaciones.

<sup>46</sup> Para el desarrollo del modelo multinomial basta con extender los supuestos del modelo logístico, sólo agregando que se estimarán dos modelos binarios simultáneamente, para las dos categorías de la variable dependiente (véase, Long y Freese, 2001).

Cuadro IV.8

**Modelo logístico multinomial para sobrepeso y obesidad en escolares. México**

	<i>Sobrepeso</i>	<i>Obesidad</i>
Arreglo habitacional (ref. con ambos padres)		
Padres y familiares	1.220 **	1.642 ***
Madre y familiares	1.082	1.371 ***
Madre sola	0.753 ***	0.647 ***
Edad (ref. entre 8 y 11 años)		
Entre 5 y 7 años	0.680 ***	0.595 ***
Sexo (ref. niños)		
Niñas	0.892 **	0.649 ***
Edad al nacimiento de su hija o hijo (ref. Adulta)		
Adolescente	0.994	0.788 **
Trabajo materno (ref. sin trabajo extradoméstico)		
extradoméstico	1.075	1.002 *
Escolaridad materna (ref. Primaria o menos )		
Secundaria	1.108 *	1.184 **
Bachillerato	1.111	1.160 †
Universidad	1.135	1.241 *
Tamaño ajustado del hogar por unidades consumidoras	0.906 ***	0.811 ***
Inseguridad Alimentaria (ref. No ha experimentado)		
Si ha experimentado	0.945	0.914
Quintiles (ref. I)		
II	1.382 ***	1.662 ***
III	1.527 ***	1.972 ***
IV	1.635 ***	2.071 ***
V	1.824 ***	2.856 ***
Tamaño de localidad (ref: < 2,500 hab.)		
> 2 500 o < 100 mil hab.	1.227 **	1.382 ***
> 100 mil	1.155 **	1.399 ***

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

\*p&lt;0.05, \*\* p &lt; 0.01, \*\*\*p &lt; 0.001

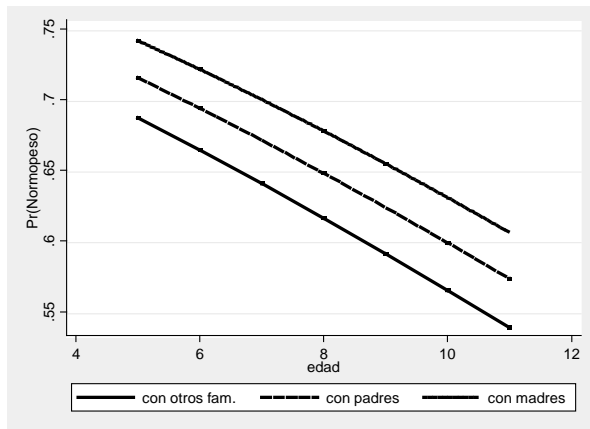
En lo que se refiere a los arreglos habitacionales, vivir sólo con la madre y familiares fue la única categoría que no resultó significativa, en su relación al sobrepeso, pero en lo que se refiere a la obesidad, todos los arreglos fueron significativos. El grupo de gráficas IV.4 presenta las probabilidades estimadas para cada composición corporal, a partir del tipo de arreglo habitacional.



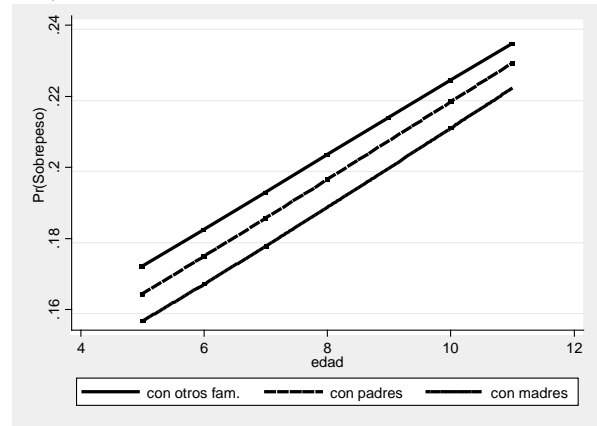
#### GRÁFICAS IV.4

Probabilidades de A) Normopeso, B) Sobrepeso C) obesidad, por arreglo habitacional, durante la edad escolar. México.

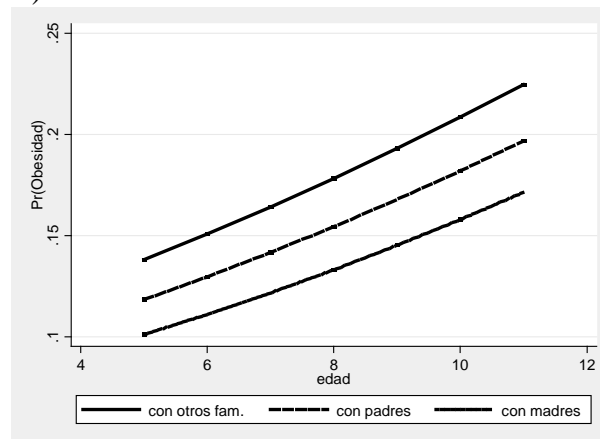
A)



B)



C)



Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

“otros familiares” incluye a los arreglos con otros familiares y madres además de otros familiares y la madre.

Otra variable que mejoró su significancia al estimar efectos separados para la obesidad y el sobrepeso fue la edad de la madre al nacimiento del escolar, en el modelo binomial haber sido madre en la adolescencia se asoció con una menor propensión en 10%, respecto a haber dado a luz en la etapa adulta, con una confianza del 95%. Al estimar el modelo multinomial no se asoció con la presencia de sobrepeso, pero los hijos que fueron procreados durante la adolescencia de las madres, presentaron una propensión menor a ser obesos en 21% respecto a madres adultas, con una confianza del 99%.

En lo que se refiere al trabajo materno, si bien los momios de que la madre trabaje, respecto a que no lo haga, ganaron significancia estadística en su asociación a la obesidad, el efecto es apenas del 0.2%, con una confianza del 95%.

La escolaridad materna, por su parte sólo tuvo una categoría estadísticamente significativa que indica que los hijos de madres con secundaria tuvieron una propensión mayor en 11% de presentar sobrepeso, respecto a las que tienen primaria y menos, con una confianza del 99%. En lo que se refiere a la obesidad los hijos de madres con secundaria o universidad, son más propensos que los de madres con educación primaria o menos, en un 18% y 24%, respectivamente y con una confianza del 99% y 95%, para cada uno.

### **Un modelo para la Ciudad de México**

Un último objetivo que nos propusimos fue fundamentar una caracterización del contexto más específico de la Ciudad de México, para dar paso a una exploración en profundidad de los procesos detrás de los resultados derivados de los análisis nacionales o regionales. Por ello en esta sección se indaga la particularidad de vivir en la Ciudad de México. Si bien al introducir una variable dicotómica (vive en la ciudad de México=1, cualquiera otra entidad =0), esta no resultó estadísticamente significativa, nos interesa indagar si vivir en la ciudad de México tiene algún efecto diferenciado por alguna de las variables consideradas en nuestro análisis. Para ello se especificaron dos modelos, uno en el que se incluían todas las variables consideradas, la residencia en la Ciudad de México o en cualquier otra entidad, además de una interacción entre esta variable y todas las anteriores. Cabe señalar que no se incluyó en ninguno de estos modelos la variable del tamaño de localidad, en tanto que toda la población de la Ciudad de México es considerada una localidad metropolitana, desde el diseño muestral de la encuesta (Gutierrez *et al.*, 2012).

El cuadro IV.9 resume los resultados del contraste entre los modelos señalados. La bondad de ajuste del modelo se probó mediante la prueba de máxima verosimilitud, además de comparar el resultado del Criterio Bayesiano de Información. En ambos casos el modelo sin la interacción resulta preferible. De tal modo que podemos concluir que un modelo especificado para la Ciudad de México, no es estadísticamente significativo, respecto a las estimaciones obtenidas para el país en su totalidad.

CUADRO IV.9  
**Comparación entre modelos para exceso de peso en México y la Ciudad de México.**

	<i>México</i>		<i>Interacción con CM</i>	
	<i>OR variables</i>		<i>OR variables</i>	<i>OR interacciones</i>
Arreglo habitacional (ref. con ambos padres)				0.940
Padres y familiares	1.415 ***		0.649	2.094
Madre sola	0.718 ***		0.519	1.306
Madre y familiares	1.230 ***		1.153	1.000
Edad (ref. entre 8 y 11 años)				
Entre 5 y 7 años	0.642 ***		0.807	0.789
Sexo (ref. niños)				
Niñas	0.781 ***		0.526 **	1.498
Edad al nacimiento de su hija o hijo (ref. Adulta)				
Adolescente	0.898 *		0.845	1.062
Trabajo materno (ref. sin trabajo extradoméstico)				
extradoméstico	1.065		1.347	0.785
Escolaridad materna (ref. Primaria o menos )				
Secundaria	1.159 ***		0.960	1.212
Bachillerato	1.180 **		0.912	1.298
Universidad	1.237 **		1.275	0.965
Tamaño ajustado del hogar	0.868 ***		1.054	0.818
Inseguridad Alimentaria (ref. No ha experimentado)				
Si ha experimentado	0.929		0.909	1.020
Quintiles (ref. I)				0.679
II	1.540 ***		2.441 *	0.425
III	1.785 ***		2.951 **	0.407 *
IV	1.898 ***		3.084 *	0.414
V	2.377 ***		1.665	1
Residir en la Ciudad de México (ref. No)				
Si	1.035		3.522	--
BIC	18523.35		18682.58	
Lrtest $\chi^2(15) = -15.28$			$p \chi^2 = 1.0000$	

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012. n= 14,718.

\* $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$

## 5 Discusión

La prevalencia de sobrepeso y obesidad alcanzó un 36% en la muestra analizada. Los hallazgos muestran que ese nivel de exceso de peso se asocia significativamente con el primer aspecto de la dinámica familiar que buscamos explorar, esto es, con la configuración del hogar, que captamos mediante el arreglo habitacional en el que residen niñas y niños en edad escolar. De tal manera que vivir con otros familiares, además de ambos padres o la madre, incrementó la propensión de los escolares de tener un peso elevado, mientras que vivir sólo con la madre la redujo, si tomamos como referencia a los hogares en los que se encuentran ambos padres.

Se puede referir cierta consistencia entre estos hallazgos y los de Ferniza (2016), quien se enfocó en población entre cinco y diez años, usando la misma base de datos analizada en este ejercicio. Para la autora, los arreglos residenciales que estuvieron asociados con una menor prevalencia de exceso de peso fueron aquellos que contaban sólo con la presencia de la madre, mientras que la mayor propensión a presentar esa condición fueron aquellos arreglos que contaban con la presencia de la abuela (en hogares monoparentales o biparentales). En nuestro caso, podemos señalar que la forma en la que construimos los arreglos habitacionales considera el efecto de las abuelas, pues 51% de los hogares con otros familiares contaron con la presencia de al menos una de ellas. La innovación de la autora, al introducir el análisis de los arreglos residenciales, nos pone ante la tarea de profundizar en los procesos que sustentan las asociaciones señaladas en el contexto mexicano.

Otro estudio con el que también convergen nuestros resultados es el de Muniagurria y Novak (2014), que fue efectuado con población en edad preescolar, a partir de una encuesta representativa nacional en Argentina. Los hogares donde convivían otros parientes, además de los padres, eran lo que tenían los momios más altos en relación con la presencia de exceso de peso, mientras que aquellos en los que sólo estaba alguno de los padres, mostraban un efecto protector de esa condición. En esa investigación se propuso como hipótesis para explicar sus hallazgos, que el exceso de peso a edades jóvenes se tendía a considerar un estado nutricional óptimo, en que los alimentos expresaban amor y cuidado, además de que eran usados como herramienta educativa y emocional.

En tanto que nuestro objetivo no es concluir con la presentación de los resultados del análisis cuantitativo, sino explorar en profundidad la dinámica familiar en torno a la composición corporal de los niños, examinamos brevemente la plausibilidad de los argumentos antes señalados a la luz de la realidad mexicana, recordando que nuestro interés está puesto en analizar las tensiones que pueden existir entre los diferentes miembros del hogar producto de relaciones desiguales de poder entre géneros y generaciones que conforman el contexto mediador entre el entorno obesogénico y la corporalidad de los menores<sup>47</sup>.

---

<sup>47</sup> Dicho sea de paso, en la literatura estadounidense los enfoques teóricos que predominan en el análisis y las propuestas de intervención a nivel familiar, para hacer frente a la obesidad, coinciden en asumir que la familia tiende al equilibrio y a la armonía, véase Skelton (2012).

En primer lugar, hay que señalar que efectivamente existe evidencia de que, en comunidades rurales, el peso elevado en los niños se asocia con un buen estado de salud (Castro, 2009). La ausencia de estigma sobre el exceso de peso también mostró ser un factor involucrado en la alta prevalencia de sobrepeso en una ciudad mediana del sur del país (Brewis, 2003). Sin embargo, los cambios vertiginosos de las últimas décadas han dado cabida a un nuevo panorama. Se ha documentado la preferencia de padres de hijos con peso normal por la compañía para sus hijos de niños en situación similar, en lugar de aquellos con peso elevado, lo que se repetía incluso entre la niñez con sobrepeso y obesidad, en la región norte del país (Bacardi *et al.*, 2007).

Otro cambio notable es que el discurso biomédico del riesgo del peso elevado parece haber permeado en la socialización de las mujeres. En una encuesta levantada entre mujeres de estratos empobrecidos en la Zona Metropolitana de la Ciudad de México, se encontró que sus conocimientos en nutrición eran adecuados o regulares<sup>48</sup>, a pesar de contar con poca escolaridad (Galindo *et al.*, 2011).

Esto pone en duda que la tendencia al incremento del exceso de peso se sostenga sólo en que éste se concibe como adecuado o saludable. Es más, el rechazo al exceso de peso permea también las percepciones infantiles, como se ha mostrado en Oaxaca, Nuevo León y el Estado de México (Perez *et al.*, 2012; Flores *et al.*, 2014; Sánchez y Ruiz, 2015). Incluso, se ha reportado que dicho rechazo se extiende entre los niños de comunidades indígenas (Vizcarra, 2013).

A la par de esos cambios, la literatura se ha enfocado en dar cuenta de los factores que inciden en la falta de acción para evitar la ganancia de peso, asumiendo una preocupación generalizada por el sobrepeso y la obesidad. Uno de esos aspectos es la percepción materna de la composición corporal de los niños, suponiendo que una adecuada percepción de ellas es la base de una atención pertinente al exceso de peso (Guevara *et al.*, 2012). Pero la percepción -y la correspondiente respuesta- de las madres, tampoco ha sido suficiente para explicar las tendencias al incremento del peso corporal que presenta la niñez. Así, emerge la importancia de la

---

<sup>48</sup> Para construir esa clasificación se les preguntó de manera abierta sobre algunos nutrientes (proteínas, grasas, hidratos de carbono, calcio, hierro, zinc, vitaminas A, C, D y E), considerando: 1) alimentos que más los contienen; 2) su función en el organismo; 3) su indicación en situaciones estables de salud y en enfermedad; 4) sus repercusiones en salud ante la carencia del nutrimento; 5) consideraciones para una buena nutrición referente al nutrimento en cuestión; 6) hábitos de alimentación relacionados con el nutrimento y con enfermedades carenciales y degenerativas, incluyendo el sobrepeso y la obesidad. Para definir, mediante análisis por conglomerados, conocimientos incorrectos, regulares o erróneos (véase Galindo *et al.*, 2011).

participación de otros familiares, pues a pesar de que las madres parecen percibir adecuadamente que sus hijos tienen sobrepeso y buscan actuar al respecto, otros familiares les dan alimentos sin que ellas lo sepan. Estos hallazgos se basan en una muestra de cinco estados del noreste del país (Flores *et al.*, 2014).

La relación entre la demostración de amor y la preparación de alimentos, por su parte, ya ha sido analizada en México, aunque enfocándose todavía en el rol materno. A partir de una encuesta con representatividad nacional, se ha documentado que los hijos de madres que consideran la demostración de amor como la prioridad al educar a sus hijos, fueron más propensos a tener exceso de peso cuando ellas cocinaban siete horas o menos a la semana, comparados con aquellos cuyas madres consideraban más importante la manutención o dar enseñanzas éticas o morales a sus hijos, dedicando el mismo tiempo a cocinar. Cuando ellas preparaban la comida por más tiempo, se mantenía la tendencia al incremento del exceso de peso, sólo cuando las madres tenían como prioridad la manutención o las enseñanzas a los hijos, esto estaría indicando que la inversión de tiempo (para cocinar) o de afecto tiende a promover la ganancia de peso, más que el cuidado de la dieta (Salgado, 2012). La evidencia de ese estudio indica que la demostración de amor puede repercutir en el sobrepeso y la obesidad para los escolares, cuando se dedicaba poco tiempo para cocinar, lo que supone consumir alimentos preparados fuera de casa, en los que es frecuente que los niños escojan los alimentos -que generalmente son poco saludables-<sup>49</sup>.

En la misma línea, otros estudios han señalado que la forma de crianza indulgente, la más frecuente en un estado del sur del país, conducía a la ganancia de peso de los escolares (Acuña, 2014). Los estilos de crianza de alimentación que la autora recupera, parten de dos dimensiones, responsabilidad y demanda que se dirigen a los niños, cuyas posibles combinaciones dan cabida a la siguiente clasificación:

- 1) Estilo con autoridad: alta demanda/alta responsabilidad hacia los hijos
- 2) Estilo autoritario: con alta demanda /baja responsabilidad

---

<sup>49</sup> No queremos dejar de señalar que es necesario tomar con reservas algunos aspectos, entre ellos que el *amor* se puede demostrar de muchas maneras, no sólo con alimentos, que cocinar cuidando la calidad nutricional puede ser una forma de mostrar afecto hacia los niños y que las prioridades estudiadas de la crianza en esa investigación (amor, enseñanza, manutención) no son mutuamente excluyentes. Se podría apuntar, incluso, que señalar que el 72% de las madres que fueron entrevistadas en el estudio de Salgado (2012) declararon que su prioridad era la demostración de afecto, lo que podría remitirnos más bien a una respuesta socialmente aceptable, más que a una opinión que oriente sus prácticas cotidianas.

- 3) Estilo no involucrado: con baja demanda/baja responsabilidad
- 4) Estilo indulgente: con baja demanda/alta responsabilidad

El estilo con autoridad se caracteriza por demandas razonables, con sensibilidad y participación democrática. El estilo autoritario se caracteriza por imponer reglas y demanda obediencia, con poca sensibilidad ante las necesidades y perspectivas del niño. El no involucrado se caracteriza por no comprometerse, con poco o nulo afecto, insensible a las necesidades de los niños, no impone reglas ni demandas. El estilo indulgente se caracteriza por aplicar pocas reglas y demandas, es muy tolerante y le permite mucha libertad al niño. (Acuña, 2014). No está de más señalar que la evidencia sigue centrándose solamente en las madres, mostrando un importante hueco de conocimiento sobre la crianza indulgente por parte del resto de los miembros del hogar.

De lo dicho hasta ahora, es posible señalar varias implicaciones con respecto a la convivencia familiar. En primer lugar, los otros familiares que corresiden con los niños, no sólo sus madres, también pueden estar ofreciéndoles alimentos e imponiendo modelos de crianza que entran en tensión con los que la madre o el padre intentan aplicar. Por otro lado, aunque la literatura refiere la asociación entre la crianza indulgente de madres en general y el peso elevado, en los hogares donde sólo está la madre parecen prevalecer las presiones por cumplir con las responsabilidades que tradicionalmente se les atribuyen a las mujeres (cuidado y crianza de los hijos), en un ambiente en el que la atención dedicada a la nutrición de los niños se ha incrementado.

Podemos decir que es plausible que las formas de atender los cuidados y las labores relacionados con los escolares en los distintos arreglos habitacionales, se relacionen con la predisposición al sobrepeso y la obesidad de los menores.

Otra relación que se desprende del análisis cuantitativo efectuado es la tendencia al incremento del exceso de peso que presentan los hogares en los que se encuentra el padre, respecto de los hogares en los que sólo está presente la madre. En nuestros resultados, encontramos que la predisposición al sobrepeso y la obesidad, asociada al arreglo que considera a las madres y otros familiares, estuvo por debajo de la que se estimó al considerar la presencia de ambos padres con otros familiares. Del mismo modo, en los hogares que cuentan sólo con la madre, la propensión fue menor que en los hogares donde estaba la pareja. Esto implica que es

necesario explorar los aspectos que sustentan las relaciones de género en la pareja y en la familia, que pueden estar conduciendo a la ganancia de peso de la población escolar. Conviene para ello, explorar las relaciones de autoridad, pues más allá de las formas acordadas de atender las necesidades de los niños, los varones podrían estar decidiendo finalmente los consumos y las actividades de la familia.

Es digno de mencionarse que los estudios referidos de Muniagurria y Novak (2014) y de Ferniza (2016), que han recuperado los arreglos habitacionales para analizar el exceso de peso, han hallado mayores niveles de exceso de peso en los hogares donde el padre cohabita en el hogar, además de la madre<sup>50</sup>, lo que coincide con nuestros hallazgos.

Desafortunadamente, la evidencia disponible para el contexto mexicano no nos permite presentar un argumento consistente para dar cuenta del incremento de la propensión al peso excesivo cuando el padre cohabita con niñas o niños en edad escolar. Por un lado, la relación entre la dinámica familiar y las prácticas alimentarias (cocinar, comprar alimentos, etc.), aspectos vinculados directamente con la ganancia de peso, todavía apunta a que los varones no participan en ellas, dado que la división sexual del trabajo aun es rígida en ese aspecto (García *et al.*, 2006; 2008). Esto a pesar de que la investigación sociodemográfica, ha dado cuenta de ciertos aumentos en la participación masculina en las labores domésticas y de cuidado, aunque estos están acotados a circunstancias específicas (viudez, divorcio, separación, etc.) o a sectores concretos (población joven, urbana y con más escolaridad) (Figuroa y Flores, 2012; Martínez y Rojas, 2016). Al parecer esos cambios no han sido documentados, por lo que su exploración se vuelve necesaria.

Si nos quedáramos sólo con esta evidencia no cabría esperar ningún efecto en el sobrepeso, dado que la participación paterna en el cuidado es escasa o inexistente, pero este no parece ser el caso a partir de nuestros hallazgos. La división sexual del trabajo justamente no implica equilibrio de autoridad entre los miembros de la pareja sino lo contrario. En un modelo tradicional de roles de género el padre de familia es quien tiene la última palabra. Queda esto una hipótesis a explorar para la cual el análisis cualitativo puede aportar información relevante.

---

<sup>50</sup> Si bien en el caso de Muniagurria y Novak (2014), el hogar monoparental puede incluir a cualquiera de los dos progenitores, pero el 88 % de los casos que consideraron fueron hogares monoparentales femeninos.



Recordemos que el otro aspecto que nos interesaba de la dinámica familiar que era susceptible de ser analizado mediante el análisis cuantitativo, era el trabajo remunerado de la madre. Este aspecto mostró tener algún efecto en el peso excesivo de la población analizada, sólo al considerar las características individuales de los menores (edad, sexo, edad de la madre al nacimiento) y cuando se tomaron en cuenta las características maternas (escolaridad), pero al incorporar aspectos del hogar y contextuales (tamaño del hogar, inseguridad alimentaria, nivel socioeconómico, tamaño de la localidad), dicho efecto no se presentó. Lo anterior parece sostenerse en el hecho de que, las mujeres desempeñan las labores de cuidado y trabajo doméstico de acuerdo a criterios definidos en su socialización desde temprana edad, aun a pesar de la necesidad de desempeñar un trabajo extradoméstico (Hernández *et al.*, 2001; Pérez y Diez, 2007), aunque se han documentado algunos incrementos en la participación en las labores del hogar, sobre todo de las parejas de las asalariadas, respecto a las que trabajan por cuenta propia o que se dedican al hogar (Rojas, 2010).

Hay que señalar que los conocimientos sobre nutrición que han mostrado tener las madres, además de la centralidad que se atribuye a su percepción del peso de sus hijos, coinciden con las demandas que hace sobre ellas un modelo de *maternidad intensiva*, en el que la crianza adecuada se centra en los hijos, está guiada por expertos, es emocionalmente absorbente y requiere de una fuerte inversión económica (Hays, 1998). Si bien este modelo de crianza fue documentado originalmente en Estados Unidos a principios de la década de los noventa, en México hay evidencia no sólo de su amplio alcance en las madres de clase media urbana, sino también de su difusión a otros sectores partir de los medios de comunicación y de políticas sociales, como los programas de transferencias monetarias condicionadas con las que se ha buscado atender a la pobreza en las últimas tres décadas y que exigen de las madres cumplir con ciertas responsabilidades en relación con la educación y la salud de sus hijos. Las madres, que se enfocan en el bienestar físico de los niños, vieron ampliarse de este modo las áreas en las que pueden actuar en la crianza a partir de los señalamientos del Estado. En los programas de transferencias condicionadas se establecen criterios basados en recomendaciones de especialistas, además de ciertos recursos para contribuir al desarrollo de capital humano, en los que se les asignan un nuevo conjunto de tareas a las mujeres: “Las madres son consideradas responsables tanto por la realización de sus obligaciones como por el cumplimiento de las reglas del programa” (Luccisano y Wall, 2014:191-192).

Este escenario nos conduce a profundizar en los modelos de crianza que configuran las prácticas alimentarias y de actividad física de los escolares, considerando una diversidad de enfoques posibles, pero también la creciente influencia de un modelo que cuenta con el refuerzo del mercado y del Estado.

En este capítulo también se desarrolló un modelo multinomial, que como se mostró, presenta las mismas tendencias que el modelo binomial (tener entre 8 y 11 años, ser niño, vivir en un hogar con otros familiares, urbano o metropolitano y en un quintil de nivel socioeconómico superior al I, se asocia con el exceso de peso), aunque los momios y su significancia varíen en algunos casos. La revisión de este modelo nos brinda la oportunidad de tocar algunos puntos importantes que no han sido discutidos.

Una de las diferencias más notorias, entre el modelo binomial y el multinomial, fue que la escolaridad materna tuvo un mayor efecto en la propensión a la obesidad que en el sobrepeso, en ambos casos comparando -por separado- con el peso normal.

Explorando la escolaridad materna en sus posibles implicaciones para el exceso de peso, otros estudios han argumentado que las mujeres más escolarizadas pueden estar delegando el cuidado de sus hijos a otros miembros del hogar, quienes podrían estar orientando a los menores a dietas de alta densidad energética que favorezcan el sobrepeso y la obesidad (Salgado, 2011). Este argumento nos remite a la asociación del exceso de peso de niñas y niños escolares, con la presencia de otros familiares en el hogar; sin embargo, es endeble en cuanto a que no considera la presión social sobre las mujeres para que cumplan con el modelo de maternidad intensiva referido más arriba, en un contexto de creciente presión para que ellas también aporten ingresos monetarios al hogar, lo que genera conflictos familiares alrededor del reparto de las tareas de cuidado.

Si, por otro lado, indagamos en las estadísticas nacionales, podemos señalar que las mujeres con mayor escolaridad se encuentran participando con mayor frecuencia en el mercado laboral que aquellas con menores niveles de escolaridad. En 2010 el 59.3% de las mujeres con escolaridad de nivel medio o superior laboraban, mientras sólo lo hacían el 27.8% de aquellas que no terminaron la primaria (Inmujeres, s/f). Pero si bien, las mujeres más escolarizadas se encuentran con mayor frecuencia en el mercado laboral, esto no significa que la asociación directa

entre escolaridad y obesidad se agote en la participación laboral, pues esta variable también resultó estar asociada de manera significativa con la obesidad, aunque en un margen muy reducido.

Como podemos ver, desde la perspectiva cuantitativa, la evidencia no nos permite señalar de manera consistente un argumento que dé cuenta del vínculo entre el exceso de peso en los escolares y la escolaridad materna, a pesar de que desde hace más de diez años se documentó este fenómeno en México (Hernández *et al.*, 2003; Flores *et al.*, 2005). Hay que tomar en cuenta que la producción científica de los países de alto ingreso, como Estados Unidos, se ha hallado un efecto inverso (Keane, 2012), por lo que, tomando en cuenta su alto impacto en el campo de la salud pública, el repertorio de explicaciones posibles difícilmente se refiere a las circunstancias nacionales.

De manera indirecta la antropología ha dado argumentos que pueden elucidar lo que estaría detrás de ese fenómeno. Por un lado, el abierto rechazo a la alimentación de los pueblos indígenas por parte de los grupos privilegiados, ha permeado los discursos que buscan lograr el “progreso” desde la época colonial hasta nuestros días (Bertran, 2002). En ese sentido el consumo alimentario ha sido clave en la expresión de la posición en la jerarquía social. En México, el consumo de alimentos industrializados ha sido muestra de bienestar y movilidad social, en una sociedad transformada por los acelerados procesos de concentración de población en las ciudades grandes e intermedias (Bertrán, 2010; Torres *et al.*, 1997), con una creciente exposición a medios masivos en los que se promueven modelos de consumo modernos que reportan estatus.

Lo anterior proporciona una hipótesis plausible para dar cuenta de la relación positiva entre la escolaridad materna y el exceso de peso: los significados atribuidos a la oferta alimentaria de los centros urbanos, conducirían a que los sectores que acceden a mejores posiciones en la jerarquía social, que se muestran en su escolaridad, mantengan esos patrones.

Por su parte, el hecho de que la madre fuera adolescente al momento de nacer la o el escolar, se asoció (en nuestra muestra) con una menor propensión a la obesidad, pero no mostró relación con el sobrepeso. Esa menor propensión a la obesidad cuando la madre fue adolescente, podría ser consecuencia de dos procesos consecutivos: el vínculo entre embarazo adolescente y bajo peso al nacer, que se ha documentado a nivel internacional, para 29 países de África,

América Latina, Asia y del Medio Oriente (Ganchimeg *et al.*, 2014), de la misma manera que en países desarrollados (Reichman y Teitler, 2013), y en segundo lugar, la exposición a la desnutrición posnatal de los recién nacidos con peso bajo en México, que conduce a que su desarrollo se mantenga por debajo de lo esperado en condiciones normales (Velásquez *et al.*, 2004). La desnutrición en esta etapa de la vida, da paso a una respuesta adaptativa para mantener la existencia aunque su crecimiento y su desarrollo celular se verán afectados (Ramos, 2007). Así, los hijos de madres adolescentes al ser más propensos a la desnutrición, están más expuestos a mantener esta situación en las etapas posteriores de la vida; es decir, tener una menor propensión al exceso de peso<sup>51</sup>, invirtiéndose en la etapa adulta, aunque la concurrencia de exceso de peso y talla baja para la edad, se ha documentado en México, en población preescolar, alcanzando una prevalencia del 10% en los hogares indígenas, y del 5% entre el resto de los hogares rurales analizados (Fernald y Neufeld, 2007).

La permanencia del peso bajo como consecuencia de nacer de una madre adolescente; sin embargo, no es un fenómeno que se presente en todo el mundo. En Inglaterra y Finlandia, países de ingreso alto, se ha mostrado que el peso bajo al nacer, conduce a una ganancia de peso acelerada después de la primera infancia (Barker, 2013). La diferencia entre mantener el peso bajo o tener una ganancia acelerada de peso, parece deberse a la presencia de sistemas de atención eficientes para la salud de los menores en esos países, con los que se atienden las deficiencias nutricionales de manera oportuna.

De manera más amplia, se entiende que las circunstancias que envuelven a la maternidad adolescente son un aspecto determinante del peso de los menores. Las madres con estas características, en México, forman parte de los grupos sociales más vulnerables, además de que también se caracterizan por su falta de redes sociales confiables y estables (Stern, 2004). Lo anterior requiere de una mayor reflexión respecto al impacto de la situación socioeconómica desde una perspectiva más amplia, pues si bien los niños que enfrentan escenarios adversos que repercuten en su estado nutricional difícilmente se recuperan, en el conjunto de los escolares, la prevalencia de exceso de peso se incrementa conforme se pasa de un nivel socioeconómico al siguiente (Flores *et al.*, 2005; INSP, 2008; Bonvecchio *et al.*, 2009).

---

51

Un último aspecto explorado en este ejercicio estadístico, fue la especificación de un modelo para la Ciudad de México, para el cual no se encontró evidencia estadística para afirmar que las relaciones identificadas entre la variable dependiente (el exceso de peso) y las características individuales de la madre, del hogar y del contexto, tienen efectos distintos a los observados con el modelo para el país completo.

La ausencia de diferencias estadísticas entre el modelo de la Ciudad de México y el nacional, no significa que presenten las mismas prevalencias. De hecho, son más elevadas en esta entidad, aunque las estimaciones pueden ser distintas. En nuestro estudio, estimamos que el 39.88% de las escolares presentaron sobrepeso u obesidad en la entidad, mientras que a nivel nacional calculamos que la cifra era de 35.72%. Un reporte para el Distrito Federal<sup>52</sup> del INSP, estimó una prevalencia del 35.2% (INSP, 2013), en tanto que los resultados nacionales presentaron una prevalencia de 34.4% (Gutierrez, *et al*, 2012). A pesar de las diferencias en las estimaciones, hay una coincidencia en que las niñas y niños que residen en la capital del país son más proclives al exceso de peso, que la población nacional, en promedio, como es de esperarse a partir de la evidencia de las prevalencias elevadas en las zonas urbanas (Hernández *et al.*, 2003; Flores *et al.*, 2005; INSP, 2008; Bonvecchio *et al.*, 2009).

## **6 Conclusiones del capítulo**

Al principio de este capítulo señalábamos nuestro interés en aproximarnos al análisis de la dinámica familiar y el exceso de peso en la población en edad escolar. Aproximación que se enfocó en dos aspectos que habían sido captados por la encuesta más reciente sobre salud y nutrición, con representatividad nacional: la configuración del hogar donde viven los menores y la división del trabajo dentro del hogar.

Una vez realizado el análisis estadístico, mediante un modelo logístico binomial, podemos concluir que considerar a los familiares, además de la madre o el padre, incorpora información importante para comprender los niveles de exceso de peso que se observan en México, de tal modo que los hogares con otros familiares incrementan la propensión de los escolares al sobrepeso aparentemente a partir del papel pernicioso que pueden tener en la conformación de

---

<sup>52</sup> Antes del cambio de nombre de la entidad a Ciudad de México en 2016.

prácticas alimentarias. Por su parte, los hogares en los que niñas y niños cohabitan sólo con la madre, hacen a los escolares menos proclives al peso elevado, comparando con el hogar dónde están sólo ambos padres, lo que puede deberse como vimos, a que en México cada vez es menos frecuente la aceptación de la corpulencia que en generaciones anteriores, a la par de la presión que se ejerce sobre las madres para cumplir con las tareas de cuidado y crianza definidos desde el ideal de la maternidad intensiva en un momento de rupturas de hecho con el modelo tradicional de padre proveedor, y madre ama de casa exclusiva.

Por su parte, la participación laboral materna no resultó un factor explicativo para el exceso de peso de los escolares, cuando se tomaba en cuenta las características del hogar (tamaño ajustado por unidades consumidoras, inseguridad alimentaria en el hogar, nivel socioeconómico medido en quintiles) y del contexto (tamaño de localidad de residencia).

El desarrollo posterior de un modelo multinomial nos permitió observar que si bien existe una convergencia en cuanto las tendencias entre sobrepeso y obesidad, es notorio que el efecto de la escolaridad de la madre era mayor para la obesidad que para el sobrepeso. Una hipótesis plausible es que los consumos alimentarios expresan una posición en la jerarquía social, por lo que se mantienen e incrementan conforme se experimentan mejorías en el nivel socioeconómico, dada la estrecha relación entre escolaridad y participación laboral entre las madres. La importancia de los consumos alimentarios para mostrar una posición en la jerarquía social constituye un punto de partida, que aún requiere de explorarse con detalle, sobre todo en lo que se refiere a la conformación de patrones entre los menores, y con ello, en su asociación con el exceso de peso.

Otro objetivo que nos habíamos propuesto al plantear este análisis cuantitativo era fundamentar un punto de partida para la exploración en profundidad de la dinámica familiar en relación con el exceso de peso en los escolares. Así, un tercer modelo construido para la Ciudad de México nos permitió ver que no hay evidencia de que en esta entidad haya diferencias significativas respecto al modelo estimado para el país completo, en relación con el tipo de variables consideradas (características individuales, de la madre, del hogar y del contexto).

Después del análisis de esos tres modelos, un aspecto fundamental en el que es necesario profundizar es en el papel del tipo de hogar, pues si bien la evidencia cuantitativa aquí mostrada,

hace plausible el supuesto de la participación de otros familiares en la frecuencia con la que las niñas y niños pueden acceder a alimentos de bajo valor nutricional, no es muy claro el papel que juegan los varones en los hogares en los que están presentes. Los escolares que vivían en hogares en los que se contaba con la presencia del padre, en nuestro estudio, tuvieron una mayor propensión al exceso de peso que cuando sólo estaba la madre aunque estuvieran otros parientes; y sin embargo, la figura paterna ha quedado fuera del análisis en muchos estudios que suponen una escasa o nula participación en la crianza y cuidado. Conviene también considerar que la evidencia de su impacto puede ser muy reciente, por lo que hay que profundizar en su comprensión. Lo que sí es una propiedad que se le atribuye tradicionalmente es la autoridad, por ello es necesario explorar este aspecto, toda vez que dicha autoridad puede imponerse aun a las dinámicas establecidas para la atención de las necesidades de los menores.

Esto nos lleva a plantear la pregunta por la forma en la que la convivencia familiar y la división sexual del trabajo, atravesadas por relaciones de género, juegan un papel en la promoción o reducción del efecto del ambiente obesogénico sobre el cuerpo de los escolares.

Por otro lado, nuestros resultados también nos orientan a buscar en los recursos disponibles en el hogar, elementos para la comprensión de la forma en la que la familia enfrenta al entorno obesogénico. En primer lugar, señalamos que conviene tomar en cuenta el nivel socioeconómico del hogar, puesto que mostró consistencia con el sobrepeso y la obesidad aun considerando la estimación de modelos separados para el sobrepeso y la obesidad. La escolaridad materna también ha mostrado ser clave por su efecto específicamente en la obesidad<sup>53</sup>. De esto se desprende que esperemos que un proceso de mejoría económica reciente en el hogar, impacte en los patrones alimentarios y con ello, en la composición corporal de los escolares.

Tomemos en cuenta que el nivel socioeconómico del hogar puede ser una aproximación al capital económico del que disponen las familias, por ello los consumos responden a la disposición de recursos. Por su parte, los años de educación formal, constituyen otra fuente de recursos, un

---

<sup>53</sup> En los países de ingreso alto los sectores que tienen mayores prevalencias de sobrepeso y obesidad son los menos favorecidos, mientras en México y otros países de ingreso bajo a medio los que están en mejores condiciones son los que tienen una mayor prevalencia de exceso de peso, véase Peña y Bacallao (2000). Hay que mencionar que un supuesto que se sostiene desde los organismos internacionales es que con el desarrollo económico, sobrevendría un cambio en el sentido de la relación (véase WHO, 2000). Cabe señalar que a pesar de lo fuerte de este supuesto no abunda la literatura que aporte evidencia sobre los procesos que vinculan el nivel socioeconómico con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en países de ingresos medios y bajos.

capital cultural institucionalizado, que parece no repercutir en los patrones alimentarios y de actividad física.

Por último, la ausencia de evidencia estadística sobre diferencias significativas entre la Ciudad de México y el resto del país, a pesar de que la prevalencia de exceso de peso es mayor a la nacional, nos permite definir un primer conjunto de tendencias que explorar, sin asumir que los resultados sean aplicables, de manera inversa a todo el país.



## **Capítulo V. Organización doméstica, convivencia, relaciones de género y composición corporal de los escolares**

Como ya se dijo en el capítulo III, partimos de un enfoque que recupera herramientas cuantitativas y cualitativas para dar cuenta del papel mediador que juega la familia entre el entorno obesogénico y la composición corporal de los escolares.

En el capítulo IV se presentaron los resultados de la aplicación del primer grupo de herramientas metodológicas, aprovechando la disponibilidad de datos recientes, con representatividad nacional y estatal. El análisis estadístico de dicha fuente de información, nos permitió identificar que en los hogares donde vivían otros familiares, además del padre y la madre, la propensión de los escolares a ganar peso fue mayor que en los hogares donde no vivían otros familiares. Asimismo, en los hogares en los que se encontraba el padre, la propensión a ganar peso era mayor que en aquellos en los que estaba sólo la madre, independientemente de la presencia o no de otros familiares. Por su parte, conforme se incrementaban los recursos con los que contaba el hogar, tanto los relacionados con el capital económico (nivel socioeconómico, medido en quintiles) como los relacionados con el capital cultural institucionalizado (escolaridad materna), aumentaban la predisposición de los escolares a presentar exceso de peso.

Estos resultados muestran en primera instancia que los arreglos familiares y los recursos del hogar juegan un papel en la ganancia de peso de los niños y niñas en edad escolar, lo cual contribuye a un mayor entendimiento de algunos determinantes del sobrepeso y la obesidad en la edad escolar para toda la población mexicana. Sin embargo, al mismo tiempo nos conducen a buscar una comprensión más profunda de los complejos procesos que, al interior de los hogares, han dado paso a ese resultado. Podemos suponer que la presencia o ausencia del padre o de otros familiares, además de modificar la cantidad de recursos económicos disponibles, altera las dinámicas internas y cambia la configuración de las relaciones de género y generación al interior de los hogares. Estas son asimismo relaciones de poder, que determinan diferentes formas de ejercer la autoridad en la familia y por tanto de criar y educar a los hijos e hijas. La presencia de más de una generación en el hogar puede implicar tensiones y conflictos entre formas diferentes de entender la crianza, que incluyen pautas disciplinarias, derechos y obligaciones orientados a formar cierto tipo de sujetos de acuerdo con determinados valores o aspiraciones. La presencia de ambos padres o solo de la madre, también puede implicar formas alternativas de maternidad/paternidad y de ejercicio de

la autoridad, directamente vinculadas con formas cambiantes de relaciones e identidades de género.

También es importante tomar en cuenta el tipo de relación que existe entre los miembros de la pareja (o la madre) y otros familiares, ya que su autoridad o poder relativos con respecto a la crianza de los menores es diferente si se trata de la madre, la suegra, el padre, el suegro, las cuñadas o cuñados, hijos mayores de matrimonios previos, u otros parientes. Las diferentes cuotas de poder que cada miembro del hogar detenta, son resultado de una articulación compleja entre los recursos que cada quien aporta al hogar y los modelos de género y familia que sigan, y que no están exentos de en conflicto entre sí. Así, por ejemplo, ser dueño/a de la vivienda o del predio donde habita la pareja o la madre con sus hijos e hijas y especialmente si se sostienen modelos tradicionales de familia y de género, implica para esa persona un mayor poder en la toma de decisiones. Como muchos estudios antropológicos han mostrado, la tendencia en los sectores rurales y populares urbanos en México a iniciar la vida en pareja en la vivienda o en el predio de la familia del varón, junto con modelos tradicionales de género que le dan a éste la autoridad absoluta sobre su pareja e hijos, otorga especialmente a la suegra poder sobre la nuera y autoridad sobre los nietos, en la medida en que se convierte en la representante de su hijo cuando éste se encuentra ausente.

En estas circunstancias, tanto la suegra como a veces las cuñadas, se encargan de vigilar la buena conducta -especialmente sexual- de la esposa, para velar por el honor masculino del jefe del hogar. Este modelo ha sufrido transformaciones en las últimas décadas a partir de la entrada de las mujeres al mercado laboral, de procesos de movilidad social y geográfica, de la reducción del tamaño de la familia y también de la difusión de pautas culturales de clase media inspiradas en el ideal del amor romántico y de una familia más democrática en la que los deseos, emociones y necesidades de cada uno de sus miembros, son atendidos. Sin embargo, persisten muchos elementos del modelo tradicional donde el varón es el único o el principal proveedor y detenta la autoridad en la familia mientras que la mujer es la responsable de todas las tareas de cuidado. Esto entra en tensión con los nuevos modelos y se manifiesta al interior de los hogares de distintas maneras. Las tensiones entre formas alternativas de entender y ejercer la crianza son parte de estos procesos.

Finalmente, la pertenencia del hogar a un sector socioeconómico determinado se articula de forma compleja con los modelos de familia que resultan de esas relaciones de poder entre géneros y generaciones. Suponemos así que existen diferentes estilos de consumo

y modelos de comportamiento y de crianza dependiendo de las distintas dotaciones de capitales económicos, culturales y simbólicos que detentan los miembros del hogar, y que éstos a su vez cambian de una generación a otra, contribuyendo a las tensiones mencionadas.

Por su parte, los estilos de vida y de consumo considerados buenos o socialmente deseables por los distintos miembros de la familia, así como los significados que otorgan a la comida, a un cuerpo saludable o deseable, etc., se ven influenciados por diferentes modelos transmitidos por los medios de comunicación, la publicidad, el mercado y las políticas públicas, en diálogo y tensión con tradiciones heredadas. Los modelos de familia basados en el amor romántico y en los valores “democráticos”, con relaciones de género menos tradicionales y centrados en los niños (Giddens, 2012), también forman parte del capital cultural de diferentes sectores sociales y junto con las pautas de consumo, tienden a convertirse en indicadores de estatus y de movilidad social. Esto a pesar de que frecuentemente resulten en un elevado costo económico, emocional e incluso cognitivo, para las madres, quienes se ven presionadas para proporcionar, *desinteresadamente*, las mejores condiciones posibles para cuando el niño acceda al mundo individualista y competitivo de los adultos (Hays, 1998).

Todo ello repercute finalmente en la forma en que los niños son tratados, alimentados, disciplinados y educados. Esto muestra finalmente que existe un cierto margen para la agencia de los individuos y los grupos en el marco de los condicionamientos estructurales y culturales de un entorno obesogénico, que invita a consumir productos industrializados y a atender los deseos de los hijos, al mismo tiempo que asigna a los individuos -especialmente a las madres- toda la responsabilidad por su salud y bienestar, en contextos de escasez de recursos y de tiempo. Indagar en qué tan amplio o estrecho es ese margen, es uno de los objetivos centrales de esta investigación.

Es necesario, entonces, explorar en profundidad el papel que cada uno de los miembros del hogar desempeña en la interacción cotidiana, marcada por dicho conjunto de tensiones de clase, género y generación, y que tienen como sustrato simbólico, y como referencia, diversas representaciones culturales, derivadas tanto de las experiencias de vida como de modelos tradicionales y modernos mencionados, promovidos por los medios masivos de información y por agentes económicos, políticos y sociales como el estado y el mercado.

La necesidad de diseñar una estrategia metodológica combinada para profundizar en estos aspectos, obedeció también a las limitaciones propias del análisis de datos estadísticos cuando éstos son recabados con otros objetivos de investigación. En nuestro caso, la encuesta utilizada estuvo orientada a conocer procesos de salud y nutrición, por lo que sólo podíamos captar con ella un conjunto limitado de variables para dar cuenta del exceso de peso (como fue el caso del empleo remunerado materno respecto a la división del trabajo en el hogar) o simplemente no podíamos incluirlas en un análisis de estas características (como ocurrió con los aspectos relacionados con la convivencia y los significados sociales de la alimentación).

Tomando lo anterior como punto de partida, nos propusimos profundizar, desde un enfoque cualitativo, en algunos elementos de la dinámica familiar que nos permitieran explorar los procesos de organización, convivencia y significados sociales a nivel del hogar, en su relación con las prácticas vinculadas al incremento del peso corporal, teniendo como referencia los recursos disponibles tanto para acceder a los consumos alimentarios y de actividad física, como para valorar entre las alternativas que ofrece el mercado y las normas que promueve el Estado a través de políticas sociales, educativas y de salud. El análisis cualitativo nos ofreció la ventaja de poder orientar el diseño de la muestra con el objetivo de cubrir cada elemento de nuestra perspectiva analítica.

Así, en este capítulo se analizan dos componentes de la dinámica familiar: la organización del trabajo tanto dentro como fuera del hogar, y la convivencia entre sus cohabitantes, poniendo énfasis en los conflictos de género y de generación que pueden tener repercusiones en las formas de educar y criar y cuidar a los niños. Los significados sociales que guían las prácticas de los diferentes miembros del hogar, y que tienen algún impacto en la composición corporal de los escolares, se analizarán en el siguiente capítulo.

En este capítulo, en un primer momento, reconstruimos el proceso por el que se seleccionó la muestra, posteriormente señalamos las características de las participantes que efectivamente participaron en el estudio, para proceder en los siguientes apartados al análisis de las experiencias de nuestras informantes respecto de la organización del trabajo doméstico y de las formas de convivencia en que se sostienen.

## **1 Aproximación a la información cualitativa**

### **El reclutamiento de informantes**

El capital económico como vimos, es un aspecto clave que ha estado relacionado, en la literatura y en nuestro análisis, a sobrepeso y obesidad en la población mexicana de escolares, como una aproximación recuperamos las diferencias socioeconómicas, por lo que el trabajo de campo se enfocó en identificar e invitar a participar a informantes de estrato socioeconómico medio y bajo o popular. A su vez el lugar de residencia nos permitió concretar esa distinción entre estratos. Se consideraron dos lugares representativos de cada uno de estos estratos como se describe a continuación.

Villa Coapa ha sido un lugar de residencia de clase media debido a las características de la zona (accesibilidad, cercanía de comercios, tranquilidad) pero también por la búsqueda de formar parte de una comunidad relativamente homogénea en cuanto al uso del espacio urbano, los consumos y el ocio (Giglia, 2002; Lopez, 2013). Por su parte Santa Úrsula y Santo Domingo comparten una historia de precariedad y pobreza a la que sus habitantes le han hecho frente con organización popular tanto civil como religiosa, mediante las cuales han logrado mejorar las condiciones de vida, sin que implique que estas hayan llegado a ser óptimas (Zermeño, 2005; Ramírez, 2007).

Durante el muestreo teórico, dada la profunda desigualdad que priva a nivel delegacional y aun en cada una de las zonas señaladas, se pensó en tomar como criterio para distinguir a los estratos al tipo de escuela a la que acudían sus hijos, pero si bien la educación privada tiene un costo mayor a la pública, los precios pueden variar bastante de acuerdo a la ubicación. Un criterio menos variable fueron las características de la ocupación del principal contribuyente a los ingresos del hogar. De este modo, se identificaron como hogares populares aquellos establecidos en los Pedregales (Santo Domingo o Santa Úrsula) cuyos perceptores principales de ingreso fueran inestables, mientras los hogares de clase media serían aquellos establecidos en Villa Coapa, cuyos ingresos principales provinieran de un empleo estable que requiere instrucción superior.

Otros aspectos derivados del muestreo teórico fueron la variabilidad en el capital cultural institucionalizado, aproximado a partir de la escolaridad de la madre y el tipo de hogar. Dentro de las personas seleccionadas para participar, se controló que no tuvieran el

mismo nivel de instrucción formal, considerando que este es un aspecto clave de nuestro análisis. Por otro lado, también resultó importante la exploración de la variación en los tipos de hogar, en tanto es la base para el desarrollo de convivencia familiar como se expuso antes.

En breve, reclutar a nuestros informantes, cuidadoras(es) principales, los criterios de inclusión fueron la presencia de un escolar (independientemente de la composición corporal o del sexo), la residencia en algunas de las zonas caracterizadas como de estrato popular, la escolaridad de los padres y el tipo de empleo del jefe del hogar.

Una vez que se estableció el criterio de selección a los participantes, quedaba pendiente identificar la forma de acercarse a los lugares señalados para poder reclutar informantes para nuestro estudio.

Para ponernos en contacto con los informantes del estrato popular, se buscó acudir a algunos Centros de Desarrollo Comunitario (CDC) que forman parte del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia de la Ciudad de México (Dif-DF), localizados en la zona representativa del estrato popular. En estos centros se llevan a cabo las siguientes actividades:

- Organización de Talleres y Cursos de Capacitación a la Población para su Desarrollo Laboral Artístico y Cultural en los Centros DIF-DF.
- Convivencia Comunitaria y Familiar en Actividades Cívicas Educativo-Formativos y Culturales Organizadas por los Centros DIF-DF.
- Organización de Eventos Deportivos y Recreativos en Centros DIF-DF.
- Atención e Integración de Adultos Mayores en Actividades Recreativas Deportivas y Culturales.
- Servicios Educativos, Pláticas, Orientación y Asesoría para el Desarrollo Individual, Familiar y Comunitario (Dif-DF, 2014).

El acercamiento al DIF-DF centro estuvo condicionado a la entrega de una propuesta de trabajo de campo en el centro (plan del taller, guía del taller y hoja de registro de los asistentes), además de la documentación probatoria de mi situación de estudiante (resumen de la tesis, constancia de estar en el proceso de elaboración de la tesis y curriculum).

Después de algunas entrevistas con las autoridades del DIF-DF, se logró la autorización para invitar a la población asistente al Centro de Bienestar Social y Urbano Ajusco. En un evento del centro, se hizo la invitación abierta tanto a varones como a mujeres que fueran cuidadores de escolares; sin embargo, sólo mujeres proporcionaron información de contacto.

A partir de la realización de dos entrevistas efectivas, otra estrategia implementada fue buscar más informantes mediante la técnica de bola de nieve, convirtiendo a mis informantes en informantes clave. Así, con la entrevista a una de las informantes asistente al CDC, fue posible entrevistar a su hermana y a una amiga suya, quien, a su vez permitió el contacto con otra informante más.

De manera paralela, se buscó el contacto con el estrato medio. Una compañera del Colegio de México, fue el contacto que permitió identificar a madres con las características consideradas que estuvieron dispuestas a participar. A partir de esa red de conocidas se fueron incorporando las informantes de este sector, y sólo una de ellas fue captada por una vía distinta, cuidando que se cumplieran los criterios de selección.

Cabe señalar que, al haber establecido el vínculo a partir las relaciones de amistad, el reclutamiento fue mucho más accesible, menos tardado y no hubo negativas a participar. Salvo un caso de una madre de una niña de tres años que no entraba en la muestra, todas las informantes cumplían con las características. Otro aspecto que llama la atención fue que los escolares con exceso de peso no fueron difíciles de encontrar, de tal modo que la muestra, en este estrato, estuvo balanceada, desde el principio.

En la muestra del estrato popular aún no se tenían suficientes casos de escolares con exceso de peso reportado por sus madres. Para ello, se buscó otras instancias para el contacto con esta población. Así la asociación civil pro-Pedregales, permitió invitar a las madres de los niños que asisten a las actividades que ellos desarrollan en la comunidad que asiste a la iglesia de los Santos Fundadores.

Dicha iglesia cuenta con un centro comunitario. El centro fue creado “para contribuir, en la satisfacción de las necesidades básicas de las cuales ha carecido la comunidad de Santo Domingo” (Santos Fundadores, 2015). Entre los servicios que ofrecen se encuentran:

- Diversos apoyos para la salud (análisis clínicos, odontología, optometría, otorrinolaringología, nutrición, psicoterapia, acupuntura y terapia florar),
- Manualidades,
- Actividades artísticas (guitarra y teclados),
- Actividades físicas (zumba, Tae kwan-Do, Tai Chi y Karate),
- Actividades de apoyo escolar (regularización y computación)
- Organización de paseos y festividades (día del niño, día de las madres, etc.)
- Asesoría legal

- Capacitación laboral (cocina, bebidas, talleres para emprender un negocio (Santos Fundadores, 2015).

De este modo, se pudo entrevistar a tres nuevas informantes, con lo que se alcanzó una muestra de siete participantes del estrato popular. Cabe señalar que en esta ocasión sólo se invitó a madres, porque no acudieron padres a traer a los hijos. Hay que señalar que el exceso de peso de los escolares era evidente, pero en no se hizo explícito que ese era el tema de la investigación, se les invitó a participar en un estudio sobre relaciones familiares y características de los hogares, con lo que se evitó identificarlos públicamente como *gordos*.

### **Recopilación de información**

La entrevista en profundidad fue la técnica seleccionada puesto que permite obtener información sobre aspectos en los que los sujetos no pueden ser directamente observados (Creswell, 2014). De manera simultánea la observación fue otra herramienta útil para completar la información dada por nuestros informantes.

El objetivo de realizar entrevistas semi-estructuradas en profundidad, para acercarse a la complejidad de la vida familiar, fue múltiple. Por un lado se buscó captar las condiciones de cada hogar al momento de la entrevista, pero también se buscó reconstruir, mediante su narrativa, algunos aspectos derivados de sus experiencias con sus hogares de origen para acceder en lo posible a una comparación entre generaciones principalmente en lo que se refiere a la dinámica familiar y las prácticas alimentarias y de actividad física.

De manera más concreta se buscó captar las características del hogar y de sus miembros, la distribución entre estos de las actividades domésticas y extradomésticas, la crianza y la convivencia, las prácticas relacionadas al cuerpo y las representaciones sociales que las orientaban, además de los mensajes gubernamentales que se emiten en los medios masivos.

Al inicio de cada entrevista se señalaba a los informantes que la información tenía un carácter confidencial, que el uso de esta era estrictamente académico, además de tener la posibilidad de detener en cualquier momento la entrevista, así como negarse a responder alguna pregunta<sup>54</sup>. Todas las entrevistas fueron grabadas con el consentimiento de las

---

<sup>54</sup> La guía de entrevista se encuentra en el anexo2 del presente documento.



informantes, cabe señalar que hubo buena disposición, en general, de parte de ellas para responder a las preguntas.

### **El investigador y el acercamiento al campo**

Un punto de partida para nuestro estudio, es que en la investigación cualitativa el investigador mismo es un instrumento para la recopilación de información (Creswell, 2014). Por ello se hace necesaria una reflexión sobre el papel del investigador, tanto en lo que se refiere a las características que se le atribuían como en las que el observaba en los espacios donde se buscó el contacto con posibles participantes.

La percepción de la opinión de las parejas de las mujeres, al parecer, jugó un papel en la decisión de ellas de participar en el estudio. Durante la invitación a participar que se hizo en el CBSU Ajusco, aunque varias mujeres proporcionaron sus datos de contacto, sólo dos entrevistas se realizaron. Al preguntar a una de ellas, la razón para que no participaran sus compañeras, ella señalaba que lo más probable era que se debiera a los celos de sus parejas que todo el tiempo las estaban vigilando, que ellas tenían ganas de participar pero no querían conflictos si sus esposos se enteraban.

De manera más directa, la intervención de sus parejas fue importante para dos de las mujeres que acudían a cursos al Dif. Una de ellas había proporcionado su teléfono para fijar fecha y hora de la entrevista, pero al establecer contacto, un varón respondió que no estaba de manera cortante. En el otro caso, ya había quedado claro que no era posible realizar la entrevista en su domicilio, por lo que acordamos reunirnos en un lugar público y concurrido. Al tratar de corroborar la cita, ella envió un mensaje en el que se disculpaba por no poder asistir a la reunión programada, que en esos momentos viajaba con su esposo a su trabajo y que él era muy celoso, que no sabía si podría responder mi entrevista, incluso en otra ocasión.

Para las posibles participantes, también se identificó cierta desconfianza respecto a que un varón buscara entrevistarse a solas con ellas, parecía relacionarse con que ellas desistieron de la entrevista. Al preguntar directamente a las profesoras de los talleres si sabían algo de las alumnas que habían dado sus datos para concertar una reunión, ellas respondieron simplemente que no habían ido, comentando entre ellas historias sobre extorciones y los peligros de dar su teléfono a “cualquiera”, una vez que se dieron la vuelta para regresar a su salón. Esto a pesar de que las autoridades del centro presentaran al investigador y dieran fe de

que efectivamente se trataba de un asunto académico, en las sesiones de acercamiento. Cabe señalar que se ofreció la posibilidad de platicar en las instalaciones del CDC, lo que sólo fue solicitado por una de las informantes.

La perspectiva del entrevistador fue importante para la observación de las características físicas de los entornos de los entrevistados. En los recorridos para realizar las entrevistas se identificó que había áreas en las que se podían realizar actividad física, pero también una considerable oferta de alimentos de escaso valor nutricional, en su cercanía.

Recapitulando, el objetivo de la realización de entrevistas fue recabar experiencias sobre los aspectos que fundamentan las prácticas -que no pueden ser directamente observadas- de alimentación y actividad física y que repercuten en la composición corporal de los escolares a nivel poblacional, bajo la idea de articular esta información con los múltiples sentidos en los que apuntan los resultados cuantitativos. Lo que requiere, a su vez de una reflexión sobre las implicaciones de los instrumentos utilizados.

Se realizaron 14 entrevistas a responsables del cuidado y alimentación de escolares, todas mujeres. Siete de estrato popular (cinco realizadas en el domicilio de la informante y otra en la calle) y siete de estrato medio (cuatro en el domicilio, una en un restaurante, otra una en el CDC del DIF y otra en la oficina de la informante). A continuación se describe a las participantes en nuestro estudio.

## **2 Algunas características de las entrevistadas**

En el cuadro V.1 se muestran las características resumidas de las participantes, hay que señalar que los nombres utilizados son ficticios para asegurar la confidencialidad de nuestras participantes. De las 14, nueve reportaron tener al menos una hija o hijo con exceso de peso<sup>55</sup>. De ellas, cuatro habían acudido al médico para identificar si los niños tenían alguna condición médica derivada de su composición corporal. No se reportó que algún niño o niña presentara algún padecimiento crónico.

---

<sup>55</sup> Como lo definimos en el capítulo III, el exceso de peso lo entendemos como la presencia de sobrepeso u obesidad de acuerdo a los criterios antropométricos establecidos por la OMS (Onis, 2007). Sin embargo, en la recopilación de datos cualitativo no se hicieron mediciones de las características corporales de los escolares, ello no quiere decir que correspondiera al entrevistador “clasificar” a los niños. De hecho, a pregunta expresa por la condición de peso de sus hijos, era frecuente que mencionaran la opinión de un profesional para fundamentar la propia.

Las edades de las informantes iban de los 28 a los 49 años en el estrato popular y de los 38 a los 46 años en el estrato medio. En el sector popular las edades de las parejas -donde las hubo- eran muy similares a las de ellas, mientras que entre nuestras informantes de clase media hubo un par de casos en los que sus parejas eran mayores que ellas por 10 años o más, y hubo un caso en el que él era más joven que ella.

Los hogares populares variaron más ampliamente en su composición, pues iban desde los tres miembros hasta los seis, mientras que los de clase media oscilaron entre 4 y 5 miembros. Del mismo modo, el número de perceptores de ingresos varió entre los estratos. Los hogares de estrato popular tenían entre uno y cuatro perceptores de ingresos y sólo dos de los siete hogares se sostenían con los ingresos de una sola persona. En lo que se refiere a los hogares de estrato medio, tres se sostenían con los ingresos de una persona y los otros cuatro con los de ambos cónyuges.

La situación marital de las informantes de clase media fue idéntica para todas: ellas se encontraban unidas y coresidían con su pareja. En cambio, de las informantes del estrato popular, tres estaban casadas y coresidían con su pareja, dos habían enviudado y dos eran solteras.

De nuestras siete informantes del estrato medio, cuatro tenían alguna actividad extradoméstica por la que recibían un ingreso que, excepto en un caso, requerían de un nivel de instrucción universitario. Una de ellas era profesora universitaria y su pareja prestaba servicios de seguridad privada; otra asistía a su marido en su despacho jurídico; otra más desarrollaba labores administrativas en la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), mientras que su esposo se desempeña como empleado del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE). La última de ellas era diseñadora gráfica para un instituto de investigación de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y su pareja era distribuidor de libros a nivel nacional<sup>56</sup>.

---

<sup>56</sup> Cabe señalar que el servicio doméstico fue escasamente mencionado e incluso sólo como apoyo.

<b>CUADRO V.1. -Características sociodemográficas de los hogares de las informantes. Santo Domingo, Santa Úrsula y Villa Coapa, Coyoacán. Cd. De México. 2015.</b>														
	Aída	Rogelia	Carla	Estela	Magdalena	Lucía	Inocencia/ Herminia	Sonia	Nelly	Jackie	Laura	Elena	Paloma	Margarita
Exceso de peso identificado	No	Si	No	Si	Si	Si	Si	No	Si	Si	No	Si	Si	No
Mujeres mayores a 12 años	No	Si	No	No	No	Si	Si	No	No	No	No	No	No	No
Edad materna	28	45	33		45	32	38	34	38	39	39	43	46	38
Edad paterna	35	----	35		----	----	----	35	54	49	40	44	43	
Número de escolares	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1
Perceptores de ingreso	1	2	2	1	2	2	4	2	1	2	1	2	2	1
Estado conyugal materno	Casada	Soltera	Casada	Casada	Viuda	Soltera	Viuda	Casada	Casada	Casada	Casada	Casada	Casada	Casada
Tipo de hogar	Ambos padres	Madre y otros familiares	Padres y otros familiares	Ambos padres	Madre sola	Madre y otros familiares	Madre y otros familiares	Ambos padres	Ambos padres	Ambos padres	Ambos padres	Padres y otros familiares	Ambos padres	Ambos padres
Empleo materno	---	empleada	---	---	negocio	Empleada	Casa/ empleada	profesora	---	asistente	---	administrativo	diseñadora	---
Empleo paterno	bar-man	---	empleado inestable	empleado inestable	---	---	---	guardia	administrador	despacho	burócrata	burócrata	diseñador gráfico	CFE
Nivel socioeconómico	Popular	popular	popular	popular	popular	Popular	Popular	Popular	Clase media	Clase media	Clase media	Clase media	Clase media	Clase media
Escolaridad materna	técnica trunca	primaria	bachillerato tecnológico	bachillerato	secundaria	secundaria	Primaria/ secundaria	Maestría	licenciatura trunca	Preparatoria	Preparatoria	Licenciatura	Licenciatura	Preparatoria
Escolaridad paterna	secundaria	---	bachillerato T.	bachillerato	----	----	secundaria T.	secundaria	licenciatura	licenciatura	licenciatura T.	Licenciatura	Licenciatura	Licenciatura T.
Integrantes del hogar	3	3	6	4	4	6	5	4	3	4	4	5	4	4
	2	2	3	2	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2
Edad de los escolares	8	11	11	8	9	11	8	11	10	10 y 9	7 y 10	10	9	8

Fuente: elaboración propia con información de las 14 entrevistas realizadas

En la misma proporción, las mujeres del ámbito popular trabajaban de modo extradoméstico, tres como empleadas. Pero las que contaban con su pareja no lo hacían. De las parejas que coresidían con nuestras informantes, sólo se pudo definir claramente la ocupación de uno de ellos, quien se desempeñaba como *barman*, mientras que de los dos restantes se habló del trabajo en abstracto, enfatizando su inestabilidad.

El arreglo habitacional en el que residían los escolares fue un aspecto clave para el análisis de la convivencia en los hogares, ya que permitió observar tanto aspectos objetivos, como el tiempo dedicado al cuidado de los niños, a adquirir y preparar alimentos, el establecimiento de horarios para las comidas, el tiempo dedicado a actividad física, etc., como subjetivos, entre los cuales se analizó la exposición y adhesión a distintos modelos culturales de consumo, percepciones del cuerpo, de lo saludable y/o estético, y estilos distintos de crianza (disciplina, autoridad y límites claros, versus conflictos de autoridad y de roles, permisividad, ausencia de límites, compensaciones afectivas a través del consumo, etc.). Es necesario señalar, como ya se dijo, que las diferentes formas en las que se configura la convivencia familiar pueden estar influenciadas por la presencia de miembros del hogar de distintas generaciones (abuelos, tíos, primos, hermanos mayores, etc.).

En la muestra seleccionada encontramos ejemplos de cada una de las categorías con las que clasificamos a los arreglos habitacionales; sin embargo, esa diversidad se concentró prácticamente en el estrato popular, en el que se pudo observar un hogar donde sólo estaba la madre con sus hijos/as, dos con ambos padres y sus hijos/as, tres más en los que además de la madre y los hijos/as cohabitaban otros familiares y finalmente otro donde estaba la pareja y sus hijos/as junto con otros familiares. Por su parte, los hogares de estrato medio en su mayoría contaron con ambos padres y sus hijos/as y sólo uno con otro familiar, es decir predominó el arreglo de pareja con hijos y en más de la mitad de ellos, con ambos cónyuges perceptores de ingresos.

Si bien un criterio de selección<sup>57</sup> fue pertenecer a un estrato medio o a uno popular considerando en principio el nivel económico al que nos podemos aproximar a partir de la zona de residencia, también se consideraron algunos aspectos del capital cultural institucionalizado como la escolaridad de las participantes. Esta mostró algunas variaciones

---

<sup>57</sup> Para seleccionar la muestra se tomó en cuenta la presencia de al menos un escolar en el hogar (independientemente de la composición corporal o del sexo) y la pertenencia a uno de los dos estratos definidos previamente (popular o medio). Esto fue definido a partir del lugar de residencia y las diferencias en instrucción formal. Para más detalles véase el capítulo III.

en el sector socioeconómico medio: tres habían completado el bachillerato, una de ellas no finalizó sus estudios de licenciatura, dos más si los concluyeron y una obtuvo el grado de maestría. En el estrato popular, la instrucción formal de nuestras informantes también fue variada: una de ellas concluyó la primaria, tres cursaron secundaria, otras dos el bachillerato tecnológico y una más no concluyó sus estudios de carrera técnica.

### **3 Experiencias y situaciones de la dinámica familiar relacionadas con la composición corporal de los y las escolares**

A partir de las respuestas y testimonios de las mujeres entrevistadas buscamos reconstruir la dinámica familiar en sus repercusiones para la composición corporal de los escolares. Hay que señalar que en el desarrollo del análisis de la organización del trabajo dentro y fuera del hogar, surgió la necesidad de vincular estos aspectos con la convivencia, pues es en su articulación donde ocurren las acciones dirigidas a las niñas y niños que podrían estarles generando exceso de peso. Conviene también acotar que se hizo énfasis en las prácticas relacionadas con la alimentación y la actividad física, ya que son los factores inmediatos para la ganancia de peso, en los que las relaciones familiares pueden repercutir.

La articulación entre la organización del trabajo y la convivencia en las prácticas de alimentación y actividad física requiere tomar en cuenta el proceso de adquisición de una creciente autonomía en los comportamientos de los escolares, con una influencia considerable de los medios masivos de comunicación, así como de la oferta inmediata de productos que se les ofrecen en sus diferentes ámbitos de interacción (Lozada, 2007; Bonvecchio *et al.*, 2010; Díaz *et al.*, 2011; Shamah, 2011; Durá *et al.*, 2013).

Por otro lado, la posición privilegiada de los padres en la formación de los hábitos alimentarios y de actividad física durante la infancia, tiene varias aristas. Por un lado, la asignación de recursos por género, edad o parentesco puede impactar en las preferencias de los hijos, además del mero ejercicio de la autoridad o el modelaje de los comportamientos alimentarios que ya se ha documentado (Briz *et al.*, 2004; López *et al.*, 2007). También puede ser importante que el control de los comportamientos de los hijos pase por el uso de la actividad física o del entretenimiento sedentario como medios de recompensar o castigar y que con ello se favorezca la ganancia de peso, como también se ha documentado para la alimentación (Domínguez *et al.*, 2008).

La influencia de esos tres aspectos (las preferencias de los niños, la asignación de recursos por parte de los padres y el manejo de premios o castigos) será parte del análisis presentado en el presente capítulo, explorando su posible relación con la composición corporal.

Hemos clasificado nuestros casos a partir de lo que llamamos experiencias, para referirnos a la forma concreta en que las participantes dieron cuenta de las dimensiones analizadas a partir de la forma en la que las vivían cotidianamente, identificando algunas situaciones específicas, cuando fue posible. Lo que identificamos como situaciones fueron algunas variaciones en las que se presentó una misma experiencia. Por supuesto, no se trata de categorías exhaustivas, pero nos permiten ilustrar aspectos cruciales de la vida familiar que siguen siendo susceptibles de refinamiento para análisis posteriores.

El análisis se presenta por separado para cada estrato definido, dando paso a una última sección en la que se desarrolla la discusión conjunta de las implicaciones de la organización del trabajo y de las formas de convivencia para la composición corporal de las niñas y niños en edad escolar.

### **Estrato popular**

En los hogares del estrato popular a los que tuvimos acceso, las actividades destinadas al mantenimiento del hogar se distribuían de diferentes formas; sin embargo, se pudieron distinguir dos tipos de experiencias con respecto a la participación de los miembros del hogar en el trabajo de cuidado. En la primera experiencia, hubo un escaso involucramiento en las labores domésticas de alguien distinto de la madre. Mientras en la segunda, si se observó que otros miembros de la unidad doméstica participaban ampliamente en dichas labores.

#### ***Experiencia 1: Madres con escaso apoyo para las labores domésticas***

Los hogares en los que no existió participación en las tareas de cuidado de alguien distinto de la madre, fueron aquellos en los que los niños cohabitaban con su madre y con su padre y la madre no tenía un trabajo remunerado estable, es decir el arreglo tradicional de un hogar con ambos padres y sus hijos e hijas, con una clara división sexual del trabajo donde el varón es el proveedor y autoridad última y la mujer es la responsable de todas las tareas de

cuidado. Por ejemplo, Estela y Aída partían de señalar la colaboración de sus parejas, pero en el desarrollo de sus testimonios mostraron un escenario de roles bien diferenciados.

Estela, por ejemplo, narraba que su pareja daba de desayunar o vestía a su hija en edad escolar; sin embargo, fue ella quien siempre iba a dejar a su hija y quien consideró los quehaceres de la casa como propios. Aída, por su parte, señaló que su pareja le “ayudó” en algunas actividades domésticas muy específicas:

No, sí me ayuda [su esposo], a veces nosotros salimos muy de prisa en la mañana, él se encarga de tender las camas y más o menos recoger y yo todo lo que resta [...]; él lava su ropa [...] porque él es muy especial con sus cosas, [...] yo la dejaba de una forma y no le gustaba [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]-

Las labores señaladas, orientan al beneficio de él, fueron concebidas como parte de las tareas de Aída, a pesar de que él también pudo desempeñarlas, como lo hizo después de inconformarse con la forma en la que ella lavaba su ropa.

En este marco, en el que el reparto de labores en el hogar presenta un carácter tradicional<sup>58</sup>, llama la atención que las parejas de estas informantes supieran cocinar. En México, las mujeres son socializadas para el desarrollo de las labores domésticas y de cuidado, como parte de la forma tradicional de la distribución de las cargas de trabajo (DiGirolamo, 2008). Bajo ese esquema que es el dominante, cocinar no se presenta como una actividad de varones.

Lo anterior parece mostrar que, en estos hogares que se caracterizaron por una limitada participación masculina en las actividades del hogar, se está generando sin embargo cierta flexibilidad con respecto al modelo de las relaciones familiares tradicionales: nuestras dos informantes de este grupo, se dedican exclusivamente al cuidado del hogar, pero sus maridos “trastocan” ligeramente esa división, al participar en algunas tareas domésticas.

Aída incluso asume esa flexibilidad, cuando señala con naturalidad, no sólo que no suele cocinar, sino que no le gusta mucho hacer de comer entre semana, y que los fines de semana su esposo puede adquirir alimentos preparados. Además, es él quien juega con mayor frecuencia con la niña. Por su parte, los motivos que expresó Estela para enseñarle a cocinar a su pareja fueron, en sus palabras: “Yo tengo la idea de que un hombre tiene que saberse

---

<sup>58</sup> De acuerdo a como se ha discutido en el capítulo 3 al modelo tradicional de reparto de labores. Aunque en realidad es hasta épocas recientes que se institucionaliza ese modelo familiar.



defender y yo le digo ‘no vas a depender de una mujer’”. Estela ha tomado la iniciativa de involucrar más a su pareja en la casa, a partir de una imagen masculina distinta a los estereotipos de género según los cuales los hombres no son indefensos, pero deben ser atendidos.

Pero a pesar de que ellos habían adquirido la habilidad para preparar alimentos, al igual que en las demás labores de casa, no fue muy frecuente que los varones cocinaran y sólo lo hicieron en sus días libres (descansos o fines de semana). Cuando llegaba a ocurrir, los alimentos que las parejas ofrecían a la familia salían del esquema de la dieta diaria. El esposo de Estela, hacía sólo cosas sencillas y rápidas (huevos, pasta, carnes y salsas). La pareja de Aída, por su parte, con frecuencia compraba pollo rostizado, lo que contrasta con el deseo que tuvo en algún momento de ser chef, que supone un gusto por la cocina. El hecho de que Aída no cocine diariamente, más allá de que no le guste por la gran presión que representa para ella, se debe a que se encarga del frecuente cuidado médico que su hija requiere, mientras su marido decide quedarse a lavar su ropa en lugar de acompañarla. Otras veces, su pareja decide jugar con su hija hasta tarde sin preocuparse por las dificultades que tendrá al día siguiente para levantarse para ir a la escuela.

Los testimonios de Aída y Estela, aunque muestran que sus experiencias se alejan en alguna forma de los roles tradicionales, en realidad, revelan que ellas continúan definidas conforme a criterios más bien rígidos con respecto a la autoridad masculina, pues si bien sus parejas saben cocinar, ofrecen lo que ellos quieren, en las ocasiones en que les es posible y sin que haya acuerdos sobre los momentos en los que ellos tienen asignada la responsabilidad de preparar los alimentos. Además de que sus preferencias no están sujetas a ninguna restricción y fácilmente pueden difundirse entre los hijos.

El reparto desigual de las cargas de trabajo es otra de las consecuencias del manejo de la autoridad concentrada en los varones, pues si bien las mujeres buscan una participación en el mercado laboral, ésta tiene que ser esporádica, debido a que no pueden dejar a sus hijos sin atención y a que no cuentan con apoyo en este aspecto. Aída, por ejemplo, lo plantea en los siguientes términos:

[...] de bebé [su hija] estaba que tenía que operarse o tenía que estar yendo al doctor y entonces vino un tiempo de relajación, pero luego otra vez, vino que le detectaran esto y lo otro, y apenas en el 2013, noviembre, otra vez la empecé a llevar al doctor. Y otra vez, ya nos dijeron que sí tiene que usar aparatos auditivos, que sí tiene algún retraso. Y entonces sí, otra vez y me tuve que salir de trabajar.

Entonces, le digo, he tenido trabajo, pero no tengo tiempo. [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Para Estela, por su parte, las dificultades económicas del hogar le han hecho buscar empleo en varias ocasiones, fijando ella como condición que le permitieran cuidar ahí mismo de sus hijas:

[...] estuve en dos trabajos, estuve en una clínica de tatuajes, estuve un rato y luego me embarqué y pues ya me tuve que salir y después luego-luego naciendo mi hija empecé a vender comida y pues era nada más ir a dejar la comida y a lo mejor en 20 minutos ya tenía 200 o 300 pesos. Y luego ya después estuve en una refaccionaria, ahí era ir a volantear, ir a ver los clientes y apuntarlos. Y ya, nada más ver si necesitaban alguna refacción y ahí también me llevaba a mi bebé. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

La mejora reciente en los ingresos de su pareja y la escasa oferta de empleos donde pudiera llevar a su hija, le han hecho desistir de buscar trabajo. Asumiendo que se va a encargar del hogar, Estela dedica buena parte de sus tardes a llevar a su hija a las diferentes actividades, fuera de la escuela, que ha programado para ella. Al hablar de los diferentes cursos a los que acude su hija, ella concluye remitiéndose a sí misma “ando muy movida”. Llevarla a esas actividades, además de cocinar, asear la casa y la ropa, la mantienen en un constante ir y venir, que reduce cada vez más su posibilidad de buscar un empleo.

Las normas de género que sustentan la división sexual del trabajo, conducen a estas mujeres a considerar los ingresos que han obtenido por trabajos informales y a tiempo parcial, como “ayuda” para sus parejas, aun cuando reconozcan también la mejora que representa para todos los miembros del hogar el hecho de que ellas obtengan sus propios recursos. En un estudio también en hogares populares, Rojas (2010) señaló esta misma tendencia a considerar al dinero ganado por las esposas como una “colaboración”, un “pequeño grano de arena”, como Estela llama a su aportación al gasto familiar.

Yendo más a fondo en la idea de ‘ayuda’ que han expresado las mujeres que no tuvieron apoyo para las labores de cuidado, podemos observar que a pesar de que el término empleado por ellas sea el mismo, existe una sutil diferencia que llega a oponer la ayuda que prestaban los varones a sus esposas en actividades bien delimitadas y la contribución que ellas hacen al gasto de la casa. La ‘ayuda’ masculina hace referencia al supuesto de que las actividades que ellos realizan en casa no son parte de sus obligaciones sino algo extra. De manera paralela, ellas asumen que todas las actividades del hogar tienen que ser cubiertas adecuadamente en el tiempo del que ellas disponen. Ninguna de las dos mujeres que estaban

en esta situación, habló de la necesidad de que ellos se involucren en el trabajo doméstico, pero ambas señalaron la escasez de tiempo que ellas sufrían.

El asunto del ingreso es distinto. Al reflexionar sobre las dificultades económicas del hogar, las mujeres mencionaron que los patrones no pagaban, problemas derivados del encarecimiento de los bienes, o reducciones del salario debidas a algún préstamo. Es decir, ellos no pueden cubrir todas las necesidades adecuadamente, aunque quisieran. Las mujeres valoran positivamente lo que sus maridos hacen en el hogar porque no es obligatorio, y porque aminora su carga de trabajo, mientras que la contribución de ellas, además de que no aminora la carga de trabajo de ellos, llega a ser necesaria ante un escenario económico adverso que está fuera del control de ambos. La *ayuda* toma dos formas muy distintas: en el caso de ellas parece sustentarse en la idea de contribuir al gasto familiar, una forma de procurar la sobrevivencia del hogar como un objetivo común a todos los miembros, mientras para ellos, se trata de un esfuerzo que va más allá de sus obligaciones.

Queremos señalar que en estos hogares se pueden estar manifestando formas alternativas al modelo tradicional de roles de género, aunque en aspectos bien específicos. Por ejemplo, si bien el hecho de que Elena le haya enseñado a cocinar a su pareja se puede interpretar como una muestra más de que se les responsabiliza a las mujeres de educar incluso a sus maridos, también puede ser leído como el esfuerzo de algunas mujeres por modificar la desigualdad en su entorno más inmediato. Tal parece ser el caso de Elena, quien revestía su narración con un dejo de orgullo. Esto coincide con la noción del papel catalizador de las mujeres en los cambios en las familias, identificado en otra investigación también realizada en el Pedregal de Santo Domingo (Gutmann, 1993).

Al enfocarnos en la convivencia, ese esquema clásico pero flexible se mantiene. Ellas no mencionaron confrontar todas las relaciones de desigualdad en la familia, pero sí una tendencia a evitar los cuadros más dramáticos que vivieron en su infancia, como la violencia doméstica.

Estela y su familia recurrieron a un grupo de apoyo para neuróticos, debido a las relaciones conflictivas que tenían antes y todavía después de la muerte de su papá. Esa experiencia difícil le ha hecho tener mucha precaución de no caer en una dinámica similar en su familia actual, como ella reconoce: [...] si no [hubieran buscado ayuda], tal vez hubiese sido un ciclo repetitivo, fue lo que yo aprendí, y tuve que trabajar con mi persona para poder

ver qué pues esas son cadenas y que las tengo que detener. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

Sin embargo, esto no significa que el manejo de la disciplina con los hijos sea más relajado para ella. De hecho, este aspecto específico ha generado algunos roces con su pareja:

“[...] todavía seguimos teniendo un poco de choque porque él es un poco más liberal, ‘esas cosas ocurren’, bueno sí, ocurren, pero nosotros tenemos ya la experiencia y es para que nuestros hijos sean mejores que nosotros.” [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

Por su parte, los conflictos en el hogar de Aída no daban motivos para compararlos con lo vivido en su familia de origen. Su esposo solía dejar la mayoría de las decisiones del hogar en manos de ella, a menos que se tratara de dinero: “Mi esposo pues no sé si lo convenzo, pero sí creo que yo... A lo mejor si es de dinero, él sí se pone a pensar; él es más precavido en eso”. Esta había sido la principal fuente de conflicto, pero ella trataba de entender a su marido y de aceptarlo puesto que en épocas recientes el salario de él se había reducido.

Las tensiones y conflictos que involucraron la convivencia cotidiana, sin embargo, fueron frecuentes y derivaron de los celos de él. Cuando Aída estudiaba, estaba inscrita en un grupo en el que era la única mujer. Su pareja le cuestionaba que asistiera a clases afirmando que ella se había acostado con sus compañeros. También llegó a cuestionar que ella hubiera bailado con el esposo de su hermana en alguna fiesta, una vez que el alcohol los había desinhibido:

Yo no podía platicar con mis amigos porque él estaba fúrico y hubo una ocasión que pasó... Llegó su hermano y se nos hizo fácil tomarnos unas cervezas pero de tanto y tanto, él estaba ya muy tomado, estábamos ya muy tomados, entonces *me sacó eso, que por qué mi cuñado me había sacado a bailar*. A mí se me hizo absurdo, se me hizo hasta gracioso al principio, pero no, o sea de verdad él se enoja horrible y ese día fue que *llegamos a los golpes* y, no sé, los dos nos gritamos y los dos estábamos muy enojados [...][Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]

Enfrentar los celos de su pareja le hizo reflexionar respecto de su historia familiar y posicionarse frente a él para evitar al menos situaciones similares a las vividas por su madre. Aunque ella no recordaba a su papá, sus hermanas señalaban que era violento, por lo que le resultaba frustrante dejar que le pasara también a ella. Si bien ella interpuso la demanda de divorcio y llegaron a separarse, al final la separación fue temporal. El modificó ese comportamiento, aunque ciertamente no por completo. Esa fue la única experiencia de violencia física que ella compartió y según expresó, no hubo agresiones para su hija. Las

mujeres de nuestra muestra aparentemente cuentan con más recursos que sus madres para enfrentar la violencia y cuestionar la autoridad absoluta de sus parejas, aunque muchos elementos del modelo tradicional de género permanecen, como la división sexual del trabajo.

### **Implicaciones de las relaciones de género tradicionales en los hogares populares para la composición corporal de niños y niñas en edad escolar**

En los hogares del sector popular donde predominaron las relaciones tradicionales de género, encontramos escolares con exceso de peso y escolares sin esta condición. A pesar de las similitudes que hemos señalado entre los hogares de Aída y Estela en relación con el reparto desigual de tareas, la composición corporal de sus hijas fue muy diferente. La hija de Aída, de ocho años, tenía un cuerpo delgado y la de Estela presentaba exceso de peso.

Cómo señalamos antes, la pareja de Aída sabía cocinar, pero no cocinaba. De hecho, el ambiente alimentario del hogar estuvo caracterizado por alimentos elaborados fuera del hogar. La selección del menú, por lo tanto, podía estar sujeta a diferentes criterios y preferencias, pues no era necesario seleccionar la misma opción para los tres integrantes de la familia; bastaba con comprar la porción individual de acuerdo al gusto de cada quien. Pero a pesar de que no se tuviera un control de la calidad de los ingredientes, en el tipo de comida que compraban se podía reconocer la base “tradicional” de la alimentación mexicana: “Ella [su hija] sabe que de ley se tiene que comer una tortilla y verduras. Por lo regular siempre hacen la comida con verduras o siempre la pedimos así, con verdura, y como siempre nos mandan arroz y frijoles pues sí se compensa”.

Por otro lado, también pudo estar incidiendo en la composición corporal de la hija de Aída, la preferencia de su esposo por la actividad física y la recreación, aprovechando que hay un parque frente a su domicilio. Aída, a su vez, también ha tomado parte en la actividad física de su hija, pero con una idea más elaborada que sólo el esparcimiento. Ella estuvo buscando instituciones en las que se ofreciera algún tipo de actividad deportiva, que le permitiera estimular las habilidades de su hija, seleccionando finalmente la gimnasia: “la gimnasia siento que tiene muchos beneficios, desde psicomotriz o para coordinar o para cualquier deporte, agarra mucha flexibilidad, para todo, y lo de otros deportes no me gustan.”

Aunque ambos propiciaron que su hija se ejercitara, Aída buscó controlar el tiempo que su hija pasaba corriendo y jugando con sus primos, pero sobre todo con su pareja, quien

tendía a despreocuparse de que la niña no pudiera levantarse al día siguiente, debido al cansancio. Los permisos para jugar sirvieron para establecer una duración de la actividad física, más que para restringirla.

En lo que se refiere a las recompensas otorgadas a su hija, de nueva cuenta hubo orientaciones bien distintas entre las que manejaba ella y las que implementaba su marido. Las recompensas que otorgaba Aída estaban más orientadas a motivar verbalmente. Su esposo, en cambio, utilizaba alimentos para gratificar. En lo que ambos coincidían era en el castigo a través de la limitación de los juegos en el parque. Pero, aunque Aída prefería la motivación a la gratificación con golosinas, le costaba trabajo llevar a cabo la forma de recompensar con la que estaba de acuerdo:

[...] nos dijo la psicóloga, que no tanto con [...] algo físico, sino como ‘estuviste muy bien, felicidades’. Y eso es algo que no, es lo que le digo a la psicóloga, no me nace, no me es fácil el decir palabras alentadoras, sí te puedo decir ‘ay hija qué bien lo hiciste, me dio mucho gusto, me tienes muy contenta’. Pero ya llega un momento en el que ya no tengo palabras que decirle, entonces eso, yo. O sea luego su papá sí, él sí ‘vamos y te compro unas papas’. Y cómo la regañamos... de que no salga a jugar. Se queda aquí haciendo tarea y no puedes salir a jugar y ahí sí ese es su castigo mayor. [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

En el caso de la hija de Aída, las acciones tomadas repercuten de manera indirecta en un peso corporal de bajo riesgo, sin que ésta sea su inquietud.

Por su parte, la hija de Estela, de ocho años, tiene ligero exceso de peso. Una primera diferencia que observamos respecto del caso anterior es que Estela controló de manera estricta el tiempo de esparcimiento y actividad física de su hija, como parte de lo que entiende es su labor como mamá: enfocarse en el desempeño escolar. Como ella misma señaló: “tengo todo por horarios, y el único día que nos sobra es el domingo, para descansar”. Lo anterior supone la dificultad de tener que conciliar entre las actividades planeadas por ella y las que su hija quiere hacer, y la tendencia al sedentarismo como una preferencia de los padres, que no consideran un espacio en el que la niña pueda hacer actividad física. El esfuerzo para esto último lo ha hecho Estela, “A veces me la llevo los domingos al parque. No sale del parque, la verdad sí es algo que sí me harta porque todo el tiempo estamos ahí [ahí ensaya con la banda de guerra], pero sí me la llevo al parque y ya sea que me la lleve a dibujar o al brincolín, o que la lleve a los juegos”. Considerando estas dificultades, el tiempo que le quedaba para ejercitarse era el de los descansos durante los ensayos de la banda de guerra.

Aunado a la falta de actividad física, el énfasis puesto en las actividades de formación escolar hizo que la niña tuviera todo el día ocupado y poco tiempo para comer. Esto, a pesar de que antes Estela señaló que les gustaba comer juntos y platicar:

[...] yo procuro nada más para comer pues aquí y que se dediquen a comer y a veces empiezo a hacer la plática y empieza a ser más largo tiempo y entonces nos queda menos tiempo. Entonces no, procuro que no hayan intervenciones, nada más nos dedicamos a comer tranquilamente y luego ir y me va platicando algo que se acuerde en el día o lo que le haya pasado en la escuela. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Además de las dificultades que supone la restricción del ejercicio, tomemos en cuenta que también puede tener repercusiones importantes el hecho de que lo que se le ofrece a la hija como recompensa por sus calificaciones, son visitas a establecimientos de comida rápida:

Bueno, yo en mi caso, que soy la que está más con ella, si saca buenas calificaciones, que es una niña muy estudiosa, le digo 'pues ¿qué quieres, te gustaría que te lleve al Burger King, al McDonald's, se te antoja algo?' Y ya me dice 'ah, pues quiero esto', y se le da. Si él no está, pues yo la llevo y luego ya al rato le digo 'felicitas a tu hija, no sé, sacó el primer lugar o sacó un 9-10, o tal cosa. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

Estela reconocía que su hija tenía exceso de peso o como ella lo dijo: “está barrigoncita”; sin embargo, no concebía la composición corporal como una preocupación, o al menos no tanto como el desempeño escolar. De la misma manera la hija de Aída, tampoco control de su dieta o ejercicio de acuerdo con discursos nutricionales o de prevención de enfermedades crónicas, sino más bien como parte de la reproducción de un modelo heredado: “es ley comer verduras” y es bueno jugar y tener esparcimiento. Eso no evita que existan consecuencias efectivas en el cuerpo de las niñas, a pesar de coincidir en la poca atención que recibe el cuidado de la alimentación y la actividad física. Recordemos que la hija de Estela presentaba, como se señaló, exceso de peso mientras la hija de Aída estaba delgada.

### ***Experiencia 2: con participación amplia de otros miembros del hogar en las tareas de cuidado***

Existe otro grupo de familias de este mismo estrato, en el que las mujeres contaron con apoyo para el cuidado de los hijos. Esto representa un nuevo panorama, sobre todo en términos del replanteamiento de las relaciones de poder dentro del hogar.

Excepto Magdalena, nuestras informantes de este grupo pertenecían a hogares ampliados. Sin embargo, podemos incluir al suyo en el análisis pues su hijo mayor jugaba un

papel adulto, con cierta autonomía para contribuir al gasto familiar y a las actividades del hogar.

En estos hogares se puede reconocer que la distribución de las actividades relacionadas con el cuidado entre los miembros del hogar tuvo un impacto, a pesar de las dificultades para que esta distribución se llevara a cabo.

En términos generales, los hogares de estrato popular en los que las labores se distribuían entre otros familiares, mostraron tres tipos de dificultades:

- Desentendimiento del padre respecto de las responsabilidades del hogar.
- Falta de apoyo a la autoridad de la madre sobre sus hijos en ausencia del padre
- Actuación sobre los hijos de otros familiares, sin el conocimiento de la madre, en ausencia del padre

En el desarrollo de cada una de estas circunstancias se expondrán las implicaciones en la composición corporal de los escolares.

#### *Situación 1: Desentendimiento del padre de sus responsabilidades hacia el hogar*

En la primera situación podemos reconocer al hogar de Carla. Al estar presente su mamá, le fue posible tener un empleo remunerado de tiempo completo en un supermercado, con la seguridad de que sus hijos (un adolescente y una escolar), estaban bien atendidos mientras ella trabajaba.

Las labores de casa, se distribuyeron entre ella, sus hijos y su mamá, mientras que la participación de su marido se concentraba en una actividad para sí mismo:

[...] ellos [sus hijos], ya se hacen cargo de su cuarto, [...] de su ropa, ellos la lavan, ellos recogen su cuarto, nada más yo me encargo de ella [su bebé], de mi esposo se la lavo, pero no le plancho ropa, él se la plancha. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

Con todo, al igual que los varones de la experiencia anterior, su pareja podía encargarse de la comida en sus tiempos de descanso. Carla sabía que él se encargaría de la comida cuando le preguntaba “¿qué vamos a comer ahora?”. De la respuesta que él mismo proporcionaba dependían los alimentos consumidos. Él compraba los insumos, que solían ser carnes, y se encargaba también de su preparación.



El desentendimiento del hogar que tenía su pareja se mostró con toda claridad cuando Carla enfermó de los riñones, al punto que fue hospitalizada y posteriormente tuvo que dejar de trabajar. Su pareja siguió sin involucrarse y el apoyo crucial en este momento, fue el de su madre; sin embargo, al dejar ella de percibir ingresos, el gasto comenzó a ser un tema de discusión:

[...] para el gasto, siempre es el pleito, siempre. ‘Es que tienes que darme gasto’, siempre me dice que sí, pero no me da. [...] a lo mejor porque desde el principio yo trabajaba y pues no le pedía, nunca le pedí gasto, ‘*por qué le voy a pedir si yo puedo solita*’, siempre decía, pero de ahí está que nunca me dio gasto y ahora que le pido no, no me da” [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Este caso muestra uno de los obstáculos recurrentes que enfrentan las mujeres en su transitar de los roles tradicionales al ámbito laboral, además de la “doble jornada”. La idea de “yo puedo solita” con los gastos, fue la oportunidad para que su pareja relajara su participación en la proveeduría del hogar, al punto de que cuando ella dejó de trabajar, él continuó con la misma dinámica respecto del gasto.

Más allá del papel tan importante que tenía la mamá de Carla, su participación en la dinámica del hogar era limitada, en parte debido a que no tenía una buena relación con su yerno: “a mi mamá le decimos, ‘ándale, ándale’, y no quiere ir, o con mi esposo casi no, o sea, chocan, *casi no se llevan*. Entonces, en ese aspecto pues mi mamá no quiere salir con nosotros”.

El que no se llevaran bien podía deberse a lo que señalábamos antes respecto de su poca participación en el gasto del hogar, dejando buena parte de la manutención del mismo en manos de su suegra, pues ese gasto salía de los ingresos del puesto de antojitos que ella atendía en la entrada de su casa y en el que su hija colaboraba.

A pesar de su falta de cumplimiento del papel tradicional asignado al padre de familia, es decir la proveeduría del hogar, el esposo de Carla se mostraba muy preocupado por la interacción de ella con otros varones: “Él es muy celoso. Por ejemplo, si vamos a una parte no quiere que nadie me saque a bailar, si voy a bailar nada más con él.” Otro aspecto que trataba de controlar eran las actividades familiares, por ejemplo, haciendo obligatorias las visitas a sus padres cada semana, y sintiéndose agraviado si se expresaba una opinión contraria, sin tomar en cuenta los motivos:

Mi hijo de plano dice ‘yo no quiero ir’. Luego yo digo también como *que no tengo ganas de ir*, y voy. Pero luego le he dicho ‘yo voy porque tú vas, no porque salga de mí que quiera ir con tus papás’.

Mi esposo decía que lo consentía mucho [al adolescente]. Pero yo siento que no [...], y como no es su papá de sangre, entonces ahí chocan mucho. Y luego, por ejemplo, el domingo, ‘que *si dice no quiero ir y tu dejas que haga lo que quiera y luego se va y llega a la hora que quiere*’. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Ese choque está ausente en la interacción con la niña en edad escolar, en parte por su carácter afable, pero también probablemente porque ella sí es su hija biológica, lo que puede repercutir en las diferencias de trato:

Pues es que ella... es que son diferentes. Ella, como que ella sí acata las reglas, obedece más y sí, con ella casi no tenemos problemas. En la escuela va bien. Se lleva muy bien con todos. Como que con ella, son bien diferentes. El niño es serio, pero tiene su carácter. Y la niña como que es más alegre y más dinámica, anda para todos lados y anda haciendo y deshaciendo cosas. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

En este hogar, la niña en edad escolar no tenía un peso elevado. Debido a la esporádica participación de su papá en el gasto familiar, el negocio de la mamá de Carla fue clave tanto para que tuvieran un ingreso, como para tener una despensa asegurada. Pero, si bien tener un puesto de antojos podía exponer a la familia a una dieta abundante en grasas, para ellos se cocinaba aparte. Por otro lado, con el negocio, se aseguraba que siempre estuvieran presentes alimentos tradicionales con alto contenido de fibra y proteína vegetal (frijoles, pápalo o nopales).

La poca participación de su pareja en el gasto cotidiano, no evitaba que él complaciera a la familia con antojos, ya sea invitando a su esposa con un café o dando gusto a sus hijos con ciertos alimentos:

[...] le digo [a su marido] “se me antojó un cafecito, ¿me invitas uno?” y ya me lleva a Coyoacán Casi, cuando estaban más chicos, casi siempre los llevábamos ahí a que corrieran un rato.

[su hijo adolescente] siempre está, ‘mira ese *Subway* se ve que está bueno’ o una pizza, o luego en la noche, ‘ya se me antojó una pizza’, porque esas sí las compra mi esposo, que los antojitos de la noche, pizza, tacos, él los compra. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

La dinámica familiar y el reparto de tareas en el hogar tuvo impacto en la situación de peso de su hija también a partir de la forma en la que ella realizaba sus actividades de esparcimiento. Si bien ninguno de los tres adultos en el hogar destinó un tiempo específico a participar en las actividades físicas de los hijos, éstos no eran sedentarios. Los hijos de Carla con frecuencia jugaban en la calle con sus amigos, para lo que solían pedir permiso. Más allá de sentirse vulnerables, ellos permitían que sus hijos salieran solos al parque, lo que vale la

pena señalar considerando que era su hija en edad escolar quien salía a jugar más que su hermano adolescente: “casi siempre [sale] con sus amigos, él ha salido muy poco, hasta ahora que tiene la patineta ha salido más, pero la niña sí sale más”. El hecho de que la actividad física no les representara inversión de tiempo ni de dinero, además de que fuera parte de su esparcimiento, ha repercutido en que su hija no haya subido de peso. La importancia del parque como espacio de esparcimiento, tanto en el caso de Aída como en el de Carla, se remonta a su infancia, pues desde entonces ya existía el parque.

La única ocasión en la que la actividad física de alguno de los hijos requirió inversión, fue cuando su hija quiso aprender gimnasia, pero ya no quiso seguir, según expresa su mamá: “Se cansaba mucho y creo que esa vez no alcancé a pagar, porque teníamos que pagar en el banco, [...] eran como \$80 pesos al mes, pero no alcancé [...], entonces dijo ‘pues no me apuntes este mes’, dije ‘entonces al otro’, y ya, como que ya no quiso [...] me hubiera estado diciendo ‘ándale veme a apuntar’” [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Es notorio que la actividad física que realizaban la hija y el hijo de Carla no estaba incentivada por los padres. Ello puede deberse en buena parte, a que en apariencia no les hacía falta por estar delgados. Según relató Carla: “pues como los veo delgados, no los veo así mal, yo digo pues están bien, si quieren hacer ejercicio pues está bien también, no les hace daño”. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

En el hogar de Carla ha habido premios, pero han estado orientados a resultados específicos, es decir no como una forma cotidiana de reforzar comportamientos. Lo que sí son frecuentes, son los castigos:

[...] casi no tienen premios, no los premiamos. Hubo una ocasión [...] y creo que esa fue la única vez que se les ha hecho eso. [...] Y castigos, castigos sí tienen más, por ejemplo, a él no lo dejamos salir a patinar, que es lo que más le gusta y a mi hija pues no la dejamos salir a la calle. [Carla, 33 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Llama la atención también que los premios que se ofrecieron en esa única ocasión que recuerda Carla hayan sido un disco de *X Box* para él y una muñeca *Barbie* para ella, artículos que tienden a limitar la actividad física que pueden realizar, en total oposición a la restricción de la actividad física, como el mayor castigo.

## *Situación 2: Falta de apoyo a la madre en el ejercicio de la autoridad sobre los hijos cuando ella lo solicita*

Otra situación encontrada en los hogares en los que se tuvo apoyo de otros miembros del hogar para el cuidado de los hijos, fue que los familiares se enfocaban en atender las necesidades de éstos, pero no en controlar sus comportamientos no deseados.

Lucía es la principal encargada de la manutención de sus tres hijas, dos adolescentes y una escolar, de 11 años. El apoyo de su familia de origen va desde compartir los gastos hasta encargarse del cuidado de sus hijas, puesto que ella sólo está los fines de semana. Ella se separó de su marido y actualmente no encuentra diferencias entre los esfuerzos que ella ha tenido que hacer después de la separación y los que hacía cuando el marido estaba en su casa: “aunque su papá vivía con nosotros, pues era como si él no estuviera”. Ella se ha encargado siempre de la manutención.

Sus padres y una de sus hermanas son quienes se encargan del cuidado. Ellos deciden qué se va a cocinar y cómo se va a preparar. Su hermana ya ha formado su propio hogar pero tiene una participación activa en los quehaceres diarios<sup>59</sup>. Sus dos hijas mayores son adolescentes, por lo que ya se hacen cargo de algunas de sus cosas, aunque necesitan supervisión para ello.

Precisamente aquí surge la problemática. Lucía, requiere del apoyo de sus papás y de su hermana en las tareas de cuidado, porque ella sólo las puede hacer cuando descansa, que son los fines de semana. El resto del tiempo, es difícil que ella les llame la atención. Esto redundando en dificultades para disciplinarlas, pues sus abuelos no se sienten con la autoridad para hacerlo, sobre todo considerando que las mayores ya son adolescentes y buscan su autonomía:

Así a veces toman sus decisiones, entonces yo no estoy y como me dice mi papá ‘pues es que son tus hijas y yo no puedo tampoco llamarles la atención ¿no?’ Y le digo pero tampoco yo te puedo decir sabes qué no, porque ellas están más tiempo contigo y con mi mamá, entonces yo les he dicho ahí también *tienen derecho ustedes de llamarles la atención*, por lo mismo. [Lucía, 32 años, vive con sus padres, madre de una escolar con exceso de peso].

Las dificultades experimentadas por Lucía son evidentes para una de sus hermanas, quien le aconseja “mano dura” para evitar que luego le contesten o le falten el respeto. Si bien

---

<sup>59</sup> Esto puede deberse a que una de las adolescentes es hija de su hermana, como señala Lucía al comienzo de la entrevista, aunque el resto del tiempo se refirió a las tres menores como sus hijas.

esta solución no la convencía en un principio, al reflexionar al respecto consideró que no le quedaba alternativa frente a los retos de la etapa de crecimiento en la que sus hijas encontraban y al hecho de que sus padres se involucran sólo para interceder por ellas:

[..] reaccionando y reflexionando pues sí, o sea, sí entiendes que también tienen razón ellas en decirme sabes qué en esto estás mal, tienes que educarlas y todo eso y es más porque, por ejemplo, antes mi papá sí defendía mucho a ella [la escolar], y no le pegues y no le digas y no esto, entonces mi hermana me dice ‘no, pero eso está mal porque después vienen las consecuencias, ya te contestan, ya te faltan al respeto u otras cosas. [...] tú tienes la culpa porque no has puesto un hasta aquí, [...] tú tienes que poner mano dura [...] porque si no... [Lucía, 32 años, vive con sus padres, madre de una escolar con exceso de peso]

El final abierto de esa frase sólo puede apuntar a las consecuencias indecibles de su falta de disciplina.

Esa forma de convivencia, en el marco de esa particular forma de reparto de tareas, puede estar teniendo implicaciones en la composición corporal de las hijas de Lucía, pues las tres presentan exceso de peso, aunque es más notorio en la mayor. Para comprender esto debemos de tener presente que, al compartir la carga de la manutención con su papá, pudo asegurar el sustento de sus hijas a pesar de las dificultades económicas, pero sin una supervisión adecuada, por lo que señalábamos antes: que los abuelos y la hermana no se sentían con derecho para llamarles la atención. Esto da pie a un manejo accidentado de la disciplina y, como consecuencia, compensaciones de parte de Lucía por sentimientos de culpa.

Orientada por el temor de que se cumpliera lo que su hermana le había dicho sobre que la falta de mano dura haría que le falten al respeto, Lucía optó por no ceder ante ellas. Comenzaba quitándoles el teléfono, pero no era suficiente:

No, de hecho no me lo dan [el teléfono]. Me lo esconden para que se los quite ¿verdad? [dirigiéndose a sus hijas]. Entonces sí se me hace ahí muy difícil, la verdad. Ella [la escolar] pues de plano no, creo que es a la que más castigo, es a la que más, no sé, pero es a la que más luego le pego sinceramente, la verdad. . [Lucía, 32 años, vive con sus padres, madre de una escolar con exceso de peso]

Al hacer este señalamiento su rostro tenía un gesto de cierta vergüenza pero al mismo tiempo de impotencia. Reconocer la violencia que ejercía con sus hijas le fue difícil. A pesar de ello, la reacción inmediata de su papá durante la entrevista fue señalarle que estaba premiando a su hija en lugar de castigarla. Ella intentó matizar sus declaraciones, pero su papá siguió cuestionándola: “A ella le compran todo. Dile [al entrevistador].” Y la hermana

remataba “Sí, consiente más a la más berrinchuda”. Finalmente, termina por ceder: “No es cierto... a veces [risas]. No, pero a veces sí de plano no le compro nada... Yo creo que debo de estar muy enojada”. Este momento de la entrevista muestra la tensión entre educar a sus hijas para que sean respetuosas, aun a costa del uso de la violencia, pero mostrarles afecto llevándolas a comparar golosinas, después de haber sido violenta. Para los demás familiares (padres y hermana), es incluso cuestionable el manejo que ella tiene de la disciplina, pero no parecen percibir que su falta de participación la pone a ella en mayor tensión.

Por otro lado, esa disponibilidad de recursos contrasta con el tiempo para el esparcimiento o la actividad física. En realidad, parecen dos aspectos contrapuestos, pues con la mayor disponibilidad de recursos, los aparatos para participar en las redes sociales virtuales están más a su alcance, a pesar de que se consideren algunos efectos negativos:

[...] cuando no tenían teléfono pues se la pasaban aquí haciendo dibujos o se la pasaban jugando o que ya me voy a la casa de mi tía, pero desde que existe el teléfono y lo tiene o sea ya se pierden en su face, en su whats, en todo eso de las redes, entonces ya no es lo mismo, o sea, como que ya realmente estamos más metidas en el teléfono que ponernos a platicar o ver qué es lo que vamos a hacer, o sea, la verdad sí. . [Lucía, 32 años, vive con sus padres, madre de una escolar con exceso de peso]

Dentro de esta dinámica, la niña en edad escolar es la única que tiene una actividad programada que implica hacer ejercicio, pero es semanal y dura apenas un par de horas. Esta escasa atención que se presta a la actividad física, coincide con la noción del abuelo de que él es el único gordo en su casa, lo cual muestra poca percepción del sobrepeso de las nietas.

### *Situación 3: Desautorizar a la madre*

La última situación que encontramos en los hogares que cuentan con apoyo para los cuidados de los hijos, fue aquella en la que las personas que intervienen le dan alimentos u otras recompensas a los niños, sin la autorización de la madre. En este sentido, cabe analizar la posición de la madre del escolar en el hogar.

Inocencia quedó viuda. Su pareja falleció cuando su hijo tenía cuatro años. Ahora tiene ocho. La familia de su marido le ofreció apoyo tanto con la crianza de su hijo, como con los gastos de la casa.

Si bien durante su vida de pareja habían vivido en la casa de su suegra, las relaciones que habían tejido en esos años se modificaron con la ausencia de su esposo. Doña Herminia, su suegra, se ocupó en las mañanas de llevar al niño a la primaria, para que ella entrara a

trabajar. Si bien la señora pudo ayudarle a cuidar a su nieto, incluso algún domingo, único día de descanso del que disponía Inocencia, tampoco tenía dificultades para expresar su desaprobación por el hecho de que ella no pasara el tiempo suficiente con el niño. Desde su posición de autoridad, doña Herminia hacía un llamado de atención a su nuera para indicarle su deber como madre:

[...] yo también le digo ‘tampoco puedes estar trabajando los domingos, tienes que dedicarle un rato al niño, un día’. Le digo ‘porque el día de mañana el niño te lo va a reclamar, te lo va a decir, tú tienes que estar con el niño’. Y por eso luego en las tardes ‘es que me voy a buscar otro trabajo y...’ ¿Y quién va a ver el niño en las tardes?, es tu responsabilidad, o sea, ¿quién es la mamá, quién es la que tiene que estar al pie de las tareas, de esto, del otro? Pues tú. Nosotros te apoyamos, pero al final es tu hijo. Tú eres la responsable. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

La importancia de la familia paterna se refleja en que la vida familiar tiene lugar en la casa de la suegra. Ella es la encargada de todas las labores domésticas, si bien puede auxiliarse de su esposo para limpiar. Ella es quien compra y prepara los alimentos diariamente, aunque Inocencia y su hijo tengan su propio espacio. Dentro de esa dinámica del manejo de los alimentos puede haber excepciones, que tienen que ver con las preferencias: “[...] yo hago la comida, ellos vienen y comen, a lo mejor cuando no les gusta es cuando se van a comer sus sándwiches a su casa o su quesadilla, si no les gusta el menú de la casa.” [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Este señalamiento jactancioso, alcanza incluso a los alimentos de los fines de semana, cuando se puede hacer otra excepción si no les dio tiempo de cocinar porque salieron, lo que es más bien raro. En la comida, como en las demás actividades familiares, es la suegra quien indirectamente decide, acomodándose los demás a sus señalamientos.

Doña Herminia insiste en que el papel de ella y de su hija, en la formación de su nieto, es secundario, aunque esta postura no es del agrado de su hija, por lo que tiene que ser enfática: “*nosotros nada más estamos para apoyarla’, cuando ella venga y nos lo pida*, porque tampoco nos podemos ir a meter. Entonces, las decisiones, hay veces, decisiones que no nos parecen, pero bueno, pues es su decisión de ella y *no nos queda otra más que respetar.*” [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Pero en la práctica, ella está pendiente de cada decisión e incluso, controla de manera indirecta las actividades de su nieto, mediante “sugerencias” a las que Inocencia accede, haciéndole saber que está siguiendo sus indicaciones:

[...] ahorita que *yo le dije* ‘oye abrieron un grupo para los niños que van a hacer la primera comunión en tal fecha, *yo te digo por si lo quieres llevar*’. ‘No, sí voy a ir a ver’ [...]. Después *vino y ya me dijo* ‘*qué cree que ya fui* y sí hay lugar y ya lo anoté’. Y que va a ser en mayo. ‘Como tú veas’. [...] Ahí ya, ‘*¿qué vamos a hacer?*’ ‘*No pues lo que usted diga*’. ‘*Mira yo pienso esto y esto, yo no sé tú cómo veas*’. ‘*No pues que sí, sí está bien*’. ‘Entonces ¿eso que se quede?’ ‘Sí’. ‘Ah, bueno. Ahora, ¿quién va a ser el padrino?’ [...]. ‘tú con tu hijo vayan y hablen con él porque *es cosa de ustedes*’. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Inocencia y su hijo tienen sus habitaciones aparte, pero en los hechos ella está subordinada a la autoridad de su suegra, sin que ello represente la realización de tareas, sino simplemente tomando las decisiones relacionadas con su hijo, del modo que su abuela prefiera.

Recientemente, tras una visita al médico por una gripa, al niño le fue identificado exceso de peso. La dinámica interna del hogar puede darnos pistas sobre la forma en la que el escolar ha ido ganando peso. El hecho de que su hijo sea el único niño en el hogar, permite que constantemente esté presente en los planes y en los consumos de sus diferentes miembros. Doña Herminia lo dice en los siguientes términos: “Y que vamos acá y que vemos ‘¡ay para mi nieto!’”, pues es que toda nuestra vida está enfocada en él, es lo único que tenemos, él.” [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Esta centralidad del niño, se refleja en que el cuidado relacionado con la alimentación estuvo asegurado por la abuela y la mamá, tanto por la disponibilidad de alimentos en casa, como por la preparación de *lunch* (además de que el niño participa en un programa escolar en el que le dan de comer). Por otro lado, el aseo de la casa y de la ropa corresponde a la mamá. Sin embargo, algo a lo que los adultos no destinan mucho tiempo es a actividades que representen un gasto de energía para el escolar.

La poca oportunidad para que el niño desarrolle algún tipo de ejercicio se da, principalmente, entre cada una de las actividades que tiene programadas:

Pues la verdad no tiene tiempo [para hacer ejercicio] porque tiene todo el día ocupado. [...] Entonces, nada más el tramo de lo que caminamos de lo que es la Candelaria [donde se regulariza] para acá, venimos platicando que cómo le fue, qué hizo y todo. Ya llegamos aquí, si estará un ratito sentado es como 10, 15 minutos porque ya a bañarse [...] y ya a las 9:00, 9:30 ya es para irse a dormir. Ya los



domingos o los sábados es cuando ya *se da la libertad* de andar para acá y para allá, pero entre semana sí tiene todo el día ocupado. [Inocencia, 38 años, vive con sus suegros y su cuñada, madre de un escolar con exceso de peso].

Esa libertad de los fines de semana, que en realidad es sólo del sábado, es la oportunidad de participar en una actividad que también le permite convivir con otros niños. Si bien se logró un espacio para la actividad física del niño, ésta sigue siendo escasa.

La participación de otros familiares enmarca la forma en la que se decide que el hijo de Inocencia participe en actividades físicas. La forma en la que doña Herminia relata la búsqueda de actividad física para su nieto, muestra lo que ya señalábamos respecto al *estatus* de mayor jerarquía, desde el que se posiciona respecto a su nuera:

Por eso fue que le buscamos la actividad de los sábados, porque el sábado nada más quería estar acostado, come y come y jugando en la *tablet*, entonces yo le dije. Luego decía ‘es que ya estoy bien aburrido’, y como a veces también nos vamos porque a veces yo trabajo los sábados y se queda con el abuelito, entonces el abuelito no lo puede traer en la calle o llevarlo, entonces pues ahí el ratito que juega lo deja súper agotado a él, entonces le digo a mi hija ‘sabes qué, le voy a buscar una actividad para que él también no esté aquí encerrado, haga un poco de ejercicio, conozca otra gente’. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Si bien esto no indica que la realización de actividad física se deba a que la abuela está presente, nos permite ver que existe una tensión entre ambas figuras femeninas, que en este caso repercute en la actividad física, pero también podría conducir a un consumo alto de alimentos industrializados.

Aunque señalaron que quien se encarga, en primera instancia, de las necesidades del escolar es su mamá, la tía y la abuela e incluso otros familiares, le compran cosas sin que ello pase por la autorización materna. La posibilidad de tener varios ingresos (mediante la participación laboral de Inocencia, de su suegra y su cuñada, además de la pensión de su suegro) aunque no estuvieran destinados de manera exclusiva al niño, definía un entorno en el que los consumos frecuentemente lo tenían como referencia. Doña Herminia lo explicó del siguiente modo:

[...] tuve un problema con su hermana [de Inocencia] porque le dijo ay es que [a su nieto] todo le dan, no ha sufrido, que esto le compran, que lo otro le compran, le digo ¡ay pues cómo!, ¡ni modo que el niño si no tiene zapatos lo voy a dejar sin zapatos! [...] Y ahora [...] gracias a Dios mi hija ya se recibió y también ella es la que le compra. [...] Mi hermano [...] es el que siempre también lo está viendo, y le traje esto y le traje el otro. O sea, no le puedo decir a mis hermanos no le den, no le traigan. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Otro ámbito en el que se muestra la centralidad del niño son algunas actividades en las que participa toda la familia. El niño es tan importante que, si por alguna razón su mamá decide que no puede ir, la actividad se suspende:

[...] nos íbamos a ir a no sé qué balneario y ella dijo ‘No, porque mi hijo no puede faltar al catecismo’ y dice mi hija ‘Pues vámonos nosotros’ y le dije ‘Ay no, yo iba por el niño para que se divirtiera y anduviera en la alberca y si su madre dice que no, ¿yo a qué voy? y a mí me cuesta más trabajo jalar a tu papá y a mí me duele la pata’, ‘Mamá pero nosotros también necesitamos’, No, yo no, yo no tengo ganas, ‘¿No quieres ir?’, No. Yo iba por mi niño, pero si su mamá dijo que no entonces no vamos. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]

Esa centralidad del escolar, en un hogar donde hay cuatro perceptores de ingreso, permite que el niño tenga acceso a una dieta en la que los alimentos altamente industrializados abundan. A pesar de que tanto Inocencia como doña Herminia, promuevan el consumo de fruta, el consumo de pastelillos es recurrente, y parece asomarse, detrás de la narración cargada de cuestionamientos de doña Herminia, el eslogan tan difundido en la publicidad de este tipo de productos que aconseja que se acompañen con leche:

[...] a mí sí me preocupa mucho su peso. Y luego lo veo y digo ya está bajando de peso, ya está creciendo, pero le digo pero esa panzota que no le baja, pero le digo es que come mucho pan. Come mucho pan, mucha galleta, entonces como que siempre ando peleando con su mamá, le digo ya no le compres tanta galleta, luego en la noche le compra un gansito, un pingüino o sus galletas de chocolate o no sé qué para que se tome la lechita. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Aunque doña Herminia cuestione ese comportamiento de su nuera, ella no duda en promover en su nieto el consumo de postres ricos en azúcar y lácteos industrializados:

Cuando llevo al niño y el niño sí me dice “abuelita ¿me compras unas gelatinas?, abuelita ¿me compras un yogurt?” digo pues es comida, es algo que vas a comer, que vas a llevar uno diario a la escuela, se los traigo. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Al referirse a los premios para su hijo, Inocencia señaló que no se le premiaba “porque sería cuestión de que va a decir “pues si lo hago me van a premiar”, o sea, nada más es decir “échale ganas” y “sí puedes” [...], pero, por otro lado, sabe que, si quiere algo, se lo puede pedir a la mamá o a la tía o a la abuela, sin que sea necesariamente un premio.

En lo que se refiere a los castigos, su abuela hizo referencia a lo que ya se señalaba antes respecto de la tecnología: “Pues se le castiga en cuestión de que no hay por decir la *Tablet*, le gusta mucho. Porque le dice [su mamá] “No vas a ver la tele” y dice “ay, ni me gusta ver la tele”. A él ahorita lo que le llama más la atención es la *Tablet*.”

Para el hijo de Inocencia la existencia de satisfactores alimenticios no representa un premio, pues éstos se otorgan como parte de una “oferta” cotidiana. El exceso en la ingesta y el sedentarismo, no parecen entonces estar relacionados con premios y castigos, ya que la suspensión del uso de la *tablet* como castigo tampoco modifica los patrones cotidianos, pues el niño sustituye el uso de un aparato por otro.

Como puede notarse a partir de los casos analizados hasta aquí, la dinámica del hogar, tanto en términos del reparto de tareas como de la convivencia, es diferente si la madre del escolar es la jefa del hogar, aunque estén presentes otros familiares. Estos fueron los casos de Magdalena y de Rogelia. Ante la ausencia del esposo, la distribución del trabajo se modifica, pero también las relaciones de poder dentro del hogar.

En el caso de Magdalena, único hogar en el que la madre está sola, las dificultades cotidianas que trajo el fallecimiento de su esposo se vieron amortiguadas por una pensión que él dejó para ella y sus dos hijos. Ese ingreso permitió que ella no tuviera que trabajar, como lo había hecho en algunas ocasiones cuando su esposo vivía. La ausencia de su marido, por otro lado, repercutió en el reparto de las labores en su casa, pues éstas estuvieron mejor distribuidas:

[...] aquí cada quien se hace lo suyo, como la lavadora que hace todo pues cada quien se lava su ropa. Yo lo único pues la cocina y así una manita de gato a la casa, pero anteriormente no, cuando vivía el papá, él se encargaba de proveer económicamente, no teníamos negocio y toda la carga era para mí, toda para mí, porque ahí sí *tenía que hacer todo yo*, todo yo.

[...] en realidad, la mayor parte del trabajo de la casa se *me carga a mí*, [...] y tengo que atender el negocio y casi todo se me carga más a mí. [Magdalena, 45 años, vive sola con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

Sin embargo, Magdalena sigue siendo la principal encargada de las tareas del hogar, y sus hijos sólo realizan las tareas que son para beneficio personal de cada uno. Esto incluye al hijo más chico, de nueve años, que es producto de una relación posterior con quien no hace vida de pareja, aunque está pendiente de sus necesidades.

La reconfiguración del hogar de Magdalena, si bien ha redistribuido las actividades entre los hijos, implicó que el mayor haya tomado bajo su cargo la iniciativa para decidir el menú del fin de semana o de los días especiales, en donde prevalecen las preferencias de sus hermanos:

[...] solamente los fines de semana es cuando pedimos opinión a todos [sobre los alimentos], pero entre semana yo.

[...] el más grande [pregunta], 'entonces, ¿tú qué quieres mamá?', 'pues a mí se me antoja un pozole', 'pues pozole'. O a mí se me antoja esto, pues eso. Y entonces él, haz de cuenta que ahí como que lo que la mamá se le antoje, pero no, [...] lo que ustedes quieran, a mí no me gustan las hamburguesas, la verdad, ni así las comidas secas, [...], pero si alguno de ellos dijo 'vamos a comer hamburguesas', 'y tú qué quieres', 'pues hamburguesas'. Sí, porque pues es la participación de todos. [Magdalena, 45 años, vive sola con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

Al estar sola ella no tenía que discutir o siquiera negociar, las decisiones que tomaba; sin embargo, esto se fue modificando principalmente debido a la participación que tuvo el más grande de sus hijos. Dado que él ya terminó su carrera, ya comenzó a trabajar y con ese ingreso pudo tener una contribución constante al gasto del hogar, al mismo tiempo esto le hacía sentirse capaz de participar en la formación de sus hermanos, ya sea mediante presiones y regaños o mediante consideraciones y complacencias:

[...] el grande regaña mucho al mediano, pero hay veces que también le tengo que decir 'no, no tienes porqué... ¿por qué lo regañas tanto?', [...] porque también a veces el grande, como ya está grande se siente como el papá, [...] Entonces, 'cuando tú tengas a tus hijos los regañas, pero aquí no', no. [...] Entonces lo tengo que estar ubicando porque, como se lo he dicho muchas veces, aquí la cabeza de la casa soy yo nada más. [...]Magdalena, 45 años, vive sola con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

Aunque Magdalena reclama ser la cabeza del hogar, e intercede ante las presiones que ejerce el hijo mayor sobre el mediano, lo cierto es que para el menor, la intervención del hermano mayor es tolerada:

Con el pequeñito sí, con él sí se lo permito porque como es muy atrabancado tiende a ser muy desobediente, entonces el grande lo controla mucho, porque el grande le enseña a tocar la guitarra, le enseña esto, le presta sus cosas y tienen que 'llévame al Recórcholis' y se lo lleva al Recórcholis y le tiene mucha paciencia. [...] Entonces cuando éste está así como ahorita que ya se fue por el 'gansito', 'no vas a ir y no y no' y ya se le dijo que no y ya se fue por ellos. Entonces, ya en la noche llega el hijo más grande y 'sabes qué que no le compres nada, no le hagas nada porque no me obedeció' y entonces luego al otro día, [...] 'mi mamá me dijo que no te prestara nada [...] Y entonces así como que me ayuda en esa parte. [Magdalena, 45 años, vive sola con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

En consecuencia, no sólo la disciplina parece relajarse, sino que incluso puede haber varias personas involucradas en complacerlo: la mamá, el hermano mayor y el papá, de quien no tenemos suficiente información, excepto que eventualmente va por él para ir a comer o para llevarlo a sus clases de natación, sin que esto nos aporte muchos detalles de lo que él pone al alcance del niño.

A pesar de las disputas entre ellos, la autoridad de Magdalena es reconocida en las acciones de sus hijos, particularmente del hijo mayor hacia el escolar.

Rogelia también es jefa de hogar, pero en su caso ella decidió separarse. La causa fue un conflicto del que no dio detalles, pero suficientemente fuerte como para pedir una orden de restricción para su expareja, aunque posteriormente ella misma buscó acercar a su hijo con su padre, llevándolo para que platicaran en lugares públicos, donde pudiera verlos.

Entre su hermana y ella se organizan para realizar las labores de casa. Así lo han hecho desde hace 15 años que llegaron juntas de una localidad rural cerca de Pátzcuaro, Michoacán. En esos años han consolidado formas muy simples pero efectivas de organizarse, en las que ya se incluye al escolar de 11 años:

Mi hermana se va temprano a trabajar. [...] Y mi hermana se encarga de lavar trastes y así hacer todo lo que nos falte y a veces mi hijo nos ayuda, cuando no tiene mucha tarea, nos ayuda. [L]as dos [trabajan], yo me voy más tarde, hasta que llevo a mi hijo a la escuela. Entonces en el tiempo que yo me quedo un rato más pues aprovecho a dejar algo de comida, que si tengo que lavar, que si tengo que hacer cosas, entonces nos organizamos y para ir al súper o al mandado pues lo hacemos el fin de semana que es cuando tenemos más tiempo. [Rogelia, 45 años, vive con su hermana, madre de un escolar con exceso de peso].

En lo concerniente a la crianza de su hijo, a ella le gustaría que se involucrara menos, porque ella siente minada su autoridad:

[...su hermana] es muy consentidora y a veces lo deja hacer lo que [su hijo] quiere, entonces le digo, anteriormente sí me molestaba, pero ahorita digo 'no gano nada', entonces lo que hago es decir 'no debes hacer eso y no quiero que lo consentas' o 'no quiero que lo apoyes en lo que él hace o lo que él dice y cuando yo lo esté regañando o le esté llamando la atención no quiero que le digas tú algo porque a final de cuentas cuando crezca pues no vamos a saber cómo va a ser y va a ser más difícil de que lo corriamos cuando esté más grande que lo corriamos ahorita'. A veces sí es complicado, porque a veces su tía lo defiende mucho, lo quiere mucho pero sí lo defiende, entonces yo hablo mucho con él, le digo 'no porque tu tía te defiende o te apoye en cosas no las vas a hacer o no las tienes que hacer o tienes que ser grosero'. [Rogelia, 45 años, vive con su hermana, madre de un escolar con exceso de peso].

La defensa por parte de la tía puede resultar en un manejo ambiguo de la disciplina. Si ella es consentidora y además intercede por él cuando le llaman la atención, es probable que el escolar no cumpla con los señalamientos de la mamá y que se sienta apoyado para eso.

En ambos casos, los escolares presentan exceso de peso. Del mismo modo, nos encontramos con más de un ingreso en el hogar. Existe también otra coincidencia entre estos hogares, tanto Magdalena como Rogelia reciben apoyo del padre de cada escolar. Los ingresos conjugados de los familiares, de ellas y de los padres de los niños, con quienes no cohabitan, pueden estar generando consumos obesogénicos, sobre todo considerando que se pueden presentar a pesar de la voluntad materna.

El hijo de Magdalena, por ejemplo, además de los alimentos con alto contenido calórico que proporcionaba el hermano mayor, tenía acceso irrestricto al efectivo de la farmacia, con lo que acudía a la tienda de enfrente (como ocurrió mientras se realizaba la entrevista) a comprar dulces. No había un interés particular en que el niño realizara actividad física.

Este aspecto en particular parece contrastar con la experiencia de Rogelia, cuyo hijo tenía actividad física regular. Los lunes, miércoles y viernes durante una hora, practicaba karate por un periodo prolongado. Comenzó a los tres años y medio, poco después de que su pareja se fuera de su casa. A pesar de la práctica de deporte, su hijo subió rápidamente de peso cuando tenía siete años, sin una causa aparente. Los exámenes médicos del hospital de pediatría no expresaban algún problema y su hermana y ella cuidaban su alimentación en casa. Rogelia estaba desconcertada, en palabras de ella: “es un misterio, mi hijo”. Para resolver ese misterio sólo se podía imaginar que los consumos al salir de la escuela estaban relacionados con su peso: “Cuando sale [compra botanas]. Es que afuera de la escuela hay muchos puestos de cosas, luego cuando sale y trae dinero va y se comprar las palomitas o unas papas.” pero el tono en que lo dijo, mostraba que no le atribuyó mucho peso a esa explicación, y remató apuntando que “desde bebé era así”. Al parecer este es un aspecto con más relevancia que la que nuestra informante le confiere.

Si recordamos que Rogelia sitúa el incremento más fuerte del peso de su hijo a los siete años, se puede reconsiderar que el siempre haya sido así. Si bien ingresa a los seis años a la primaria, la paulatina acumulación de peso se pudo notar varios meses después de acceder a un nuevo patrón alimentario. El hecho de que Rogelia no pudiera recogerlo y que su hermana lo hiciera sólo esporádicamente, significó que el transporte lo llevara a casa, lo que puede tener repercusiones importantes en la ausencia de supervisión de los alimentos del escolar y con ello que estos contribuyan a la acumulación de peso.

Lo que resalta en estos hogares es que las mismas madres han actuado al respecto. Cuando al hijo menor de Magdalena le diagnosticaran riesgo de una afección tiroidea, los esfuerzos se dirigieron a controlar la alimentación y a promover la actividad física. Ya sea controlando la alimentación sustituyendo alimentos: “[...] en las noches, por ejemplo, ‘dame de comer’, ‘pero si comiste apenas’, ‘no, es que tengo hambre’, ‘te doy unas jícamas con sal y limón’, y bueno ya las jícamas con sal y limón.”

En lo que se refiere a la actividad física también hubo un esfuerzo programado por parte de ella:

[...] ahorita nada más tiene natación, y precisamente por eso fue que planeamos lo de que saliera en su bicicleta [...], para que se ejercite un poquito.

[...] aquí yo me quedo viéndolo y él está aquí con la bicicleta, hasta la hora que cerramos ya nos metemos. Magdalena, 45 años, vive sola con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso]

Al evaluar ese esfuerzo, ella considera que está teniendo resultados: “ya estuviera más gordito, pero como ha estado haciendo ejercicio y está en la bicicleta, está así activo pues se está manteniendo, las últimas consultas que tuvo, la doctora dijo, “bueno, no bajó de peso, pero aumentó centímetros, entonces se mantuvo”.

De lo expuesto hasta aquí en relación con los hogares del sector popular, podemos destacar que el sobrepeso en las y los niños se presenta más en dos tipos de hogares, definidos a partir de sus arreglos residenciales, sus modelos de familia y sus recursos: entre aquellos donde solo cohabitan ambos padres con sus hijos, esa condición aparece más en aquellos donde se sostiene un modelo tradicional de familia y de relaciones de género en las que el padre tiene la última palabra, donde se cuenta con un solo ingreso regular, que es escaso, donde se prioriza la formación escolar por sobre una composición corporal saludable, existen premios a la obtención de buenas calificaciones consistentes en salidas a restaurantes de comida rápida, y donde hay escaso involucramiento del padre en tareas de cuidado y en cambio éste promueve consumos gratificantes y entretenimiento sedentario por ser sus propias preferencias. Por su parte, entre los hogares donde cohabitan más familiares, el sobrepeso de las y los niños está más presente en aquellos donde no está presente el padre, la madre tiene un trabajo remunerado de tiempo completo, hay varios perceptores de ingresos que también participan en las tareas de cuidado y si bien el reparto de tareas es más equilibrado aparece un conflicto de autoridad y de ideas sobre la crianza entre los distintos miembros que repercute directamente en la disciplina alimentaria y física de los menores. En estos hogares existen más ingresos y se tiende a gratificar más a los niños con aparatos electrónicos que promueven en ellos entretenimiento sedentario, por contar con recursos suficientes y en el caso de la madre, como forma de compensar su ausencia debida al trabajo fuera del hogar.

Por el contrario, los niños y las niñas con peso normal estuvieron más presentes en hogares donde la madre seguía un patrón de dieta tradicional (con verduras, frijoles, maíz,

etc.), independientemente de si lo hacía de forma consciente o por tradición y de si cocinara ella misma o comprara alimentos preparados, donde otros familiares, en caso de estar presentes no se involucraban en la educación de los hijos directamente y donde el padre participaba en juegos y actividades físicas con sus hijos. Retomaremos estos hallazgos al final del capítulo.

### **Estrato medio**

Los hogares que hemos definido como de estrato medio presentan menos diferencias entre sí en cuanto a arreglos residenciales, pero pueden distinguirse en relación con los modelos de familia y el reparto de tareas que presentan. En este sentido, las experiencias en los hogares se pueden clasificar en tres tipos: aquellos donde solo vive la pareja con sus hijos/as, hay doble ingreso y el trabajo del hogar está repartido equitativamente aquellos donde cuentan con doble ingreso, habitan otros familiares y éstos apoyan en las labores de cuidado, y aquellos donde solo vive la pareja con sus hijos y mantienen una división del trabajo tradicional. Esta última experiencia es diferente si la madre trabaja fuera del hogar respecto de si no lo hace.

#### ***Experiencia 1: Reparto equitativo de tareas entre la pareja***

El hogar de Sonia, en el que no se encontraban otros familiares aparte de ella y su pareja, es el único en ambos estratos en el que se presentó un reparto igualmente compartido por ambos padres.

Sonia suele tener muchas actividades, tanto para el desarrollo de habilidades propias, para atender a la familia, para el mercado laboral y para la mejora en el desempeño escolar de su hija de 11 años. Así resume un día común para ella:

[...] doy clases en la Facultad de Ciencias [...] de 2:20 a 4:30. Entonces de aquí [su taller de corte y confección], llego a la casa a hacer de comer, luego ya me voy a la clase y ya después, termina a las 4 y media, salgo corriendo y [...] voy por mi enana, la bajo a sus talleres y ahí nos quedamos yo y el enano, él anda ahí corriendo como loquito en lo que esperamos a que salga su hermana. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Realizar cada una de esas actividades le sería muy complicado si no participara su marido en las labores de casa. Él trabaja para una empresa de seguridad privada con jornadas de 24 horas de trabajo por 24 horas de descanso. Esto representa la oportunidad de que cada



tercer día no tenga que preocuparse por el quehacer, puesto que él se puede encargar de todas las labores:

Mi esposo es guardia de seguridad, [...] Los días que él se queda, él hace de comer y todo lo que tenga que hacer, va por mi enano y todo. Los días que no está, yo lo hago, hago de comer y así.

El otro rol de su trabajo es que un fin de semana, [entra] desde el viernes y sale hasta el lunes. Un fin de semana sí, un fin de semana no. Cuando no le toca el fin de semana ir a trabajar, él lava, lava el viernes y ya el siguiente viernes yo lavo, y así nos vamos turnando en eso. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

A Sonia le parece que los quehaceres podrían quedar mejor, cuando los hace él, aunque prefiere evitar discusiones, “Sí, es que tengo manías de que ‘lo quiero así, no así’ [...] entonces, así respiro hondo y al día siguiente lo acomodo, el día que no está”. Con la alimentación ocurre algo similar. Al realizar las compras entre los dos, acuerdan en términos generales que se va a comer durante la semana; sin embargo, la preparación puede ser diferente, dependiendo quien cocine: “Él casi hace puros fritos, cocinados rápidos, sopa y eso. A veces también del agua, va por un *Tang* y ya le echa el agua. Yo no, hay fruta, hago fruta y eso y complemento con verdura, hago ensalada y él no, como que se ahorra esos pasitos”

Aun con la colaboración de su pareja, Sonia enfrenta dificultades ante las que ha tenido que desarrollar un mapa de la oferta alimentaria que más le gusta, en los alrededores de su casa. Estos alrededores abarcan una zona de casi dos kilómetros a la redonda, en donde la oferta de comida preparada no escasea, lo que da una idea de las ocasiones que tuvo que probar la familia para definir que estos establecimientos son sus preferidos.

La hija de Sonia es delgada como ella. En su caso, el juego parece tener un lugar importante, este es propiciado por el papá pues su dinámica laboral que le permite estar el día completo en casa cada tercer día, además de dos fines de semana al mes:

Casi desde bien chiquita, su papá juega mucho con ella, más que yo, yo no soy muy dada a jugar, la verdad. Entonces los fines de semana lo que hacemos [...] es, cuando él está [...] pues salimos así, nos gusta ir a C.U. los fines de semana, porque como no hay tránsito ni nada, está como muy libre, es como un gran parquesote. Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Sin embargo, con los niños de los vecinos no hay mucha interacción en ese sentido, debido a que ella considera que no se comportan adecuadamente:

No [juega en la calle], no. Es que con los niños de abajo, enfrente tenemos un callejón, un montón de chamacos en la noche, luego hasta las 11 de la noche están jugando futbol, y las niñas y andan

corriendo, ¡ay no!, pero son horribles, porque son muy irrespetuosos. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

En el aspecto alimentario, la niña suele consumir porciones muy pequeñas, esto le puede llegar a preocupar a Sonia; sin embargo, prefiere confiar en que ella come adecuadamente cuando no está ni ella ni su pareja en casa:

Ella prácticamente todo el tiempo ha comido sola, se calienta todo solamente los fines de semana que comemos todos [...]. Que en algún momento sí me llegó a decir ‘ay mamá no me gusta comer sola’, entonces no creo que le dé tan igual ¿verdad?

‘yo como ando de aquí para allá, en las mañanas salgo corriendo a dejar a mi enana, [...] con ella sí trataba, desayuno, su lunch. Llega a comer, espero que se sirviera su porción que debería.’ Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Las decisiones en lo referente a salir a comer, también se toman entre los dos, dependiendo de que la condiciones que establece el empleo de él.

Ahí sí, es así de ‘y ahora qué hacemos’, empezamos a platicar, queremos ir aquí o queremos ir a comer acá, cuando está él, luego los fines de semana no está, un fin de semana sí, un fin de semana no está, entonces cuando está el y es así de salir a comer a algún lado[...] [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Pero independientemente de esos acuerdos, Sonia identificó consumos de su pareja que consideró nocivos, e incluso buscó restringir o aminorar, aunque sólo fuera para su hija:

Su papá... Él tiene esos *vicios que me chocan*, porque sí consume refresco, pero él. Antes sí con mi hija a veces, [...] yo iba los fines de semana [a trabajar] y luego yo venía y ahí estaban sus *cocotas*<sup>60</sup>. Y sí luego me enojaba, le decía ‘si quieres tú tómatela pero a ella no le des, está muy chiquita’. De hecho, a veces cuando le llegaba a dar, lo que hacía era rebajarle, le daba un cachito de Coca y le echaba agua. Pero así que consumamos como familia no, su papá sí consume. Él siempre llega de repente con su Coca de 500 [mililitros] y él solito y siempre. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

La libertad del padre para tener consumos rechazados, dentro del hogar, contrasta con las restricciones que se ejercen sobre la hija, como Sonia misma reconoce, “Y luego cuando vamos a salir sí le llegamos a preguntar [a su hija], pero si nos dice algo que no queremos no la tomamos en cuenta”.

Sonia, en sus apretadas jornadas, puede definir el menú de su hogar junto con su pareja, pero como señalamos antes, ella come poco, incluso comparándola con su hermano:

---

<sup>60</sup> Coca Cola de tamaño “familiar”, que puede ir desde la presentación de 1 litro hasta 3.5.

[...] lo que desayuna él [su bebé] es lo que desayuna ella [su hija]. Porque la otra no come y el otro [...] a él si trato de darle lo menos, pero empieza [balbucea] y ya le sirvo, y él ya terminó la misma porción, a cachitos se hace la misma porción de lo que le sirvo a ella, y todavía que quiere el pan, la fruta también se la come, y a la otra hay que estarle rogando para que coma. Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Para ella, entender esta diferencia no encierra mucha dificultad, ‘Sí, es un hecho que [los hombres] comen más’ por lo que no le resulta preocupante el apetito de su hijo ni el de su hija.

En lo que se refiere al juego, ella no suele participar, lo deja en manos de su pareja: “cuando estamos los dos, él es el que más juega con ellos, se tira al piso y hace caminitos de los carritos, yo nada más los veo y me entretengo con ellos”. La presencia de Sonia, si bien implica que su hija le pida permiso para ir a jugar con su vecino, no supone un cambio al comportamiento cotidiano:

[...] la hija del señor [que les renta] tiene un hijo que es de la misma edad que ella, entonces cuando yo no estoy ella se baja y se va a jugar con el niño, a nadie le pregunta. Cuando yo estoy pues sí me dice ‘mamá ¿puedo ir a jugar con David?’, pero de ahí en fuera que salga a jugar con más gente no. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Vemos que, al final de cuentas, la actividad física que tiene no está desbalanceada respecto a la ingesta alimentaria, pues ambas son reducidas, lo cual no necesariamente representa el mejor de los escenarios para su desarrollo, pero al menos no es una situación que la ponga en riesgo de padecimientos crónicos.

### ***Experiencia 2: Con apoyo de otras personas en el hogar***

En el hogar de Elena, además de su pareja y sus hijos, su mamá también reside en el domicilio. Elena cuenta con su apoyo para diversas actividades, por ejemplo, ella se encarga de la comida diaria, lo que deja en la pareja la tarea de las compras:

Digo, mi mamá está aquí [...] trato de ayudarla en ese aspecto de la limpieza, pero ella lo que se enfoca, digamos, en ayudarme a coser la ropa, ella es la que se dedica a guisar. Nosotros, los fines de semana tratamos de dar ese espacio para ir por el súper y tenerle aquí todo lo que sea necesario para la comida en la semana, que ya no tenga que estar, bueno, cargando o sale a lo mínimo indispensable por cuestiones de la comida. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Su pareja muestra disposición para “ayudar”, pero ella considera que carece de las habilidades necesarias para hacerlo adecuadamente, además de que “no está acostumbrado”. Ambos tienen un empleo remunerado de tiempo completo, la duración de la jornada de trabajo de él es otra de las razones para la falta de participación, se van todos a las 7:00, los

pasa a dejar en la escuela, para regresar a casa a las 20:00 o 20:30, la mayor parte del día se la pasa fuera de casa.

Siendo el único hogar de nuestras entrevistadas de estrato medio que contaba con la presencia de la madre de ella, conviene tener presente que, en tanto que contribuye a aliviar la carga de trabajo y la crianza de sus hijos, se involucra y puede participar en las decisiones sobre sus nietos, lo que puede llegar a generar conflictos. De hecho se presentó un fuerte desacuerdo a partir de que su hija no quiso comer lo que ella preparó:

[...] hubo problema porque me dice 'es que tú la consientes', no, es que tampoco me gusta que ni esté comiendo a gusto, está chillando y a final de cuentas se lo va a comer y le va a caer mal, porque es algo que no le gusta. 'Pues entonces que no se lo coma', se enojó, terminó chillando esta niña y yo terminé también regañándola por esa cuestión de que hizo el conflicto. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

Los motivos que expresa Elena para tratar de que su hija tenga más apertura a probar cosas nuevas, no se basan tanto en criterios nutricionales como sociales, ya que enfatiza los beneficios que esta diversidad de gustos podría traer para la vida social que ella recién va construyendo:

[...] hemos tenido que estarla como convenciendo que ahora ha estado yendo a las casas de las amiguitas, '¿qué vas a hacer cuando llegues allá?', 'ay es que esto no me gusta, ¿me puede hacer un huevo revuelto?', como que no ¿verdad?', 'no te van a volver a invitar, entonces tienes que aprender a comer, si no te parece le dices me puede servir un poquito menos, nada más, simple y sencillamente y te lo comes. Así como que por ese lado pues le hemos entrado, así como para que empiece a comer o probar de todo. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

La calidad de la comida es otra característica relevante, a tal grado que se requiere contar con la atención de los tres adultos que viven en el hogar para proporcionar una comida equilibrada, respecto a la inclusión de alimentos de diferentes grupos:

Trato de hacer eso, de que tengan pues, no sé, carne, pollo, pescado, huevo, pan, tortilla, o sea, cosas así indispensables sin que ni comas demasiado de una cosa ni que te falte de otra. Entonces trato de que sea balanceado, comen verdura, comen fruta, toman leche, no toman refresco... Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada

El cuidado puesto en la alimentación, tanto por su aspecto social como nutricional, es particularmente importante en un panorama en el que el ejercicio físico está restringido.

Elena reconoce que no deja que sus hijos salgan a jugar a la unidad o a los parques cercanos por el miedo a la inseguridad, además considera muy costoso inscribirlos en alguna actividad.

El dedicarles tiempo a los hijos para que puedan ejercitarse, puede estar afectado también por la preocupación por lo demandante que se vuelve conforme van creciendo, como relató Elena: ‘cuando estaban más chiquitos sí los podías llevar y los cansabas rápido digamos, y ya lo metías aquí a la casa otra vez, y ahora ya no, o sea, ellos ya quieren otra cosa’. Se va haciendo necesario que ellos conozcan a niños de su edad para reducir la demanda de tiempo y de energía sobre ella:

[..] ahorita que están de vacaciones, al rato los saco al parque, la otra vez los llevé al parque tres horas, y ya regreso así, primero porque uno quiere jugar basquetbol, el otro quiere jugar futbol, luego vamos a los juegos, y ya me cansé ‘pérenme tantito’, y ahí gracias a dios se hicieron de unos amiguitos y se pusieron a jugar con ellos y me senté un ratito. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

Teniendo desconfianza por que jueguen en las inmediaciones de su casa, los aparatos de entretenimiento han sido muy importantes, tanto para que pasaran el tiempo después de sus tareas, como para ser utilizados para disciplinar:

Bueno, donde más le puede a mi hijo es en cuestión de la tableta o los videojuegos. Si se porta mal, si no cumple con las tareas, obviamente no va a tener ni tableta ni videojuegos. Entonces, ese es ahí la cuestión digamos de frenarlo un poco, de que cumpla con lo que tiene que hacer. Y a mi hija, qué será, a veces ella no es tan metida en los videojuegos, pero sí sería la salida con las amiguitas. Entonces si ella no cumple, si hace berrinche o cosas así pues no va a poder ir a pasear con la amiguita o no va a poder ir a su casa. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

Si bien su hijo adolescente ha mostrado ya algunos indicios de exceso de peso, la escolar se ha mantenido delgada. En este hogar el principal reto para eludir el exceso de peso parece concentrarse en la promoción de la actividad física, pues la alimentación se muestra controlada, no sólo por las características de lo que se les ofrece a los hijos sino por lo que no se consume.

### ***Experiencia 3: Reparto tradicional de tareas***

Una tercera experiencia que identificamos dentro del estrato medio, fue aquella en la que se seguía el modelo tradicional de género en el reparto de tareas. Pero para el desarrollo de sus actividades fue necesario considerar si, además del hogar las madres se ocupaban de tareas extradomésticas.

#### ***Situación 1: La madre tiene un trabajo remunerado***

Los hogares en los que la madre tiene una ocupación extradoméstica son los de Jackie y Paloma, dos hogares con presencia de la madre y el padre, sin ningún otro familiar. En

ellos, sin embargo, las labores domésticas son desempeñadas principalmente, cuando no en forma exclusiva, por las madres.

Estas relaciones tan desiguales son percibidas de forma crítica por ellas. Jackie llega a afirmar que ella trabaja más que su pareja “aunque tenga su título”, mientras que Paloma no tuvo problemas en caracterizar la situación de su hogar como un abuso.

Pero al reflexionar en las razones por las que ellas no exigen otra actitud de parte de sus parejas, el señalamiento de Jackie es esclarecedor:

[...] es lo que siempre les digo a mis amigas, se enferman todos [...] te enfermas y eres la última que sales, ya porque Dios es muy grande y ¿pues qué haces?, ni modo de tirarte en la cama, porque bueno tú eres... yo siento que la mamá es la parte más importante de todo, el núcleo del matrimonio. [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Esa centralidad que adjudican al papel de la mujer permite que se sientan satisfechas con el desempeño de esas labores que tradicionalmente se reconocen como femeninas, a la par de las tareas remuneradas.

Pero si esa forma de repartir las labores puede ser, desde cierta perspectiva, satisfactoria para ellas, puede derivar en un desapego de la pareja respecto a la dinámica familiar. La postura de la pareja de Paloma es extrema. Con la expresión “yo por eso pago” busca eximirse del trabajo de cuidado, tanto porque él paga para que se haga el aseo<sup>61</sup> como porque él suele comprar comida rápida.

Una convergencia en ambos hogares fue la composición corporal de sus hijos. Los dos hijos de Jackie y el menor de Paloma, los tres en edad escolar, presentan exceso de peso. El médico fue quien se encargó de hacerles saber de esta condición, ya fuera como parte de los exámenes médicos para ingresar a la escuela o como chequeo rutinario, y ellas reaccionaron buscando formas de entenderlo.

Al reflexionar las cosas que pudieron llevar a la ganancia de peso a sus hijos, Jackie apunta a la interrupción del ejercicio. Ella había estado muy pendiente de que sus hijos tuvieran actividades fuera de la escuela; sin embargo, se interrumpieron cuando sus hijo ya no quisieron continuar en una actividad que no les gustaba. En este momento, consultó con su pareja y decidieron “dejarlos descansar” en principio un año, pero se extendió a tres. Al

---

<sup>61</sup> Sin que ello signifique que Paloma no realice labores domésticas; la contratación es por aspectos específicos, como “ayuda”, puesto que ella se sigue enfocando en lavar ropa y cocinar.

percatarse de que estaban subiendo de peso, consultaron con ellos y llegaron al acuerdo de que el varón practicaría Tae Kwan Do y la niña, ballet.

Por su parte, Paloma, asociaba el problema con el tipo de alimentación que el marido se procuraba, generalmente pizzas, que quedaban también al alcance de su hijo, o más directamente en las golosinas que él le ofrecía: “Si iba [el niño] con el papá al Oxxo, el papá llegaba con el café y un paquete para él y un paquete para el niño, entonces el niño se comía las 6 galletas.”

Para Paloma, su pareja había entendido el riesgo que representaban para la salud de su hijo los consumos que promovía y había reducido esos comportamientos considerados dañinos. A la par, ella había procurado inscribir al escolar a varias actividades deportivas, que realizaba en el lapso entre su salida del trabajo y el momento de pasar por él. Con esto, ella se mantenía optimista respecto de la reducción del peso de su hijo: “[...] ahorita como que creció y se notó. Mis hermanos lo notaron luego, luego. Está creciendo, porque empezó a adelgazar” [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso]

En ambos casos parece que el identificar una situación que puede ser riesgosa les permitió reaccionar e incluso ver resultados en la composición corporal de sus hijos en relativamente poco tiempo.

### *Situación 2: La madre no tiene un trabajo remunerado*

En los tres hogares en los que cohabita la pareja con sus hijos, sin la presencia de otros familiares y las madres no desempeñan labores extradomésticas, asumiendo todas las tareas de cuidado, ellas aceptan con cierta naturalidad este reparto de tareas. Sin embargo, ello no supone una homogeneidad en cuanto a las formas de convivencia que se despliegan en cada hogar.

En el hogar de Laura, su pareja tiene la voluntad de participar en los quehaceres, pero él pasa mucho tiempo en el trabajo, de hecho trata de irse antes para poder llegar antes a casa y ayudar al mayor de sus hijos con su tarea. Para ella, salir a jugar con sus hijos es parte del cuidado que les puede proporcionar. La actividad física tiene un carácter de esparcimiento y convivencia, cuyo límite son las obligaciones escolares. Además de jugar con su mamá o con

los vecinos, los niños están inscritos en natación. Eso conduce, a su vez, a un incremento en su apetito, que Laura busca satisfacer de acuerdo a lo que considera sano:

Yo creo que las dos han empezado a comer mucho, sobre todo ahora que han empezado a hacer natación, comen mucha fruta, piña, papaya... pero en vacaciones comen y 'quiero esto y quiero lo otro'. Pero sí, comen muchísimo, el otro día se comió cuatro quesadillas me pidió un mango con chile que le gusta, y se toma su vaso de leche; el otro sus galletas, sí comen bien. [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

Lo anterior no excluye que se reserve un momento de la semana para comer golosinas, procurando que se limiten a esas ocasiones y que no incluyan botanas.

Por su parte Margarita, reconoce una colaboración constante de su pareja, desde que formaron su hogar, en la compra de la despensa, señalando con un dejo de orgullo su patrón de compra:

[...] es que mi esposo siempre ha sido muy vasto, o sea aunque no teníamos dinero, sí había una galletita, que el cafecito, que el azuquítar, no sé. [...]Yo nunca he hecho el súper porque te digo antes pues no nos alcanzaba, yo hacía mi súper en la casa de mis papás, entonces él siempre era así que iba al súper y que traía un paquete de jabón, una caja de galletas, a lo que él tenía, a lo que a él le alcanzaba. Y ahorita lo que hace es que ya no se fija y puede traerte dos, tres cosas de lo mismo. [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Esa predisposición al gasto enfocado en alimentos, resalta para Margarita como una muestra de la abundancia que les procura su esposo. La compra de productos de los que ya disponen es también una muestra de que ya no tienen que limitarse. Llama la atención en la narración, que de manera implícita se resalta una mejoría en la situación económica. Esto condujo a un aumento en la cantidad de productos comprados, pero no a un cambio en el patrón de consumo.

En el caso de Nelly, ella no parece percibir que tiene la mayor parte de la carga de trabajo del hogar. Al contrario, parece que para ella las labores están bien distribuidas:

[...] él sale desde las nueve y media de la mañana y regresa a las cinco y media de la tarde y yo por ejemplo estoy de tiempo completo; yo llevo a la niña y ya me organizo en la casa para hacer la comida, tener la casa limpia, la ropa limpia, planchadita, yo no tengo quién me haga el aseo, porque a mí no me funciona, no me funciona, solo es una situación extra, y a mi esposo tampoco, entonces preferimos hacernos cargo nosotros y la niña. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

En contraste con la idea de hacerse "cargos", que remiten a una distribución equitativa, sus propias afirmaciones muestran cuán desigual es la asignación de las labores de casa. La colaboración de la pareja de Nelly depende de que no esté cansado y se enfoca en labores dirigidas a él, sin que ello represente algún conflicto.



Las diferencias entre estos hogares se reflejan en la composición corporal de sus hijos. A pesar de que el esposo de Margarita ha sido afectado por el incremento en sus consumos, sus hijos son delgados. Aunque podría esperarse que esto llevara a un cuidado generalizado de la dieta en el hogar, se promovieron cambios sólo para él e incluso no de forma permanente, ya que los fines de semana puede darse “permisos”:

[...] tú te pones a dieta toda la semana [le dice a su esposo], pero el fin de semana ‘híjole, es que se me antojó la hamburguesita y pues me como la hamburguesa con ustedes’ [...] Pero nada más a él ¡eh!, a mis hijos no, a mis hijos es normal.’

[...] en viernes que llega el papá y así de se me antojaron unos taquitos, ah pues vamos por los taquitos. Mi hijo los viernes te digo que sale con sus amigos [...] y si vamos a comprar que los tacos o hamburguesas o así que se les antoje algo le marcamos, vamos a traer algo de cenar ¿qué quieres? Que unos hot dogs, que una gelatina o... ‘¿ya no tardas?, vamos a ir a comprarlos y ya te vienes para acá’, ‘sí mamá’. Llegamos y ponemos la mesa y cenamos todos. Ahora sí que todos en familia. [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Si bien esto refleja una dificultad para modificar consumos obesogénicos, el experimentar sus consecuencias redunda en un intento de revertir ese patrón.

Por otro lado, toda la familia destina tiempo para realizar ejercicio los fines de semana, pues cuentan con acceso a un deportivo bien equipado, como parte de las prestaciones laborales de su esposo.

La hija de Nelly, en cambio, presenta obesidad. Su pareja está totalmente ausente de la participación en sus cuidados, esto a pesar de que tenga años tratando de controlar su peso, e incluso de que los nutriólogos consultados consideren crucial su participación para ello:

[...] desde los cinco años he batallado con su peso, ¡desde los cinco años! Y entonces dos de esos nutriólogos citaron a mi esposo. ‘Sácala, ya no la lles’, entonces yo sí le planteo que la nutrióloga me había dicho ‘la niña va a seguir comiendo sin control mientras ustedes sigan teniendo alimentos que ella no pueda estar comiendo. Entonces usted es la que va a tener la tarea, no sé de qué manera, de evitar que esos alimentos estén en casa, de que la niña los vea, porque si no es nadar contra corriente’, bueno eso fue cuando la niña tenía cinco años.

[...] ahorita la llevé [con otro nutriólogo] y me dijo lo mismo ‘¿sabe qué?, estoy detectando que la niña tiene un problema...’, son términos médicos, pero yo vi como que venía arraigado con lo demás de su papá. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Pero lograr un mayor compromiso de su parte se presentó como un reto difícil. La compra de estos alimentos es parte del cumplimiento de su labor como padre, ‘[...] él no deja de comprar... parece que nos tiene en engorda, y se lo digo así, así era su papá, él mientras tenga el refrigerador lleno son felices, eso es su concepto de un buen papá’.

Incluso, a pesar de todos los conflictos a los que daban lugar los consumos que la pareja de Nelly propiciaba, las salidas a comer (generalmente antojitos), no se interrumpían por las discusiones que tuvieran, en el ánimo de que su hija estuviera contenta:

Disfrutamos también salir a comer fuera, pues, de alguna manera los momentos así sí procuro que sean de calidad. Si tenemos una diferencia o asunto pendiente prefiero evitar el momento para después, ya que la niña está en su cuarto, retomo la discusión, la diferencia. [...] mi hija está contenta con sus papás. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Ante las dificultades para llegar a acuerdo y la tendencia de su pareja a eludirlos, Nelly recurrió a abandonarlo temporalmente. Al dejar su casa e irse con su mamá, ella había logrado un poco más de colaboración y que la apoyara cuando controla la ingesta de su hija, pero aún se resiste a colaborar o participar en la realización de actividad física.

A partir de lo presentado, podemos notar que en el estrato medio la presencia de sobrepeso en niñas y niños aparece más asociada con modelos de familia donde existe una tajante división sexual del trabajo, con padres que asumen su papel de proveedores a través del incremento en el consumo de alimentos poco saludables, gracias a su ingreso, y con nula participación en el cuidado, incluyendo la dieta de sus hijos e hijas pese a la preocupación de las madres al respecto. El hecho de contar con recursos que permiten un mayor consumo de alimentos, junto con la escasez de tiempo y de espacios adecuados y seguros para promover las actividades físicas se combinan para favorecer el aumento de peso en los niños. Esta situación se agrava cuando las madres trabajan de forma remunerada en empleos de tiempo completo, ya que además carecen del tiempo necesario para llevar a sus hijos a actividades deportivas o recreativas. En cambio, encontramos niños con peso normal en aquellos hogares donde a pesar de que ambos padres trabajan y no cuentan con ayuda para el cuidado, tienen un reparto equilibrado de tareas que les permite destinar tiempo al juego y la actividad física con sus hijos, en aquellos hogares donde hay apoyo de otros familiares y en aquellos donde se procura una dieta variada y se promueve el ejercicio, ya sea que las madres tengan trabajo remunerado o no. Es de destacar, en este estrato, el significado social asignado a los gustos alimentarios, como comentó una de las informantes, así como la posibilidad de contratar servicios pagados de trabajo doméstico complementarios. En este estrato, los conflictos de autoridad sobre los niños se presentaron más que nada entre los cónyuges, con la excepción del único hogar que contaba con la presencia de la abuela materna.

#### **4 Implicaciones de los modelos de organización y convivencia familiar para la composición corporal de niñas y niños en edad escolar: conclusiones provisionales a partir de la comparación entre estratos sociales**

Un primer aspecto que llama la atención, es que el exceso de peso en los hogares populares entrevistados se encontró, principalmente, en aquellos donde varias personas podían intervenir en el cuidado y crianza de los escolares, quienes además percibían ingresos. En contraste, las madres de estrato medio que pudimos entrevistar, cuyos hijos presentan exceso de peso, vivían en hogares en los que sólo estaba la pareja con sus hijos, y en mayor medida cuando las madres, además de realizar trabajo de cuidado, trabajaban de forma remunerada.

Ambas experiencias tienen en común la existencia de más de un perceptor de ingresos -donde la madre es uno de ellos-, lo que incrementa los recursos disponibles para el consumo, al mismo tiempo que plantea tensiones y conflictos de autoridad en relación con lo que se ofrece y exige a los niños. La principal diferencia entre ambos casos, sin embargo, está vinculada con la presencia o ausencia de apoyo para las tareas de cuidado. Mientras que en los hogares populares estas tareas están mejor repartidas entre varios familiares, en los del sector medio recaen casi exclusivamente en la madre, aun si ésta trabaja fuera del hogar. En estos casos se agudiza la escasez de tiempo para dedicar a las actividades físicas de los menores o para controlar la calidad de la alimentación, especialmente en esquemas de poder donde el padre no colabora, e incluso obstaculiza los esfuerzos de la madre por mantener pautas de consumo saludables en los menores.

Como vimos, los hogares populares con la intervención de varias personas en las tareas domésticas, se caracterizaron por presentar tensiones con la madre, tanto porque no les ponían límites a sus hijos como porque actuaban por encima de la autoridad de ella. En el único hogar del estrato medio que tuvo apoyo de otros familiares, la abuela se coordinaba con los padres para ofrecer alimentos adecuados, pero los conflictos se suscitaban entre la abuela y la nieta. La coordinación entre los adultos mantenía un patrón alimentario guiado por la preocupación por optimizar la dieta, aunque esto no estuvo exento de resistencias.

Sin embargo, esa coordinación se dificulta cuando existe una diferencia notable de poder entre los familiares. El caso de Inocencia y Herminia muestra la subordinación de la nuera a la figura de la suegra, donde ésta le hace señalamientos a la nuera para controlar la ingesta de su nieto, sin cumplir ella misma con ellos. Así, la diferencia de poder entre los

miembros del hogar es algo que se debe considerar, sobre todo a la luz de evidencias, que muestran las serias implicaciones las tensiones entre suegra y nuera pueden tener para la salud de los niños menores de cinco años (Echarri, 2003; Bronfman, 2000).

Esto muestra la necesidad de reflexionar sobre los significados que los sujetos dan a la colaboración (o su ausencia), en términos de lo que necesita un niño y la forma de proveerlo, lo cual puede variar considerablemente dentro de un mismo estrato o arreglo residencial. Es decir, si bien podemos identificar el tipo específico de actividad física y de ingesta alimentaria que conduce a determinada composición corporal en los escolares, encontramos niños corporalmente diferentes en hogares con condiciones similares, como la ausencia de familiares que apoyen en las tareas de cuidado.

Un aspecto que podría tener relevancia es la escolaridad de los miembros del hogar. Recordemos que el hogar del sector medio donde estaba la abuela, los tres adultos tuvieron estudios universitarios concluidos, mientras que en el sector popular la abuela cursó la primaria y la madre del niño, la secundaria. En general se detectaron mayores niveles de preocupación por la salud y la composición corporal de los niños en los hogares del sector medio, más allá de que esta se tradujera en prácticas concretas o no. En los hogares del sector popular donde se seguía una dieta más tradicional, esto parecía deberse más a modelos heredados que a una conciencia de riesgo.

Otra razón para indagar en las representaciones que guían las prácticas de los diferentes familiares es la relación que se observó entre la percepción de ingresos por parte de varias personas y el exceso de peso en el sector popular, mientras que en el sector medio había más de in perceptor, tanto en hogares con escolares delgados como en aquellos con escolares con sobrepeso. En este último caso, el sobrepeso parece ser consecuencia de una combinación de factores: el desequilibrio de poder en la pareja, que se traduce en un papel negativo del padre en la crianza, y la sobrecarga de trabajo de la madre, cuya doble jornada le impide cuidar mejor la alimentación y actividades de los hijos en ausencia de un reparto equilibrado de responsabilidades.

El rol pernicioso de otros familiares se puede observar en la presencia de hermanos con grandes diferencias de edades, a pesar de que se trate de hogares dirigidos por la madre, que la literatura muestra como con menores dificultades en el manejo de las decisiones (García y Oliveira, 2006). En un caso, por ejemplo, la posibilidad de que el escolar tuviera

consumos con alto contenido calórico se debió a que su hermano mayor podía cumplir sus gustos y antojos, al tener un trabajo remunerado y no haber formado aun su propia familia.

Esa posibilidad de proporcionar gustos y antojos junto con el reconocimiento que conlleva, nos puede permitir entender la tendencia al aumento de peso en hogares con mayor capacidad económica para la adquisición de alimentos de bajo contenido nutricional, independientemente del parentesco que tuvieran.

Pero aun es necesario notar que aunque se puede mencionar a la suegra y a la cuñada de Inocencia, o la hermana de Rogelia como ejemplos de miembros del hogar que proveen al niño/a de alimentos hipercalóricos, en la mayoría de los casos el papel más negativo en este sentido lo tuvieron los padres, ya que intervienen directa e indirectamente en lo que se come en la casa, entendiendo dicha práctica como parte del papel de proveedor.

Rojas define a la proveeduría en términos de “la obligación de conformar un hogar que depende de ellos y cumplir cabalmente con la responsabilidad de asegurar el bienestar material de la familia” (Rojas, 2012: 86). Cuando algunos de los padres son los responsables de la alimentación, resuelven la situación de la manera más práctica que sus habilidades les permiten (sirviendo cereal para desayunar o preparando alimentos rápidos). Pero en lo que coinciden, es en la compra de alimentos con elevados niveles de grasa, azúcar y altamente industrializados, que se fundamentan en sus propias preferencias.

La participación de los varones en la forma señalada, muestra una respuesta a las vicisitudes que las familias han tenido que enfrentar, con apenas unos cambios en el modelo tradicional de familia. Es importante señalar que cada una de nuestras informantes, excepto Lucía, provenía de hogares en los que las labores se tenían que distribuir entre los miembros del hogar, a pesar de que fueran muy jóvenes o que fueran varones, ya fuera por la participación laboral de sus madres ante la ausencia de su pareja, o por ser hermanos o hermanas mayores.

Esos pequeños cambios que se pueden reconocer en la distribución de tareas, se muestran también en el manejo de la disciplina. Ambas dimensiones están en un momento crucial de cambios en las relaciones familiares. Varios estudios desde la década de los noventa muestran un proceso de cambio que puede resultar en tensiones y desconcierto

respecto a las formas más adecuadas de orientar los comportamientos de los hijos (Gutmann, 2002; Carrillo, 2015).

Las formas de interactuar con los niños han sufrido la influencia de los medios masivos, y a partir de ellos, de esquemas desarrollados para impulsar el consumo desde edades tempranas, principalmente en Estados Unidos, toda vez que la mayor parte de la programación televisiva que se ofrecía durante la primera mitad del siglo XX, provenía de ese país (D'Silva y Futrell, 2007). Así, en nuestro país es posible también reconocer lo que se ha caracterizado como la colonización de la crianza por parte de las fueras del mercado a partir del traslado de valores, formas de relacionarse y prácticas emocionales, desde el mercado a la familia, teniendo como principales vías largas horas de trabajo que generan pobreza de tiempo, subrogación del trabajo doméstico y una cultura de culpa maternal (Schor, 2011).

En este proceso podemos ubicar la importancia que ha tomado el mercado, que impacta directamente en la ingesta y gasto de energía, mediante la oferta de alimentos hipercalóricos que se han publicitado ampliamente como alimentos para niños, además de los dispositivos portables que permiten el acceso a juegos y a redes sociales y que pueden llegar a consumir buena parte del tiempo libre de los menores.

Las exigencias contradictorias que se ejercen sobre las madres, de cumplir con labores domésticas y extradomésticas, se apoya en el modelo de “super-mujer” que asume la posibilidad de realizar actividades domésticas y extradomésticas (Lagarde, 2004; Arango, 2010) y en el modelo de la maternidad intensiva (Hays, 1998), centrado en el niño. Todo ello sin que se modifique sustancialmente la división sexual del trabajo. Ese fue el caso de Carla, quien experimentó una serie de dificultades para recibir el apoyo de su pareja para la manutención de sus hijos. Lo que también es importante, es que esos costes son transferidos a otras mujeres, que deben cubrir las tareas en ausencia de otras alternativas de cuidado, en tanto que se los varones no se consideran aptos para desempeñar esas tareas (Mena y Rojas, 2010; Figueroa y Flores, 2012).

Es necesario agregar que, si bien esos nuevos modelos de interacción familiar se han difundido entre varios estratos, la forma en la que se llevan a cabo presenta muchas diferencias, pues en el estrato medio la super-mamá tiene un refuerzo en su imagen fuera del hogar y aunque la doble jornada sea muy desgastante, les queda un aspecto de ligero estatus

fuera de casa, además de recursos que le pueden permitir contratar servicios de cuidado, mientras que para las madres del sector popular, ser super-mamás les da una especie de satisfacción moral. Ello no significa desconocer los graves riesgos para las mujeres, derivados de las dificultades sociales y culturales involucradas en la participación laboral femenina (Rocha y Cruz, 2013).

Finalmente, es notorio que algunas de las hijas e hijos de las mujeres entrevistadas que presentaron exceso de peso, estaban ya recibiendo atención, e incluso mostraban alguna mejoría. Hay que señalar que cuando hubo reacción respecto al peso corporal, fue más efectiva entre menor fuera el conflicto que la acompañaba y por lo tanto, más recursos se encaminaron a atender la situación, lo que refuerza la importancia de las relaciones entre los miembros del hogar.





## **Capítulo VI. Los significados que las madres otorgan a la alimentación, la actividad física y el cuerpo de sus hijos en edad escolar**

En el capítulo anterior se analizaron las formas en las que se organizaban los hogares, además de sus formas de convivencia, que a su vez conllevaban ciertas pautas de crianza, esto en función de las implicaciones para la actividad física y la alimentación, pues son los aspectos más directamente relacionados con la composición corporal.

Siguiendo lo establecido en el capítulo II, el objetivo de este capítulo es enfocarnos en los significados que envuelven tanto a la alimentación como a la actividad física y que fundamentan buena parte de las prácticas cotidianas, que derivan en la conformación de la composición corporal. Sobre el ámbito específico de la actividad física, el ejercicio juega un papel clave, en tanto permite el gasto de la energía consumida evitando que ésta se acumule como tejido adiposo en el cuerpo. Por ello, en las secciones correspondientes para cada estrato analizado, nos ocuparemos de la forma en que las entrevistadas se representan tanto el sedentarismo como el gasto de energía, considerando que ambos fenómenos inciden de forma independiente en la ganancia de peso (Morales *et al.*, 2006; Tremblay *et al.*, 2011).

Otro aspecto con relevancia para nuestro análisis es el de los significados de la salud. Al ir desarrollando el análisis, cada vez fue más evidente que su contenido permeaba los otros ámbitos tratados, de tal modo que, en lugar de destinar un apartado para tratar este tópico, preferimos abordarlo en sus implicaciones para las otras dimensiones analizadas.

En este capítulo, el análisis de los significados nos da la oportunidad de abordar de manera directa la composición física, como un aspecto que también puede orientar las prácticas, y no sólo como reflejo de éstas.

De esta manera, nuestro análisis gana complejidad al hacer explícito el proceso abstracto que vincula los significados con su sustrato material. Si bien los signos tienen una dimensión material, su significado no está determinado por esa cualidad, sino que depende de su función simbólica (Hall, 2003:26). De manera concreta, para nuestro estudio, esa independencia de la función simbólica respecto de la materialidad nos da la posibilidad de encontrar significados múltiples y al mismo tiempo identificar consecuencias de esos significados relacionados con las características del sustrato material de los signos estudiados (los alimentos, el ejercicio y el cuerpo).

En este punto conviene señalar que los significados que envuelven a los alimentos pueden ser externos a la esfera de la vida cotidiana, a partir de los diversos condicionamientos económicos o políticos, pero también internos, es decir, ajustados a “las condiciones de consumo de la vida diaria”, como señala Mintz (1996:24). Justamente es en este aspecto que nos enfocamos, considerando que hemos dedicado un amplio espacio al análisis de los significados externos en el capítulo I.

Por otro lado, identificar estos significados y sus prácticas asociadas, nos dará la pauta también, para situarlos en el marco más amplio de la cultura en la que se están generando. Así, podremos contrastar los cambios recientes respecto a representaciones más arraigadas.

De nueva cuenta dividimos el análisis de los significados por estratos, para recuperar en la última sección, una discusión de los resultados conjuntos del análisis en función de los elementos que nos aporta para comprender la mediación de la familia entre el ambiente obesogénico y el cuerpo de los escolares.

## **Estrato Popular**

### **Significados asociados con la comida**

Un primer eje de análisis es el significado atribuido a la alimentación en relación con la trayectoria de vida de las informantes, especialmente sus valoraciones sobre los cambios alimentarios ocurridos entre su infancia y adolescencia en la familia de origen y su familia actual, donde son madres de niños en edad escolar. Este análisis permitió observar también representaciones de clase en relación con el consumo, que jugaron un papel importante al momento de elegir determinados estilos de vida y de consumo asociados con diferentes niveles de ingreso.

En los hogares de las entrevistadas de estrato popular, los significados relacionados con la alimentación daban paso a diferentes valoraciones de la comida que estuvieron referidos constantemente a una comparación con las condiciones de escasez y precariedad que habían experimentado en sus familias de origen. Sin embargo, de ello no deriva un conjunto homogéneo de valoraciones, más bien, nos encontramos con un panorama variado y lleno de tensiones y ambivalencias frente a los cambios ocurridos en el ambiente alimentario y a sus propias trayectorias de vida.

Por un lado, se pudo identificar un primer grupo de madres que señalaban *una mejoría* respecto a la mala situación alimentaria que había vivido en su niñez, posibilitada por un aumento en los ingresos disponibles para la subsistencia. Diversas situaciones complicaron la atención de las necesidades del hogar en el pasado: la enfermedad y posterior deceso del padre de Estela, la defunción de la madre de doña Herminia, así como el alcoholismo de su papá, o simplemente la pobreza generalizada que se vivía en la comunidad de origen de Rogelia. Con el paso del tiempo, su inserción en el mercado laboral y la aplicación de diversas estrategias les permitió reducir las dificultades económicas. Según sus narraciones, se han ido separando de esa dieta limitada por la precariedad y han ido incorporando la segunda, en la medida en que el dinero lo ha permitido.

Por otro lado, hubo otro grupo de informantes que tenía una valoración positiva del tipo de comida que consumían en su infancia, aun si ésta era caracterizada como una dieta propia de las personas con pocos recursos, frente a otra que requiere de más ingreso. Estas informantes, a diferencia de las del grupo anterior, percibían más bien *un empeoramiento* en la dieta producto del acceso a nuevos consumos.

El consumo de carne, por ejemplo, ha sido uno de los principales indicadores de mejoría en la dieta y de mejoría económica al mismo tiempo; sin embargo, también puede significar un desbalance en la ingesta de alimentos para los miembros del hogar, pasando de la limitación al exceso: [...] sí había verduras, [en su infancia] pero sí lo que le hacía falta era un poco más de carne, yo creo. A lo mejor *ahorita ya es mucha carne*. [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Incluso, sin abundar en los contenidos de los alimentos, su cantidad ya es un indicador de que algo ha cambiado y no necesariamente para bien, a pesar de los contrastes con un pasado de precariedad: “comíamos poquito, éramos muchos y los alimentos eran poquitos [...] y ahora pues no, ahorita incluso *tenemos que hacer dieta porque más me vale*.” [Magdalena, 45 años, sin pareja ni otros familiares, madre de un escolar con exceso de peso]. Esta última expresión se refiere a su composición corporal, pues ella misma reconoce que presenta exceso de peso, pero también a la de su hijo menor, a quien le cuida la alimentación para evitar que su peso se incremente.

Cabe señalar que la mitad de los escolares de este grupo de hogares, es decir donde las madres valoraron de forma negativa el cambio de dieta, presentaban exceso de peso. En estos

casos, lo que ha permitido que ellas revaloren la experiencia de su propia infancia como más saludable, tiene que ver con su preocupación al observar el aumento de peso de sus hijos:

Yo creo que sí se alimentan mejor los niños de pocos recursos, *ya lo viví, ya vimos que sí*, que la alimentación es mejor con pocos recursos porque frijolitos y sano, verdurita.

[...] *ha empeorado* [la alimentación], porque, aunque comíamos poquito comíamos caldito de pollo, frijoles, por ejemplo, cuando no teníamos para comprar carne, aquí teníamos pencas de nopales, los rebanábamos en cuadros del tamaño de un bistec y los poníamos a cocer y esa era nuestra carne [...] En la noche de merendar pues un bolillo y un atolito. *Ahora ya queremos* la leche, así como viene, con unos *corn flakes* o unas donas o chatarra, *sigue siendo chatarra*. Sí, eso sí ha empeorado [Magdalena, 45 años, sin pareja ni otros familiares, madre de un escolar con exceso de peso].

En el pasaje anterior la razón por la que estas informantes consideran que las familias con menos recursos se alimentaban mejor, parece residir en que el tipo de alimentos que estaban disponibles se opone al de los que ahora se “quieren”, *queremos*, pues estos son considerados “chatarra”.

Pero más allá de la mala alimentación que se puede encontrar ahora en casa, la verdadera dificultad está en la preferencia por los alimentos que se venden fuera de ella, pues representan una reducción drástica de la variedad, además de que pueden resultar dañinos:

Yo siento que antes *nos variaban* más la comida, como que antes sí nos daban fruta, verdura, [...], y ahora como que nada más es lo mismo, *quieren lo mismo*, lo mismo. Por ejemplo, se les antojan mucho los taquitos en la noche, de suadero, de al pastor, así. Y eso de noche pues también *siento que hace daño*. Entonces, siento que sí ha cambiado el hábito alimenticio y que antes era mejor que ahora, en ese aspecto de que ahora comemos más grasas, más irritantes, por ejemplo, la Valentina, el limón, todo eso. Nos nutrimos menos, a lo mejor podemos comer más, pero más grasas, más harinas, más de todo eso. [Carla, 33 años, vive con su pareja y su madre, madre de una escolar delgada]

Con la mayor disposición de recursos parece que es más frecuente que se consuma lo que se *prefiere*. Estamos ante un tipo de consumos determinados por la búsqueda de variación respecto de *lo que hay* en casa, que se tiene que buscar fuera de ésta. En este sentido, comer en restaurantes de comida rápida sería una de las muestras más significativas de la disponibilidad de recursos, pero con consecuencias negativas que no pasan desapercibidas “[...] cuando hay más dinero, por ejemplo, hay más oportunidad de ir a comer fuera, pero *el comer fuera es* restaurantes de novedad: Burger King, McDonald’s, que esa comida la veo ni tan nutritiva, como que siento que con más dinero te vas a comer más comida chatarra, que ni siquiera te hace bien.” [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Ya sea a partir de lo que los hijos “quieren” o lo que en familia “queremos”, las madres que consideran que su alimentación empeoró respecto de su familia de origen, reconocen la importancia de los “*gustos*” en este proceso, de tal modo que, al buscar complacer a la familia (*darle gusto*), se termina por alimentarla mal.

Las concepciones críticas sobre los alimentos clasificados como *chatarra* (donas o cereales con mucho azúcar) que se pueden encontrar en casa, sobre la comida callejera y sobre la comida rápida que hemos señalado antes, sin embargo, no se traducen en un cambio en los patrones alimentarios. Representan apenas algunas reacciones que podían incluso no reflejarse en cambios reales para la alimentación familiar. De hecho, Magdalena añadía, poco después de señalar las bondades de su dieta cuando era niña: “la verdad es que nunca he hecho eso, pero muchas veces he tenido ganas de hacer una comida como esas”.

El consumo elevado de alimentos que estaban ausentes de la dieta en la infancia de nuestras informantes, independientemente de su contenido de grasas, azúcares o harinas, puede explicarse justamente por la mejoría en los recursos, que al aumentar hacen posible acceder a alimentos altamente valorados.

Lo que parece un reto es entender por qué nuestras informantes que consideraron que la dieta podía empeorar con más recursos, de todos modos tenían consumos de alimentos de alto contenido calórico y escaso valor nutricional. Si bien en los testimonios presentados las madres les atribuían a sus hijos el preferir esos consumos, no quedaba claro por qué los padres no se oponían a eso para prevenir dificultades posteriores. Las siguientes líneas buscan explorar los significados de esos consumos, en los que los términos “gusto” y “antojo” aparecieron como un sustrato común a las valoraciones presentadas antes sobre la comida.

Aunque los *gustos* puedan ser considerados cercanos a los consumos de comida *chatarra* del mismo modo que los *antojos*, es necesario distinguirlos para dar cuenta de su permanencia, a pesar de las críticas a ese tipo de consumo. Para definir lo que se considera gusto o antojo, como señalamos antes, tenemos que remitirnos a su contraste con los alimentos disponibles en casa, en una familia de un estrato determinado.

La expresión “*lo que hay*” se asocia con la comida del día a día, y es probable que forme parte de una rutina y que esté planeada en función de los recursos disponibles. La planeación permitiría distinguir “lo que hay” como estricta necesidad, del “antojo” como

satisfacción espontánea, pero no tanto de los *gustos*, que también se incluyen en el presupuesto familiar y de cierto modo se planean.

El paso de un estilo a otro de consumo (de “casero” a “listo para consumirse”) atraviesa diferentes momentos, al estar condicionado por el acceso a recursos, al mismo tiempo que se asocia con un mayor estatus social (lo casero se convierte ahora en “lo que hay” y esto representa una limitación). Asimismo, puede estar reflejando un cambio en la valoración que se hace de las actividades de las mujeres, lo que lleva a una transformación en el significado de lo que hay en casa: de “casero” como saludable y variado, preparado por la madre u otra mujer de la casa, a “lo que hay”, como algo que se encuentra en la casa y se opone a los gustos. Estos gustos pueden estar también en la casa y no ser preparados allí sino ser industrializados (ej. cereales, refrescos, botanas, chocolate en polvo, panes, postres industrializados, etc.).

Habría que distinguir, entonces, entre “gustos” que se asocian con una mejora en el ingreso (“gustos cotidianos” disponibles en casa -galletas, botanas, golosinas-) y “gustos programados” que implican un mayor gasto, que requiere una mayor planeación (salidas a comer a restaurantes de novedad, aunque los alimentos sean de peor calidad). El cambio señalado en el significado de “lo que hay en casa”, hace que ambos tipos de gustos se alejen de lo considerado saludable o bueno.

Los gustos, si bien son algo que sale de la rutina, al estar sujetos a la existencia de un excedente, con las dificultades económicas suelen ser los consumos que son objeto de un recorte de los gastos, como lo señala Aída, con un tono de insatisfacción: “20 pesos que a lo mejor me gastaba en, no sé, chucherías de chicharrones y papas, y todo eso pues ahorita los necesito para completar la comida” [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Pero el *antojo*, aunque se trate de los mismos consumos, tiene un carácter más instantáneo, y en cuanto tal, no se acepta que tenga cálculos o restricciones, ni siquiera económicas, pues se supone que es el cumplimiento de un deseo inmediato y una satisfacción personal. Por ello, su consumo es esporádico. Simplemente no sería sostenible hacerlo de forma rutinaria.

Por otro lado, tener que consumir *lo que hay* puede ser visto con desagrado, puesto que se asocia al incumplimiento del antojo, o simplemente es la expresión de lo que no se puede tener:

[...] los niños, cuando de vez en cuando ‘ah, ¿qué crees? que se me antojó -no sé- sincronizadas’, ‘ah bueno, pues vamos a hacerlas’, pero *si ya tengo algo hecho de comer pues comemos lo que hay.*” [Carla, 33 años, vive con su pareja y su madre, madre de una escolar delgada]

[...] a veces los viernes cuando ya no tengo tanto dinero sí nos abstenemos un poquito y a lo mejor *lo que haya*. Preparar lo que alcance. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

“Lo que hay” adquiere su significación en tanto constituye una base relativamente flexible, pues puede haber alimentos a los que se recurre cuando lo que se cocinó para ese día no es del agrado de alguien, especialmente los niños: “Sí, en el caso de mi hijo que no le guste algo, pues se hace un huevo. ‘Me hago mi huevo o me caliento mi arroz’, así, pero casi siempre se comen lo que hay, siempre.” [Carla, 33 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Lo que hay cubre una necesidad, pero no es tan gratificante como un gusto.

Por sus características, los gustos pueden ser un complemento de *lo que hay*, considerando que también son planeados. Mediante el gusto, se abre un espacio en la abstención a la que conduce *lo que alcanza*. Significa que haya botanas, golosinas y antojos en general, como en las reuniones o celebraciones, por ejemplo: “los chicharrones, eso sí como que es de ley” [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Así, satisfacer un *antojo* lleva aparejada la sensación de libertad, que no se logra sólo con el gusto, que como señalábamos, se tiene que planear: “[...] no nos reprimimos de algo que se nos antoje, nos lo compramos. No hay represión.” [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]. No hacerlo, equivale a limitarse, fue un motivo aducido incluso para no ahorrar: “porque si junto, vivimos muy muy limitados, entonces no puedo juntar, y no me gusta tener a mis hijos así muy limitados, que ‘¡ay mamá!, cómprame un elote’, ‘no, mi amor, porque *tengo que guardar*’” [Magdalena, 45 años, sin pareja ni otros familiares, madre de un escolar con exceso de peso].

Cuando hablaba de *guardar* esta informante se refería a ahorrar para las vacaciones familiares. No poder cumplir un antojo o no poderlo proporcionar a los hijos, vendría cargado de un fuerte sentimiento de frustración, a tal punto que no hay ninguna duda respecto a darle prioridad al disfrute inmediato, frente a otro que requiere esperar.

Para nuestras informantes de este estrato, el pasado de precariedad enmarca la forma en la que conciben la satisfacción de esos antojos. Si bien se trata de aspectos accesorios, innecesarios, la satisfacción deriva de que no estaban al alcance antes y la gratificación se experimenta en forma casi inmediata:

“Si lo llevo [al nieto] al súper, sí es así de que “¿me compras unos Danoninos abuelita, me compras un yogurt abuelita?” y le digo “sí, llévalo” [...] Pero es como un lujo ¿no? [...] porque no es una necesidad que diga ¡ay! Lo tienes que llevar. [...] Entonces, así como que a lo mejor sí nos podemos dar ahora ese lujo, porque antes no nos lo podíamos dar.

[...] digo pues es comida, es algo que vas a comer. Lo llevo. [Herminia, 49 años, vive con su pareja, su hija y su nuera, abuela de un escolar con exceso de peso]

Esa satisfacción encuentra en su inmediatez un fuerte estímulo para su búsqueda, sobre todo si se toma en cuenta que puede existir un temor ante la imposibilidad de disfrutar en el futuro. En el caso de doña Herminia, su temor se sustenta en la experiencia de la enfermedad de su esposo, que había restringido buena parte de los consumos que tenían. Al hablar de sus dificultades para reducir su ingesta, y con ello su peso, señala: “[...] digo ¡ay! trabajo tanto y todo y si me quedo sin comer, al rato que me ponga mala, ¿qué voy a hacer?” [Herminia, 49 años, vive con su pareja, su hija y su nuera, abuela de un escolar con exceso de peso].

Para estas informantes, entre las personas que se encuentran en el otro extremo del poder adquisitivo, es decir entre los más favorecidos, la restricción respecto a los “gustos” o “antojos”, por el hecho de tener recursos, ya no significa represión o limitación, sino “cuidado”:

Como que las que tienen más... se cuidan más. [...] las niñas [de su patrona] en la noche nada más van a cenar cereal y *nada más van a comer esto y esto*. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]

[...] el rico siempre va a tener lo mejor de comer... bueno no mejor, sino ellos van a tener otro tipo de comidas, pero la verdad sí, luego hasta son, o sea, como que *los cuidan* más sus mamás, meten más verduras, o sea, *son más especiales con ellos*. Carnes pues casi no comen. Y la diferencia que tenemos nosotros es que sí *consumimos de todo, de todo*. [Lucía, vive con sus padres, hija escolar con exceso de peso]

Una comparación entre las niñas de la patrona y el nieto de doña Herminia, parece inevitable, lo que enfatiza la naturaleza que ella atribuye a ese “cuidado”:

[...] mis niñas [hijas de su patrona] de hecho no saben comer nada, nada les gusta porque su mamá no [...] Y yo veo al mío [su nieto], no, el mío *es bien gordo*. No, *el mío come re bien* [...] Pero pues es que la señora siempre anda así con *limitaciones*. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]



El “cuidado” no deja de ser restrictivo, por lo que lleva una carga negativa. Las madres que lo efectúan son “especiales”, una forma de decir que son exigentes y estrictas, que restringen lo que comen y con ello, lo que sus hijas aprenden a comer. La otra implicación es que a las niñas de la patrona nada les gusta, lo que doña Herminia expresó con un dejo de congoja. Por el contrario, ella decía con orgullo que su nieto *era bien gordo*, como muestra de que come *re bien*, e incluso de que todo le gustaba y que disfrutaba comer, a diferencia de las niñas, que no lo podían hacer.

Paradójicamente, los hogares con más recursos son los que estas informantes se representan como los que tienen más restricciones en su alimentación. El hecho de la restricción, aunque sea por la voluntad de los papás, no aminora la tristeza con la que se asocia la limitación (el “no poder” darse gustos). Mientras, en los hogares populares desprovistos de esa voluntad, es patente la satisfacción de que los niños puedan comer de todo. Este aspecto puede ser de singular relevancia para entender el posicionamiento frente al entorno obesogénico, pues justamente una de sus características es hacer accesibles alimentos más paladeables (Popkin *et al.*, 2012).

### **Significados a asociados a las actividades que involucran ejercicio para los niños**

La amplia gama de situaciones que van de la inactividad a la actividad física intensa, presenta varias diferencias entre las informantes si comparamos los significados que tuvieron éstas en sus experiencias de la infancia comparadas con las de sus hijos.

De las mujeres entrevistadas del sector popular, tres no habían participado en juegos callejeros con los vecinos en su infancia. Doña Herminia, abuela de un niño, tuvo que ocuparse de sus hermanos desde muy pequeña, por lo que su infancia estuvo cargada de responsabilidades, con poco tiempo para el juego.

En el caso de Lucía, las normas de género jugaron un papel en la limitación de la actividad física. Durante su crecimiento, ella y sus hermanas no tenían permiso para salir de casa y jugar en la calle, lo que por supuesto, limitaba la actividad física: “mi papá pues se la pasaba trabajando y mi mamá igual, nos quedamos a cargo de una de mis hermanas, [...] hasta eso, tareas, ir a la casa de las amigas, eso no estaba permitido para nosotros. Entonces sí como que estábamos más controladas en la casa, nosotras no fuimos de calle” [Lucía, vive con sus padres, hija escolar con exceso de peso]. El control ejercido sobre ellas para que

permanecieran en casa, paulatinamente dio paso a una preferencia por el sedentarismo, ante un uso desaconsejado del espacio público.

El carácter estricto del padre de Estela, y su posterior enfermedad, hicieron de su infancia un periodo difícil, conduciendo incluso a la formación de una mentalidad diferente de la que según ella tendría una niña: “no hacía nada [de ejercicio]. Mi mentalidad era otra, el estudio, mi papá, mi casa, mi mamá, lavar mi uniforme, mis cosas...” [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Teniendo como antecedente que quienes no realizaban actividad física, no lo hacían por falta de interés, como acabamos de ver, llama la atención que pocas madres reportaron que sus niños jugaban en la calle, y aunque desarrollaran actividades programadas, estas se realizaban durante horarios muy acotados.

Para explicarse ese proceso, las informantes refirieron cambios acelerados que ocurrieron en menos de una generación. “Mi hijo tampoco fue de ver TV, a él no le gustaba la tele, él todo el día andaba para arriba y para abajo. A lo mejor no lo sentíamos mucho porque sí había con quién jugar, porque no había bardas, porque uno se asomaba y uno los veía ahí jugando, había más patio” [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso].

Esos cambios en el vecindario, también significaron cambios en el tipo de gente con la que los niños podían tener contacto. El consumo de drogas de los vecinos o el uso de *peladeces* (groserías) para comunicarse entre los niños, hacía que las madres prefirieran que sus hijos estuvieran en casa entretenidos con videojuegos o con la televisión. Al mismo tiempo, poder tenerlos entretenidos en casa suponía, además, la ventaja de que podían supervisarlos en todo momento, una labor que no elimina el entretenimiento sedentario: “a veces a lo mejor hay juegos muy pesados o juegos que no deberían de jugar y en la tele también luego hay caricaturas que no son muy aptas para niños, entonces también tiene uno que estar viendo qué están jugando y qué están viendo en la televisión.” [Rogelia, 45 años, vive con su hermana, madre de un escolar con exceso de peso].

Las normas de género continúan teniendo efecto en la restricción de la actividad física de las mujeres, conforme aumenta su edad, siendo la adolescencia, un momento clave. Carla terminaba su reflexión sobre los cambios asociados a la pubertad, con un señalamiento sobre

la necesidad de que su hija redujera su actividad: “es más activa [que su hermano] para todo, [le dice] ‘ya tranquilízate, ya estás creciendo, ya no eres una niña, ya eres una adolescente’” [Carla, 33 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Esto llama la atención, pues el ejercicio no fue restringido para ninguno de los hijos varones de nuestras informantes.

La actividad física, si bien se atribuye a los más pequeños, siempre puede ser relegada a un plano secundario, si se opone de alguna manera a la única responsabilidad que se les reconoce a los niños: la escuela. Estela, por ejemplo, está muy orgullosa del desempeño académico de su hija, además de su participación en la banda de guerra de la escuela. Para cumplir con sus clases, los cursos extra y la banda de guerra, se requiere un control del tiempo:

Como tenemos muy poco tiempo, [...] es cambiarse de ropa, si las tengo que bañar pongo el agua súper rápido o a lo mejor la dejo calentándose en lo que voy por ella, luego, las baño, les doy de comer, [...] que descansen tantito y [...] le digo ve y recuéstate o agarra su celular o si quiere ver la TV, [...] y ya después hacemos la tarea. [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Más allá de las actividades propias de los niños, debemos tomar en cuenta que las otras actividades que realizan con el resto de la familia también pueden tener impacto en su composición corporal.

El sedentarismo y la inactividad física no se presentaron necesariamente como un problema. El único testimonio en sentido contrario fue el de una madre que expresaba su inquietud por aprovechar los descansos de su pareja para salir en familia: “Cuando él descansa, cuando tiene tiempo y descansa, a mí me gusta salir, vamos al parque, al museo, *lo que me gusta hacer; él su tiempo de descanso es descanso, estar aquí adentro y acostado*, entonces sí como que yo, ¡vamos!”. [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

El pasaje muestra el alcance del discurso normativo respecto al uso del tiempo libre. Ella habla de *lo que le gusta hacer* contraponiéndolo a lo que él *hace*. Una consideración detenida nos permite observar que ella habla más bien de lo que le *gustaría hacer*, ajustándose finalmente a lo que acuerde con él. Así, una reconsideración de los fines de semana nos deja ver las similitudes con la postura de su pareja, cuestionada en el pasaje anterior, y que llega a considerar uno de sus momentos preferidos:

“[...] otro de los momentos mejores pues es los fines de semana, yo ya los disfruto mucho porque no tengo que levantarme temprano, no tengo preocupaciones, hasta toda chanclada porque estoy *tranquila, relajada*.

[...] nos levantamos tarde, estamos en la cama ahí todos acostados y luego ya comemos pues lo que queremos, y luego que la película, y luego de ¡ah te gustó, mira lo que pasó! o no sé. Yo soy la que me presiono mucho entre semana. [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Estar frente a una pantalla fue la forma más recurrente en la que las madres de los hogares populares dijeron pasar los días de descanso. De hecho, fueron los momentos en familia que consideraron más agradables: “Cuando estamos todos juntos. [...] nos quedamos en la sala viendo películas y ahí nos ves a todos, o sea, ahí estamos, [...] yo veo que a ellos les encanta estar así, y a mí también me encanta, [...] y sí son los momentos más, pues más placenteros de la familia.” [Magdalena, 45 años, vive sólo con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso]

La representación del descanso como inactividad en torno al entretenimiento sedentario, implica de manera tangencial, casi de manera inconsciente, el consumo de cierto tipo de alimentos:

Nos gusta mucho ver película con mi nieto. De que hay una película que le encanta me dice “Abuelita ¿la vemos?”, Sí. Y ya todos estamos aquí sentados en el sillón y, eso sí, se arrima su plato de chicharrones y estamos aquí viendo la tele y eso sí no para de hablar porque nos está cuente y cuente la película. “¡Ay ya cállate!” “¡Ay no grites!, ¿ya la viste?”, “Sí, pero para que la veamos todos”. “¡Pero no hables!”. Y eso como que lo disfrutamos. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]

La situación de convivencia y comunicación familiar en la que se presentan estos alimentos, que antes caracterizábamos como “gustos”, nos remite a una apreciación más amplia. Sin ser celebraciones propiamente, los descansos suponen la suspensión de las preocupaciones cotidianas y se convierten en momentos de excepción donde no hay que levantarse temprano, no hay que cambiarse ni correr, y se puede comer sin preocuparse por lo saludable y en cambio darse gusto.<sup>62</sup> Todo ello propicia el sedentarismo en los días de descanso.

---

<sup>62</sup> Esta forma de concebir el descanso remite a la teorización que ha desarrollado el filósofo Giorgio Agamben, en torno a la “inoperosidad” como suspensión de la obligatoriedad del hacer, en la vida social: “Si comemos, no lo hacemos para asimilar la comida; si nos vestimos, no lo hacemos para cubrirnos o resguardarnos del frío; si nos mantenemos despiertos, no lo hacemos para trabajar; si caminamos, no es para ir a alguna parte; si hablamos, no es para comunicarnos informaciones; si intercambiamos objetos, no es para vender o para comprar” (2009: 162-163). En su texto, el autor apunta a la importancia de estos momentos, descubriendo sus amplias raíces judeocristianas, mostrándonos la profundidad de los cimientos culturales de las formas de esos momentos cotidianos.

La rutina cotidiana estaría cargada de un contenido aburrido y en el peor de los casos, estresante, pero, de todos modos, las actividades destinadas a los niños se tienen que hacer. Frente a esto, los fines de semana serían momentos de gratificación emocional y física, es decir se daría una convivencia desprovista de preocupaciones y se comerían productos más ricos, sin detenerse a pensar en sus implicaciones.

A pesar de las dificultades que implica la preferencia por el sedentarismo en lugar de jugar en la calle, las normas de género e incluso la primacía de las actividades orientadas al aprovechamiento escolar, podemos reconocer que hubo madres que, a diferencia de las anteriores, señalaron que sus hijos pasaban tiempo jugando regularmente fuera de casa. Se pudo identificar que ese grupo de madres (Aída, Carla y Magdalena), ubicaba en la convivencia callejera con familiares y vecinos los mejores momentos de su infancia. Pero el hecho de que la valoraran positivamente, no significaba que dejaran a sus hijos sin vigilancia: “luego sí me ando dando mis asomadas, hay que estar pendientes y me asomo por aquí y si no la veo pues ya salgo ‘a ver ¿dónde andas?, tú me dijiste que aquí y aquí te quiero’ [Carla, 33 años, vive con su pareja y su madre, madre de una escolar delgada].

Cabe señalar que el tiempo que estos niños pasaban jugando en la calle era independiente de su participación en algún deporte u otra actividad física organizada (ya fuera gimnasia para las hijas de Aída y Carla o natación, para el hijo de Magdalena). Es decir, que el jugar en la calle no era concebido como parte de las actividades físicas que implican reglas y disciplina, como los deportes.

Además de las experiencias infantiles, la actividad física también es valorada positivamente por los efectos que se le atribuyen: “siempre estoy como que, en zumba, yéndome a hacer ejercicio y porque yo lo veo en mí, me desestreso, mi alimentación cambia, me siento más ágil. Sí veo un cambio en mí y quiero que también ella [su hija] lo sienta.” [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Cabe señalar que en la entrevista uno de los aspectos más recurrentes fue la falta de tiempo para actividades propias: “yo soy la que tengo que estar de arriba para abajo siempre y viendo que me alcance el tiempo para todo” (Ídem).

Por otro lado, a la actividad física también se le puede atribuir la capacidad para formar el cuerpo, algo que los adolescentes valoran: “ahorita mi hijo se ha metido la idea de hacer pesas, como ahí teníamos unas. ‘Ay, mira ya estoy haciendo, mira, mira’. Y por eso, y

luego mi hija, cuando estaba en la gimnasia, sí se le formó más su cuerpo, y ya cuando se salió dice ‘ay ya no tengo pompi’, ‘mis piernas ya están más flacas’, y así” [Carla, 33 años, vive con su pareja y su madre, madre de una escolar delgada]. Llama la atención la forma en la que la hija de Carla deja la gimnasia. Bastó con que no les diera tiempo de pagar la cooperación simbólica que les pedían, para no volver. Y aunque en la narración anterior muestra una valoración positiva, lo cierto es que no hubo intentos por retomarla.

Como una derivación del efecto de la actividad física, también se espera que el ejercicio reduzca el peso, por lo que se lo revalora, cuando se ha detectado sobrepeso en alguno de los escolares: “[...] ahorita le ando dice y dice a ellos, llévenselo a los juegos para que allá juegue, *para que haga ejercicio*. Le digo, no le vamos a poder comprar el traje de la Primera Comunión, ni le va a quedar, chico barrigón que tiene”. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja; abuela de un escolar con exceso de peso].

Sin embargo, los significados negativos que a veces se atribuyen a los juegos en la calle, actividad disponible para todos, pueden tener un efecto en su reducción, al ser vistos como una oportunidad para aprender malas palabras, como una complicación para el cuidado, como impropios para las mujeres y más aún para las adolescentes y finalmente, como actividades prescindibles frente a las actividades de aprendizaje, principalmente las extracurriculares. Lo anterior se complementa con el hecho significativo de que se considere a los momentos de inactividad como parte de los mejores momentos compartidos en familia.

Finalmente, hay que señalar que a los juegos y al deporte se les atribuyen propiedades de esparcimiento, mejora de la salud e incluso de la apariencia física, pero al tener un carácter secundario, no hay un refuerzo a la valoración positiva del ejercicio, lo que desaprovecha un momento crucial para formar hábitos y preferencias. Esa valoración positiva del ejercicio tiene todo el potencial para erigirse en una alternativa para encauzar las inquietudes que despiertan los cuerpos de los preadolescentes, lo que, sin embargo no involucra sólo al ámbito doméstico.

### **Los significados atribuidos a la composición corporal de niñas y niños**

El cuerpo de los hijos e hijas, en su multiplicidad de significados, apareció siempre como una referencia secundaria al reflexionar sobre las prácticas alimentarias y de actividad física. Por ello, el principal tópico desarrollado es el de la composición corporal como reflejo

de las prácticas mencionadas, pero también como detonante de múltiples inquietudes en las madres. Cabe señalar que los significados que se depositaban sobre la composición corporal, en su familia de origen, no eran tan importantes como los que ellas habían ido elaborando a lo largo de las últimas décadas en las que la atención pública sobre el cuerpo había ganado terreno.

La imagen corporal de las hijas e hijos fue concebida de tres formas distintas por las madres entrevistadas: como cuerpos delgados que no requerían de cuidados particulares, como cuerpos con exceso de peso, que sin embargo no recibían algún tipo de atención para reducirlo, y como cuerpos con exceso de peso que habían impulsado acciones específicas encaminadas a su disminución. Pero a la forma en la que concebían la imagen corporal de sus hijos habría que agregar las expectativas de las madres sobre lo que les podía pasar en el futuro. Así, podremos captar de mejor manera como el comportamiento previsto para cada situación futura no es unívoco, aunque establezca las bases para esa situación posterior.

Por ejemplo, en los hogares de Aída y Carla las escolares fueron delgadas y según sus madres no podían tener dificultades en el futuro por la forma en la que se concibe el devenir de sus cuerpos. Para Aída, por ejemplo, no parece haber dudas, si un niño es delgado, no tiene razones para esperar que su cuerpo engorde con el tiempo: “Pues yo creo que es la complejión, va a *ser todo el tiempo delgado.*” [Aída, 28 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]

Carla, por su parte, asume que los niños que tienen un peso elevado es más probable que adelgacen, principalmente por las inquietudes respecto al despertar a la vida sexoafectiva: “[...] luego ya van creciendo y como que se preocupan más por su imagen, a que ‘no le voy a gustar a mi novia’ o así, *se preocupan más por la imagen.* Siento que va por ahí.” [Carla, 33 años, vive con su madre y su oreja, madre de una escolar delgada]. En ambos casos, no parece necesaria la intervención en la alimentación o en la promoción del ejercicio, pues la composición corporal se va a mantener o puede cambiar una vez que se defina el objetivo de procurar el atractivo propio.

Los hogares en los que se ha identificado exceso de peso en los escolares, pero donde no se considera necesaria una reacción a ello, son los de Estela y Lucía. Estela reconoce que su hija tiene peso elevado, pero le parece que su reducción le compete a la niña misma, apoyándose en la opinión de un médico: “A veces sí empiezo a sentir que se pone un poco

barrigoncita y sí le digo tienes que hacer más ejercicio o comer menos o cosas más así. [...]. Y en sí, el doctor me dijo que está dentro de su peso”. Aunque de principio asume que la situación de su hija no es de preocupar, reafirma que los cambios futuros, dependen de las decisiones de los hijos: “Si los papás son obesos pues los niños tienden a ser obesos, pero pues ahora sí que ya cuando son adultos o adolescentes, ya tener sus propias decisiones”. Por su parte, las hijas de Lucía presentan exceso de peso. Ni ella ni sus padres consideran necesario tomar acciones al respecto. La principal razón para ello es la extrapolación de la experiencia de su hija mayor:

“Cuando ella estaba más chiquita [su hija adolescente] la llevaba yo a psicología para que la checaran, al Seguro o al Centro de Salud. [...] Porque estaba muy gordita [...], pero conforme ha ido creciendo, pues ha bajado de peso y ella, ahora sí que, *ahorita ella es la que ya no come, así como comía antes*. Entonces, *ella ya se procura más* [...] [Lucía, vive con sus padres, madre de una escolar con exceso de peso].

En ambos casos, al considerar que sus hijas bajarán de peso conforme crezcan, se asume un determinismo, a veces biológico (por herencia genética) y a veces social (*al crecer se preocupan más por la imagen*), que parece postular lo innecesario de preocuparse por la complexión de los hijos, pues prácticamente se ajustará sola. Pero es justamente el reconocimiento de la composición corporal como una consecuencia de determinadas acciones, lo que puede conducir a cuidar las prácticas que se inculcan en los hijos.

Es el caso de otras de nuestras informantes de estrato popular que consideraron que sus hijos tenían un peso elevado que requería ser atendido. Para Rogelia, por ejemplo, las razones para considerar que su hijo requería de atención en relación con su composición corporal, derivaban de la incertidumbre que le había dejado la falta de explicación médica sobre el incremento de peso de su hijo: “Tendría como siete años y empezó a subir mucho de peso, pero mucho, [...] le hicieron estudios de todo para saber qué tenía, después me mandaron al hospital [de pediatría] que está en el Imán y no, estuvo todo bien” [Rogelia, 45 años, vive con su hermana, madre de un escolar con exceso de peso]. La idea de Rogelia de que la composición corporal de su hijo se mantendría, derivaba de su experiencia, pues, aunque se había mantenido pendiente de la dieta y de la actividad física de su hijo, apenas había mantenido su peso estable en los últimos años.

El hijo de Inocencia (nieto de doña Herminia), también era reconocido con exceso de peso y su familia se mostraba preocupada al respecto: “La última vez que se enfermó de gripa, la doctora me dijo señora es que tiene que bajar de peso. Es que creo pesa 38 kilos.



Entonces a mí sí me preocupa mucho su peso. Y luego lo veo y digo ya está bajando de peso, ya está creciendo, pero le digo, pero esa panzota que no le baja” [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]. Si bien buscaron actividades para que el niño se ejercitara, aun se seguía asumiendo que, más allá de cualquier acción, su peso bajaría como parte del proceso de crecimiento, que doña Herminia expresa del siguiente modo: “Yo tengo fe y esperanza que adelgace, pero él desde bebé ha sido llenito [...] yo digo que sí, ya como va creciendo yo digo que sí va a adelgazar”. Asumir que el peso bajará sin grandes cambios en los hábitos del niño, puede dificultar la toma de acciones y con ello, reducir la posibilidad de que el niño efectivamente adelgace.

En el caso de Magdalena, su hijo se encuentra en una condición aparentemente más delicada que requiere de acciones más definidas para evitar daños a la salud:

[...se preocupa] por una indicación médica porque él está propenso a que le de tiroides, se le declare [un padecimiento en la] tiroides [...]

El niño chiquito sí [le preocupa], porque como es ansioso y le da hambre también y eso, entonces también lo tengo que estar controlando, pero no porque me preocupe cómo se ve, sino porque me preocupa que se le vaya a desatar una tiroides, cosas así. [Magdalena, 45 años, vive sólo con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

La experiencia con sus otros hijos, le ha hecho replantear los supuestos con los que había educado a sus hijos para poner más cuidado a la situación de su hijo y poder atenderla:

Yo pensaba que un niño que es gordito cuando es chiquito, en el crecimiento, cuando se estiran, adelgazan, pero ya comprobé que no [...], tiene mucho que ver el ejercicio. Mi hijo, por ejemplo, ya estuviera más gordito pero como ha estado haciendo ejercicio y está en la bicicleta, se está manteniendo, las últimas consultas que tuvo, la doctora dijo, ‘bueno, no bajó de peso pero aumentó centímetros, entonces se mantuvo’, se está manteniendo y nos está costando trabajo. Entonces puede ser que un niño flaquito cuando crece, dependiendo de la alimentación suba de peso y un niño gordito, cuando crece, dependiendo de cuántas actividades tenga y la alimentación también, igual adelgaza, y no, *no hay una seguridad*, no la hay. [Magdalena, 45 años, vive sólo con sus hijos, madre de un escolar con exceso de peso].

Esa falta de certeza respecto de lo que pasará con el cuerpo de su hijo, permite no desatender su dieta y actividad física. Al mismo tiempo, esto da paso a cierta tranquilidad derivada de la evidencia de que a pesar del trabajo que le cuesta, su hijo está manteniendo su peso y sigue creciendo.

Hasta aquí, parece que el cuerpo delgado es el más apreciado por nuestras informantes del estrato popular. Cuando hablaron de la reducción del peso, lo hicieron como algo deseable para sus hijos. Pero esa valoración parecía contradictoria con el hecho de que, para

algunas, la corpulencia se relacionaba con características positivas. El cuerpo robusto de los varones ha sido considerado parte de un proceso deseable de crecimiento, proceso en el que van adquiriendo la fuerza de los adultos:

[...el niño] desde bebé ha sido llenito, ha sido gordito y va agarrando el cuerpo del papá, está muy espaldado, tiene unas manotas, o sea. Por eso, incluso, a él le ha costado mucho tener amiguitos porque los niños son muy flaquitos y todo y él llega y no porque le quiera pegar sino porque llega y se recarga, los tira.

Ese ha sido su problema. De que, porque está bien macizote, [...] con esa fuerzota como que todo mundo le tiene miedo. El primito, su sobrino de ella, así como que no [juega con él], porque él [esta] flaco, flaco y el mío así bien ponchado. [Herminia, 49 años, vive con su nuera, su hija y su pareja, abuela de un escolar con exceso de peso]

Estos cuerpos fuertes, pueden convertir un problema de socialización, el daño involuntario del nieto robusto de doña Herminia, en una forma de proteger, principalmente a las mujeres, a quienes les faltan al respeto: “[...] hasta ahorita creo que ha sido un niño... yo siento que ha sido un hijo respetuoso y que ayuda a los demás. [...] lo quieren mucho en la escuela sus compañeritas, más que nada las niñas porque me dice que siempre las defiende de los niños que les faltan al respeto.” [Rogelia, 45 años, vive con su hermana, madre de un escolar con exceso de peso]

La robustez se erige como una cualidad del cuerpo masculino, que el exceso de peso simplemente adelanta. Esa propiedad del cuerpo de los varones se encuentra fuertemente arraigada en el imaginario mexicano, pues a pesar de que haya un señalamiento médico respecto a la necesidad de reducir el peso, puede perder importancia frente a el orgullo que le da, por ejemplo, a doña Herminia, el que su nieto este *ponchado*.

Por su parte, como veíamos, los cuerpos robustos femeninos no requerían siquiera de atención pues se esperaba que el peso de esas niñas se fuera reduciendo con el tiempo y principalmente debido a sus propias acciones para agradar al sexo opuesto y conseguir pareja. El papá de Lucía se quejaba de sus nietas adolescentes porque no querían comer, asumiendo que esto se debía a que no les gustaba lo que se les ofrecía en la casa. Pero si se analiza la forma en la que van modificando su relación con la alimentación conforme van creciendo, esta forma de reaccionar parece una forma de actuar frente a la falta de atención de los demás miembros del hogar. Detrás de la auto-restricción alimentaria, se puede intuir una creciente preocupación por la imagen corporal al transitar a la adolescencia, que se expresaría en su apariencia, como dijera una de las hijas de Lucía: “Con la ropa apretada me siento así, como si me viera mal y con la ropa guanga [holgada] me siento así, bien”.

## Estrato medio

### Significados asociados a la comida

Al igual que en estrato popular, aquí se analizará el significado de la alimentación en relación con la trayectoria de vida de las informantes, especialmente sus valoraciones sobre los cambios alimentarios ocurridos entre su infancia y adolescencia en la familia de origen y su familia actual, donde también se observan representaciones de clase en relación con el consumo.

La amplia colección de significados que nuestras informantes de estrato medio le atribuyeron a la comida, y sobre todo a la alimentación de sus hijos, puede organizarse en torno a dos polos que concentran sus valoraciones: una “mala” alimentación frente a una “buena”.

En las familias de origen de las informantes de estrato medio a las que tuvimos acceso, las narraciones caracterizan a una buena alimentación a partir de la presencia de carne, frutas y verduras en el menú.

Hay que señalar que lo que se considera benéfico ha mostrado algunos cambios, como lo muestra la narración de Jackie: “yo creo que sí mejoró [la comida], en la [familia] actual, sí. En la otra, bueno, muchas carencias, muchas limitaciones, a lo mejor esporádicamente pues comía carne.” [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso]. Pero esta atribución cada vez es más acotada, al punto de que ella reconoce que a sus hijos les ofrece pechuga de pollo o pescado como sustituto de la carne.

La creciente limitación de la carne en el menú apunta a una dieta más balanceada, que ya podría reconocerse en la familia de origen, por lo que se puede decir que, aunque sea diferente, tiende a buscar la inclusión de verduras y carnes:

Ha cambiado, *no te puedo decir que mejorado* [...] Con mi papá me acostumbré más a la ensalada, pero también a la carne, o sea, como que si no había carne no había comida. Esa era la diferencia. Y acá si ha habido días en los que no comemos nada de carne y me toca pura verdura, y la carne se ha disminuido. [...] Más que mejorar, es diferente. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

En el mismo sentido, la razón de Laura para señalar que su dieta actual es mejor que la de su hogar de origen tiene que ver con una reducción de la ingesta de carne: “Ha mejorado [la comida, respecto a su hogar de origen], yo comía mucha carne, y ahorita ya no. Y a mí no me gustaba la leche, no me gustaban las verduras, me gustaba mucho la fruta, me encanta, pero no me gustaba la verdura, pero ahorita ya la estoy consumiendo.” [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

El consumo de carne ha sido reconsiderado en cuanto a su carácter benéfico, equiparando su reducción con el aumento del consumo de verduras y frutas, para tener una dieta adecuada, aunque no puede decirse que se pueda reconocer una tendencia a rechazar su inclusión.

Una consideración retrospectiva también señala que la forma actual de comer ha empeorado respecto de la que tenía nuestra informante cuando era niña. La razón para ese balance negativo no se encuentra en lo que hemos descrito antes (consumo de carne), sino en nuevas preferencias de consumo, como muestra el caso de Nelly, específicamente refiriéndose a lo que su hija consume como postre:

No, ha empeorado [la alimentación]. [...] mi mamá cocinaba [...] Ella era muy administrada [...] mi mamá no nos dejaba sin postre, es decir, era un postre o una gelatina [...] algo que implicara más azúcar de la permitida, pero no nos dejaba pasar a la cocina [...], y la fruta era de postre, ése era el postre y mi hija no, es helado, es un tazoncito de sabritones, galletas emperador o de esas, no sé, gomitas, dulces; para ella un postre es un dulce [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

En lo que se refiere a la mala alimentación, esta se relacionó principalmente con lo que no se debe comer. Sonia, al experimentar una mejoría en los ingresos familiares reconoció que sus compras iban en un sentido distinto al que *deberían*: “seguimos en el ritmo que *no deberíamos de seguir*, porque sí o sea comprar extras, igual cosas que no son tan necesarias, como chucherías, así galletas, esas cosas extras.” [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Así, al seguir con ese ritmo, lo que se les da a los hijos puede estar desbalanceado: “mi mamá siempre trató de darnos no mucha carne, pero sí balanceado bien, que tuviera proteína y verduras y eso. Y ahorita tal vez no está tan balanceada.”

En su apreciación, Sonia reconoce prácticas que sabe que no se ajustan a lo que *debería hacer*, pero ese reconocimiento se remite a acciones que no parecen preocuparle mucho, pues se pueden reajustar.

Pero los señalamientos son distintos cuando las valoraciones dejan de remitirse a la familia de origen, y cuando el cumplimiento de ese deber se evalúa en relación con el comportamiento de personas de las que se quiere diferenciar. En las referencias a las formas de comer de las personas con pocos recursos, emergió todo un catálogo de esos alimentos que no se deben comer, oponiéndolo a un patrón que se caracteriza por un mayor cuidado:

Yo creo que depende de cada familia, [...] yo lo que sí te puedo decir es que en las familias con menor recurso toman más refresco, comen más papa, o sea, son como más chatarreros, más de garnachitas, de barbacoa, tienden más a ese tipo de alimentación. Y cuando, en el otro tipo, son como creo yo más cuidadosos en ese sentido. No son de todos los días una gordita o un taco de carnitas, tacos al pastor. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

En tanto que ese tipo de alimentación es *chatarra*, suponen que quienes la consumen (los más desfavorecidos) saben que esa comida los puede dañar; sin embargo, asumen que ellos *tienden* a consumirla porque no les importa *cuidar* lo que comen.

Ese *descuido* de lo que se consume, tiene diferentes implicaciones para cada género. En el caso de los varones, se puede entender como una situación difícil de evitar, puesto que a ellos implícitamente no se les reconoce la capacidad de preparar alimentos, por lo que necesitan que *les hagan*:

[...] la mayoría son hombres solos, que casi siempre son los mismos y comen solos. O a veces también estudiantes, *ya no te queda otra*, no está tu mamá y estás aparte y pues te vas a comer ahí. Desde mi punto de vista, los que frecuentan son personas que no tienen el tiempo o no tienen a las personas que les hagan eso. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Los trabajadores, en particular, estarían más expuestos a la necesidad de comprar comida fuera de su casa, donde nuevamente la disposición de recursos está relacionada con la calidad de la comida:

[...] por cuestiones de trabajo [...] a lo mejor comen hamburguesas, comen tacos, hasta en el tianguis ¿no? Algunas personas. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

[...]finalmente [quienes comen fuera de casa] son las personas que no les da tiempo, están todo el día metidas en el trabajo, como más *aceleradones* [...] Pero también hábitos, *buscan gustar más* y tener como más balance en la comida, porque comer balanceado es más caro, esa es la verdad. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

La mala comida se consigue fuera de casa. Por ello, sólo puede ser consumida por quienes *no tienen de otra*. Cuidarse, entonces, no sólo significaría dejar de consumir lo que se vende fuera, sino que requeriría un cambio en el tiempo disponible o disponer del tiempo de alguien más. Así, a los más desfavorecidos se les atribuye la tendencia de ceder a los antojos,

mientras que se supone que quienes tienen más buscarán *gastar más*, asumiendo que ese gasto conlleva una comida más balanceada, más cuidada.

Esa falta de cuidado respecto a la comida, que se presenta como ampliamente difundido por las condiciones económicas de la población, puede apuntar a una situación más delicada, toda vez que los varones adultos que viven solos (trabajadores o estudiantes) tienen alternativas acotadas, ante las que pueden actuar tomando en cuenta diferentes combinaciones de gusto, costo y/o nutrición. El caso de los niños es muy distinto. Mientras *los hombres adultos no tienen quien les haga y por eso comen fuera*, se atribuye a las mamás el cuidado de la alimentación de los hijos, como veíamos en el capítulo V.

Situándonos en los significados de la alimentación de los niños, la idea de descuido encuentra eco en la referencia a los conocimientos que las madres ponen en juego al comer y dar de comer:

[...] si ya se están perdiendo imagínate, los valores, que no se esté perdiendo el educar a tu hijo cómo comer, ¡pues olvídale! Estamos ya muy mal... y más las mamás que trabajan, ¿has visto niñitos así en tianguis?, comiéndose que la gorda de chicharrón y la grasota y todo y el niño bien chiquitito, yo si lo he visto, cuánta grasa no está comiendo. Pero pues la mamá qué le puede hacer, pues tiene que trabajar ¿no? ... [recapacita], no, es floja, huevona ¡perdón!, porque bien puede hacerle su comida al niñito y que ella engorde y que ella se muera, pero al niño cuídalo. [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Así, la pérdida de valores sería equiparable con la pérdida de la transmisión del cuidado de *como comer*. Esto da paso a la consideración de que sería válido reclamar, a las madres más pobres que cuidaran la alimentación, el peso y con ello la salud de los niños, haciendo a un lado la *flojera* de cocinar en casa. La flojera, entonces, se vuelve una característica de esas madres, que explicaría sus prácticas.

Esas prácticas, al final de cuentas, remiten a la familia como el ámbito formativo más básico, lo que se aprende en ella se tiende a reproducir. Así, de nueva cuenta, el señalamiento del consumo de comida rápida, se erige en el criterio para calificar, ahora de manera más explícita, a la familia y a la madre:

[...] repites muchos patrones de tu familia [...] tenía unos primos que sus papás eran así los más puercos del mundo, tú entrabas a su casa y la mamá nunca limpiaba nada, era de las señoras que podía pasar un mes y la taza ahí. Era mejor ir a comprar otra taza que lavar los trastes, era una porquería donde vivían, y toda la vida era comer porquerías de la calle, pizzas, Kentucky y todas esas. [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]

Comer mal podía ser una muestra de otros comportamientos nocivos. La falta de preparación de comida en casa era igualmente ilustrativa que la ausencia de limpieza en el hogar, para mostrar a esa familia (la madre incluida) como *los más puercos*. Nótese que en el pasaje anterior no hubo referencia a que se viviera en condición de pobreza, lo que parece trasladar el foco de la situación económica a una cuestión de valores, delimitando así los contornos de una moral de clase media, donde la realización de la madre se da mediante el cumplimiento de la división sexual del trabajo (la mamá se encarga de limpiar y cocinar), en el marco del modelo de familia tradicional, obviando las dificultades que conlleva. Situarnos en la perspectiva de la pérdida de los valores, ciertamente podría ampliar la crítica a todos los sectores sociales, aunque ello no aportaría tampoco argumentos que se opongan a lo antes dicho respecto de los pobres.

Si comer fuera de casa se considera una característica de la mala alimentación, puede ser, también, un rasgo individual de la erosión de los valores, más dramática todavía si tomamos en cuenta que quienes estarían dando muestras de esa pérdida serían las madres, justamente en quienes se deposita, como vimos antes, la responsabilidad de enseñar a comer a los hijos:

Yo creo los que comen seguido fuera es porque *no tienen ganas* de hacer de comer. [...] yo sí creo que es *falta de compromiso, responsabilidad*, falta de *sacrificio*, porque sí es sacrificio estar pensando en hacerles variado, [...] sí creo que es falta de sacrificio de las mamás. [Nelly, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Las normas de género convergen con los criterios de diferenciación social para exigir que las madres hagan el esfuerzo por transmitir los valores de una buena alimentación, sobre todo de aquellas que enfrentan tal precariedad que sólo encuentran acomodo en la informalidad, precisamente en donde existe mayor oferta alimentaria “mala”.

Si nos enfocamos en la relación entre recursos económicos y alimentación, todavía dentro del ámbito de la alimentación de los niños, las narraciones siguen el mismo sentido. Lejos de abrir la posibilidad para comprender de otro modo la situación de quienes experimentaron precariedad económica, nuestras informantes terminaban afirmando la independencia de una mala alimentación respecto a los ingresos de los que se dispusiera: “En cuanto a alimento yo *no creo que el dinero*, yo creo que más bien *es cuestión de educación* porque yo creo que sale más barato, más económico comprar frutas, comprar verduras, ¿sí me explico?, unas croquetas de atún a pedir algo de comer o ir a comer a algún lado.” [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

En el señalamiento anterior, *educación* hacía referencia a darse cuenta de una diferencia obvia entre el costo de los alimentos que se venden fuera de casa y el de los alimentos caseros. Al mismo tiempo, servía para ofrecer una explicación mediante el prejuicio de clase según el cual no auto-limitarse, buscar la satisfacción inmediata, es propios de las clases bajas, debido a su escasa instrucción.

Según estas informantes, para comer de manera sana hay que darse cuenta de las ventajas de preparar la propia comida, para lo que bastaría dejar la pereza y gastar un mínimo de dinero: “[...] puedes comer sanamente, yo digo que *el que no tiene y se compra pan, es huevón, porque puedes hacer con nada* o tal vez un atún, le echas cebollita y jitomate o limón y con tostaditas y ¡wow! Y ni \$30 pesos te gastas.” [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Frente a una caracterización de la mala alimentación como comprada fuera de casa, propia de los pobres, y que muestra pereza y falta de cumplimiento de valores y roles sociales, queda pendiente establecer lo que es la buena comida.

Como ya señalábamos respecto al a dieta en la familia de origen, la carne se presentaba como un alimento que no se puede comer en contextos de limitaciones; sin embargo, una breve consideración de lo dicho, hace que nuestra informante matice su señalamiento: “[...] aunque yo pueda ahorita darles carne a mis hijos, yo sé que la carne es mala para un niño [...] entonces les meto más, por ejemplo, pescado, yo sé que es más caro, el salmón y la pechuga.” [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Ese potencial dañino de la carne requiere tomar precauciones: “[...] los fines de semana que llegamos a comer en la calle y que se pueden comer una hamburguesa y sumamente grasosa, ahí sí digo no ¡chin! [...] y me dice ‘mamá es que quiero comer...’, ‘no ya comiste [...], acuérdense que hay que limpiarnos’. [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Una vez caracterizados esos polos (bueno y malo) para la valoración de la comida, se hace pertinente reflexionar sobre el significado de los *gustos* y los *antojos* en este sector.



Los tacos al pastor, por ejemplo, han sido referidos como “mala comida” y sin embargo no se evitan, más bien al contrario, se afirma su carácter casi obligatorio, aunque regulado: “Regularmente somos taqueros, son tacos al pastor, [...] mandamos pedir, por lo menos cada viernes, *son de rigor*, [...] y ya el fin de semana puede ser pizza o puede ser carnitas, o tlacoyos, gorditas o quesitos, nada tan elaborado.” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Esa *regularidad y rigor* con los que se presentan esos consumos, requieren de entrar en la planeación cotidiana de los gastos, pues no se trata de una actividad excepcional: “[...] por lo menos dos veces al mes comemos fuera de la casa, o que en la noche unos taquitos, algo así, pero *procuramos siempre cuidar lo que tenemos, no despilfarrarlo*, [...] la realidad de las cosas es que vivimos al día, prácticamente, pero sí *tenemos un extra para gastar y procuramos planearlo, no desperdiciar*” [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

Antes señalábamos que el postre mostraba para ellas el empeoramiento de la alimentación, ejemplificando esto con las preferencias de la niña de Nelly. Este caso nos permite contemplar el alcance y la importancia del “gusto”, en la comida familiar. En primer lugar, si bien el postre supone planeación, al comprobar la despensa y tenerlo disponible, su consumo se ubicaría dentro del ámbito de la regularidad de cada ocasión de comida. Lo que coloca al postre más cerca del antojo, es el contenido que no está sujeto a control por parte de los padres. La disposición de recursos reduce la necesidad de esperar para satisfacer ese gusto.

Tener un postre acorde al gusto de los hijos parece necesario, dado que a la par de complacerlos se estaría proporcionando una dieta suficiente. Este aspecto es central pues en ocasiones se proporciona el gusto del postre sólo a los hijos:

Creo que [comen] suficiente, ni mucho ni poco. [...]

O sea, vamos, tienes una sopa, un guisado. A veces, bueno, *para ellos por lo menos*, no sé, se tiene algún tipo de yogurt, de helado, para que digan ‘¿qué hay de postre?’, es así como que ese, para cerrar la comida. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Pero más allá de los tacos o de los postres, las frituras también pueden incluirse en la lista de esos alimentos que pueden ser dañinos y que sin embargo no se dejan de consumir. Al

final de cuentas, están profundamente arraigados en la experiencia infantil, tanto como consumos gratificantes, como consumos propios de los menores:

[...] de lo que comemos y que no está tan bien obviamente son las frituras [...] Bueno, eso no lo puedes evitar, [...] de chiquita decía 'es que las papas, es así como que lo más rico', entonces ahora que dicen que a los niños no hay que darles, hay que quitarle toda la chatarra, ¿pero por qué si es un gusto que les puedes dar? O sea, no en exceso, pero sí lo puedes comer. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

En los hogares analizados de estrato medio, no se identificó una gran diferencia en cuanto a la apreciación de la alimentación entre sus hogares de origen y sus familias actuales. De hecho, cuando se consideró que la alimentación había mejorado, sólo se mencionaban algunas diferencias en la proporción de los ingredientes (más carne, menos verdura, etc.).

Al referirse explícitamente a la “mala comida”, señalaron consumos regulares y en ocasiones a niveles excesivos; sin embargo, se imputaba este tipo de consumos a los pobres, a quienes se atribuían características personales que se confrontarían incluso con la moral que se sostiene en este estrato.

### **Significados asociados a las actividades que implican ejercicio para los niños**

En los hogares de sector medio, se observó una clara distinción entre las actividades de los hijos y los momentos familiares, ambos con repercusiones importantes en el gasto de energía de niñas y niños. Seguiremos la exposición sobre los significados atribuidos a ambos tipos de actividad, recuperando las experiencias de la infancia con las que se dialogaba para definir sus contenidos actuales.

En los hogares de estrato medio, las actividades que nuestras informantes desarrollaban en la infancia eran principalmente los juegos en la calle, aunque también se consideraba la realización de quehaceres domésticos.

El ejercicio, relacionado con los juegos infantiles, era mencionado como parte de varios momentos agradables de la infancia de nuestras informantes. En primer lugar, era un momento en el que podían interactuar con otros familiares. Elena, como hija única, recuerda con mucho gusto las reuniones familiares en las que podía encontrarse con sus primos:

[...] mis primos eran muy chicos, entonces yo llegaba y yo creo que ahí me volvía loca con tanto chamaco porque pues igual en la casa yo tenía que estar, pues, jugando o ingeniándomelas yo para tener que estar entretenida y cuando me llevaban a casa de mis primos ¡uy! Era lo bueno, lo padre [...] [Estela, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Incluso para Sonia, que tenía hermanos, la presencia de sus primos era igualmente agradable: “[...] *corríamos como locos* y éramos, con mis primos, éramos como seis niños, y [andaban] ahí por la casa, no tan cerca” [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Andar en la calle sin supervisión, con esa actividad física tan intensa que implicaban sus juegos, podía producir algunas lesiones; sin embargo, estas eran parte de un momento específico en la vida y el desarrollo de los niños:

[...] tenía un tío que nos llevaba al parque, y desde que se ponía el sol hasta que se caía el sol, así: chapeada, sudada y me secaba y volvía a sudar. Él nos enseñó a andar en bicicleta, nos enseñó a andar en el pasamanos, nos enseñó a tener las rodillas y los raspones, todo en esa época, porque me caía en las piedras, me caía y me levantaba [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Las marcas en las rodillas se consideraban como la muestra de los riesgos que esos juegos suponen y que, aunque hubieran salido lastimados, no eran, ni por mucho, un obstáculo para continuar jugando y exponerse a caer y rasparse. En ese sentido, la infancia, para ambos sexos, suponía un carácter atrevido y osado:

Yo era tremenda, tenía las rodillas, de hecho, las tengo todas... no, yo era tremenda, además yo era de patines, bicicleta, me brincaba [...] de una casa a otra, había columpios, me aventaba [...] nos aventábamos de las bajadas hacía debajo de un camión con bicicleta, no, yo era tremenda. Y mi marido igual. [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

Ser *tremenda* puede entenderse como atreverse, jugar sin temor a los raspones. Es muy ilustrativo que después de reconocerse como tremenda, recurra a la imagen de *aventarse* para sustentar su señalamiento. Ser *aventada* o *aventado* es una forma coloquial frecuente con la que se señala que alguien que suele arriesgarse.

Pero no todo era jugar en la calle; el ejercicio también podía ser desarrollado sólo en el ámbito restringido de la escuela, aunque fuera de los horarios de clase: “[...] yo me quedaba en la escuela y hacía más actividades en la escuela. Yo jugué basquetbol, jugué voleibol, estaba en el equipo de la escuela” [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Como veíamos antes, jugar significaba que los niños podían *volverse locos* o *correr como locos*, y esto llegaba a ser molesto para su madre, por lo que la escuela era la mejor opción para explayarse sin exponerse a regaños o golpes.

Otra forma de concebir el deporte fue la que vivió Paloma en su infancia. Para su papá, el deporte era una parte importante de la vida familiar. Él solía estar pendiente del

cuerpo de sus hijos, pero no por su asociación con el exceso de peso, sino como indicador, por sí mismo, de que no estaban haciendo el ejercicio necesario:

Mi papá fue muy deportista, [...] Si veía a uno de mis hermanos que veía que subía de peso, [...] no nos llevaba al doctor, [...] mi papá sí vigilaba mucho esa parte de que no subiéramos de peso. [...] era de 'vámonos a correr y vámonos a hacer esto', o sea él más con el deporte, mucho más. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

Llama la atención que el padre de Paloma, un militar que ella caracterizó como autoritario, haya sido el único adulto mencionado en las narraciones de nuestras informantes que se involucró en la actividad física de sus hijos. Esto, más que mostrar un cambio respecto a los patrones de género tradicionales, en realidad, afirma su figura de autoridad. Sin la orden explícita de él, no harían ejercicio. No se ejercitaban para esparcirse o convivir. Al parecer, los deportes eran importantes pues eran vistos como una forma de interacción basada en reglas precisas, lo que supone disciplina. Esto puede derivar, indirectamente de las representaciones del cuerpo fuerte masculino y al cuerpo grácil femenino, adoptadas por las instituciones educativas como parte de la afirmación del nacionalismo durante la década de los treinta (Chávez, 2009). Dicho nacionalismo se ha cultivado, junto con la idea de la disciplina implícita, en la institución castrense en la que laboraba el padre de Paloma.

Por otro lado, una forma más de ejercitarse eran las actividades del trabajo doméstico en las que ya podían participar los niños. El desempeño de tareas domésticas, en sí mismo, tenía una acepción positiva. Poder hacerse cargo de las labores domésticas había hecho a las informantes, independientes:

[...] a mí sí me enseñaron de niña y levanta tus zapatos. A la edad de mi niña yo lavaba el baño, por ejemplo, en mi casa, y lo sé lavar y lo hago y lo hago con gusto [...]

[En] mi caso es que desde niña me enseñaron eso, no depender, a trabajar, a ser de tu hogar. [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Aunque en cada uno de los hogares descritos hubo valoraciones positivas al hablar de la actividad física en sus diferentes formas, la continuidad en sus prácticas era escasa. Dicha discontinuidad ha derivado tanto en prácticas que promueven la actividad física como en otras que facilitan el sedentarismo.

Los hogares en los que los hijos se mantenían activos haciendo deportes, fueron los de Jackie, Laura, Paloma y Margarita. Jackie y Laura habían crecido jugando en la calle, y sus recuerdos de esas experiencias eran muy agradables; sin embargo, ellas no habían dejado que

sus hijos hicieran lo mismo y habían tomado un papel activo en la selección de las actividades que sus hijos debían realizar.

En el caso de Jackie, la detección de algunos problemas de lenguaje en su hijo mayor, la había impulsado a decidirse por inscribirlo en clases de natación, como una forma de estimular su psicomotricidad. A pesar de que el interés inicial en el ejercicio derivaba de una inquietud por su desarrollo, ella reconocía que le tranquilizaba saber que sus hijos supieran nadar: “saben nadar muy bien, y ese peso te lo quitas de encima porque vas a algún lado y entonces como que bueno, está padre” [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Más allá de la mejora psicomotriz y de la tranquilidad que representaba al salir a vacacionar, la natación se volvió una actividad que a Jackie misma le era muy satisfactoria pues había quedado en segundo lugar en alguna competencia. Posteriormente inscribiría también a su hija. La práctica de deporte de los hijos, había adquirido paulatinamente un carácter satisfactorio además de la utilidad que se le atribuía al principio. Así, la natación pasó a ser una muestra de movilidad social, pues al realizarla, sus hijos cumplían las aspiraciones por proporcionar lo que ellos no pudieron tener:

[...] en nuestros tiempos hubiéramos querido tener una actividad y pues no, actividad no que, póngase a hacer cosas y póngase a ayudar en la casa o salte a jugar a la calle [...]

No, ella [su hija] hace más [actividades]. Su actividad [es]... más cuidada, más productiva, en el sentido de que, aunque ella no [...] la he puesto a lavar el baño, pero sí tiene como más actividades en... no sé, a diferencia de nosotros éramos como más de calle a [diferencia de] lo que ella [hace]. [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Cabe señalar que la natación se interrumpió, pero después su hija y su hijo, comenzaron con ballet y Tae Kwan Do, respectivamente, al advertir que estaban teniendo una ganancia de peso. Se refrendó así la noción del deporte como saludable y más productivo que jugar en la calle o lavar el baño, por ejemplo.

Por su parte, Laura y su pareja habían tenido una experiencia que les había hecho considerar la necesidad de que sus hijos supieran nadar:

[...] el más chiquito no quiere ir a natación, él quiere fútbol [...]. Platicamos con él, le digo ‘para mí es muy importante que tú aprendas a nadar’ ¿por qué? —te voy a platicar— el más grande [...], va caminando en una alberca y se avienta, tenía tres años, ¡no sabía nadar!, y mi esposo no se dio cuenta [...] en eso vio la cara que pone una señora y voltea y ya el niño no está y el agua, se aventó con todo y celular, los lentes, mi marido iba con ropa, se aventó así [...] [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

Más allá de la natación y de su importancia para cuidar de la integridad física, el deporte permite *agarrar* condición física, ser más saludables además de distraerse, por ello era importante, para Laura y su pareja, promoverlo. De este modo, el deporte es una forma más elaborada de actividad física, de la que se distingue mediante la incorporación del aprendizaje de *seguir instrucciones*:

[...] los llevamos a hacer cosas que implican disciplina [...] y sí estamos viendo que a nuestro hijo el más chiquito no le gusta seguir órdenes, no le gusta tanto seguir la disciplina, entonces estamos tratando de llevarlo a ese punto [...] más que nada también el deporte, no solamente una actividad física, nosotros también queremos que aprendan a seguir instrucciones, que aprendan a obedecer. [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

Con todo, el ejercicio sin intenciones de inculcar disciplina, destinado sólo al esparcimiento, no se opone a la realización de actividad física organizada. De hecho, suponía una interacción que no se presentaba en los deportes, en donde las obligaciones de los adultos, por ejemplo, del esposo de Laura, no evitaban por completo su participación:

[...] por ejemplo, el sábado pasado mi esposo está en un curso, entonces todos los días estaba metido en el curso [...] me salí con mis hijos tres horas al parque y nos divertimos, estuvo bien divertido [...] luego nos alcanzó él en la noche en las canchas y estábamos jugando básquet y nos relajamos mucho. [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

En ambos casos vemos que tanto Laura como Jackie llegaron al deporte de forma indirecta, es decir, buscando mejorar la expresión verbal o incluso evitar accidentes en la alberca. Por otro lado, Laura comparte con Paloma la participación directa en las actividades que quieren inculcar en sus hijos: “Te digo, yo *cuando era niña era feliz porque todo el día estábamos activos*, salíamos en bici y así y ahorita no, ahorita en el videojuego, en la tele o en el celular. [...] Actividades físicas soy yo *la que más estoy duro y dale de vámonos a caminar, vámonos a correr, vamos a andar en bici.*” [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

El hogar de Margarita es interesante, porque combina la actividad física y el sedentarismo. Por un lado, se ejercitan en familia, en un deportivo que pertenece a la empresa en la que trabaja su marido. Para ella, los momentos en el deportivo son recordados con agrado: “ese el momento que más podemos estar a gusto o divertirnos, cuando nos vamos a nadar ahí al deportivo y estamos juntos y nos metemos los cuatro y a ver mamá unas carreritas [...], o sea, esos son los momentos padres, estamos juntos.” [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada]. Pero, por otro lado, esa actividad la

realizan sólo los fines de semana, lo que no concuerda con los estándares de la OMS cubre los requerimientos de los niños.

En los otros hogares, los niños no realizaban ninguna actividad. Al indagar sobre los significados que había detrás, lo primero que llama la atención es que pareciera que la falta de aprecio por la actividad física fuera un asunto sólo de los hijos, pues las informantes mantienen un reconocimiento de las ventajas de realizar actividad física, tanto por los beneficios mismos de ejercitarse, como por el desarrollo de habilidades para el desenvolvimiento fuera de casa:

[...] le dije ahora que de la casa que bajamos al DIF [donde toma sus cursos] *te vas a traer la bici para que agarres condición* porque no haces nada. [...]

[...] *he estado empezando a querer hacer*, bajarla, aparte de que *le sirva para ejercitarse* en algo, *que se ponga viva*, porque ni cruzar la calle sabe porque todo el tiempo anda conmigo, porque *sí me da cosa dejarla*. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

*Ponerse viva*, se asemeja a la idea de enfrentar los riesgos que están en la calle, que ya tratamos antes. Lo que es distinto es la preocupación que expresa la informante (el que le dé *cosa*) a pesar del valor atribuido a saberse conducir en la vía pública. Un aspecto que nos puede ayudar a entender esa reticencia es que los vecinos no parecen ser la mejor compañía para los hijos:

En frente tenemos un callejón, un montón de chicos en la noche [...] están jugando fútbol, y las niñas y andan corriendo, ¡ay no!, pero son horribles, porque *son muy irrespetuosos*. El año pasado, mi mamá tiene un bochito [Volkswagen] [...] lo trajimos a la casa, pero como no hay estacionamiento lo dejamos afuera [...] como a las 11 de la noche oigo así [golpes]. Me asomo y estaban brincando en el toldo del bocho. Y así cosas que han hecho, por eso no me gusta [que salga a jugar a la calle]. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Así, un primer aspecto por el que los juegos en la calle se restringen, es por la falta de respeto que comenten constantemente los otros niños. Pero yendo más allá, se puede señalar la existencia de riesgos mayores relacionados con salir a jugar a la calle. Para nuestras informantes existen notables diferencias entre la *época* que les tocó vivir en su infancia, respecto a la de sus hijos, sobre todo en lo que se refiere al espacio en el que se juega.

Era *totalmente diferente* porque yo me la vivía en la calle, entonces a mí me decían tienes tanto tiempo para salir y obviamente los vecinitos de ahí eran de mi misma edad [...] Entonces [...] uno se sentía libre y andaba en la calle “como Pedro por su casa”, pero ahora *ya no es lo mismo*. [Elena...]

No es lo mismo porque no siente que sus hijos puedan andar libres. Una serie de cambios ha traído situaciones desconocidas en la época en la que ellas se criaron, respecto a

los momentos actuales en los que tienen que criar a sus hijos. De tal modo que, aunque les preocupe el sedentarismo de sus hijos, se sienten impotentes ante los peligros de salir:

[...] pero *¿qué puedo hacer?* Apágale ahí y vamos al parque, aunque sea un rato para que te dé el aire, porque todo el día estar aquí metido sí es difícil [...] Tengo el parque aquí cerca, aquí tras la barda, pero luego vienen de otros lados y se están drogando, entonces *¿qué seguridad tengo?* tanto para el niño y *mucho más para la niña*. Entonces, [...] ya ni siquiera salir a la unidad [...] a dar la vuelta en la bicicleta y ya se cansan, no, porque igual no regresan ellos, no regresa la bicicleta, *¿con qué seguridad, con qué tranquilidad los dejo salir?, no puedo*. [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]

Esa representación de los parques y lugares de esparcimiento como potencialmente peligrosos, parece incrementarse a la par de que sus ocupantes tienen más edad. Los espacios de juego estarían predominantemente ocupados por niños. Los adultos por su parte, aparecerían relegados, ocupando el espacio sólo como acompañantes. Sin embargo, ellas han notado que cada vez son menos los niños y más los adultos solos que se encuentran en los espacios de juego, todo lo cual despierta desconfianza:

[...] *obviamente eran otros tiempos* y vaya, había muchos niños en el deportivo, el parque al que nos llevó [su tío], no éramos los únicos. [...] Donde la traigo [a su hija...] yo veo poquitos niños, y sí me estoy a las vivas, porque de repente lo que sí he notado, es que hay mucha gente adulta alrededor [...] no sé si sea porque ahí es una zona habitacional, con gente mayor, también hay más gente madura, *no me gusta*, porque *no sé si sea sanamente o nada más estén cazando*. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].]

En ese contexto de inseguridad e intranquilidad, los juegos en la calle pierden importancia como opción para la realización de actividad física de sus hijos, e incluso vimos cómo, quienes están interesados en promover el ejercicio, optan por diferentes formas de deporte que se realizan en espacios destinados para ello, con escasa participación de los padres en las actividades.

Al enfocarnos en las actividades que se realizaban junto con los hijos, el sedentarismo fue una condición en la mayoría de los casos. Por un lado, el cine representó una forma recurrente de actividad en familia. Por ejemplo, Jackie señala que, para sus hijos, el miércoles es de cine. Esa actividad en familia, de la misma forma en la que se afirmaba con los gustos en la sección anterior, supone la interrupción del control de la alimentación. De no hacerlo, sus hijos experimentarían un daño que Jackie caracteriza como trauma:

[...] cuando vamos al cine piden Nestea o Lipton, que también es muy dulce, *no me gusta, pero bueno*.

[...] O sea, si se les antoja sí, no los tengo tan *traumados* en ese sentido, pero bueno. Y como luego me dice “es que *es imposible*, si salimos de viaje que les digas no puedes comer eso porque pues *¿qué hay?*”, sí, también ahí, te acoplas a *lo que hay*.



O sea, tampoco los voy a privar, vamos a un lugar a pasarla bien y a divertirte. [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Restringir los consumos que se consideran nocivos, pero que son los que predominan en el cine o los espacios comúnmente utilizados para vacacionar, puede ser *traumático*. Es imposible dejar de tener esos consumos, se tiene que comer y beber *lo que hay*, lo que finalmente forma parte de aprovechar la salida, de divertirse.

El cine particularmente cobra importancia en el caso de Elena, pues representa la oportunidad de que sus hijos tengan esparcimiento fuera de su casa, ante las escasas alternativas (como visitar a los amigos en sus casas o las pocas salidas al parque). El poder asistir incluso a los estrenos es algo que les hace muy felices. Lo mismo para Margarita, el asistir al cine es la ocasión para tener los momentos más divertidos que pasan juntos, padres e hijos.

En el hogar de Nelly, salir de casa y tener una actividad en familia es muy complicado, principalmente por la falta de disposición de su pareja: “si la niña insiste mucho en que quiere ver una película nos lleva, pero nos lleva y de regreso [...] yo prefiero hacer ese tipo de cosas, llevarla al parque, o al cine con toda la calma” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]. Madre e hija salen con frecuencia al cine. Lo anterior no quiere decir que a su esposo le disguste el cine; sin embargo, busca acudir acompañado a ver la película que le llamó la atención, no necesariamente convivir con su familia. De otro modo, él puede enojarse: “Esa sí, la quiere ver tu papá, ahí sí nos esperamos, cuando están los cortos y está él y dice ‘esa sí la quiero venir a ver’, porque *antes sí se enojaba* pero ya al último nos dice ‘de ésa sí me esperan que quiero venir’, entonces lo esperamos.” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Para Nelly, más allá de la oportunidad de interactuar con su hija, lo que puede hacer en otros espacios, el cine representa una forma de congeniarse con el mundo: “yo soy fan del cine [...]. A mí me encantan las películas, solamente así estoy bien con todo el mundo, viendo películas”. Acudir a una sala de proyecciones, parece más una forma de encontrar un reposo, para ella, que una forma de convivir juntas.

El otro aspecto del que se encarga Nelly, el de las salidas al parque, puede ser una oportunidad para ejercitarse y convivir. Ahí, el pasatiempo preferido de su hija es subirse a los *Go-karts*. Pero la falta de participación de su pareja, en esta actividad, no evita que emita

su opinión, desaconsejando las salidas: [...] a mí se me había ocurrido *irnos en bicicleta, pero mi esposo 'es peligroso, que no sé qué'*, 'entonces nos vamos caminando', [...] pero él no, dice 'es que luego en las avenidas hay muchos carros y para atravesar' [...] *él no está de acuerdo y no lo he hecho.*"[ Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Finalmente, la inactividad parece reforzarse debido al gran valor que se le atribuye en familia, a ver la televisión y comer juntos el fin de semana. Cabe señalar que este rubro, no hubo voces que se opusieran:

[...] disfrutamos ver un programa por televisión en la tarde, entonces ahí disfrutamos el fin de semana comiendo juntos, porque es la única manera [...] los momentos así sí *procuró que sean de calidad*. Si tenemos una diferencia o asunto pendiente prefiero evitar el momento para después, ya que la niña está en su cuarto, retomo la discusión, la diferencia. [La niña] está contenta con sus papás. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

El entretenimiento sedentario, supone la suspensión de las actividades cotidianas para poder sentarse en torno a la televisión. Ello supone que se anulan las salidas, de manera conjunta al trabajo doméstico, significando la inactividad como un buen momento:

[Los fines de semana] Nos tiramos a no hacer nada. [...] el quehacer y todas esas cosas pues nunca se acaban, al siguiente instante te volteas y sigue el mismo mugrero de siempre. [...] lo dejamos así, ya mejor nos ponemos a hacer otras cosas, [...] *los momentos así buenos es cuando se me olvida que tenemos que hacer quehacer y nos ponemos a dedicarnos tiempo para nosotros, como familia*. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

El fin de semana, como una situación que involucra la suspensión de lo cotidiano, alcanza tanto a los afectos como a los alimentos y la actividad física. De la misma manera que se evita salir de casa y cocinar, se trata de eludir las discusiones y diferencias.

### **Los significados atribuidos a la composición corporal de niñas y niños**

En los hogares de origen de nuestras informantes de estrato medio, la composición corporal no había sido un tema relevante, salvo en algunas ocasiones. A excepción de Paloma y Nelly, no señalaron que sus padres hubieran definido algo como una idea de "cuerpo deseable".

Si bien captamos opiniones en el entorno de nuestras informantes que expresaban una valoración positiva del cuerpo "gordito" de los niños, estas valoraciones no eran simplemente aceptadas y compartidas:

[...] yo tenía unos primos que sus papás eran así los más puercos del mundo [...]. El niño era muy gordo, muy gordo, y sigue siendo [...] ay, pero era muy bonito porque era gordito, cachetoncito, todo mundo lo apapachaba, sigue siendo un gordo, pero *pobre muchacho*, gordísimo. [Margarita, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Más allá de la representación que se tenga de las características personales de quienes presentan exceso de peso, que se trató en el apartado correspondiente a los significados de la alimentación, el que el primo sea digno de compasión por ser gordito a pesar de que a otras personas les haya parecido bonito, nos muestra una toma de postura que pareciera configurada a partir de los mensajes que advierten sobre los riesgos del exceso de peso.

Aunque generalmente se asume que las inquietudes por el exceso de peso se han esparcido recientemente, llama la atención que dos de nuestras informantes provinieran de hogares donde se ponía atención a la composición corporal. Ciertamente, los motivos para ello podían ser muy distintos. Ya habíamos señalado en la sección de los significados de la actividad física que, para el padre de Paloma, un cuerpo grueso era más un indicador de que no se estaba haciendo la actividad física necesaria, que un riesgo de enfermedad.

Por su parte, las acciones que tomó la madre de Nelly, que en su infancia tuvo un peso elevado, estaban explícitamente encaminadas a la reducción de su peso. Estas acciones la hacían sentirse limitada y enojada con su madre, pero al crecer lo agradeció: “[...] fui una niña muy gordita [...], cuando mi mamá gracias a Dios se dio cuenta y decidió limitarme, limitar que yo pasara al refrigerador y a controlar mi manera de comer [...]. Me acuerdo y yo odiaba a mi mamá porque no me dejaba pasar al refrigerador” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

La forma en la que narra su experiencia Nelly, muestra que el cuidado del peso no era una preocupación constante, sino que la decisión de su madre fue relativamente drástica, al punto que despertó un sentimiento muy fuerte de enojo, que difícilmente se hubiera presentado si, por lo menos, hubiera sido algo que ya le hubiera advertido.

Aunque en sus familias de origen, las informantes convivieron con personas para quienes el cuerpo “gordito” era representado como deseable, en las familias que habían formado, cuando se llegó a presentar el problema, tomaron acciones para controlarlo, mostrando una valoración distinta.

Este antecedente en las experiencias de las informantes, de que el cuerpo robusto fuera rechazado y el delgado preferido, no fue generalizado. De hecho, en algunas narraciones, al cuerpo robusto se le consideraba adecuado, aunque de manera indirecta. Si bien, no se buscaba que los niños fueran rollizos, se expresaba una preocupación cuando eran delgados.

[...] *siempre han estado supervisados*, siempre ellos han estado un poco más debajo de su peso, tienen un metabolismo... *están sanos*, por ejemplo, a él [su hijo] [...] me preocupaba mucho porque además yo no les di fórmula, siempre les di pecho, yo les di pecho y al año les empecé a introducir la leche [Laura, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares delgados].

La preocupación de Laura encontró su límite cuando al llevar a revisión a sus hijos, una pediatra le indicó que ya los “dejara en paz”, que su situación de salud era adecuada y que esa sería su complexión. Más allá de la opinión médica, que no apoyaba las inquietudes de Laura, su preocupación por el peso bajo fue porque podría ser una muestra de no estar correctamente nutridos, de ahí la necesidad de supervisión.

Por otro lado, el cuerpo infantil delgado también puede ser visto como una condición de fragilidad, en un contexto en el que se aprecian notables diferencias entre los niños/as con quienes se interactúa cotidianamente respecto a su desarrollo físico:

Ahorita, [le preocupa su composición corporal] porque digo va a pasar a la secundaria y *se ve toda mensita*. *Es que se ve muy chiquita* y eso es lo que me preocupa ahorita, antes no. [...] entre ella y otra niña son las más chiquitas del salón, todas las demás están de mi tamaño, ya las ves y parecen de 14 años, crecen bien grandotas. [...] y digo a ver si no la hacen como su chancla, *pobre de mí enana*. [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

*Mensita*, en el pasaje anterior, más que referirse a la inteligencia de la niña, refuerza la idea de que no podría defenderse de sus compañeras si la molestaran. Más allá de lo que le podría hacer sus compañeras, no parece haber problemas. A Sonia no le preocupaban las implicaciones de esa complexión, de hecho, llega a equiparar la situación de su hija con la suya propia: “es parte de su desarrollo, [estar] chiquita y flaquita. De hecho, luego me dicen, ‘pero tú qué le dices si tú eras igual’.” [Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

En lo que se refiere a los significados que se atribuyen a los cuerpos robustos, el tema de la salud es recurrente y explícito. El que el abuelo paterno haya fallecido de diabetes y que la abuela materna requiriera de inyectarse insulina, mantenía alerta a Jackie respecto a la composición corporal de sus hijos y los padecimientos que se podrían presentar: Cuando

accedió a dejar de llevar a natación a sus hijos, el incremento del peso fue paulatino pero notable. Así, en el incremento del peso de sus hijos, ella encontró razones para estar alerta,

Me preocupa que *se me vayan a enfermar*, eso. Lo que me preocupa es la salud porque, te digo, de las dos familias [hay antecedentes]. [...] Y no es nada más la diabetes, puedes ser hipertenso muy chiquito [...]

La obesidad es muy mala, sobre todo porque *vienen muchas enfermedades* [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

Además de los trastornos metabólicos que pueden derivar de la complexión, en el caso de Nelly, se agregaba el hecho de que su hija presentaba algunas complicaciones ortopédicas: “[...] hace como un año se me quejaba de las rodillas y fuimos al ortopedista, y me dijo: ‘la niña no separa las rodillas y se cansa por eso, tiene el pie plano también por el peso’” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Pero a pesar de que el énfasis sea puesto en características “objetivas” (metabólicos u ortopédicos) esto no excluye que se puedan poner algunas consideraciones personales en juego:

¿Sabes qué me preocupó?, [...] a mí lo que más me agobió es que estaba fuera de rango lo que es el colesterol, los triglicéridos, eso fue lo que me agobió, el hecho de ver que el niño se mareaba o le dolía la cabeza. [...] no tanto el aspecto. Sin embargo, nunca me han gustado los gorditos, no es que no me encanten, es que *siento que sí hay un descuido por parte de cada persona*. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

Cabe señalar que el hijo menor de Paloma tenía un peso elevado, lo que implica en cierta forma, asumir que existe un descuido, pero no queda claro en su narración hasta qué punto ella asumiría ese descuido. Como veremos más adelante, esto es lo más frecuente tratándose de los niños.

Después de revisar el contenido de los significados que se atribuyen al cuerpo delgado y al cuerpo robusto, se nos presentan dos aspectos que requieren más atención. Por un lado, los aspectos que condicionaría el cambio en los cuerpos a lo largo del tiempo y, por otro, la posibilidad de dirigir dicho cambio. Seguiremos la exposición ocupándonos del primer aspecto.

El supuesto de Sonia es que su hija tendrá la misma complexión siempre, justo como ella, por lo que sus preocupaciones se relacionarían más con las interacciones de su niña con sus pares, que con las complicaciones que podría traer su desarrollo. Pero el tránsito del cuerpo infantil al cuerpo adolescente, puede despertar inquietudes sobre la composición

corporal, además de las que las mismas niñas podrían tener. La hija de Elena había sido muy “quisquillosa” para comer, pero al comenzar a experimentar los cambios de la pubertad, pensaba restringir aún más los consumos porque consideraba que estaba engordando, lo que requería de constantes aclaraciones de su madre: “No estás gorda, simplemente tu cuerpo está cambiando y tienes que comer porque estás desarrollándote, punto, *no de que estés gorda ni nada*, [...] pues lógico que no te queda [la ropa] porque era ropa de niña y ahorita ya no tienes cuerpo de niña, ya es muy diferente.” [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada]. Al mismo tiempo, el señalamiento anterior venía acompañado del énfasis en la necesidad de cuidarse, que corresponde a la etapa de desarrollo a la que está entrando.

El comienzo de la pubertad es un momento que ha sido considerado clave, también para la composición corporal de los varones. En esta etapa se presenta una tensión entre su crecimiento y el peso que van acumulando, que Elena llamó el “estira y afloja”, refiriéndose a los periodos de crecimiento y ganancia de peso. Paloma, por su parte, señalaba la experiencia de su hijo el mayor, que espera que se presente también en su hijo menor:

En el caso del chico, yo creo que *va a suceder lo mismo* porque incluso ahorita como que creció. Mis hermanos lo notaron luego, luego. *Estás creciendo porque empezó a adelgazar*. Está muy cachetoncito, mi hijo y se le empezaron a disminuir [...] pero obviamente si no cuidas la alimentación, o sea, no aprende uno a comer pues obviamente eso te va a ayudar a estar mal, a *engordar o enflacar, depende de lo que hagas*. [Paloma, 46 años, vive con su pareja, madre de un escolar con exceso de peso].

Puesto de esta manera, aunque bajo ciertos criterios podría esperarse que sus hijas e hijos mantuvieran su misma composición corporal, sus cuerpos estarían sujetos a una contingencia que no se anula ni siquiera cuando las personas provenían de la misma familia:

En mi caso siempre fui así, delgada y hasta ahorita sigo en lo mismo, pero creo *que no es regla general* porque mi hermana también era delgada y ahorita, el año pasado tuvo a su bebé y ahorita ya está muy rellenita ella. Mi hermano también era súper flaco y ya está muy rellenito. Sonia, 34 años, vive con su pareja, madre de una escolar delgada].

Justamente esa falta de certeza le da más peso a lo que hagan los hijos, lo que se torna problemático al considerar que sus actividades no dependen del todo de ellos<sup>63</sup>. Así, los varones se tornan más susceptibles del incremento de peso, en tanto que su composición corporal no suele importarles mucho, lo que hace menos probable que hagan algo al respecto: “Él sabe que está llenito, pero no le afecta tanto, no le preocupa, digamos. [...] si, él sabe que

---

<sup>63</sup> Como vimos en la sección de los significados de la actividad física: ejercitarse puede ser peligroso.

está gordito, pero que no está exagerado.” [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

La ausencia de una *regla general* respecto a la previsión de la composición corporal (considerando una preocupación excesiva femenina y una despreocupación masculina), de nueva cuenta involucra la labor de la madre para conducir el rumbo que ha de llevar el cuerpo de los hijos.

Ya habíamos señalado la importancia de la labor materna en el control del peso de Nelly, quien reconoce que gracias a su madre aprendió a cuidarse. La importancia de esa relación se agudiza, ante el vínculo que se observa entre las enfermedades y la complejidad física. Los juicios que caerían sobre la persona de la madre siguen la lógica de los que se proferían contra aquellas que no cocinaban: “Entonces de qué sirve tener dos hijos a tu cuidado que amas y que quieres, si no los cuidas. [...] *si no haces nada [...] estás viendo que se está poniendo así [ganando peso] entonces eres conchuda y vale madre.*” [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].

*Ponerse así*, remite a hacer evidente la falta de cuidado. Al asumir que ella es quien tendría que actuar al respecto, la frustración por la falta de éxito acaba siendo la muestra de una limitación personal, que redundando finalmente en un gran pesar: “cuando pienso en mi labor como mamá, me siento incapacitada porque no lo logro, no hay avances o no hay mejoría, no es suficiente lo que hago, y pues viene la culpa, [...] cuando ella demuestra las contraindicaciones de la obesidad, ahí sí me pesa mucho.” [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso]

Desde una óptica distinta, la culpa que podrían sentir las madres con hijos con peso elevado, carecería incluso de fundamento. Para Elena, poner atención al cuerpo, más que en el hecho de alimentar adecuadamente a los hijos ha dado paso a estereotipos indeseados: “Pues yo creo que antes no era tanto el que te vieras delgado o no, simplemente *era que estuvieras bien alimentado y ya.* [...] Yo creo que ahora *hay muchos estereotipos* [...] o sea, con que tú tuvieras tus tres comidas, sin exagerarle, estabas bien alimentado.” [Elena, 43 años, vive con su madre y su pareja, madre de una escolar delgada].

Asumiendo que la alimentación que se ofrecía tenía las características necesarias y que se consumían las porciones adecuadas, la frecuencia era el único pendiente para una

buena alimentación. Esos *estereotipos*, que para Elena se fundamentan en lo visual, habrían dado como resultado un énfasis en los aspectos que consideró menos importantes (verse delgado frente a comer tres veces). Por otro lado, el que haya *muchos estereotipos*, apunta al hecho de que se le preste demasiada atención a la composición corporal cuando no hay opciones para actuar y evitar el exceso de peso. Recordemos que Elena consideraba que no podía promover el ejercicio en sus hijos dada a inseguridad en las cercanías de su casa.

Finalmente, esos *estereotipos* estarían dando demasiada atención a la composición corporal, que podría dotar de una carga estigmatizante a quienes no los cumplieran. De tal modo que la complexión permite hacer comentarios sumamente hirientes para sus hijos y para las madres mismas, incluso sin la intención explícita de ofender. La hija de Nelly, por ejemplo, al llevarla al ortopedista, se sintió muy incómoda pues éste le hizo notar su peso:

[...] cuando le dicen de su peso así tan incisivamente [...]: ‘ya no quiero ir mamá’, entonces es cuando su hermano le dijo ‘papá, [...] no es posible que *toleres que se burlen de mi hermana*’ [...]. Es que es un trabajo en equipo, no nada más de ella y yo, y para evitar ese tipo de situaciones que a ella *le enferman en su autoestima, y está muy pequeñita* para que ande padeciendo eso. [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

Su medio hermano, quien reside en Monterrey pero que se encontraba de visita, equiparaba la mención del peso de su hermana con una burla. Burla que ya estaba causando estragos en la autoestima de la niña. La composición corporal como blanco de burlas es más preocupante todavía, si se toma en cuenta que la enemistad con algunas de sus compañeras puede apoyarse en ese aspecto, para hacerla sentir mal:

Me preocupa por ella, [...] estamos siempre expuestos a que nos prejuzguen, [...] y con mi hija, a raíz de cómo es también se ha ganado la enemistad y la envidia de las niñas, entonces no es la más bonita, no es la más delgadita, no es la más aplicada, pero *todos los niños la siguen* [Nelly, 38 años, vive con su pareja, madre de una escolar con exceso de peso].

El alcance del significado atribuido al cuerpo robusto, requiere incluso de hacer aclaraciones respecto a su manejo en el ámbito familiar. En el hogar de Jackie, por ejemplo, después de un descanso en la práctica de deporte y la respectiva ganancia de peso de sus hijos, las actividades organizadas se han retomado:

Sí, estamos muy activos en ese sentido [de controlar su peso], pero *yo de juzgarlos y eso no*; sí les cuido porque te digo, de grande, si fuera mi hija muy gordita pues bueno es mi hija y pues *ni modo que no la quiera o la desprecie porque está gorda o el otro porque está gordo* [...] que *yo me avergüence o que yo me sienta mal...* ¡no! [Jackie, 39 años, vive con su pareja, madre de dos escolares con exceso de peso].



Al aclarar que ella no los juzga, ni los deja de querer ni se avergüenza de ellos, a la par de que toma acciones para cuidar su peso, muestra que es plausible reproducir esos discursos en casa. Si los juicios, el desprecio y la vergüenza no se presentan en su hogar es porque *ella* no los reproduce, pero esa certeza no se puede tener fuera de casa.

Los significados atribuidos a la composición corporal, desde los testimonios de las mujeres entrevistadas de estrato medio, nos muestran que el interés por procurar un cuerpo delgado en los hijos ya estaba presente en algunas de sus familias de origen y se transmitió a sus familias actuales. Esto es notorio si consideramos que vivieron su infancia en los años ochenta, e incluso una de ellas en los setenta, momentos en los que aún no se tenían registros siquiera, de que se estuvieran presentando cambios en la complexión de la población mexicana. Lo que las informantes asocian ahora con la presencia de enfermedades crónicas en sus familias de origen, podría estar relacionado con la apariencia, aspecto fundamental para los miembros de las clases altas a quienes las personas de los sectores medios buscan parecerse.

De manera paralela, algunos testimonios dan cuenta de que un cuerpo robusto también podría considerarse el más adecuado. Esto ocurrió en dos hogares, en los que los niños eran delgados, lo que deriva en cierta forma de considerar que el cuerpo delgado podría representar deficiencias nutricionales y fragilidad del cuerpo.

Las informantes señalaban posibilidades para el cambio de la composición corporal de sus hijos, pero estas se situaban en un plano contingente. Una forma de guiar la evolución del peso corporal era a partir de la labor de la madre, en lo que se ha analizado en otros apartados y en el capítulo V. Esto resulta más importante todavía si consideramos que, más que promover el ejercicio, cuidar la alimentación es la forma más recurrente de cuidar el cuerpo.

Fallar en el intento de controlar el peso podía conducir a sentimientos de culpa por parte de la madre y a daños emocionales en los hijos. La atención puesta en el cuerpo puede facilitar el uso de mensajes hirientes entre pares. Si bien, las preocupaciones principales de los padres de los niños con exceso de peso giraban en torno a temas de salud, no dejaron de expresar su preocupación por que sus hijos puedan ser mal vistos, debido su estructura corporal.

## **Implicaciones para el exceso de peso de los significados asociados con la alimentación, la actividad física y el cuerpo de niños y niñas en ambos sectores sociales**

En ambos sectores podemos identificar dos aspectos que condensan los significados relacionados con la alimentación: en primer lugar, identificamos el tipo de alimentos de acuerdo con la satisfacción que se le atribuye. *Lo que hay*, los *gustos* y los *antojos* constituyen el rango de opciones por el que se aprecia la comida, donde se combinan distintos tipos de satisfacción: física, emocional y social. La satisfacción física inmediata remite al antojo y la sensación de libertad o de no limitarse con la que se le asocia, de manera concurrente a lo hallado por Vargas: “El antojo responde a un vivo deseo y es una comida de escape, que opone el orden al desorden” (Vargas, 1993:29). La posibilidad de compartir momentos y salir de la “rutina” se expresa en los *gustos* que se pueden dar. Estos aspectos contribuyen a definir como el extremo opuesto un *cuidado* de los que se come, para cumplir con los dictados de tener un cuerpo agradable, adecuado y saludable (“buena” dieta, ejercicio).

Por otro lado, el lugar en el que se elaboran los alimentos los reviste de ciertas propiedades. Como veremos, existen notables diferencias entre lo que se puede preparar en casa y lo que se consigue fuera de ella, ya sea en tiendas, en establecimientos improvisados en la calle o en inmuebles más equipados. En torno al tipo de alimentos y el lugar en el que se ofertan, es que la disposición de recursos (que se refleja en la pertenencia a los estratos popular o medio) repercutió en la especificidad de los consumos y las posibles implicaciones para el cuerpo, lo que analizamos a continuación.

*Lo que hay*, delimita el aspecto constreñido de la alimentación. Sin embargo, su contenido cambia en el tiempo, al comparar las familias de origen con las actuales y también al comparar su empleo en cada uno de los estratos considerados. Al comparar entre familias de origen y actuales, parece haber una atribución de significado a “lo que hay”. Por la incorporación de la oferta industrializada o lista para consumir, la base alimentaria del hogar habría comenzado a considerarse menos sabrosa, limitante e incluso aburrida. Curiosamente, ante la creciente difusión de las advertencias respecto a los riesgos de tener un peso excesivo “lo que hay” habría pasado a ser bueno “casero”, variado, saludable. Se entiende que lo que hay tiene un sentido negativo, primordialmente en los hogares de sector popular, mientras en los hogares de estrato medio predomina la apreciación positiva.

Ambos sectores tienen alguna referencia más o menos cercana con estas representaciones de la comida, pero las significan de forma diversa. En el sector popular, *lo que hay* indica la comida preparada cotidianamente, una base más o menos estable de alimentos, una alternativa cuando la comida no es del agrado de algún miembro del hogar, especialmente los niños. Pero también con el aumento o disminución de los ingresos, así como con los vaivenes en la actividad laboral de los miembros del hogar.

En el caso del estrato medio, “lo que hay” se define en relación con lo que se encuentra al salir de la casa y cuyo consumo a veces es ineludible, por ejemplo, cuando se lleva a los niños al cine o de vacaciones, donde abunda la oferta alimentaria industrializada y con poca variedad. En ambos estratos, “lo que hay” remite a un consumo de necesidad que refleja tanto la base alimentaria aceptable del hogar, como la inevitable constricción de la industria alimentaria.

Las presiones de tiempo repercuten de igual manera en los alimentos que se pueden encontrar en casa, de manera independiente a los gustos o antojos que se puedan dar. De hecho, la escasez de tiempo para cocinar se refirió como condición para adquirir alimentos preparados fuera de casa, aunque con ingredientes y preparaciones “caseros”, lo que significa cosas distintas para las madres que hacen esa compra, de acuerdo con el estrato social: para Aída era desestresante, mientras para Jackie generaba culpa.

En el estrato menos favorecido, la dieta de necesidad está muy cerca de los patrones alimentarios considerados rurales (frijoles, tortillas, chile), lo cual puede ser una ventaja frente a la oferta hipercalórica (Lozano *et al.*, 2007; Ortiz *et al.*, 2006). En el caso de *lo que hay* fuera de casa, se ha identificado un riesgo de incremento de peso a partir del consumo de alimentos altamente paladeables, sin importar que estos sólo se realicen los fines de semana (Kaakouch, *et al.*, 2016). Esto cobra importancia ante los señalamientos frecuentes en el estrato medio, de comer bastante los fines de semana y dedicar el resto de los días a “limpiarse”, lo que muestra que la mayor diferencia con el estrato popular es la frecuencia con la que ocurren dichos consumos.

El *gusto*, en ambos estratos estaría definido por la planeación o consideración de un gasto a futuro y de cierta regularidad en su cumplimiento. También, puede dividirse entre el que se procura en casa, los más “cotidianos” y los que requieren de una mayor planeación los “programados”. Los gustos cotidianos complementan la alimentación básica de los hogares.

El gusto se satisface con golosina o botanas o como comida rápida en la calle. La diferencia entre los dos estratos es que, en las familias de estrato popular, los gustos cotidianos se han visto recortados cuando se enfrentan dificultades económicas, pues es preferible gastar el dinero destinado a ellos para obtener la base mínima de los alimentos a la que están acostumbrados. Lo mismo ocurre con las salidas. Sin embargo, darse gustos en tiempos de austeridad sólo implica una mayor planeación, pero no su exclusión.

La mayor frecuencia de salidas e incluso el acceso a gustos en casa, contribuye al aumento de peso de los niños en los hogares con mayor nivel socioeconómico. En este sentido, el postre condensa el impacto de la ingesta cotidiana de gustos, pues este alimento suele contener azúcar en exceso y, sin embargo, ser considerado como necesario por los padres de estrato medio para que los niños no se sientan limitados. Aquí vemos un contraste entre el discurso normativo, más presente en este sector, y las prácticas alimentarias y de actividad física que no siempre coinciden con el mismo.

El *antojo* por su parte, está mucho más presente en los hogares populares. Se vive como una necesidad repentina cuyo incumplimiento puede derivar en una gran frustración. Esto puede deberse al deseo de proporcionar lo que no se tuvo en la infancia, considerando que todas las informantes señalaron tener una mejor situación que cuando niñas, a pesar de los altibajos que hayan enfrentado. El antojo, estaría en el extremo opuesto a la necesidad, por ello no está sujeto a la planeación; sin embargo, si está sujeto a las condiciones en primer lugar económicas, pero también de salud, como mostró el caso de Doña Herminia, que se preocupaba de que pudiera enfermarse y ya no poder permitirse sus antojos. A la lógica de las madres entrevistadas de estrato medio, que se enfocaban en cuidarse, las madres del estrato popular contraponían explícitamente la gratificación del disfrute. Lo que las del sector medio identificaban como cuidado, las del estrato popular consideraban una restricción sin sentido. Esto, sin duda, conlleva la reducción del cuidado de la alimentación, con el consiguiente efecto en el cuerpo.

Esta postura de rechazo a la restricción que hacen las madres del estrato popular, refleja lo profundo del *habitus* de clase en el que fueron socializadas y que ahora configura sus preferencias. Esas “prácticas ajustadas a las regularidades inherentes a una condición” (Bourdieu, 1998:174), tiende a privilegiar los gustos ante la duda respecto a la posibilidad de su posterior disfrute. Esto puede conducir a precipitar el resultado que justamente se quiere evitar. En este sentido, también fue importante la presencia de hogares que consideraron la

posibilidad de que los cambios en la dieta tuvieran consecuencias negativas, por lo que estuvieron más pendientes de esos resultados que quienes consideraron que las nuevas pautas dietarias, eran mejores a las anteriores.

Por su parte, el lugar de la preparación de los alimentos era depositario de diferentes significados. A pesar de los gustos cotidianos que pueden tenerse en casa, en este espacio es donde se suele producir la comida más sana, particularmente para el estrato medio. Como señalamos antes, salir a comer es gratificante, es una forma de convivir e incluso de darle un descanso a la madre, con todo un menú de comidas compradas fuera de casa, que se consumen los fines de semana. Así, la comida casera puede ser saludable, pero no es tan satisfactoria como la de fuera. La comida fuera de casa puede ser menos sana, pero más rica y más divertida.

La comida casera se relaciona con las tareas asignadas a la madre o a alguna otra figura femenina del hogar. Al analizar la división de las labores del hogar, resalta casi inmediatamente que la labor de cuidado y crianza de niños ha sido asignada a las madres o a la figura femenina adulta más cercana. Cuando analizamos el significado de la adquisición de los alimentos, lo que se nota es una moralización por parte de las madres de estrato medio contra las de estrato popular. Puesto que los varones que comen solos “no tienen de otra”, ellos son exculpados de tener consumos obesogénicos; sin embargo, las madres, al tener la responsabilidad por el cuidado y la crianza, son duramente criticadas si adquieren alimentos preparados. Así, las madres del sector medio atribuyen a las madres más pobres la adquisición de comida fuera de casa, y la falta de enseñanza a sus hijos de como alimentarse adecuadamente.

Lo interesante aquí es que quienes tienden a comprar con mayor frecuencia alimentos fuera de casa, son precisamente las madres del estrato medio. Las fuertes críticas hechas por ellas a las mujeres de estrato popular que compran comida elaborada o comen *garnachas*, adquiere sentido a la luz de la oposición de clases que caracteriza a las sociedades occidentales en las que las clases ascendentes sostienen el modelo normativo de la clase dominante, pero que “en muchos aspectos es muy distinto de su modelo. Es desigual y con frecuencia extraordinariamente estricto y riguroso” (Elias, 1987:515). Esto contrasta con la relativa autonomía de los grupos desfavorecidos, que no se ven supeditados a compromisos o aspiraciones en ese orden social, como se vio por ejemplo en el tema del ahorro como un valor que distingue a los sectores medios.

Es importante recordar en este punto, que las familias consideradas de estrato medio en este estudio, son familias que han ascendido socialmente en el lapso de una o dos generaciones, lo que las coloca relativamente cerca de las familias de estrato popular. De hecho, Laura menciona que *tienen un extra para gastar y “procuran planearlo, no desperdiciar”*. La distancia social no parece ser tan amplia entre su familia y la de algunas de nuestras informantes del sector popular, al menos en cuanto a ingresos. Sí, en cambio, se aprecia una distancia más clara en cuanto a valores de clase. De ahí la vehemencia del discurso con el que buscan distinguirse de ellas, apelando a valores morales como la flojera, el descuido, o la irresponsabilidad como madres, elementos que la educación –que ellas poseen- permite superar. El ahorro es uno de esos valores de clase media que distinguen a este sector de las clases populares, que no ahorran porque “no pueden esperar para satisfacer un deseo”. Los gustos y antojos que consumen, por ejemplo, no son muy diferentes de los que reportan las familias del sector popular, solo que se incluyen dentro de un marco de planeación que las madres de estrato medio esbozan como racional y responsable.

Finalmente, queremos destacar la trascendencia que tiene para nuestra investigación el análisis del *significado* atribuido a los alimentos (Mintz, 1996). Los grandes cambios que han configurado el ambiente obesogénico en México, han asociado a los consumos de alimentos hipercalóricos, por un lado, con la movilidad social y con el estatus, y por el otro con el desarrollo de padecimientos crónicos, definiendo así, los *significados externos* que impactan en las practicas familiares. Pero al mismo tiempo en el ámbito familiar la preocupación por la salud actual y futura de los niños se enfrenta con el carácter ineludible de dichos consumos, lo que caracteriza los *significados internos*. Señalamos esto porque en lo revisado hasta aquí queda claro que las tensiones se mantienen independientemente de las diferencias por estrato social. Mientras para el estrato medio, hay que definir criterios para cuidarse sin dejar de darse gustos, pues la oferta alimentaria y la inactividad física de los niños los está haciendo ganar peso, para nuestras informantes del estrato popular, aprovechar el aumento en los recursos disponibles para adquirir alimentos altamente paladeables y ofrecerlos a sus hijos, es una oportunidad que no se debe dejar pasar, aunque esto se esté reflejando en la composición corporal de sus hijos.

Los hogares de estrato medio atribuyen la mayor cantidad de consumos de escaso valor nutricional al estrato popular, siendo que corresponden al mismo estrato medio. Del mismo modo, en los hogares populares se tendió a identificar la restricción como propia de

los hogares con más recursos, cuando en realidad, este tipo de consumos se tienen que restringir porque sigue siendo oneroso para el gasto familiar de los hogares del sector popular.

En ambos estratos, se critica a los postres, las botanas, la comida rápida, por los efectos perjudiciales que pueden tener para la salud, pero se les considera indispensables como parte de una alimentación *gratificante*.

### **Significados a asociados a las actividades que involucran ejercicio para los niños**

Existen diferencias notables en las experiencias de nuestras informantes respecto de la realización de actividades en los niños. Si nos enfocamos en las nociones que prevalecieron respecto del ejercicio, lo primero que habrá que señalar es que en el sector popular los juegos captan toda la actividad física que desarrollan, con un carácter eminentemente lúdico. Por otro lado, aunque la realización de quehaceres era promovida en los hogares de origen de ambos estratos, en los de estrato medio ya había antecedentes de la promoción de deportes y actividades. Incluso, se tenía una idea más definida del deporte, por ejemplo, como forma de adquirir disciplina o como forma de explayarse (correr, gritar como locos) sin someterse a reprimendas.

En lo anterior se pueden estar fundamentado las similitudes y diferencias que se observan en lo que significa la actividad física para las madres de ambos estratos. En ambos sectores, la noción de *actividad* de los niños se puede separar en dos grupos: las actividades de aprendizaje, que incluyen tanto las que se realizan en la escuela como las que se realizan fuera, pero están encaminadas al desempeño escolar, y el ejercicio físico, que abarca los juegos callejeros y el escaso deporte que se realiza.

El deporte, por su parte, no tuvo un valor por sí mismo, a pesar de los antecedentes de la valoración positiva que recibía en algunos hogares de estrato medio. Es muy llamativo que en ambos sectores, el motivo para que sus hijos desarrollen algún tipo de deporte partía de un interés netamente funcional. Si la hija de Carla estuvo inscrita en gimnasia fue porque quería promover la psicomotricidad de su hija para ayudarle con las terapias de su discapacidad intelectual, de la misma manera que Jackie inscribió a su hijo a natación una vez que le diagnosticaron problemas de lenguaje.

En lo que sí difirieren significativamente, es en la variedad de contenidos que atribuyen al ejercicio, además de la forma en que se relaciona éste con las demás actividades. El deporte en los hogares de estrato medio, además de mantener la noción de promotor de la disciplina, también se entiende como una forma de proporcionar habilidades que pueden eventualmente salvar la vida de los niños, o de desarrollar inquietudes y capacidades que no se pueden adquirir en la calle. De hecho, se desdeña el ejercicio destinado sólo al esparcimiento, aunque se recuerde con mucho cariño.

Otra diferencia entre ambos grupos es que, mientras en los hogares de sector popular, existe la posibilidad de que la mejora funcional buscada se compagine con el esparcimiento que proporciona jugar solos en la calle, en los hogares del sector medio esto no se permitía, aunque para una de las informantes los juegos callejeros contribuían a desempeñarse adecuadamente en el espacio público.

Da la impresión que la amplia difusión de los mensajes que previenen de los factores de riesgo para el exceso de peso, no dejan lugar a dudas respecto a la importancia del ejercicio físico. Pero los cambios que se han suscitado en el entorno físico y social, repercuten de manera negativa en que esto se logre. En ambos estratos se mencionó que el juego en las calles ya no es posible porque las condiciones que lo propiciaban han desaparecido. La urbanización y la restricción del espacio público, pero también las conductas inapropiadas, han convertido a los parques, los deportivos y hasta las calles en lugares potencialmente peligrosos.

Otro aspecto que compartieron ambos grupos fue la preocupación por el desempeño escolar. El ejercicio físico se podía reducir e incluso suspender, si entraba en conflicto con las actividades de la escuela, junto con sus diversos apoyos. Esto se consideró como algo aparentemente inevitable, lo que no significa que lo aceptaran de buena gana.

Específicamente en el estrato popular, el género, junto con la edad, jugó un papel importante para restringir la actividad física. Ser mujer y llegar a la adolescencia fue visto como motivo suficiente para llamar a una reducción del ejercicio.

Cabe señalar, en este punto, las grandes convergencias entre ambos estratos en lo que respecta al entretenimiento sedentario. Las familias del estrato popular veían películas juntos o estaban simplemente acostados, mientras las de los hogares de sector medio, refirieron



acudir semanalmente al cine, además de tener la televisión y el reposo absoluto como alternativas. Pero el esparcimiento en familia que suponía la actividad física, sólo se presentó en el estrato medio.

A partir de lo anterior, el sedentarismo, otro aspecto en común entre todas nuestras informantes, ofrece la suspensión de la prisa, del estrés e incluso de los conflictos que pudiera haber en el hogar. Una vez creado ese espacio, donde las preocupaciones cotidianas están suspendidas, se da paso a las gratificaciones, a demostraciones de afecto, a compartir la comida y a no moverse.

### **Los significados atribuidos a la composición corporal de niñas y niños**

En ambos estratos, nuestras informantes fueron delgadas excepto en un caso. Lo común de esa situación no estaba exento de reacciones por parte de los padres, quienes llegaron a obligar a las niñas a comer. Así, el cuerpo delgado permanece en la experiencia de las madres como una preocupación.

Pero como veíamos en la sección dedicada a comentar las actividades de los niños, en algunas narraciones ya se menciona que el exceso de peso no era bien visto, pues denotaba falta de actividad y disciplina. Por otra parte, la única informante que presentó exceso de peso durante su niñez, enfrentó las restricciones de su madre para no acceder a los alimentos en todo momento. También hay que mencionar la promoción del ejercicio que hacía el padre de una de ellas, en ambos casos de estrato medio. Estas situaciones muestran que, en la infancia de las informantes, tres o cuatro décadas atrás, ya comenzaban a manifestarse perspectivas opuestas al exceso de peso.

La significación de los cuerpos de la que dan cuenta las narraciones, a partir de su complexión, es más variada actualmente que la que podemos encontrar en sus hogares de origen. En los testimonios obtenidos en ambos estratos, se muestra el aprecio por la delgadez, pero con matices importantes entre ellos.

El punto de partida de los significados de la composición corporal, para ambos estratos, es la inquietud relacionada con los problemas de salud. Esto no sólo se definió en el mero nivel de la percepción, pues en su mayoría los hijos habían sido sometidos a evaluación médica, en ocasiones por parte de diversos especialistas.

Ahora bien, en los hogares de estrato popular, la preferencia por los cuerpos delgados no significó un fuerte compromiso de parte de los padres para lograrlo. Ya sea porque los niños fueran delgados y siempre fueran a ser así, o porque al crecer e interesarse por tener una pareja buscarían reducir su peso, no era necesario para los padres actuar al respecto. En los hogares de este estrato que sí consideraron que debían actuar ante la complexión física de sus hijos, no dejaban de albergar la esperanza de que el peso disminuyera y se mantuviera así, como si el hecho de prestar atención implicara pronto resultados. Al final, les tranquilizaba el hecho de que no aumentaran de peso, asumiendo que seguirían creciendo y llegarían a una mejor distribución del peso que ya tenían.

Por su parte, en los hogares del sector medio, la preferencia por los cuerpos delgados ampliamente difundida, propició acciones ya que todos los casos reconocidos de exceso de peso recibieron atención. De manera paralela, desarrollaban actividad física con motivaciones no necesariamente relacionadas con el peso.

La preferencia por los cuerpos delgados no supone un rechazo tácito de los robustos, ni tampoco una aceptación inequívoca de los discursos que han ido acompañando la consolidación de esa preferencia. La atribución de fuerza y protección al cuerpo robusto que se encontró en las narraciones de las madres del estrato popular, coincide con la asociación de la delgadez con la mala nutrición o fragilidad, que vimos en el sector medio. Incluso en ambos estratos se expresó una molestia con el énfasis dado a la complexión física, en el mensaje que pretenden promover la salud.

El devenir de los cuerpos de las hijas e hijos de nuestras informantes, parece más contingente para las madres de estrato medio, aunque las de los hogares del sector popular que tenían hijos con exceso de peso también tenían esta apreciación. Concebir un devenir contingente parece una condición para procurar una composición corporal delgada en los niños. Desafortunadamente, las tareas para controlar esa contingencia no se distribuyen de manera equitativa en el hogar e incluso pueden derivar en un sentimiento de culpa por parte de las madres.

## Capítulo VII. Conclusiones: Las vías de la dinámica familiar para la corporeización del entorno obesogénico

Esta investigación se propuso explorar el papel de la familia como factor mediador entre el ambiente que promueve la obesidad y el exceso de peso en la población en edad escolar en la Ciudad de México.

Para buscar respuestas plausibles a la pregunta por el papel mediador de la familia, nos apoyamos en la perspectiva analítica ecosocial (Krieger, 2011), que, nos condujo, a pensar el fenómeno como un proceso de corporeización de las diferentes circunstancias a las que están expuestos los sujetos a partir de su ubicación en el mundo social. Para este enfoque, definir el nivel de análisis que se va a privilegiar es fundamental, pues ello permite observar vías concretas de esa corporeización.

Dada la importancia del hogar en la formación de los niños, nos resultó útil en tanto nivel de observación y como instancia de mediación (Oliveira, 2000) entre el entorno obesogénico y el cuerpo de los escolares.

Para nuestro estudio<sup>64</sup>, construimos un modelo analítico que busca recuperar la dinámica familiar (García y Oliveira, 2006; 2010). Este enfoque está compuesto por tres elementos clave a los que consideramos vías por las que el entorno obesogénico puede reflejarse en el cuerpo de las o los escolares: la *organización* de las tareas domésticas y extradomésticas influye de manera decisiva en los alimentos y en las actividades que se pueden ofrecer a los niños, *la convivencia* pueden estar definida por la restricción o el estímulo de consumos y entretenimiento, *mientras que las representaciones* que tienen los padres y otros familiares, sobre el cuerpo, la salud, la comida y el ejercicio pueden repercutir en sus prácticas orientadas a los niños.

Si bien en el enfoque de la dinámica familiar se trata de concepciones de género, la naturaleza de nuestro estudio nos condujo a enfocarnos en las representaciones del cuerpo, de los alimentos y del ejercicio, porque consideramos que estos elementos, que se transmiten y se negocian en el hogar, son el sustento de las prácticas que ponen en riesgo a los sujetos, y fundamentan la posibilidad de emprender acciones culturalmente aceptables para prevenir daños a la salud (Bertrán, 2006; Théodore, 2011). Por su parte, las representaciones de género

---

<sup>64</sup> El enfoque ecosocial no contiene elementos para el análisis del ambiente familiar.

no fueron examinadas de forma directa, aunque aportaron elementos importantes para reflexionar sobre la organización del trabajo doméstico y extradoméstico, como se verá más adelante.

La respuesta de los escolares y sus familias a la exposición, socialmente determinada, ante el entorno obesogénico, estaría sustentada, en los capitales disponibles (económico y cultural) como recursos en juego que permiten la dinámica de exposición, susceptibilidad y resistencia, frente al entorno obesogénico<sup>65</sup>. Finalmente, consideramos importante dar cuenta de las posibilidades de la agencia y, por consiguiente, de la importancia de las constricciones estructurales.

Los análisis estadísticos que dan cuenta del exceso de peso a nivel de agregados poblacionales requieren de acotar sus observables a unas cuantas variables, que puedan ser captadas en encuestas con temáticas diversas. De este modo, las respuestas a la pregunta planteada al principio, a nivel de grandes concentrados de población, sólo pudimos aproximarlas mediante algunos aspectos muy específicos como la configuración y el nivel socioeconómico del hogar, además de la participación laboral y la escolaridad de la madre, como en nuestro caso.

La configuración del hogar, identificada a partir de la variable de los arreglos habitacionales, si bien no nos permite dar cuenta de la convivencia entre los miembros, si da lugar a situar las condiciones en las que esta se desarrolla. Por su parte, con la variable de la participación laboral de la madre, se capta el aspecto extradoméstico de la división del trabajo. La escolaridad de la madre, por su parte, puede tomarse como una aproximación al capital cultural institucionalizado, es decir, a un conjunto de competencias basadas en el conocimiento que pueden impactar en el estado de salud (Abel, 2007). El nivel socioeconómico del hogar, medido en quintiles, constituye un acercamiento al capital económico del que disponen las familias.

A pesar de que las variables que pudimos rastrear en la ENSANUT de 2012 no permitían captar todos los aspectos de interés, fue posible identificar una serie de asociaciones estadísticas que ilustran la importancia de la familia y sus capitales a nivel de

---

<sup>65</sup> En el capítulo III se especifican los observables de cada una de las dimensiones consideradas.

agregados poblacionales, con representatividad a nivel nacional, estatal, por regiones y tamaño de localidad<sup>66</sup>.

Pero el hecho de que podamos señalar relaciones entre variables, no nos permite dar cuenta de los procesos que les subyacen. Tengamos presente que el exceso de peso, es un fenómeno complejo y multifactorial (Frood *et al.*, 2013; Ang *et al.*, 2013). Pese a ello, la perspectiva biomédica busca identificar factores específicos que ponen en riesgo a determinados subgrupos de población, para proponer acciones contra ellos. En los análisis cuantitativos en los que se apoya esta perspectiva, los factores observados se toman como explicaciones por sí mismas, apenas problematizando cómo es que sus resultados son posibles. Ello deriva en promover, entre las personas que conforman dichos subgrupos, un cambio hacia comportamientos más saludables, antes que considerar las circunstancias por las que tienden a desarrollar determinadas prácticas y condiciones de salud. Así, una vez identificados los factores de riesgo, es recurrente que se concluya con llamados a actuar con prontitud contra *esos* factores<sup>67</sup>.

Lo anterior tiene la intención de enfatizar que, si en esta tesis se desarrolla un análisis cuantitativo, ello no supone una aceptación táctica del reduccionismo del enfoque biomédico<sup>68</sup> que tiende a encontrar el fundamento de los daños a la salud en los comportamientos individuales propios de un *estilo de vida* (Krieger, 2011: 126-162).

Considerando que en el capítulo II, señalábamos que los procesos poblacionales requieren de explicaciones en las que se articulen las tendencias macrosociales con la interacción microsociales, nos propusimos hacer un análisis cualitativo que complementa nuestro estudio. Sin embargo, hay que considerar ciertos matices. La aportación del componente cualitativo de nuestra investigación, más que darnos información de los aspectos que no pudieron ser analizados de forma cuantitativa, proporcionó argumentos para hacer más comprensibles los procesos identificados.

De este modo, en este capítulo concluimos nuestra investigación, articulando los hallazgos cuantitativos y cualitativos, para pensar la mediación de la familia entre el entorno

---

<sup>66</sup> Es importante recordar que la variable de trabajo materno no fue estadísticamente significativa por lo que nos centramos en los arreglos habitacionales y la escolaridad materna y los quintiles como aproximaciones a los capitales económico y cultural.

<sup>67</sup> Véase INSP, 2008:26.

<sup>68</sup> Una toma de postura frente a esta perspectiva, apoyándonos en la propuesta de Krieger se desarrolla en el capítulo II.

obesogénico y el exceso de peso de las y los escolares. En su desarrollo, aunque abrimos cada sección presentado brevemente los hallazgos cuantitativos<sup>69</sup>, nos interesa destacar los procesos a los que parece apuntar dicha evidencia y la forma en la que los resultados cualitativos pueden otorgar sentido a las asociaciones estadísticas identificadas.

### **Organización de las tareas domésticas, convivencia en el hogar y composición corporal**

En el desarrollo del análisis cuantitativo, un primer aspecto que nos interesaba analizar, en relación al sobrepeso y obesidad entre la población en edad escolares, fue el de los arreglos habitacionales<sup>70</sup>. Los niños que vivían en hogares con otros familiares tendieron a presentar exceso de peso, en mayor grado que quienes vivían en hogares con ambos padres, pero mayor todavía que aquellos que coresidían sólo con sus madres. Dichas relaciones estadísticas fueron altamente significativas (con una confianza mayor al 99%), aun considerando aspectos individuales, de la madre, del hogar y del contexto.

De lo anterior, se desprendió la necesidad de explorar, el papel de tres actores clave en los diferentes arreglos habitacionales: familiares que no son ni la madre ni el padre, padres que cohabitan con los escolares y madres que no vivían ni con su pareja ni con otros familiares. A continuación se presentan diferentes experiencias identificadas en nuestra exploración, que nos informan de la dinámica familiar en la que participan los tres tipos de actores señalados antes, y que nos permitieron reconocer varios procesos que pueden estar repercutiendo en la presencia, o ausencia, de exceso de peso de los escolares.

La presencia de otros familiares, además del padre y la madre se concentró en el estrato popular. En los hogares con esta experiencia, se reportó una amplia participación de ellos en las labores destinadas a los hijos. A su vez nos, fue posible distinguir dos situaciones en las que los escolares presentaban exceso de peso.

En la primera, los abuelos y la tía, aseguraban que hubiera alimentos preparados en casa, sin embargo, en lo que no se involucraban era en el tamaño de las porciones, los consumos de golosinas entre comidas, o la inversión de tiempo para actividad física, a pesar de existir advertencias médicas respecto al peso de las niñas, “para eso estaba su madre” señalaban, decían no sentirse con autoridad para llamar la atención de sus hijas. Este era justo

---

<sup>69</sup> Estos hallazgos se muestran con detalle en el capítulo IV.

<sup>70</sup> Ambos padres y otros parientes, madre y otros parientes, ambos padres sin otros parientes y madre sola.

el apoyo que la madre solicitaba de sus familiares: disciplinar y llamar la atención a sus hijas, pues su trabajo extradoméstico, le exigía salir por la mañana y regresar hasta lo noche, además de que el padre de las niñas no cohabitaba con ellas.

Los días de descanso, la madre recibía las quejas sobre sus hijas y era presionaban para que las disciplinara, de tal modo que podía llegar a golpearlas. La culpa de recurrir a los golpes durante el poco tiempo que podía convivir con ellas, le hacían sentir culpable y con frecuencia ofreció golosinas e incluso teléfonos inteligentes -usados principalmente para el entretenimiento- como compensación.

La otra situación en la que el papel de los familiares influía en los consumos y la actividad de los escolares, y en la que estos presentaban exceso de peso, se caracterizó por el otorgamiento de alimentos y entretenimiento por parte de los parientes, en el marco de diferentes relaciones de autoridad, sin la presencia del padre.

En un primer ejemplo, el hijo mayor podía proveer los gustos para toda la familia, dando prioridad a la opinión de la madre, aunque ella acababa cediendo a las preferencias de sus hijos. Si bien el escolar tenía amplio acceso a golosinas y entretenimiento sedentario, la madre podía solicitar su suspensión como una forma de disciplinarlo lo que era más bien raro. En otro caso, cuando era la tía quien otorgaba y permitía consumos hipercalóricos, la madre solía no enterarse de manera inmediata, pero al hacerlo, podía obtener el apoyo de su hermana, aunque fuera momentáneo. En otro ejemplo más, la subordinación de la madre a la autoridad de la suegra, no permitió un manejo independiente de la ingesta alimentaria y la actividad física, a pesar de que tenían su propio espacio. Las comidas se hacían en casa de la suegra y los demás miembros compartían con los niños alimentos sin consultar a la madre, de tal modo que era frecuente el ofrecimiento y la petición a la abuela, de alimentos y entretenimientos que la madre había negado, y viceversa, lo que redundaba en una ambigüedad y cierto desconocimiento global de la ingesta del niño.

Tenemos que señalar que hubo situaciones en las que estando presentes otros familiares, los escolares no presentaban exceso de peso, lo que nos permiten prestar atención a las formas en las que las familias resisten la influencia del entorno obesogénico, mediante la forma en la que se realizan tanto las labores domésticas como las actividades que se realizan independientemente de su planeación, estos casos se presentaron tanto en el estrato popular como en el medio.

En el estrato popular, la familia se había asentado en el domicilio de la abuela materna, en el que ella mantenía un puesto de antojitos. Esto, aunque podía ser un obstáculo para mantener una dieta adecuada, repercutía escasamente en la dieta de la familia puesto que la mamá o la abuela cocinaba diariamente para ellos, recuperando la despensa que adquiría para su negocio. La aportación del padre al ingreso del hogar, que podía incluir la compra de antojos, era más bien esporádica. La actividad física se mostraba, también, como un elemento clave para entender que los menores en este hogar mantengan un peso de riesgo bajo. El desarrollo de actividades al aire libre, como parte de la convivencia cotidiana, ha sido una práctica constante durante toda la infancia, y sigue siendo posible gracias a la localización de un parque justo frente a su domicilio, y a que en las inmediaciones habitan familiares, en su mayoría.

Por su parte, en el único hogar en el estrato medio en el que los padres coresidían con la abuela, los tres adultos participaban y se preocupaban por proporcionar una alimentación equilibrada a los niños. Esto es particularmente importante si consideramos que la actividad física al aire libre no parece segura y las actividades deportivas y recreativas se consideran costosas.

Al parecer, el papel desempeñado por los familiares distintos a los padres en los altos niveles de exceso de peso, está enmarcado en la difusión de formas de interacción y de crianza de los niños, más enfocadas en la negociación, pero sin que hayan desaparecido los estilos basados en la imposición y la violencia. La simultaneidad de ambas formas de manejar la disciplina repercuten en la falta de certeza respecto a las forma más adecuadas de orientar los comportamientos de los hijos y con ello a múltiples tensiones a nivel individual principalmente entre las madres (Carillo, 2015). Es así que múltiples mercancías, como alimentos hipercalóricos o los dispositivos de entretenimiento portables, se vuelven elementos frecuentes en las formas de interactuar con los niños, igualmente útiles para recompensar o para castigar, lo que permite atender las tensiones y ambigüedades que señalábamos antes, aunque con efectos perniciosos en el peso de los escolares.

A partir de lo anterior, parece necesario replantear el papel que se les reconozca a los familiares, cuando están presentes, en las prácticas alimentarias y de actividad física, toda vez que ya existe evidencia de su participación como un obstáculo con el que la madre tiene que lidiar para lograr controlar el peso de sus hijos (Flores *et al.*, 2014)



Nuestras exploraciones muestran, en concordancia con la literatura, que las abuelas no están exentas de tensiones respecto a la crianza y la interacción con los nietos. Así, las madres e incluso ellas mismas, dieron cuenta de la indulgencia con la que suelen tratar a los niños, de los conflictos que pueden envolver la relación con las nueras, pero también de su contribución al mantenimiento de un patrón tradicional de alimentación (Jiménez, 2011; Maldonado, 2015; Roo *et al.*, 2016). En particular, es pertinente recordar que ya se han documentado efectos negativos en la salud de menores de uno y cinco años, cuando había una relación conflictiva con la suegra (Bronfman, 2000; Echarri, 2003).

El resultado cuantitativo de la asociación entre presencia del padre y la mayor propensión al exceso de peso de sus hijos, nos conduce a explorar la forma en la que se inserta tanto en la convivencia con los hijos, como en la posible participación en labores domésticas.

A diferencia de lo encontrado en la muestra respecto a los arreglos habitacionales con otros familiares, los hogares en los que se encontraba el padre de los escolares, se ubicaron principalmente en el estrato medio. Si bien en ambos estratos la repartición de tareas y el ejercicio de la autoridad, respondían a modelos más tradicionales, fue en los hogares de estrato medio en los que hubo menor participación en labores de cuidado orientadas a sus hijos.

Específicamente hablando de los casos en los que las madres reportaron la presencia de exceso de peso en sus hijos, uno pertenecía al estrato popular y tres al estrato medio. La situación que reportó la madre del estrato popular, se caracterizó por recibir un apoyo ocasional de su pareja para dar de comer a su hija y esporádicamente preparar los alimentos, por lo que esas labores son desempeñadas principalmente por ella. Si bien, ella se encarga de preparar los alimentos diariamente, son frecuentes las recompensas por su buen desempeño como estudiante. Esta preocupación por el desempeño escolar, hace que se destine escaso tiempo para el desarrollo de actividad física, incluso de aquella que se podía realizar en la calle. Cursos de inglés, de comprensión de lectura y de matemáticas, ocupaban las tardes después de la escuela y repercutían incluso en la prisa con la que deben comer para acudir a tiempo a cada curso.

Los hogares del estrato medio con presencia del padre y en los que vivía un escolar con exceso de peso, se caracterizaron por un reparto tradicional de las tareas de casa, los

padres tenían un empleo extradoméstico. Las madres se enfrentaban a una escasez de tiempo, por tener que atender a su empleo y a la familia, lo que complicaba la posibilidad de controlar la ingesta y la actividad física de los hijos, pero la mayor complicación derivaba del escaso involucramiento de los padres en el cuidado de los alimentos que ofrecían a los hijos, a la par de que la mayor disposición de recursos les permitía el acceso a entretenimiento sedentario y consumos asociados, que se representaban como inevitables. Llama la atención la regularidad con la que estos consumos se presentan, pero también, que nunca se presenten sin la presencia del varón, pues él los *llevaba*. Es digno de señalar que, en estas situaciones, una vez que las madres recibieron un diagnóstico médico indicando el exceso de peso de sus hijos, se destinaron recursos para inscribir a los hijos en actividades deportivas.

Por su parte, la madre que no tenía un empleo remunerado, además de la falta de colaboración de su pareja en el cuidado y la atención de las necesidades de su hija, identificó que la disponibilidad de golosinas y alimentos ricos en grasas, que el padre procuraba para sí, eran consumidas en grandes cantidades también por su hija. Si bien la preocupación materna por la salud de la niña le había hecho inscribirla en diferentes lugares para que se ejercitara, desistía al no poder aprovechar los servicios puesto que la actividad física agotaba a su hija y reducía su rendimiento escolar.

En los hogares en los que se contaba con la presencia del padre, pero no se presentó exceso de peso, el papel de los padres mostraba diferentes matices que, sin embargo, no se alejaban de los descritos antes. En el estrato popular, por ejemplo, el padre seguía siendo el encargado de proporcionar no sólo el ingreso para la adquisición de los alimentos, sino de adquirir los alimentos preparados, con lo que se aliviaba la carga de trabajo de la madre los fines de semana. Cabe señalar que, en esta situación, la madre expresaba explícitamente su desagrado por cocinar, pero cuidaba la calidad de los alimentos que ofrecía a su hija, seleccionando los que a su juicio eran los más balanceados, por lo que la compra de alimentos no parece contribuir en gran medida al incremento del peso si se observan sus características. Es importante también apuntar que el juego compartido con la niña era frecuente y con una duración que incluso era cuestionada por la madre porque se cansaba y le costaba trabajo levantarse al día siguiente para la escuela.

En lo que respecta a los hogares de estrato medio, en los que los hijos no presentaron exceso de peso y contaban con la presencia del padre, su participación se enfocaba en la compra de alimentos, lo que no reducía la satisfacción que las madres identificaban en ellos,

pues finalmente, era una muestra de la abundancia que se vivía en el hogar. Las madres por su parte, se mantenían dedicadas a sus hijos, por lo que la recurrencia a los alimentos preparados fuera de casa se acota a los fines de semana y días de descanso. También hay que considerar que en estos hogares existía la oportunidad de compartir los juegos y realizar deporte en instalaciones especializadas.

Como vimos, el papel de los padres sigue respondiendo a patrones más o menos tradicionales, pero con algunos matices dignos de señalarse. La intervención más directa que se presenta en los alimentos que propician para la casa muestra la importancia de la proveeduría más allá de su aspecto estrictamente económico. Los padres de estrato popular y medio, cuando coresidían con los escolares, coincidieron en la participación en la compra de alimentos con elevados niveles de grasa, azúcar y altamente industrializados, negociados en diferentes grados por la madre, distinguiéndose sólo por la cantidad de recursos disponibles. La proveeduría de los alimentos fue señalada por las madres como un aspecto que mostraba atención y cuidado a la familia que finalmente les hacía sentirse satisfechos con su papel como padres y como varones.

Esto tiene implicaciones, también, para el hijo mayor del único hogar en el que la madre no contaba ni con una pareja ni con otros familiares para el desarrollo de labores de cuidado de sus hijos. En ese hogar, el hermano mayor hacía el papel de padre y propiciaba la ingesta hipercalórica del escolar, puesto que ya ejercía su profesión, y que aún no formaba su familia, por lo que podía destinar parte de sus ingresos a proporcionar gustos y entretenimiento sedentario a su hermano menor.

La evidencia disponible a nivel nacional, muestra que las labores que realizan los varones se han concentrado en el cuidado de los hijos y labores auxiliares, con una escasa participación en las labores que requieren más tiempo y esfuerzo (lavar, cocinar, etc.) (Pedrero, 2005; INEGI, 2014; Rojas y Martínez, 2014). Al parecer se hace necesario ampliar el horizonte de actividades en las que se concibe la participación de los varones para captar sus implicaciones a fenómenos como el que nos ocupa en este estudio y que habían sido considerados, todavía en la década pasada, labores desempeñadas por las madres (García *et al.*, 2006; 2008).

Aunque estábamos interesados en el arreglo habitacional en los que las y los escolares cohabitaban sólo con la madre, debido a la relación negativa que presentaba con la

propensión a ganar peso, desafortunadamente no fue posible captar hogares de este tipo. Si bien tuvimos acceso a un hogar en el que la madre no vivía con pareja u otros familiares, como ya se dijo, el hijo mayor actuaba como el padre por lo que decidimos analizar este arreglo como parte de aquellos en los que estaban otros familiares.

Pero a pesar de ello, es plausible que los resultados atribuidos a los hogares sólo con la madre, se deban a que sobre ellas recaían una serie de exigencias, establecidas por los modelos de la *maternidad intensiva* y la *super-mamá*, que las conminaba a mantener su atención, recursos y afectos enfocados en sus hijos, independientemente de tener una participación en el mercado laboral, como ocurría con las madres de la muestra cualitativa.

Hay que considerar que si bien, esas exigencias a las madres, se han difundido en amplios estratos sociales, pueden tener diferencias importantes. Para el estrato medio, la doble jornada puede ir acompañada del desarrollo profesional e incluso el reconocimiento de un cierto estatus, además de los ingresos en sí mismos, pero para las madres más desfavorecidas el beneficio se reduce a una recompensa moral, pues sus contribuciones al hogar pueden ser vistas por ella mismas como secundarias (Rojas, 2010). Lo que llevaba en los hogares con la presencia de ambos padres del estrato popular, a considerar la *ayuda* económica de las madres, como necesaria, aunque insuficiente, mientras que la *ayuda* con las tareas domésticas de los varones, reduce el trabajo que ellas *tienen* que hacer.

En el conjunto de tareas desempeñadas, y en menor medida en la convivencia, emerge la importancia de los roles género atribuidos a cada miembro, como parte de un sistema que estructura las prácticas sociales, tanto dentro como fuera de la familia. La proveeduría desempeñada por los varones, la dedicación de tiempo, recursos y afectos a los hijos fueron cruciales como vimos para la alimentación y el ejercicio que se destinaba a niñas y niños. Por otro lado, las diferencias generacionales, podían derivar en conflictos no sólo entre los adultos y los niños, sin incluso entre los mismos adultos, como se señaló antes.

El último aspecto que queda pendiente respecto a la dinámica familiar, son las representaciones que orientaban las prácticas de las madres. Al respecto, lo primero que hay que señalar son las similitudes que existían entre los diferentes hogares, entre los dos estratos analizados e incluso entre los hogares con y sin escolares con sobrepeso.

Las representaciones de los alimentos giraban, básicamente, en torno a la satisfacción que se le atribuye. *Lo que hay*, delimitaba el aspecto constreñido de la alimentación, si bien puede ser considerada menos sabrosa, limitante e incluso aburrida, entre el estrato popular, las advertencias respecto a los riesgos para la salud, han permitido que este tipo de alimentación cobre importancia al equiparar “casero” con “saludable”, principalmente en el estrato medio. La escasez de tiempo, que aqueja principalmente a las mujeres con empleo, hacía propicio que en el hogar se encuentren alimentos preparados fuera de casa; sin embargo, la sensación para una de nuestras informantes de estrato popular fue desestresante, en otro caso del estrato medio, generaba culpa.

El *gusto*, por su parte, supone planeación y cierta regularidad, para que se presente. Aunque ambos estratos considerados incluyen en la alimentación básica de los hogares golosina o botanas. La diferencia entre ellos fue que, en las familias de estrato popular, esos consumos son los primeros en suspenderse ante adversidades económicas, aunque pueden reincorporarse en la medida en que puedan ser incluidos en la planeación del gasto cotidiano.

La permanencia del gusto en los hogares con mayor nivel socioeconómico, nos da una pista muy valiosa para entender la relación positiva entre el nivel socioeconómico y la propensión a obesidad y sobre peso reconocida desde la etapa cuantitativa de este estudio. En los hogares de estrato medio no sólo es más frecuente la satisfacción de los gustos, la sobre ingesta también es recurrente, por lo que a los atracones de los fines de semana, les siguen algunos días de comidas más ligeras, prescindiendo principalmente de carne, para “limpiarse”.

En los señalamientos de nuestras entrevistadas de estrato medio, además de la regularidad y de la cantidad de gustos que consumen, llama la atención como alimentos que pueden ser considerados dañinos por su contenido de azúcar sean considerados necesarios para que los niños no se sientan limitados.

En lo que respecta al *antojo*, este se vivía en los hogares populares, como una necesidad repentina a la que se le atribuía un sentimiento de satisfacción o de frustración, ante su incumplimiento. Situado en el extremo opuesto a *lo que hay*, el antojo no estaba sujeto a la planeación; pero sí a la disposición inmediata de dinero. Si bien se tenía la noción de que consumir grandes cantidades de sal, azúcar, harinas, etc. (abundantes en los antojos)

podía perjudicar la salud, había una postura de franco rechazo a la restricción de los antojos que se pueden adquirir.

Para finalizar este apartado conviene tener presente que el llamado a la alerta mundial por los padecimientos relacionados al exceso de peso, han encontrado la forma de coexistir con los discursos que asocian a los consumos de alimentos hipercalóricos, con la movilidad social y con el estatus. Esa coexistencia, por contradictoria que parezca, constituye los múltiples *significados externos* que se le atribuyen a la alimentación. Por otro lado, la preocupación por la salud actual y futura de los niños se contrapone y se complementa, con el carácter ineludible del consumo de golosinas, botanas, dulces, etc., lo que caracteriza los *significados internos*, que impulsan las prácticas alimentarias.

A la actividad física, en general, se le representaba como un aspecto susceptible de interrupción en cualquier momento, ante la necesidad de atender a la que se consideraba la actividad más importante en esa etapa de la vida, la escuela.

Tanto el estrato popular como el medio habían recurrido al deporte, guiados por un interés netamente funcional, aunque con una diferencia importante, los juegos en la calle. Para el estrato medio la práctica de deporte reportaba disciplina y el desarrollo de habilidades que no se pueden adquirir en la calle, actividades que son más productivas. Aunque todas las participantes de estrato medio reportaron haber crecido jugando en la calle, consideran que ya no se puede jugar ahí. Los cambios en las características de las calles y el incremento de la inseguridad, ya no la permiten. Pero para el sector popular, el desarrollo de deporte, buscando una mejora funcional sería compatible, no sólo con jugar en la calle, incluso haciéndolo sin compañía.

La edad parecía relacionarse con la actividad física, pues conforme van creciendo se considera aceptable que no se ejerciten, asumiendo que la promoción del deporte no es algo frecuente. A la reducción de la actividad física con la edad, se agregó la importancia del género. Ser mujer y llegar a la adolescencia fue motivo suficiente para llamar la atención y aconsejar la reducción del ejercicio. La actividad física mediante el juego se percibía como un resquicio de la etapa infantil que no era propia de una joven, mientras el hermano adolescente fue justo en esa etapa en la que comenzó a aficionarse por el uso de la patineta, sin restricciones por parte de sus padres.

Otra de las convergencias, indirectamente relacionada a la actividad física, se daría respecto al entretenimiento sedentario, dependiendo de los ingresos. El esparcimiento sedentario ofrece la suspensión de la prisa, del estrés e incluso de los conflictos que pudiera haber en el hogar. Los días de descanso se pueden pasar en casa o en un restaurante, frente a la televisión o en una sala de cine, el punto es que las formas más placenteras de *convivir en familia* estaban marcadas por una ingesta hipercalórica y un sedentarismo prácticamente incuestionables.

Las representaciones referidas al cuerpo pueden ser rastreadas hasta las familias de origen de las participantes, lo que nos muestra un detalle importante, que, en la infancia de las informantes, tres o cuatro décadas atrás, ya comenzaban a manifestarse perspectivas opuestas al exceso de peso. Este aprecio por la delgadez, presenta diferencias importantes con el aprecio actual.

Aunque las inquietudes que despertaban los riesgos para la salud, fueron clave para las representaciones del cuerpo, en los hogares de estrato popular, el reconocimiento de exceso de peso no significó que se tomaran acciones de parte de los padres para reducirlo. Era suficiente con que no aumentaran de peso, y que siguieran creciendo para que se distribuya del peso que ya tenían. Por su parte, en los hogares del sector medio, una vez reconocido el exceso de peso se atendió, además de continuar con otras actividades no derivadas del control del peso. Al parecer concebir un devenir contingente del cuerpo parece una condición para procurar una composición corporal delgada en los niños.

Cabe señalar que el aprecio por la delgadez que señalábamos antes, no suponía un rechazo tácito de los cuerpos robustos, en el estrato popular se le atribuía fuerza y protección al cuerpo robusto, lo que coincide con la asociación entre delgadez y mala nutrición o fragilidad, que vimos en el sector medio. En ambos estratos se expresó una molestia con el énfasis dado a la complexión física, en el mensaje que pretenden promover la salud.

Finalmente, hay que señalar que cuando hubo reacción respecto al peso corporal, fue más efectiva entre menor fuera el conflicto que la acompañaba y por lo tanto, más recursos se encaminaron a atender la situación, lo que refuerza la importancia de las relaciones entre los miembros del hogar.

## Capitales del hogar y exceso de peso en escolares

Al considerar los aspectos relacionados al nivel y manejo de los recursos de los hogares (nivel socioeconómico para acercarnos al capital económico y escolaridad materna, para aproximarnos al capital cultural), pudimos confirmar que estaban relacionados directamente con la propensión de los escolares al exceso de peso, a los niveles de confianza convencionalmente aceptados (95%-99.9%). Si bien se confirma nuestra hipótesis inicial de que la configuración de recursos económicos y culturales iba a repercutir en la prevalencia de exceso de peso, nuestros hallazgos agregan un matiz: los capitales cultural y económico confluyen en el refuerzo de la ganancia de peso. Esto es particularmente interesante frente a lo observado en los países de ingresos altos, en donde se ha documentado la convergencia entre una mayor instrucción y una mejor situación económica, pero asociada a una menor propensión al exceso de peso (Sassi, *et al.*, 2009). PORQUE HAY UAN RELACIÓN POSITVA

Un primer elemento para dar cuenta de esa tendencia poblacional, es la frecuencia con la que el estrato medio accede a consumos de escaso aporte nutricional, que señalábamos antes. Sin embargo, más que una respuesta, dicha preferencia requiere de ser explicada en detalle, toda vez que como vimos, la preferencia generalizada por los cuerpos delgados, nos conduce a preguntar ¿por qué su mayor disposición de recursos no está orientadas a lograr la composición corporal preferida, sino a consumos obesogénicos?

Habría que traer a cuenta los esquemas que guían tanto las percepciones como las prácticas (*habitus*), de nuestras informantes, derivadas de su ubicación en la jerarquía social. En el capítulo VI, ya dábamos cuenta de la moralización, por parte de las madres de estrato medio, de la que eran objeto las mujeres de estrato popular. Veíamos que ellas se percibían a sí mismas como cuidadosas de la ingesta de los hijos, a la par que consideran que las madres más pobres eran quienes adquirirían comida fuera de casa, por pereza, lo que redundaba en que no se enseñaba a los niños como alimentarse adecuadamente. Sin embargo, apegándonos a las mismas narrativas de nuestras informantes, los hogares de estrato medio son quienes tenderían a comprar con mayor frecuencia alimentos fuera de casa.

Esa forma de representarse a sí mismas, llama la atención por la fuerte oposición que se plantea entre las prácticas de las mujeres de cada estrato. Pero si examinamos dichas diferencias a la luz de las características reportadas nos daremos cuenta de que las diferencias



que presentamos en cuanto a las prácticas (las referencias a provechar los recursos disponibles, además de los gustos y antojos que consumen) no son tan marcadas como las que se aprecian en sus discursos, a pesar de las notables diferencias que existen en cuanto al tipo de empleo que han desempeñado tanto hombres como mujeres, sin dejar de mencionar los niveles de escolaridad.

Lo anterior parece ser la muestra de un ascenso social relativamente reciente, en el lapso de una o dos generaciones que colocaba relativamente cerca a las familias de estrato medio y popular, por lo que establecer distinciones es crucial. Así, la preferencia por el consumo de alimentos obesogénicos, a pesar de sus representaciones, siguen siendo consideradas como consumos de bienestar y de complacencia, si tomamos como referencia que la mayor parte de las madres entrevistadas consideró que su situación económica mejoró respecto a la vivida durante la infancia.

Del mismo modo, las madres del estrato popular, referían no limitarse ni limitar a sus hijos y comer si tenían un antojo, pero las ocasiones que describieron fueron más bien escasas y la erogación para tener estos consumos no permitía que fueran frecuentes.

Así, la preferencia por los alimentos hipercalóricos pueda pensarse desde un pasado de escases, por lo que, con la mejoría del ingreso, asociada también a mayores niveles de la escolaridad, tendería a incrementar estos consumos, a la par de los niveles de exceso de peso.

En la discusión presentada antes, no deja de llamar la atención la distancia entre la representación sobre las propias prácticas en ambos estratos. Esto conduce a reconocer que las narraciones hechas desde diferentes circunstancias socioeconómicas, están orientadas a otorgar sentido, en primera instancia, a quien las expresa. Así, las representaciones captadas pueden ser leídas como el fundamento de prácticas concretas, pero también en términos de su propia función simbólica como parte de un trabajo de representación (Hall, 2003).

De este modo adquieren sentido las representaciones aparentemente contradictorias que elaboraban las participantes. Lo que las informantes de estrato medio expresaron, les permitía distinguirse de ese conjunto de prácticas que constituyen el conjunto de lo inaceptable, mientras la situación de privación constante, en el punto de que un antojo en la calle puede descompletar el gasto de la casa, da pie a que las madres de estrato popular hagan

más aceptable si situación, en un ambiente generalizado, de valoración positiva de la oferta hipercalórica

Finalmente conviene recordar que hubo varios esfuerzos por enfrentar la presión del ambiente obesogénico, que mostraban la posibilidad del ejercer cierto grado de agencia por parte de los miembros de los hogares. Por ejemplo, ya sea que se tratara de cuidar la alimentación, aunque ésta no fuera elaborada en casa; esforzarse por ponerse de acuerdo para comprar y elaborar los alimentos destinados a los hijos, etc. Sin embargo, dichos esfuerzos pueden llegar a ser muy frágiles, en tanto que hay una la infraestructura social incipiente para sostener los cambios que se pueden ir presentando. Los significados positivos que detentan los consumos, incluso las normas de género que promueven los consumos y limitan la actividad física, tienen que ser analizados y recuerdos para impulsar y consolidar los cambios culturales que ya se están presentando.

### **Límites del estudio y líneas de investigación por desarrollar**

En el desarrollo de este estudio reconocemos algunas limitaciones que tienen que ser consideradas para ponderar los hallazgos y los señalamientos hechos hasta ahora, además de permitirnos identificar algunas líneas para profundizar en la comprensión del exceso de peso en escolares.

En primer lugar, se trata de testimonios recogidos a partir de entrevistas en profundidad sólo con las madres, con poca interacción con los miembros de la familia. En ese sentido, sería necesario considerar las voces de los varones o de los otros familiares, cuando los haya, para captar las divergencias que subyacen a las diferentes posiciones que se pueden ocupar dentro del hogar.

Derivado de lo anterior, un hogar clave para nuestro estudio que requiere de ser analizado con mayor detalle, es aquel en el que se encontraba sólo la madre con sus hijos. En nuestro estudio, no fue posible captar más hogares de este tipo, mediante el muestreo por “bola de nieve”. El único hogar con estas características que analizamos, contaba también con un hijo mayor, quien desarrollaba las actividades que le corresponderían a su padre, por lo que quedó incorporado a ese conjunto de arreglos habitacionales.

Por otro lado, la muestra de hogares para el análisis cualitativo tuvo un origen distinto a la del análisis cuantitativo. Si bien asumimos que la población del segundo momento de la investigación está contenida en la muestra representativa a nivel nacional de la primera etapa, un estudio como el que se desarrolló se beneficiaría bastante de contar con la misma población para el levantamiento de encuestas y entrevistas.

Otro aspecto que puede contribuir a clarificar los procesos sociales que están detrás del exceso de peso en escolares, podría ser la inclusión de informantes de nivel socioeconómico medio alto y alto. La falta de evidencia sobre las representaciones y las prácticas de esos sectores, se presentan como una tarea importante.

Por último, al tratarse de un estudio transversal, los cambios en el tiempo no fueron captados, aunque la etapa cualitativa contó con algunos elementos que se aproximaban a esta dimensión.

### **Algunas recomendaciones**

Es necesario hacer un llamado a las instituciones que generan los datos para que la captación de información, particularmente de antropometría, cubra a todos los miembros del hogar encuestado. Contar con ese tipo de información podría permitir entender el impacto de las características individuales, respecto a las familiares si pudiéramos comparar entre las características de los hermanos.

En lo sustantivo, las fuertes bases de la alimentación tradicional, hace importante esforzarse por recuperar esos elementos para potenciar una alimentación adecuada. En este sentido, es necesario romper con el supuesto de que los consumos industrializados están sustituyendo a los tradicionales, cuando en realidad podrían estarse complementando. Esto incluso podría dar la oportunidad para reorientar los consumos, en lugar de simplemente suponer que se han modificado de forma total, negando que los sujetos desde sus experiencias tengan elementos para hacer frente a los cambios negativos, lo que haría necesario orientarlos a partir de criterios “científicos”, como ya ha ocurrido en el campo de la salud (Martínez, 2014). No está de más aclarar que esto no sustituye la necesidad de reducir los niveles de desigualdad y pobreza para asegurar una mejora a largo plazo en las condiciones de vida de la población.

Las políticas públicas en la materia de exceso de peso han mostrado ser inadecuadas o insuficientes al enfrentar el problema. Se requiere considerar las circunstancias sociales, económicas, culturales, además de proveer información para que los individuos tomen mejores decisiones.

Enfatizar el papel que juegan los varones en la compra de alimentos de escaso valor nutricional para contribuir a su reducción, sin que ello redunde en responsabilizarlos por los elevados niveles de exceso de peso. A la par, promover esta participación apegándose a los criterios alimentarios oficiales.

Dado que a nivel individual el aumento de edad y ser mujer, se mostraron como un obstáculo para el desarrollo de actividad física y que fue secundaria en la formación de los niños, se requiere de promover el ejercicio entre varones y mujeres como una necesidad para alcanzar un desarrollo adecuado.

Finalmente llamar la atención sobre el hecho de que no hay evidencia de que los hijos de mujeres que trabajan o que no están unidas presentan mayores riesgos de exceso de peso. Con ello cuestionar las afirmaciones tanto de profesionales, especialistas, como del público en general en los que se sostengan perspectivas sesgadas, se puede dar pauta a un examen más minucioso de la compleja realidad implícita en el exceso de peso y la obesidad.

## ANEXOS

### Anexo 1. Detalles del análisis cuantitativo

Tabla A1. Distribución de los datos válidos de sobrepeso y obesidad en escolares. México, 2012.

	Muestra final*			
	n	%	n	%
Vive con su madre				
No	1,008	6.28	0	0
Sí	15,036	93.72	14,718	100
Arreglo habitacional				
madre con familiares	1,124	7.01	1,114	7.57
pareja con familiares	2,631	16.4	2,579	17.52
pareja	9,666	60.25	9,543	64.84
madre sola	1,494	9.31	1,482	10.07
Faltantes	1,129	7.04		
Abuelas				
Si	1,993	12.42	1,894	12.87
No	14,051	87.58	12,824	87.13
participación laboral materna				
No trabaja	10,521	65.58	10,305	70.02
Trabaja	4,515	28.14	4,413	29.98
Faltantes	1,008	6.28		
Edad segmentada				
5 a 7	6,835	42.6	6,282	42.68
8 a 11	9,209	57.4	8,436	57.32
Sexo				
Niños	8,067	50.28	7,372	50.09
Niñas	7,977	49.72	7,346	49.91
Edad de la madre al nacimiento de su hija o hijo				
Adulta	12,722	79.29	12,464	84.69
Adolescente	2,307	14.38	2,254	15.31
Faltantes	1,015	6.33		
Escolaridad materna				
primaria o -	6,210	38.71	6,081	41.32
secundaria	5,416	33.76	5,304	36.04
Bachillerato	1,736	10.82	1,698	11.54
Licenciatura y +	1,674	10.43	1,635	11.11
Faltantes	1,008	6.28		
Participación laboral de los miembros				
1	1,652	10.3	1,442	9.8
2	9,037	56.33	8,433	57.3
3 o +	3,966	24.72	3,614	24.55
Faltantes	1,389	8.66	1,229	8.35

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012.  
n= 14,718.

Tabla A1. Distribución de los datos válidos de sobrepeso y obesidad en escolares. México, 2012 (Continuación)

Tamaño ajustado del hogar	16,044	100	14718	100
Inseguridad Alimentaria				
No	3,429	21.37	3,219	21.87
Si	12,409	77.34	11,499	78.13
Faltantes	206	1.28		
Quintiles				
I	6,700	41.76	6,100	41.45
II	3,563	22.21	3,281	22.29
III	2,626	16.37	2,418	16.43
IV	2,131	13.28	1,967	13.36
V	1,023	6.38	952	6.47
Faltantes	1	0.01		
Tipo de localidad				
Rural	6,108	38.07	5,590	37.98
Urbana	3,455	21.53	3,184	21.63
Metropolitana	6,481	40.4	5,944	40.39
Faltantes	0	0		
Vivir en Cd de México				
otra entidad	15,670	97.67	14,392	97.79
Cd. de México	374	2.33	326	2.21
Faltantes	0	0		

Fuente: elaboración propia con datos de la ENSANUT, 2012.  
n= 14,718.

## **Anexo 2: Guía de entrevista en profundidad.**

El Colegio de México  
Centro de Estudios Demográficos Urbanos y Ambientales  
Doctorado en Estudios de Población  
Proyecto de investigación sobre nutrición infantil y familia  
Guía de entrevista sobre familia y nutrición infantil.

**Introducción:** Buenas tardes. Como se lo mencioné antes estoy realizando una investigación sobre familia y crianza de los niños en la ciudad de México. Esta entrevista tiene como fin recabar información sobre este tema, por lo que no estamos calificando ni juzgando sus declaraciones, además de que esta información es confidencial. Siéntase en confianza para responder libremente y para no responder alguna pregunta si así lo prefiere. La información que proporcione será de mucha utilidad para mejorar el conocimiento sobre la crianza de los niños en la ciudad de México. Muchas gracias por su participación. Si usted está de acuerdo, vamos a grabar esta plática para no perder detalles importantes de sus respuestas.

**Características del hogar** (características individuales que se conjuntan en el hogar para darle su particularidad.)

Características del hogar

Pregunta generadora: Platíqueme, ¿Cómo es su familia y cómo se ha modificado a lo largo de los años? (llenar la ficha de identificación).

- Número de miembros
- Sexo
- Edades
- Escolaridad
- Ubicación:
  - ¿Desde cuándo viven aquí?
  - ¿Cuáles son las ventajas y las desventajas de vivir aquí? ¿Por qué?

**Organización de las actividades domésticas** (distribución de las actividades dentro del hogar.)

División del trabajo familiar.

Pregunta generadora: Ya hablamos un poco de las características de su familia, ahora cuéntenos, por favor, ¿Cómo se organizan en la vida cotidiana?

- ¿Quién tiene un trabajo remunerado? ¿A qué se dedica(n)?

- ¿Quién hace las labores domésticas (cocinar, lavar, planchar, compras, reparaciones trámites)?
  - ¿Cómo se dividen las labores del hogar y porque (énfasis en: tiempo, precio, dificultad)?
  - ¿Hay diferencias en los resultados de las labores domésticas si las realizan diferentes miembros del hogar? (enfatar la comida, ¿compran comida hecha?)
  - ¿Hay alguien que se dedique a cuidar a los niños o ancianos?
  - ¿Los padres tienen un tiempo destinado para salir a jugar con sus hijos?
- ¿Quién?
- ¿Les compran películas o videojuegos para que no se aburran? ¿Cuánto tiempo pasan frente a alguna pantalla?
  - ¿Los niños tienen algún curso extracurricular (danza, karate, pintura, futbol, etc.)? ¿Cuántas veces por semana?
  - ¿Se ha modificado el reparto del trabajo en el hogar conforme han ido creciendo su/s hija/os?
  - ¿Cómo era el reparto de tareas en su familia de origen (niñez/adolescencia)?

#### Cambios negativos en la situación económica familiar

Pregunta generadora: ¿Se han sentido afectados por la situación económica del país?

- ¿Desde cuándo o en qué momento la situación económica del país les empezó a afectar?
  - ¿Cómo les afectó?
  - ¿Su economía se vio afectada por alguna circunstancia distinta a la situación del país? (accidentes, muertes, incapacidad, separación)
  - ¿Qué han hecho para afrontar las dificultades?
  - ¿Alguien ha entrado a trabajar para aumentar el ingreso del hogar?
- ¿Quién/es? ¿Qué hicieron?
- ¿Quienes trabajaban aumentaron sus horas o buscaron otro empleo?
  - ¿Alguien ha dejado de estudiar?
  - ¿Han reducido sus gastos? ¿En qué?
  - ¿Han cambiado su gasto en alimentos?
  - ¿Compran alimentos más baratos?
  - ¿Consumen refresco? Si, ¿han modificado su consumo?
  - ¿Alguien los apoya con el cuidado de los hijos para que puedan trabajar ambos? ¿Quién? ¿Qué tareas realiza? ¿tienen acceso a una guardería?
  - ¿La situación económica ha repercutido de forma distinta en las diferentes etapas de crecimiento de su/s hija/os?
  - ¿Recuerda situaciones parecidas en su niñez? ¿Cómo fue? ¿Cómo lo enfrentaron?

#### Cambios positivos en la situación económica familiar

Pregunta generadora: ¿En algún momento ha mejorado su economía familiar?



- ¿Cuándo o desde cuándo mejoró la economía del hogar?
- ¿Cómo se vio la mejora? (en qué se manifiesta)
- ¿Aumentó su consumo de alimentos y bebidas? ¿De cuáles?
- ¿Aumentó su consumo de otros productos o bienes? ¿Cuáles?
- ¿Ud. diría que su situación económica mejoró con respecto a la de su familia de origen? ¿Cuáles son las principales diferencias?

**Crianza y convivencia** (Conocer cómo se inculcan y rechazan o toleran los comportamientos de los niños en relación con las normas familiares.)

#### Decisiones

Pregunta generadora: Me gustaría saber ahora, ¿Cómo toman las decisiones en el hogar?

- ¿Quién toma las decisiones importantes (mudarse, viajes, trabajo, gastos grandes)?
- ¿Quién decide cómo se educa a los hijos?
- ¿Quién decide si los niños pueden salir a jugar?
- ¿Quién toma las decisiones en cuanto a las salidas a pasear o a comer?
- ¿Quién decide qué se compra para comer?
- ¿Quién decide qué se come?
- ¿La participación de su/s hija/os en las decisiones sobre salir a jugar o a comer a aumentado con el tiempo?
- ¿Cómo se tomaban las decisiones en su hogar cuando era niña/o? ¿Quién tenía la última palabra? ¿Se respetaba la última palabra o había conflictos? ¿Cómo eran?

#### Manejo de los conflictos entre los adultos y con los hijos/as

Pregunta generadora: En todas las familias se presentan conflictos, ¿podrían platicarme sobre la forma en la que los resuelven?

- ¿Han tenido algún desacuerdo con la crianza o educación de los hijos?
- ¿En qué temas sus opiniones (adultos) no han coincidido?
- ¿Han discutido por esa falta de acuerdo?
- ¿Qué comportamientos de los niños no son tolerados? ¿Qué comportamientos no tolera cada uno (mamá, papá, otros)?
- ¿Cómo participan los hijos/as en los conflictos? (demandas, berrinches, etc.) ¿Imponen sus deseos? ¿Cómo los negocian? ¿Cómo se resuelven? (explorar culpas y compensaciones)
- ¿Cómo se resolvían los conflictos de su familia cuando usted era menor? ¿Le concedían gustos o caprichos?

#### Educación de los niños

Pregunta generadora: ¿Cómo manejan la disciplina con los niños?

- ¿Cómo premian a los niños si se portan bien?
- ¿Cómo los castigan si se portan mal?

- ¿Los niños tienen alguna responsabilidad en la casa? ¿Por qué?
- ¿Es difícil que los niños cumplan con sus actividades en la casa?
- ¿Les condicionan salir a jugar?
- ¿Qué pasa si los niños no quieren comer lo que se les da?
- ¿Han modificado las formas de castigar o recompensar conforme han crecido su/s hija/os?
- ¿Ustedes usan las mismas formas de premiar o castigar que sus padres? ¿Cómo eran los métodos de disciplina en su infancia? ¿Qué piensa de ello?

#### Situaciones relacionadas a la alimentación, la actividad física y el cuerpo

Momentos importantes. Ya me dijeron un poco como se organizan en la vida cotidiana. Ahora vamos a hablar de los momentos importantes o diferentes de la vida familiar.

- ¿Cuáles son los momentos más placenteros o agradables en la vida familiar? ¿Qué se comparte en esos momentos?
- ¿Cómo son los festejos familiares? ¿Qué alimentos y bebidas se comparten en los festejos?
- ¿Cada cuánto tienen reuniones y que hacen en ellas (incluyendo la comida)?
- ¿Han cambiado los festejos conforme han crecido su/s hija/os?
- ¿Qué momentos disfrutaban más los niños/as? ¿Qué se comparte en ellos?
- ¿Qué momentos les desagradan más a los niños? ¿Qué alimentos o bebidas están asociados a esos momentos?
- ¿Cuáles eran los momentos agradables en su niñez? ¿Qué se compartía?
- ¿Cómo eran los festejos en su niñez? ¿Qué se compartía en ellos?

#### Situaciones cotidianas de alimentación y actividad física

Pregunta generadora: ¿Qué les parece si platicamos sobre la hora de la comida en un día normal?

- ¿Cómo se siente usted normalmente a la hora comida? ¿Por qué?
- ¿Para usted, cómo es una comida agradable?
- ¿Para su/s hija/os es distinto?
- ¿Usted considera que en su familia se come poco, mucho o suficiente? ¿Por qué?
- ¿Usted considera que en su familia se come bien? ¿Por qué?
- ¿Ud. cree que le hace falta algo a su alimentación diaria? ¿Qué?
- ¿De los alimentos que consumen cree que hay algunos que no deberían comer? ¿Cuáles? ¿Por qué?
- ¿Considera que la alimentación actual de su familia ha mejorado o empeorado respecto a la de su infancia? ¿Por qué? ¿Cómo era en su infancia?

Ahora, ¿Qué le parece si hablamos de la actividad física?

- ¿Dónde juegan habitualmente sus hijos/as? (calle, casa, cuarto, jardín, parque) ¿A qué juegan?

- ¿Le gusta que sus hijos jueguen en la calle? ¿Por qué?
- ¿Le gusta que sus hijos jueguen en la casa o en su cuarto? ¿Por qué? (explorar TV, videojuegos)
- ¿Usted cree que sus hijos se ejercitan mucho, poco o lo necesario?
- ¿Considera que sus hijos redujeron o aumentaron su actividad física conforme crecieron?
- ¿Cuándo era niña/o hacía menos ejercicio que sus hijos o más? ¿Dónde y a qué jugaba en su infancia?

### Composición corporal infantil

Pregunta generadora: Ya hablamos sobre su familia, ahora vamos a profundizar en la/os niña/os.

- ¿Le preocupa el peso o la imagen de sus hijos/as?
- ¿Ud. pone atención al peso de sus hijos/as? ¿Por qué? ¿Cómo lo hace?
- ¿Es distinto con los niños que con las niñas? ¿Por qué?
- ¿El cuerpo (delgado o gordito) cambia con la edad?
- ¿Ha cambiado sus opiniones sobre el peso adecuado conforme han crecido su/s hija/os?
- ¿Cómo son sus hijos? ¿Cómo los ve físicamente?
- ¿Cuáles eran las ideas de sus padres sobre el peso adecuado? ¿Hacían algo al respecto?

**Prácticas del cuerpo** (Cómo actúa la familia de acuerdo a la forma en la que se conciba el peso corporal elevado y sus implicaciones).

El actuar de la familia ante la composición corporal de los menores.

Pregunta generadora: En esta sección quisiera que me platicara sobre lo que hacen en relación con la alimentación de los niños.

- ¿Cuáles son las principales dificultades a la hora de alimentar a los niños/as?
- ¿Qué es lo que su/s hija/os piden para comer?
- ¿Cree que la publicidad de alimentos y bebidas afecta sus gustos y deseos? ¿Cómo?
- ¿Los dejan comer lo que más les gusta para que coman?
- ¿Alguno de sus hijos/as tiene problemas con el peso? ¿Qué tipo de problemas?
- ¿Cómo se sienten su/s hija/os con su cuerpo (usando cierta ropa como traje de baño)?
- ¿Les afecta su peso? ¿En qué? ¿Qué hacen al respecto?
- ¿Usted ha modificado la alimentación y /o la actividad física de su/s hija/os debido a su peso?
- ¿Cuándo usted era niña/o recuerda que le cuidaran la alimentación y/o le pidieran hacer ejercicio? ¿Cómo? ¿Por qué?

Asignación diferenciada de actividades o alimentos

- ¿Existen diferencias en lo que comen las niñas respecto a los niños?

- ¿Existen diferencias en lo que comen los menores respecto a los adultos?
- ¿Hay actividades propias de los niños y otras para las niñas? (juegos, tareas)
- ¿Cómo participan los mayores en ellas?
- ¿Se ha modificado el tipo de actividades o de alimentación de su/s hija/os conforme han crecido?
- ¿Había alimentos o actividades que sólo fueran para niños o niñas en su infancia? ¿Cuáles? ¿Qué piensa al respecto?

#### Consumos y estatus socioeconómico o cultural

Pregunta generadora: Quisiera que platicáramos ahora sobre la importancia de diferentes formas de alimentarse y entretenerse.

- ¿Cree que en familias con mayores recursos económicos los niños se alimentan y entretienen de forma distinta a los niños de familias con menos recursos? ¿Cuáles son las diferencias?
- ¿Qué características tiene la gente que come fuera de casa con frecuencia? ¿Quiénes son y en qué tipo de lugares comen?
- ¿Qué es mejor ofrecer a los invitados, botanas empaquetadas, botanas preparadas por usted, comida comprada, comida preparada en casa? ¿Por qué?
- ¿Tener videojuegos, computadora, o algún aparato para el entretenimiento es un lujo o es necesario? ¿Por qué?
- ¿Conforme han crecido sus hijos han cambiado sus formas de comer y de divertirse? ¿Por qué? ¿Qué diferencias hay entre antes y ahora? ¿Desde cuándo? ¿Qué les hizo cambiar estas costumbres?

**Recepción de mensajes y discursos sobre el peso corporal** (Forma en la que se reciben las políticas y mensajes en la vida familiar).

Pregunta generadora: ¿Qué les parece si pasamos ahora a los mensajes que han visto sobre nutrición?

- ¿Han visto u oído alguna campaña de salud? ¿Cuáles?
- ¿En la escuela tienen alguna campaña especial?
- Si las mencionan, preguntar qué opinan sobre medidas como el aumento del precio del refresco, los límites a la comida chatarra, la prohibición de pasar anuncios de ciertos alimentos y bebidas, etc. ¿Sirven para algo?
- ¿Qué puede pasar con las personas obesas? ¿Conoce alguna persona que tenga problemas de salud a causa del sobrepeso o la obesidad?
- ¿Les ha puesto más atención a sus hijos a partir de estas campañas o experiencias?
- ¿Se puede hacer algo para tener una vida como la que dicen los mensajes?
- Si: ¿Qué se puede hacer?
- No: ¿Por qué?
- ¿Qué más cree que debería hacer el gobierno?

### **Anexo 3. Narraciones de la vida familiar a partir de las entrevistas, para el análisis cualitativo**

#### **Aida**

Aida vive con su hija y su esposo en la casa que construyeron ambos en el terreno de la familia de ella. Su casa se encuentra al fondo del terreno, está construida de tabique sin aplanar con láminas de asbesto. Al entrar, apenas queda un espacio para pasar entre la mesa, con un par de huacales que sirven como alacena, y el refrigerador. Destacan entre el frijol, el arroz y las sopas de pasta, el colorido de múltiples aderezos como salsas (cátsup, soya, inglesa, valentina), mayonesa, además de mermeladas, jarabe y tabletas chocolate y concentrados para dar sabor al agua. El comedor, donde se realizó la entrevista, se compone de una mesa de un metro cuadrado aproximadamente, en la que se hace espacio entre arreglos de mesa, para comer y en nuestro caso, platicar. Un poco más allá del comedor se encuentra la sala, en la que el sofá que queda frente al televisor está libre, mientras otro a su derecha está ocupado por los juguetes de su hija. Al fondo, detrás de una cortina se encuentra el dormitorio, cuya pared divide a la vivienda en dos partes.

A sus 28 años ha retomado el bachillerato que tiene trunco, además de tomar un curso en un Centro de Desarrollo Comunitario que es parte del Sistema de Desarrollo Integral de la Familia del Distrito Federal. Su pareja concluyó la secundaria y se dedica a trabajar como *bar-tender*.

Aida considera que tiene que hacer ejercicio debido a un ligero exceso de peso, mientras su marido, de complejión media, no se preocupa al respecto. Su hija es muy delgada, pero no le han detectado problemas de salud asociados a ello.

La hija de Aida ha sido diagnosticada con Trastorno de Desarrollo Intelectual leve, lo que requiere que la lleve a terapias especializadas además de sus clases en una escuela oficial. Así, entre sus actividades propias y las de su hija, se consume gran parte de su día. Dado que le queda poco tiempo y que no le gusta cocinar porque se estresa mucho, han optado por comprar comida hecha entre semana. Los sábados y domingos, ella acostumbra cocinar, pero es posible que su esposo al verla muy presionada, decida comprar algo preparado como un pollo rostizado. Él sabe cocinar e incluso le ha confiado que quería ser chef, pero no cocina prefiere comprar.

Más allá de dicha compra, cuando está en casa y tienen que llevar a su hija a terapia, él prefiere quedarse en casa argumentando que tiene que lavar su ropa. Aproximadamente un año y medio antes, ella tenía un empleo de tiempo completo, pero el diagnóstico y la atención de su hija hicieron que lo dejara, dedicándose casi exclusivamente a atenderla. Por el contrario, el trabajo doméstico y de cuidado que realiza su pareja es compatible con su empleo, pues el juego con su hija en el parque es frecuente cuando llega del trabajo, así como lavar su ropa o algunos trastes son labores propias de sus días de descanso.

Esa distribución de labores, no está exenta de conflictos y tensiones. Mientras él juega frecuentemente con la niña, su esposa no lo hace, pero busca que participe en deportes o actividades organizadas como gimnasia, bajo la idea de que desestresa y da agilidad. Aunque Aida valora positivamente que jueguen juntos, no le gusta que le deje poco tiempo para sus tareas o que quede tan cansada que no quiera levantarse al otro día para ir a la escuela, razón por la que tuvo que dejar sus clases de gimnasia. Ambos padres condicionan o restringen la actividad física pero no usan el entretenimiento sedentario para recompensar o castigar a su hija, de hecho, casi no ve televisión y no tiene videojuegos de ningún tipo, no obstante que ella considera que proporcionan agilidad mental.

Además de las actividades del hogar, Aida hace arreglos de mesa con dulces y globos. Esta actividad representa un ingreso, aunque ocasional y magro, que destina para comprarse cosas o para llevarse a comer a su esposo y su hija, esta contribución para ella no es significativa de tal modo que señala que su pareja se hace cargo del total de los gastos, de hecho, el objetivo de concluir sus estudios de bachillerato es incorporarse al mercado laboral. La disposición de recursos, que deriva de la participación laboral, entre otras cosas, es una condición para decidir que se come, pues, aunque su hija también expresa sus preferencias, él tiene la *última palabra*. Los pocos cambios que han experimentado en las labores del hogar se han debido a la creciente autonomía de su hija.

Tanto en la adquisición de la comida entre semana o el fin, no existe una dieta específica para su hija, pero tratan de que coma porciones más grandes y al menos una tortilla, porque también le han identificado peso bajo. En lo que sí se puede observar una diferencia es en las cosas que el papá consume como papas, galletas o refresco, a pesar de que las gaseosas le provocaran infección en las vías urinarias, el problema para Aida es que él comparte esas golosinas con su hija. En la actitud de su pareja fundamenta su escepticismo

respecto al efecto de los impuestos o las campañas para mejorar la alimentación y controlar el peso.

Compartir alimentos es algo frecuente, debido a que en las celebraciones siempre está presente la familia dada su proximidad, todos cooperan. Entre los alimentos disponibles se encuentran guisados, en ocasiones fruta picada, pero seguramente chicarrones y refrescos, ingredientes que se han ido agregando al pastel y el atole que su mamá se las arreglaba para tener en cada ocasión especial.

Los días de descanso pueden ser la oportunidad para reponer fuerzas o para pasear y distraerse. Aida insiste en salir al Zoológico de los Coyotes, pero su esposo mantiene su plan de quedarse en casa y estar acostado. Compartir el tiempo y pasarlo bien juntos, pasa por la condición de que no tengan que salir.

Este conjunto de experiencias no sólo es producto de las perspectivas de los miembros del hogar de Aida, buena parte de la forma en la que enfrentan sus retos actuales se ve influenciada por la forma en que su mamá asignaba el trabajo doméstico a sus cinco hijas y su hijo. El padre de Aida falleció cuando tenía cuatro años, prácticamente no lo conoció. Ella y su hermano eran los más pequeños por lo que les asignaban las tareas más sencillas, si bien no había diferencias por sexo. La valoración que hace de ese reparto es positiva puesto que resultaba favorecida pero también colaboraba.

Sin la presencia de su padre, la familia enfrentó muchas dificultades económicas hasta que sus hermanas tuvieron edad suficiente para trabajar y aportar al gasto. En ese contexto, los premios o recompensas no eran frecuentes pero los golpes como forma de castigo, sí. De manera retrospectiva, Aida no considera apropiados los golpes como una forma de disciplinar, alguna psicóloga le había recomendado que más que recompensar con cosas, había que alentar con palabras, pero a ella le cuesta mucho trabajo; sin embargo lo intenta y ha tratado de ser consistente conforme ha ido creciendo la niña.

A lo largo de los años que llevan como pareja, las dificultades económicas no han estado ausentes, incluso los últimos años han sido particularmente difíciles debido al pago de un préstamo. La reducción en el ingreso impactó principalmente en el vestido, el calzado y las salidas a comer. Con todo, Aida reconoce una mejora respecto a su familia de origen que

se refleja en el consumo de carne con más frecuente y más cara, además de una mayor variedad de ingredientes en sus comidas.

En su niñez Aida y sus hermanas fueron delgadas como su hija, su mamá no se alarmaba por su composición corporal, confiaba en la alimentación que les proporcionaba; sin embargo, a ella le preocupa que su hija esté muy delgada, pero dado que su pediatra le reconoce “buen músculo”, se ha quedado más tranquila. En su familia de origen no ha habido problemas derivados del peso.

En el parque, frente al domicilio en el que ha vivido desde su nacimiento, Aida recuerda tener los momentos más agradables de su infancia. Su hija también disfruta del tiempo que pasa ahí con su papá, pero para Aida la actividad física que realiza es menor a la propia a su misma edad, todavía más desde que dejó la gimnasia.

## **Carla**

Carla, como su hermana Aida, vive en el terreno de su familia materna pero en su caso comparte también su casa. Esa casa fue la primera y la que recibió más aportaciones para su construcción pues antes de comenzar a hacer sus vidas, cada miembro aportó al hogar en el que residían. La casa es la más cercana al acceso principal, de hecho la ventana que da luz natural a la entrada, está en la misma barda que delimita el predio. Desde esta ventana se ha dado cuenta que en las calles abundan los borrachos, los marihuanos, pero también ha podido vigilar que sus hijos estuvieran seguros mientras jugaban en el parque que tienen enfrente.

La sala es amplia, la ocupan tres sofás con algunas cosas de sus hijos sobre ellos. En el extremo opuesto una mesa grande con ocho sillas, es el indicio de que las celebraciones familiares se realizan aquí. Las paredes muestran fotos de caritas de sus hijos y algunas más deterioradas son de sus hermanas durante la infancia o la adolescencia. Más allá de la sala se encuentran las habitaciones de cada uno de sus hijos y la que comparte con su pareja. Al fondo se encuentra la habitación de su mamá, cerca de la cocina y del espacio que se destina para la preparación y la venta de antojitos, negocio del que se mantiene. En este lugar se almacenan los insumos para la vendimia y al mismo tiempo es la despensa familiar. El hecho de que vendan antojitos mexicanos permite que los aderezos disponibles en la alacena sean poco industrializados, como chiles, o preparaciones del día como salsas o *pico de gallo*.



Gracias a que concluyó el bachillerato tecnológico, Carla trabajó en una tienda de autoservicio hasta que se enfermó. Como encargada del departamento de atención al cliente, no podía abandonar su puesto ni para ir al baño, en consecuencia sufrió un daño en sus riñones que la condujeron a estar hospitalizada. Desde entonces se ha dedicado al hogar y a ayudarle a su mamá en el puesto. Su esposo no concluyó sus estudios de bachillerato y es empleado.

El esposo de Carla no suele cocinar de manera periódica, pero puede ocurrir que en algún día de descanso cocine algo especial, ocupándose de la compra de los ingredientes y de su preparación. Generalmente se trata de bisteces acompañados de cebollas, nopales, queso, etc. Estas ocasiones contrastan con las dificultades que ella reconoce para que él cumpla con el gasto. Cuando trabajaba no le pedía dinero a él, pensando que si podía hacerse cargo de los gastos, no tenía que andarle pidiendo; sin embargo, a raíz de su hospitalización se vio en grandes apuros pues ya no tenía forma de mantener el hogar. En estos momentos, la ayuda de su mamá fue clave para enfrentar los momentos más críticos, pues a ella le costaba trabajo reconocer la obligación de su pareja de darle gasto, al punto de que su hija le insiste en que se lo pida.

Lo que trajo un poco de estabilidad al hogar ha sido la oportunidad de ayudar a su mamá en su negocio de donde obtiene un ingreso. Para Carla, su ingreso es para completar, para ayudarle a él aunque generalmente es ella la que está pendiente de los gastos, tanto del hogar como de los hijos. En ocasiones también usa lo que va ahorrando para complacer los antojos de sus hijos.

Las celebraciones en la familia de Carla no pasan desapercibidas, suelen ser la oportunidad para disfrutar un pastel, y rara vez comida especial, lo que constituye el núcleo de la celebración, como había sido durante su infancia. Fuera de esas comidas especiales, la alimentación cotidiana de todos se conforma de lo que vende su mamá, en quien recae la decisión de lo que se come. Siempre tienen arroz, frijoles y salsas, pero también un acceso directo a gorditas y refrescos que pueden tomar del negocio, prácticamente sin pedir permiso. A Carla le parece que su familia come lo suficiente; sin embargo le preocupa la calidad de la dieta que consumen reconociendo que esta responde a las dificultades económicas que enfrentan, se tiene que comer lo que hay, lo que queda del puesto.

El colaborar con su mamá, hace reflexionar a Carla respecto a las consecuencias de comer en la calle. Por un lado, los antojitos que venden son parte de esa “comida de la calle” que engorda, pero también reconoce que a veces es lo más accesible. Para tratar de hacer frente a esa preocupación trata de dosificar el consumo de refresco dividiendo el contenido de un envase en tres vasos, además de vigilar y restringir el consumo de los antojitos que consumen. Los alimentos, aunque son accesibles en casa, están controlados y no se utilizan como recompensa. Los esfuerzos que tiene que realizar para regular los consumos alimentarios de sus hijos le hacen pensar que no se puede hacer nada contra el consumo de regreso pesar de los impuestos y las campañas mediáticas.

El trabajo fuera de casa y su compatibilidad frente al del hogar, varía bastante entre ambos padres. Para Carla, al dejar de trabajar fuera de casa fue de lo más natural que se encargara más de las labores domésticas. Para su pareja, no parecía haber problema dado que labores como cocinar o planchar su ropa las realiza en sus tiempo libres, incluso podría o no hacerlas.

Tanto para el papá como para la mamá, jugar con los hijos, salir al parque o llevarlos a algún deporte o actividad organizada ha dejado de ser parte de sus labores, pues lo que parecen necesitar sólo es permisos para salir. La niña escolar, estuvo en el equipo de atletismo de su escuela pero no siguió, también en gimnasia pero no le gustó demasiado, de modo que a la primera vez que su mamá no alcanzó a pagar la mensualidad pidió a su mamá no inscribirla. El adolescente por su parte, nunca mostró interés en deporte alguno, sólo recientemente se ha interesado por la patineta y frecuentemente sale a practicar, actividad en la que planeaba integrar a su hermana. Por lo mismo, salir se ha ido volviendo una de los últimos aspectos a los que los padres pueden recurrir para controlar en comportamiento de sus hijos.

El parque, la banqueta frente su casa han sido los lugares en los que solía jugar Carla cuando niña. En ellos fue creciendo y lidiando con las dificultades económicas del hogar. Mientras cursaba la primaria recuerda que vendía flores, las iba ofreciendo por la calle. Su hija, por su parte, pasa más tiempo en el parque que ella a la misma edad.

Los regalos y las recompensas son esporádicos, sin embargo los han recibido como recompensar, esos juegos suponen quedarse en casa (un disco para X-Box y una muñeca Barbie). El teléfono, por su lado, tiene un valor ambiguo en las relaciones familiares. Si bien

se los han comprado los padres, no es considerado un regalo, Carla señala que lo tienen porque es necesario para comunicarse; sin embargo, se ha vuelto un elemento fundamental con el que sus hijos pasan el tiempo y se entretienen, a tal punto que a la hora de la comida ha tenido que prohibir su uso, pues evita la charla.

En general, la complexión de la familia es delgada. En los últimos años de sus vidas, los hijos de Carla han adquirido una preocupación por su cuerpo, que no responde a un control del peso sino a un ajuste en su idea de lo que es un cuerpo adecuado. Su hijo adolescente ha empezado a hacer pesas para ganar masa muscular, mientras a su hija en edad escolar le preocupa también la forma que está tomando su cuerpo, pues sigue siendo delgada y ha empezado a notar algunas diferencias respecto al periodo en el que estuvo en gimnasia. Viendo a sus hijos a Carla le parece que están bien siendo delgados, y extrapolando su experiencia, para ella es más fácil que un niño pierda peso que lo gane, si es que existe una preocupación por ello.

Su hija e hijo tienen edad suficiente para encargarse de sus cuartos y de su ropa, de la misma forma que su mamá. Ella se encarga de lavar los trastes, aunque también les pide que laven al menos su plato. Si bien Carla asume todas las labores de un ama de casa tradicional, su pareja no realiza las reparaciones, lo que deriva en gastos mayores que ella cubre con lo que junta de sus ingresos del puesto.

El reparto de labores durante la infancia es algo que Carla recuerda con cariño. Los fines de semana, mientras las hermanas mayores hacían de comer y lavaban la ropa, ellas junto con los menores se encargaban de los pisos. El radio sonaba y cada quien se encargaba de su labor, el único varón también entraba dentro del reparto de actividades. Al finalizar, compraban una Pepsi de un litro que se repartían entre todos, para que alcanzara tenían que agregarle agua. La realización de los quehaceres se tornaba menos una carga que una forma frecuente de convivencia.

Las decisiones en la infancia de Carla, eran tomadas por su mamá pues se encontraba sola por viudez. Conforme fueron creciendo sus hermanas, participaban con mayor frecuencia en las decisiones. La disciplina era uno de esos aspectos. Los golpes eran una forma de disciplinar, en la que la jerarquía de la edad era el criterio para su ejercicio.

Carla identifica algunos altibajos en su situación económica, desde que se unió con su pareja. Su enfermedad y su posterior recuperación, la pérdida del empleo y la colaboración con su mamá, pero en términos globales identifica que su situación ha mejorado respecto a la de su hogar en la infancia. Esa mejoría se hace notoria principalmente en la capacidad para adquirir el material escolar e incluso algunos antojos de sus hijos, sin estar sujeta a su marido. La disponibilidad misma de alimentos marca un cambio respecto a la alimentación en su niñez. Ella no les da *huacales* a sus hijos, incluso al varón no come pollo, a menos que sea rostizado o empanizado.

Desde su infancia Carla había sido delgada, su mamá le decía que estaba muy flaca, pero ese señalamiento tenía más la intención de reconocer una característica particular, que expresar una preocupación. No fue llevada a consulta o revisión debido a su peso, ni ninguna de sus hermanas. Lo mismo se puede decir del ejercicio, no era un aspecto que se quisiera promover.

## **Estela**

La urbanización de las calles aledañas contrasta con el predio donde está la casa de Estela. Su entrada remite a los años en los que ocupar un terreno hostil era la oportunidad de hacerse de un patrimonio. Laminas oxidadas de metal, acomodadas sobre una maya ciclónica, delimitan el perímetro sin una puerta visible. Parece que el terreno estuviera deshabitado.

Desde la entrada, no parece haber indicios de una vivienda cercana, aparenta más bien un atajo para llegar a otro domicilio. Al final de una pendiente abrupta, siguiendo unos escalones improvisados sobre la piedra volcánica, ya era visible el domicilio. Se trata de una construcción de tabique sin aplanar con techo de loza. En realidad, su techo corresponde a una continuación del suelo de la casa de su mamá, a la que se le agregaron tres paredes, la cuarta es la piedra volcánica misma. La entrada de su casa da acceso inmediatamente al dormitorio, un ropero separa la cama de la pareja de la de sus hijas y una pared de la cocina y el comedor.

Al momento de la entrevista, se encontraban un eléctrico revisando la instalación y otra persona instalando un vidrio de una puerta que parecía ser el acceso al baño. Esto no era consecuencia de un cambio reciente de domicilio, sino de una falta de planeación y mantenimiento.

Tanto Estela como su esposo han concluido el bachillerato. Aunque esto le ha servido a él para obtener varios trabajos, estos han sido inestables. Ella se ha dedicado al hogar, aunque también ha desempeñado diversos empleos de tiempo parcial en los que podía llevar a su primera hija, pero después de que nació la menor optó por dejar de trabajar, al menos hasta que crezca un poco más. Ella considera que su casa se sostiene sólo de los ingresos de él, pero incluso cuando ella tenía un empleo lo considera como un pequeño grano de arena.

Estela identifica que tiene sobrepeso, entre todas sus actividades se da espacio para hacer ejercicio en el parque. Su hija la mayor tiene ocho años y aunque reconoce que se ha puesto *barrigoncita*, no tiene programas actividades. Su pareja se dedica sólo a trabajar y dentro de sus actividades no está la realización de ejercicio.

Las posibilidades de que tome acciones para controlar el peso de su hija son limitadas pues, ha tratado de reducir las porciones que le sirve a la hora de comer, pero termina por darle más en tanto que tiene hambre y dado que está creciendo. Es *normal* que quiera comer más. Los señalamientos del médico que ella refiere, apuntan a lo mismo, su hija está dentro de los rangos normales de peso. Otro aspecto que limita la prevención del exceso de peso es que los niños gorditos serán también adultos gorditos, prácticamente depende de la genética.

Estela sabe que el exceso de peso puede conducir a problemas de salud, y ha tomado medidas al respecto, modificando la forma en la que realiza algunas actividades diarias. Una alimentación saludable, por ejemplo no incluye pan dulce o refresco, de la misma manera que se debe cocinar con poca grasa. La actividad física no tiene esa importancia, ni como convivencia o demostración de afecto, si bien ejercitarse no es mal visto, queda como una actividad accesoria, de la que se ha prescindido. Los impuestos a la comida pueden funcionar para reducir el peso, precisamente debido a las dificultades que implica promover la actividad física.

El tiempo debe estar bien controlado para asegurar que se lleven a cabo las actividades programadas. La comida misma queda supeditada a la planeación, al punto de que cuando comen procura no dar espacio para que su hija platique, esas charlas la retrasan para llegar a sus clases de inglés, de lectura y a la banda de guerra. Ya habrá oportunidad de hablar en el camino. Al regresar a casa la historia cambia, si ya hizo la tarea es posible pasar lo que resta antes de dormir frente a la televisión o jugando con el teléfono. A estas

actividades se les puede dedicar un rato pues el uso de la tecnología es indispensable para no quedar *fuera del mundo*.

El conjunto de actividades del hogar están repartidas de manera equitativa y sus características bien definidas, por lo que no hay diferencias en los resultados, ya sea que las hagan Estela o su pareja, de acuerdo con su propio testimonio. Pero, al describir las actividades diarias, es ella quien se encarga de realizar las labores del hogar. Él aprendió a cocinar al comenzar a vivir con ella, pero a pesar de que haya adquirido ciertos conocimientos, no es muy frecuente que cocine, si lo llega a hacer es a petición de ella. Estela es quien cocina y es ella quien decide que se come en casa, aunque su hija ya expresa sus gustos y puede influir en las decisiones.

El ritmo de vida de su familia, está marcado en buena parte por Estela, la inquietud de que su hija tome cursos extracurriculares ha sido de ella, por lo que cuida tanto su cumplimiento. Este mismo compromiso se refleja en algo más que los resultados escolares de su hija. Al andar apurada, se afecta directamente su forma de comer. Al ingerir rápidamente los alimentos es frecuente que se quede con la sensación de no haber comido. Pero más allá de las restricciones de tiempo, ella considera que comen bien, aunque mucho. No restringen sus gustos, además de que considera que su alimentación es completa.

En donde se cumple con un reparto menos desigual es en lo que se refiere a preparar, llevar y traer a la mayor a la escuela. Ambos se levantan y pueden intercambiar las labores de alimentar y vestirla. Estela se encarga de llevarla a clases de inglés o a un curso para mejorar su lectura, después, comen en casa algo apresuradamente porque a las 4:30 tiene que estar en los ensayos de la banda de guerra en la que participa. Al terminar su papá pasa por la niña, mientras ella se ejercita un poco o va a sus clases de baile.

La mayor de sus hijas parece concentrar la atención de sus padres, pues tiene varias actividades programadas por Estela y la acompaña, como se dijo antes; sin embargo, la más pequeña está con ella todo el día, y se la lleva a donde tenga que llevar a la mayor.

Como contraparte de los esfuerzos que hace su hija en la escuela, suelen recompensarla con comidas en restaurantes de comida rápida, la importancia de esos premios radica en su contraste con los alimentos preparados diariamente en casa por su madre, dieta de la que participan ambas niñas, excepto por el picante. Los castigos son restricciones para

ver la televisión o jugar con el teléfono de su mamá. La restricción de salidas no es frecuente puesto que no figuran en su día, de hecho la actividad física que realiza es la que puede realizar en los descansos de los ensayos de la banda de guerra. Conforme ha ido creciendo las cosas que eran de su mayor interés lo van perdiendo, limitando también los recursos de sus padres para disciplinarla, por ello tienen que irse adaptando.

Los festejos son frecuentes, se celebran los cumpleaños de su mamá de sus hijas, de ella, además de su aniversario y fechas importantes. El pastel es un elemento clave para tener una celebración formal. Vivir en el mismo predio permite que se refrenden los vínculos entre madre e hija, compartir el desayuno o la comida es frecuente. Frente a la ausencia de festejos en su infancia, Estela valora mucho la convivencia que ha cultivado con su mamá.

Las actividades domésticas eran parte de la cotidianidad de Estela desde su adolescencia. Su padre sufrió una embolia que lo tuvo hospitalizado por meses. Durante ese tiempo, era ella quien se encargaba de asear, cocinar y cuidar de su hermana menor. Al recuperarse su padre, estuvo todavía un año y medio con ellas hasta que recayó, en esta ocasión ya no se recuperó. La muerte de su padre, fue también el fin de un periodo de mucho malestar emocional. Postrado en una silla de ruedas, sin poderse bañar por sí mismo y usando pañal, además de un problema de audición, prácticamente las tres estaban dedicadas a él. En esos meses, él seguía tomando las decisiones del hogar y ellas tenían que atenerse a su autoridad.

Las hermanas no realizaban ninguna actividad porque al papá le molestaba, en lo que se entretenían era en cumplir con las tareas que su mamá les asignaba, mantener limpio su cuarto, lavar su uniforme y auxiliar en todo momento al convaleciente. En la perspectiva de Estela, la ausencia de actividades guiadas por los propios gustos e inquietudes, se debió a su mentalidad de entonces, sin mencionar la carga de trabajo, ni las restricciones paternas.

Tanto su mamá, su hermana y ella identificaron que necesitaban ayuda, al buscarla se dieron cuenta de que habían desarrollado neurosis, pero además de eso Estela también reconoció en el comportamiento de su padre un machismo que le hacía conducirse autoritariamente en un ambiente de escasez, pues sus recursos eran destinados principalmente al único hijo varón que había engendrado en otro hogar. A partir de todo esto, en su propia familia busca replantear las relaciones familiares en un esquema menos tradicional. La violencia de su padre se la atribuye a la neurosis, ella aplica lo aprendido para educar a sus

hijas sobre bases diferentes. La convivencia con su madre fue otro aspecto que pudo recuperar, después de que su relación también se había deteriorado.

Los grandes sobresaltos que provocaron los problemas de salud de su papá, dejaban poco espacio para las preocupaciones por los riesgos de Estela y su hermana. Mientras ella era muy delgada y no le prestaban mayor atención, su hermana era objeto de comentarios que buscaban hacer evidente el exceso de peso que tenía. Su mamá nunca hizo caso de ello, de tal modo que sólo respondía que su hija no estaba gorda sino hinchada, por lo que nunca intentó un cambio en la dieta ni promovió la realización de ejercicio.

La situación económica del hogar no ha sido de abundancia, pero al menos nunca les ha faltado nada, han tratado de mantener los mismos consumos aun cuando hay una reducción en los ingresos. Sobre una situación relativamente estable, Estela ha hecho un esfuerzo por contribuir para la comida diaria o darle dinero a su hija. En comparación a su familia de origen, la situación es todavía mejor, el ejemplo que da para ilustrarlo es que su dieta ha mejorado, ya no tiene que hacer salsa con un jitomate, comer arroz blanco o atún a diario, quedó atrás la época de la precariedad a la que había llevado la convalecencia de su padre. Los recursos ya no se tienen que repartir entre dos familias como en el caso de su papá. Un aspecto importante es el apoyo que le ha brindado su mamá al permitirles vivir en su casa sin pagar renta.

## **Magdalena**

El domicilio de Magdalena se encuentra en un barrio que ha mejorado bastante desde su fundación hace cuarenta años. Su calle es tranquila, aunque no puede decir lo mismo de las aledañas, muy transitada, lo que favorece las ventas de su negocio. Una pequeña lona anuncia la farmacia de medicamentos genéricos, al lado se encuentra un zaguán alto, la entrada principal, aunque la más utilizada es la de la farmacia.

La entrevista se realizó en las escaleras frente al negocio porque que no tenía lugar suficiente dentro del local, y no podía dejar de atender a su clientela que de manera pausada, no dejó de acercarse durante el transcurso de la charla.

Magdalena tiene 45 de edad, concluyó la educación secundaria. Al formar su familia y al nacer sus primeros dos hijos, ella estuvo dedicada al hogar. Cuando crecieron un poco,



recurrió a los servicios de una guardería, aunque finalmente decidió dedicarse al hogar una vez que su marido encontró un empleo estable. Desafortunadamente las cosas cambiaron de forma radical cuando su pareja falleció, en el momento en el que su hijo mayor tenía 13 años y el mediano 4 (el menor nacería seis años después). Entre las prestaciones a las que tenía derecho como trabajador estaba una pensión que les permitió vivir sin problemas a ella y sus hijos.

Para Magdalena recibir la pensión le parecía una buena oportunidad para emprender un negocio. Decidió arriesgarse y pedir un préstamo para poner una farmacia grande y bien surtida. El negocio no resultó, la inversión se perdió y las tarjetas de crédito ya no pasaban. Afortunadamente la pensión permitía también pedir un préstamo cada dos años e irlo descontando mensualmente. Así, después de tres años fue posible pagar sus deudas, financiar sus vacaciones cada dos años y recomenzar su negocio. Esta vez en su casa, sin pagar renta, con medicamentos genéricos de demanda frecuente.

Atender la farmacia pone a Magdalena en contacto constante con experiencias de personas que presentan diferentes afecciones, lo que le permite tener presente el impacto a largo plazo del exceso de peso. Ella y su hijo mayor, en menor grado, presentan exceso de peso pero en la charla las preocupaciones se enfocan en el menor, como si sólo en él, se presenta una situación realmente riesgosa. Los mensajes gubernamentales también le parecen útiles, precisamente para que los adultos prevengas problemas, pero no para los adultos.

El control del peso del menor ha recibido mucha atención. El pediatra le mando a hacer unos estudios en los que identificaba que su hijo tendía al hipotiroidismo. Para evitarlo, el ejercicio y la dieta fueron las principales recomendaciones. Está inscrito en natación y por las noches sale en su bicicleta a dar vueltas frente a su casa, además de cambiar las golosinas que comía entre comidas por frutas y verduras. El mayor también presenta exceso de peso, y ha intentado ejercitarse en varias ocasiones; sin embargo la falta de resultados o su tardanza, terminan por desanimarlo hasta que desiste. En su caso, no hay una preocupación familiar para que logre la meta que se propone, mientras para su hermano menor el ejercicio es también un juego, una forma de pasar un buen rato.

La atención que le prestan al menor de los hermanos no tiene precedente, incluso en el pasado más inmediato pues el exceso de peso del mayor no era considerado problemático y no fue atendido. Ciertamente esto representa un contraste con las concepciones del cuerpo

que estaban vigentes cuando era niña, entonces ella era delgada y la mayor preocupación de su papá era que no tuviera anemia, razón por la que la encerraban en la cocina para que comiera, pero ella se escapaba sin haberse alimentado simplemente porque no tenía hambre. Ver crecer a sus hijos le ha dejado una enseñanza más respecto a la composición corporal. Magdalena creía que un niño gordito bajaba de peso al crecer. Al darse cuenta que lo más probable es que el exceso permanezca, ha puesto más cuidado en el pequeño.

El reparto de labores se modificó con la ausencia de su pareja. Magdalena pasó a una situación menos agobiante, de encargarse ella sola de las labores del hogar a involucrar de forma paulatina a sus hijos. Ellos lavan su ropa y se encargan de sus habitaciones; sin embargo, hay labores que no se han repartido. Ella se sigue encargando de la alimentación y del aseo en general. Su hijo mayor que ya trabaja, a veces toma la posición del padre, tanto al regañar a su hermano menor por malos resultados en la escuela, aportar al gasto del hogar o invitar a la familia a comer y tratar de dar gusto principalmente a su mamá. Esos gustos son alimentos que salen de la rutina y por supuesto de la dieta que el menor de los hermanos debe seguir. Si bien el objetivo es dar un descanso a la mamá, ella misma acaba cediendo en sus preferencias para apoyar las de ellos. Para ella, esto también significa separarse de las celebraciones católicas y el ritmo que le impregnan a la vida social. Como Testigos de Jehová, no esperan a que sea temporada para darse un gusto, al fin en la abundancia se muestra también el favor de Dios y en los festejos de su congregación abundan las comidas especiales.

Satisfacer los antojos, es una forma de recompensar; sin embargo, no parece ser una forma muy efectiva de tener los comportamientos deseados. El acceso que tiene el niño a la caja de la farmacia, le permite tomar a voluntad las pequeñas cantidades necesarias para adquirir dulces y golosinas, es más al comenzar la entrevista desapareció en la farmacia, lo vimos pasar apresuradamente a la tienda de enfrente para volver con tres *gansitos*, el conservó dos y me dio uno.

Ese tipo de comportamientos generan muchos conflictos entre madre e hijo, que no se han podido solucionar sólo con regaños. En este aspecto es relevante la participación de su hijo mayor. El pequeño lo sigue, le pide sus cosas y que lo lleve a *Recorholis*, un centro de entretenimiento infantil. Su mamá recurre al apoyo del mayor pidiéndole que suspenda las salidas y no le preste sus cosas, lo que suele funcionar al menos por un tiempo. El último recurso que emplea para disciplinar lo es negarle la salida con la bicicleta por las noches.

El ejercicio físico es valioso, por ello puede ser utilizado por Magdalena para educar a su hijo; sin embargo, su valor ha cambiado al largo de los años y ella puede testimoniarlo. Cuando era niña reconoce hacer más actividad física que su hijo a la misma edad, el ejercitarse era juego y diversión, sus mejores recuerdos de esa etapa. Con los años, la televisión, las películas, los videojuegos y los celulares se han tornado en sinónimo de entretenimiento. Hasta que recibió orientación médica respecto al peso de su pequeño, los momentos más agradables para él, como para todos, era ver películas y comer botana. Jugar y moverse vuelve a cobrar importancia, si bien terapéutica, pero también emocional.

El contraste entre el pasado y la vida actual de Magdalena también nos deja ver esquemas que recuperaría para hacer frente a sus dificultades posteriores. En primera instancia, ya había pasado por la experiencia de perder a un miembro de la familia. En su infancia fue su mamá quien falleció. Para su padre fue más difícil el proceso puesto que se tuvo que hacer cargo de actividades a las que no estaba acostumbrado, además de la manutención. La forma en la que hizo frente a la situación fue involucrar a sus hijos en las tareas, así como en las decisiones.

El manejo de la disciplina es una historia muy distinta. Su padre recurría con frecuencia a los golpes. Esa experiencia le ha hecho buscar formas no violentas para controlar los comportamientos de sus hijos, sin que haya definido claramente alternativas para castigar o recompensar. Un recurso que ha probado es platicar con ellos apoyada en historias bíblicas, lo que también siente que le ha funcionado.

Ya se dijo que el hogar de Magdalena había enfrentado algunas dificultades, con una recuperación posterior; sin embargo, la sucesión de complicaciones y mejoras adquiere otra dimensión al enmarcarla en la historia de su propia familia en la niñez. En comparación, las condiciones económicas han mejorado. Eran cinco hermanos y su papá. La casa se sostenía sólo con el ingreso de él. Los zapatos quedaban con la suela perforada a causa de la fricción constante con la piedra volcánica, pero su papá estaba atento para ponerles plantillas de cartón, y evitar al menos que se lastimaran los pies.

La alimentación muestra también las mejorías. La más inmediata se vivió después de los problemas con la farmacia. La soya texturizada se volvió la base de su alimentación, básicamente porque era barata, además era posible revolverla con algo de chorizo o carne molida y que pareciera carne. Con el tiempo sus hijos se hartaron de la soya pero hasta que

no mejoró su situación su consumo no se interrumpió. Ahora hasta tienen que hacer dieta, reconoce Magdalena. Pero no dice lo mismo cuando piensa en las comidas durante su infancia. Menciona una dieta en la que abundaban los frijoles, los caldos de pollo e incluso el consumo de los nopales que crecían silvestres entre las rocas, asados a manera de carne. Por las noches, la merienda era un atole de masa y un bolillo, ahora sus hijos quieren tomar pura leche con panecillos industrializados que ella considera *chatarra*. Ha tenido ganas de cocinar como en aquellos días, pero no lo ha hecho, el acceso a otros recursos alimentarios desestiman esa opción.

Otro aspecto en el que la mejora en los recursos para alimentarse no representa mejores condiciones para la alimentación es la ocasión misma. Cuando sus hijos estaban creciendo desayunaban, comían y cenaban juntos, aunque a veces con prisas. Ahora sus hijos tienen que ir a trabajar o a la escuela lejos y no los ve sino hasta la noche, incluso en ocasiones el menor se va con su papá y regresa después de comer. Magdalena cree que lo más probable es que coman fritangas en la calle, que sus hijos no se alimenten bien. Al mismo tiempo, al verse sola, no le da hambre, no come. Ella tampoco come adecuadamente.

### **Herminia e Inocencia**

Para llegar a casa de doña Herminia hay que introducirse en una de las sinuosas calles que surgieron casi espontáneamente, durante la urbanización del Pedregal de Santo Domingo. El nombre de la calle y el número servían menos que la referencia de la capilla cercana y el color del zaguán. La fachada del domicilio era una construcción de dos pisos, la planta baja era la entrada y un pequeño local sin ocupar que sirviera de bodega. Un anciano en la entrada mando llamar a doña Herminia con uno de los niños que se asomó, después de preguntar en tono seco que quería. Instantes después apareció el niño dando la indicación “que pase”. Frente a la entrada no había pared, sólo se veía desaparecer el suelo. En realidad, se trataba del acceso a varios domicilios cuya única regularidad era estar alrededor de ese camino. Los hogares eran difíciles de contar entre las subidas, las bajadas y las vueltas. Hasta el fondo, la casa de doña Herminia parece ser el punto más bajo de las edificaciones, pero también es la más grande, en ella se hizo la entrevista.

Desde dentro se puede ver que la casa es de dos pisos. Además del aplanado las paredes están cubiertas con azulejos de color madera, las columnas están pintadas con el mismo color, pero le agregaron algunas hojas verdes. Detrás de una pequeña barra está la

cocina, en cuyo centro hay una mesa y sobre ella un frutero con frutas de temporada, además de una bolsa grande de frituras de harina. En la sala ya se encontraban doña Herminia, su esposo y su nuera Inocencia. Su hija y su nieto no se encontraban, había salido a ver un partido al estadio universitario. El esposo de Inocencia falleció hace cuatro años.

Doña Herminia tiene 49 años. Desde los diez, con la muerte de su madre, las decisiones del hogar quedaron bajo su cargo. Su papá era alcohólico y generalmente llegaba sólo a dormir a casa. Ella se tenía que hacer cargo de sus cuatro hermanos menores, con el apoyo de algunas vecinas. Con todo alcanzó a terminar la primaria. Actualmente, sigue siendo la figura de autoridad, no sólo porque su marido está enfermo, sino porque el terreno es de su familia y con sus décadas de trabajo ha ido construyendo su casa. Su esposo de 53 tiene el mismo nivel educativo, actualmente es pensionado. Su hija con 25 años, es licenciada en educación preescolar y ya ejerce. Sus opiniones son escuchadas por su mamá pues van respaldadas por su título como educadora. Inocencia, llegó al primer año de secundaria, es empleada, lo que supone una serie de retos para poder encargarse también de su hijo, que tiene ocho años y es el único niño del hogar.

La forma en la que se concebía el cuerpo, en las experiencias de doña Herminia y de Inocencia, es semejante. Ambas habían sido muy delgadas de niñas, pero a Inocencia le daban un jarabe para que le diera apetito. Doña Herminia habla con un cierto tono de molestia respecto a la importancia que se le da al peso actualmente, cuando era niña no estaban *moliendo* con eso.

Los mensajes en torno al cuidado del peso son molestos para doña Herminia, porque no sirven de nada. Las personas que buscan la acción del gobierno sólo quieren justificarse. Es imposible que deje de comer lo que le gusta, básicamente porque no tiene sentido que las personas trabajen tanto y que se restrinjan de sus gustos, para que luego se enfermen y no puedan comer, por eso hay que aprovechar.

El abuelo solía ser robusto, ahora es delgado a causa de la diabetes que padece. Doña Herminia siempre ha sido magra. Su hija tenía exceso de peso, pero la práctica de fútbol y el cuidado de su alimentación le hicieron perder peso hasta su actual complexión media. La mamá del escolar tiene una composición corporal robusta pero no parece preocupada al respecto. El niño, por el contrario, desde bebé lo clasifican como pasado de peso. En la última

consulta que tuvo a causa de una gripa, la doctora le recomendó que adelgazara, y le explicó las enfermedades en las que puede derivar.

A partir de la alerta sobre el peso del niño, doña Herminia empezó a preocuparse por que a duras penas se movía del sofá. Después de la escuela se sentaba a ver la televisión, por la noche cuando su tía llegaba del trabajo le pedía su *Tablet*, y jugaba con ella hasta que era hora de dormir. Se cansaba rápido y era perezoso. Al sedentarismo también contribuía que la calle es muy peligrosa y que los otros niños que vivían cerca eran muy groseros y peleoneros.

La opción que encontraron más adecuada fue llevarlo a la iglesia los sábados, ahí una asociación civil desarrolla actividades deportivas y de esparcimiento para los niños de la comunidad. Sin duda, esto marco una diferencia en varios aspectos de la vida del escolar, pero no dejaba de ser una actividad semanal, además de que tampoco involucraba a ningún miembro de la familia, con lo cual la dinámica entre semana era la misma, estar sentado frente a la televisión. De manera indirecta, aumento el tiempo destinado a caminar. Había comenzado a bajar de calificación porque al hacer sus tareas y no entender se sentía frustrado y ya no quería hacerla. Intercambiar a quien le ayudaba en la tarea solía complicar las cosas porque iba de un lado a otro sin que la terminara, al final quedaban todos enojados. Al inscribirlo en un taller para la elaboración de tareas que quedaba en otra colonia se atendían varios asuntos, los enojos por las tareas, sus calificaciones y al menos cuarenta minutos de caminata diaria. Al final de cuentas consideran que el escolar se ejercita lo suficiente, porque además de lo anterior, tiene recreo activo en su escuela y una clase diaria de educación física.

No está de más mencionar que ver películas en la sala, acostados comiendo botanas, son los momentos más agradables que pasa la familia. Este es un gran cambio respecto a la niñez del hijo de doña Herminia. Él creció cuando no había tantas bardas y había muchos niños de su edad y no estaban tan maleados.

Las nociones que equiparan al exceso de peso con un riesgo para la salud no son las únicas que orientan las prácticas de la familia. El niño había encontrado algunas dificultades para tener compañeros de juego. Doña Herminia se lo atribuía a que está creciendo y está “agarrando” el cuerpo de su papá, robusto o como ella dice “ponchado”. Tiene un cuerpo macizo, por lo que puede lastimar a sus compañeros al jugar, no mide su fuerza. La robustez es sinónimo de fuerza.

Las tres mujeres de la familia trabajan, el abuelo pasa un poco más de tiempo con su nieto, pero es limitado pues se agota con facilidad y en ocasiones le es difícil hasta sostenerse en pie. Por eso, entre las tres, pero más entre la abuela y la mamá se encargan de cuidar del niño, organizando el tiempo disponible. Como contraparte, los ingresos de ellas tres en mayor o en menor aseguran que no tenga alguna limitación o necesidad. La pensión del abuelo alcanza para cubrir sus gastos médicos, si bien no es una fuente de ingreso para el hogar, evita que se deteriore la situación económica. Lo anterior no quiere decir que las tres mujeres pongan sus ingresos en un gasto común, más bien, con frecuencia destinan algo de sus recursos al niño. Pero no todas tienen los mismos ingresos ni los mismos gastos. Doña Herminia es quien sostiene la casa y lo señala con orgullo, paga los servicios y compra los alimentos para que desayunen, coman y cenan todos. No sabe cuánto gana ni en que gasta su nuera ni necesita saberlo, ella se puede hacer cargo todavía.

El fallecimiento del hijo de doña Herminia fue devastador para ella. Él era la razón por la que trabajaba, durante años había hecho un ahorro por si su hijo tenía algún percance, con su muerte todo ese esfuerzo se trasladó a su nieto. Pero ella no fue la única en estar pendiente de que no le faltara nada. Sus hermanos, en agradecimiento por el cuidado que les brindó, le regalan, festejan y pasean a su único nieto. Vecinos y amigos de su marido también están pendientes. Es una situación de la que no tienen precedente, ni para doña Herminia ni para Inocencia había festejos.

En un ambiente lleno de regalos y consentimiento parece difícil impulsar las conductas deseadas en el escolar. Le ofrecen juguetes o prendas como recompensa, se las tiene que ganar. Pero los alimentos que son de su preferencia no entran en esta lógica. Su abuela no tiene problemas en comprarle yogurts o gelatinas porque son cosas que se va a comer, se van a aprovechar, no van a quedar arrumbadas como los juguetes, además de que son lujos que se pueden dar, consumos que estaban fuera del alcance durante su infancia y aun cuando su hijo creció.

Las tensiones entre doña Herminia e Inocencia repercuten en las formas de castigar al niño, pues lo que alguna de las dos le niegue por su mala conducta, puede pedírselo a la otra. La forma más efectiva de castigarlo es suspender el acceso a la *tablet*. Pero en términos generales, la abuela es muy permisiva, ella no tiene problemas en reconocerlo. De hecho, su hijo le llegó a cuestionar el contraste que había respecto a la forma en la que los educó a él y

a su hermana, doña Herminia respondió que no quería repetir los mismos patrones de violencia, algo en lo que coincidió con Inocencia.

Doña Herminia dice tener muy claro que las decisiones sobre su nieto son de competencia exclusiva de su mamá. En la práctica, constantemente se refiere a las actividades que hace por el niño (llevarlo a consulta, preocuparse por su peso, buscar clases de regularización). El estar pendiente de su nieto, pero reconocer que ella no puede decidir no deriva en un sentimiento de frustración, más bien le da poder sobre la nuera, la posibilidad de decirle que tiene que hacer (con su tiempo de trabajo, con sus prácticas de crianza, por ejemplo) asumiendo que el objetivo común es el bienestar de su nieto. No es que doña Herminia tenga la información suficiente ni las prácticas adecuadas para criar al escolar, pero es recurrente que señale que sus problemas de comportamiento o la ingesta de comida chatarra sean responsabilidad de su nuera.

Inocencia acepta los comentarios, asiente con su silencio. Al final su casa, mejor dicho su habitación, es su refugio, donde ella puede apartarse del control de su suegra. Por ello, no siempre acompaña a su hijo con su abuela. Esto no es bien recibido por doña Herminia, sobre todo porque su nieto sabe que también puede ser un refugio para él. Cuando le llaman la atención, cuando se enoja, se va a su casa, su abuela sabe que regresará al otro día. Para él; sin embargo, es la oportunidad de entrar en una dinámica de aceptar la autoridad más conveniente. Dinámica que se traslada a la convivencia diaria donde puede ir a buscar con su tía o su abuela lo que la mamá le negó o viceversa.

La preparación de alimentos presenta diferencias dependiendo de quien la haga. Las preparaciones de la abuela o la tía son guisos más tradicionales, pero cuando es la mamá, son frecuentes los sándwiches y las quesadillas. Entre semana desayunan madre e hijo, él lleva *lunch* y come en la escuela, todos se vuelven a reunir para la cena, aunque es probable que él quiera leche y un pan. Los fines de semana es posible que compren pollo rostizado, frijoles enlatados y sopas instantáneas para comer, y así evitar cocinar. El niño come lo mismo que los adultos, si bien les preocupa el peso, las soluciones para su control se enfocan en la actividad física.

La limpieza de esa casa corresponde a la abuela y la tía, con la participación que el abuelo puede proporcionar. De hecho el escolar y su mamá tienen un cuarto aparte en donde



también tienen comida, fruta y donde duermen, pero la vida familiar se hace en la casa de doña Herminia.

El reparto de labores ha cambiado poco a raíz de la muerte de la pareja de Inocencia y de la enfermedad de su suegro. Ella ha tenido que trabajar, pero sigue encargándose de las cosas de su hijo, su suegra y su cuñada señalan que ellas sólo están para apoyar. Para doña Herminia, ha habido poco cambio en realidad. El haberse hecho cargo de sus hermanos le generó recuerdos tristes, pero el orgullo de haber superado sus adversidades, más que como su hermana como su mamá.

Existe una gran diferencia entre los años en los que sólo doña Herminia trabajaba y ahora que, de los cinco habitantes, sólo el escolar no percibe algún ingreso. Las mejoras en su situación han sido constantes, y se reflejan en la alimentación. Un primer aspecto es el consumo de carne, la mejora en los ingresos permite gastar en este alimento que suelen ser caro. Pero aunque haya cambiado el ingreso, la mentalidad detrás de los consumos se mantiene. Ella siempre ha comprado sólo lo necesario, es decir, no gasta en cosas que no se vayan a consumir, no desperdicia y no almacena. Lo necesario no es un estándar fijo que dependa de criterios como los requerimientos energéticos o las implicaciones para la salud, se trata más bien de una relación dinámica entre lo que pueden comprar y lo que pueden consumir.

## **Rogelia**

Las calles en la que se ubica la casa de Rogelia está cerca de una de las avenidas que atraviesan el Pedregal de Santo Domingo, pero fácilmente se podría confundir con la de una colonia en pleno proceso de urbanización. La cinta asfáltica parece provisionalmente sobrepuesta sobre un terreno que no se sabe si es un baldío, un área verde o un estacionamiento, como es utilizado en realidad. El siguiente predio está rodeado de malla ciclónica con una tabla de metro y medio de alto por un metro de largo, que hace de puerta. Esta se mantiene cerrada por un alambre que la sujeta a la malla. Había que pasar y llamar a la puerta metálica roja que sobresalía entre el concreto gris.

El hogar de Rogelia era el que se encontraba más arriba, por lo que una vecina tuvo que avisarle que la buscaban. En el recorrido, los saludos se sucedían a medida que subíamos. Se trataba de las familias de su tío y dos de sus primas que habitaban en las cuatro plantas del

edificio que desde fuera no son visibles. Las construcciones de tabique sin aplanar y de loza estaban comunicadas por una intrincada red de escaleras que parecían haber sido olvidadas durante las diferentes etapas de la edificación. En el cuarto de su hijo también de tabique y loza fue donde se hizo la entrevista.

Rogelia llegó a la ciudad de México, junto con su hermana hace 15 años, ella tenía 30 y su hermana 23. Vivían en una ranchería cerca de Pátzcuaro, cuando se fueron no tenía luz, escaseaba el transporte y había que ir a Pátzcuaro a hacer las compras. La falta de empleo y la poca remuneración, les hizo migrar a la ciudad. Dos años después de llegar, se instalaron en su domicilio actual y ahí fue que formó su familia. Cuando su hijo tenía tres años de edad tuvieron un problema del que no quiso hablar, pero tan grave que no sólo se tuvo que ir el papá de la casa, incluso llevó a la pérdida de la custodia del niño y una orden de restricción en su contra. Para evitar posibles reclamos, Rogelia había llevado a su hijo para que conviviera con su padre en lugares públicos y siempre bajo su vigilancia. Después del último encuentro, su hijo decidió ya no verlo más, de hecho, se ponía de mal humor cuando su mamá le hablaba de él y decía que cuando le preguntaran por su papá diría que está muerto. Estuvo un año acudiendo a recibir atención psicológica. Para Rogelia ya está sobrepuesto, va bien en la escuela, es respetuoso con los adultos y en la escuela defiende a las niñas de sus compañeros que las molestan.

Rogelia llegó a la casa de su tío ya grande y sin un conocimiento de sus derechos, el proceso de separación e incluso la posibilidad de obtener una pensión alimentaria de él, nos remiten a la importancia de sus familiares ya instalados para acompañarla y apoyarla para seguir todo el proceso.

Su hijo tiene 11 años, es alto para su edad y aun así, tiene un exceso de peso notable. Esto contrasta con la actividad física que ha tenido a lo largo de su vida. Desde los cuatro años está en Karate, lo suspendió cuando operaron a su mamá de un pie, pero cuando estuvo repuesta le pidió que lo dejara descansar y probar mientras con el fútbol. Ella accedió con la condición de que intentaría atender a las dos actividades. A los siete años comenzó a subir bastante de peso, el instructor de karate lo notó y le recomendó que llevara al niño al médico pues probablemente tenía un problema metabólico; sin embargo, los análisis no encontraban ninguna patología. Esto las confundía bastante pues los mensajes que se difunden señalan que el exceso de peso es peligroso.

Entre ella y su hermana trataban de cuidar su dieta, él incluso pide muchas verduras y no cocinar carne roja, pero, aunque ha dejado de subir de peso, mantiene la misma composición corporal. En última instancia, se recurre al ejemplo de su tío, quien a decir de Rogelia parecía “bolita” pero ahora ya es muy delgado. Las únicas referencias a un comportamiento que conduzca a la ganancia de peso, son el consumo de botanas en la escuela, además de que las recompensas que le dan son alimentos, salir a comer taquitos o un helado.

Recordar la experiencia de uno de sus hermanos permite ilustrar la forma en la que concebían la composición corporal en su niñez. A ambas hermanas sus papás les decían que estaban muy flacas, lo que las hacía sentir mal, sobre todo porque las comparaban con su hermano el gordito. Con el tiempo la creciente difusión de mensajes advirtiendo las consecuencias del peso elevado, dejaron claro que él era quien estaba en riesgo.

Jugar sin que ello sea parte de una actividad organizada parece ser difícil de lograr en la ciudad. En su comunidad ellas disfrutaron de una infancia llena de juegos al aire libre, que se complica replicar en la ciudad, principalmente por la inseguridad.

Los castigos no abundan, en general Rogelia reconoce que es un buen niño, pero ello no implica que no ocurran. Le pueden llegar a castigar las salidas, pero no las actividades deportivas. Es más frecuente que lo dejen sin ver la televisión o sin usar la *tablet*, la tecnología se vuelve un recurso para la disciplina dado que cada vez es más importante no sólo para el entretenimiento sino para la socialización de las generaciones jóvenes. En esto Rogelia parece escéptica pues considera que no es necesario estar frente a la pantalla o pendiente del teléfono para entretenerse; sin embargo, su hijo tiene una *tablet* y televisión en su habitación.

Salvo los pocos años en los que estuvo el papá de su hijo, el reparto de labores ha sido similar, ambas hermanas hacen labores domésticas y ambas tienen un trabajo remunerado. La mayor diferencia es la inclusión del hijo de Rogelia en las actividades. Ir a la escuela por él, revisar la tarea entre otras actividades son responsabilidad de ella; sin embargo, puede solicitar el apoyo de su hermana, sin que eso represente problema alguno. Dada la colaboración entre ambas, el trabajo doméstico es compatible con el extradoméstico.

La comida es otro ejemplo, quien cocina principalmente es Rogelia, cuando no le da tiempo cocina su hermana, pero no le gusta tanto a su hijo, pero los ingredientes son los mismos. Ambas se ponen de acuerdo de los que van a cocinar y compran lo que necesitan, tomando en cuenta la opinión de su hijo. La rutina diaria es que todos comen juntos por la tarde a las 6:00, la comida ya ha sido elaborada por Rogelia y ya sólo hace falta que su hermana caliente y sirva, suelen esperarse para comer. La ausencia de alguno se siente inmediatamente reduce el apetito de su hijo.

Si se compara con la dieta en su lugar de origen, salta a la vista la abundancia de harinas, grasas y azúcares, frente a una dieta tradicional formada por frijoles o guisado o sopa, no juntos.

El niño también ha incrementado su participación en las labores del hogar, conforme ha ido creciendo. Él se encarga de mantener su habitación limpia y ordenada, además de cuidar de su perro y de limpiar sus desechos, lo que le da la sensación de colaboración además de tener un aspecto formativo.

Los ingresos de ambas sostienen el hogar, los gastos se reparten, los que son propios del niño son cubiertos por la pensión que le pasa su papá. Pero esto no ha significado un consumo excesivo de alimentos ricos en grasas y azúcares. Por la preocupación por el peso del niño tratan de cuidar lo que comen, excepto cuando se trata de celebrar o recompensar algún logro. Los festejos de cumpleaños son otra excepción en el cuidado de la alimentación, tanto por el pastel como por los guisados especiales que se elaboran, aunque no sean muy frecuentes.

La forma en la que se organizan difiere de la que tenían sus padres. La principal diferencia es que en su infancia era su mamá la que tomaba las decisiones del hogar, pero Rogelia busca tomar en cuenta la opinión de su hijo.

Otra diferencia es que para ellas no hubo premios cuando eran niñas, pero los castigos abundaban. Los contrastes le hacen pensar a Rogelia que los padres actuales dan de más y pueden llegar a ser consentidores.

Si se compara la situación actual de su familia con las condiciones cuando era niña, ha habido una mejora que no sólo en su hogar actual. Ciertamente ellas viven en un lugar en el

que pueden ganar más que si se hubieran quedado en el pueblo; sin embargo, el hecho de que los siete hijos que le sobrevivieron a su papás estén trabajando, permite asegurar la manutención de sus padres, por mínima que pueda ser la aportación que pueden hacer los hermanos que no salieron de la comunidad.

Finalmente, el gobierno no puede hacer nada para mejorar la alimentación de la población, para Rogelia, es responsabilidad de los papás, principalmente porque se trata de un negocio.

## **Lucía**

Llegar a la casa de Lucía no es complicado, aunque la numeración puede confundir a quien intente encontrarla. Lo que puede hacer difícil el acceso es la presencia de grupos de varones que beben y fuman mariguana. Pero no pasa nada, sólo están ahí escuchando música y bravuconeando entre ellos. Algo más inquietante fueron las referencias que usó Lucía para indicar su domicilio, letreros en los que se invitaba a una reunión en la iglesia para tratar el asunto de los niños desaparecidos en la colonia. Siguiéndolos fue fácil llegar.

La entrada al predio es una superficie de concreto en el que se encontraban un par de bicicletas pequeñas y algunos restos de materiales de construcción y tabiques. Alrededor de un patio posterior más pequeño se localizaban dos casas, la de Luisa y su familia y la de una de sus tías. La casa de Lucía estaba construida de tabique sin aplanar y láminas de asbesto. Al entrar estaba el comedor algunas sillas alrededor de la mesa, al fondo la estufa y una alacena. A la derecha detrás del refrigerador está una cama individual. Más allá, la entrada de lo que parecían los dormitorios.

Al comenzar la entrevista se encontraban reunidos el papá de 61 años, la hermana con su hija de 15 y las dos hijas de Lucía de 11 y 13 años. Su hermana constantemente participaba dando sus impresiones, pero no proporcionó información sobre ella porque no vivía ahí. Sólo faltaba su mamá que tiene 70 años. Lucía tiene 32 años y la mayor escolaridad, secundaria terminada. Su mamá no pasó por la escuela, su papá se quedó en tercero de primaria. Su hija en edad escolar está en quinto de primaria, la otra está en primero de secundaria, su sobrina está por terminar la secundaria.

Lucia ha sido gordita desde pequeña, su hermana siempre ha sido delgada. Su mamá ha bajado de peso recientemente, él papá dice ser el único gordo. Al hablar del cuerpo de las hijas, las opiniones se vuelven menos claras. Su hija mayor empezó a ganar mucho peso cuando tenía 10 años, coincidiendo con el momento en que ella entró a trabajar. Siguiendo el consejo de sus familiares ella buscó atención psicológica, porque se habían dado cuenta de que ella comía demasiado, lo que podría traerle diabetes, a lo que es propensa por la familia de su papá. Con el tiempo ella considera que perdió peso al crecer y se ha vuelto la base de sus consideraciones respecto al peso. Aunque las tres menores presentan exceso de peso, ella confía en que sea con el crecimiento que logren bajar de peso. La menor de las hijas de Lucía es la única que tiene actividad física programada. Cada semana va a la iglesia y participa en las labores de una asociación civil que promueve la integración comunitaria en los pedregales, su hermana se considera grande para eso.

La hija mayor Luisa y su prima son ya unas adolescentes y empiezan a preocuparse por su apariencia. Ellas suelen saltarse las comidas, pero para su familia no hay problema, ellas solas se castigan, no perciben un riesgo en ello. Tampoco consideran que ellas se preocupen por su cuerpo; sin embargo, ante el señalamiento de que a su hija mayor le gusta vestirse apretado, ella reaccionó mencionando que, al vestirse así siente que se mal. Su prima sólo señaló vestirse con ropa holgada por comodidad.

Como madre soltera Lucía ha tenido que trabajar, la situación del hogar no deja opciones, pero ella se siente mejor que cuando estaba el papá de sus hijas, con él experimentaron mayores dificultades. En su trabajo actual gana más que hace tres años que empezó e incluso prevé comprar un terreno abonando cierta cantidad cada semana.

El trabajo extradoméstico le impide realizar trabajo doméstico, quienes se encargan de eso son su papá, su mamá y su hermana que diario va a verlas. Su hermana se encarga de la limpieza y pone a sus sobrinas a ayudarle, conforme han ido creciendo las han ido involucrando, lo que se ha vuelto particularmente difícil desde la entrada en la adolescencia de la mayor. La alimentación es un proceso un poco más amplio. Lo que se va a cocinar y la forma en la que se va a preparar, lo deciden entre todos, dando prioridad al papá, aunque los planes pueden ajustarse al ir al tianguis cada ocho días. La preparación corresponde a su mamá o a la misma hija, sin que haya grandes diferencias. No existe una dieta especial para las niñas, todos comen lo mismo.

El reparto de labores es similar al que se presentaba cuando eran niñas. Entre la mamá y las hijas se hacían cargo de la limpieza del hogar y poco a poco les iba enseñando a cocinar. Lucía valora mucho la distribución de las labores porque aligeraba la carga de trabajo.

Pasar tiempo con las niñas no es parte de las tareas del hogar. Conforme han ido creciendo los juegos se ha ido sustituyendo por el teléfono, a tal grado que se ha convertido en el objeto preferido para castigarlas. Lucía reconoce que a partir de que tienen teléfono han reducido su actividad física. Los fines de semana son los días que pueden estar juntas, pero esos momentos no son aprovechados para salir, sino para estar en casa y ver películas. Salvo por la disposición de teléfonos, no hay mucha diferencia respecto a su infancia, tampoco les dedicaban tiempo para salir a jugar.

Cuando Lucía y su hermana eran niñas no salían a pasear ni tenían festejos. Su papá reconoce que era porque andaba bebiendo con sus amigos o sus compadres y no dedicaba tiempo a convivir con sus hijas. Esto ha cambiado ahora festejan los cumpleaños con pastel y atole, sólo con la familia.

El momento más agradable que recuerdan las hijas de Lucía es cuando fueron por primera vez al centro de Coyoacán, pasearon y comieron helado; sin embargo no es una actividad frecuente. Pero hay otra actividad que si lo es y que también es gratificante para ellas. Entre semana, su tía las invita a ver películas en su casa.

Las botanas y golosinas son importantes para ver la película a gusto, para ello van a la tienda a comprar. No compran en los puestos callejeros porque les preocupa que eso pueda afectar a su salud, para las hijas de Lucía la comida chatarra no es un problema, sólo la higiene con la que hayan preparado esos productos, por ello es más seguro ir a la tienda.

Una gran diferencia respecto a cuando era niña es el manejo de la autoridad. En su infancia, su papá era el que tomaba las decisiones y a quien había que pedir permiso, también era el que regañaba, sólo eso, pero ambas hijas reconocen que era suficiente para que se comportaran. Ahora, sus papás no se sienten con la autoridad para regañar a sus hijas, ni para vigilar que cumplan con sus labores. Entre semana ella sólo recibe las quejas. Los fines de semana son una oportunidad para llamarles la atención y disciplinarlas, pero lidiar con sus hijas para que le obedezcan le resulta muy difícil, llegando incluso a pegarles cuando pierde la paciencia.

El poco tiempo que comparten y que la violencia sea recurrente le hace sentir culpable, particularmente con la menor, por lo que termina llevándola a la tienda a comprar para compensarla, por eso su hermana dice que consiente más a la que más mal se porta. La culpa se acrecienta al recordar que en su infancia su papá sólo las regañaba, nunca les pegó.

Después de las adversidades que enfrentó Lucía cuando estaba aún el papá de sus hijas, ha mejorado su situación, y tiene confianza que siga así. Lo que la animó a comprar un terreno, a plazos. Respecto a la infancia, ha mejorado todavía más ya pueden cubrir sus necesidades, lo que era difícil en aquellos años.

### **Sonia**

Sonia tiene muchas actividades, toma cursos de corte y confección, es profesora universitaria y madre de una niña de once años y un niño de dos. Para ella fue más cómodo realizar la entrevista en el espacio en el que toma su curso, pues luego tendría que desplazarse a otra de sus tareas. Tiene 33 años y una maestría en Ciencias Biológicas. Su marido de 34, sólo cursó la secundaria, trabaja para una empresa de seguridad privada con turnos de 24 horas de trabajo por 24 horas de descanso.

Toda su vida Sonia ha sido delgada, de hecho, con el peso que ganó con su último embarazo, llegó por primera vez en su vida a pesar cincuenta kilogramos. Su esposo está ganando peso, pero tampoco puede decir que sea gordo. Su hija es muy delgada, como ella, por lo que no se preocupa y quiere pensar que cuando está sola en casa come lo necesario. El niño es bien robusto, y come bastante, de hecho, puede llegar a comer aproximadamente la misma porción que su hija, si se cuentan las veces que se le sirve. Esto no la inquieta por dos razones, los varones siempre van a comer más y su papá es también de *buen comer*. La ausencia de signos de alarma por el peso corporal de los integrantes de la familia, permite también despreocuparse de enfermedades derivadas de ello, a pesar de que su mamá tiene cáncer.

Durante su infancia no recuerda que hubiera una preocupación por el cuerpo, pero si la obligaban a comer. Recuerda que podía quedarse dormida en la mesa porque no la dejaban levantarse hasta que hubiera comido. Tampoco se preocupaban por el ejercicio, de todas maneras, ella salía a jugar, e incluso señala que a la misma edad que su hija, ella hacía más



actividad física. A pesar de ello, no la deja salir porque los niños son muy groseros y teme que sean muy bruscos con su hija.

Entre el trabajo, cuidar a los niños y sus actividades personales, es posible que la hora de la comida sea un momento estresante. Se siente presionada porque a veces no le alcanza el tiempo. Una opción es que no cocine y que compre alimentos elaborados, pero aun así el tiempo se le viene encima porque supone trasladarse y llevarlos a casa. Un apoyo muy importante es que se reparte las labores domésticas con su marido, pues tres veces a la semana está en casa todo el día, además de que un fin de semana trabaja y uno no. Aunque tienen ciertos acuerdos sobre el tipo de alimentos y la preparación, cuando él cocina, puede cambiar el plan, haciendo más frecuente que sean alimentos rápidos, sopas o alimentos fritos, a ella no le agrada esto pues sus hijos tienen la misma dieta que ellos. Con todo, ella considera que se come lo necesario y que se come bien porque la dieta es variada.

En lo que se refiere a la limpieza, ella tampoco se siente tan satisfecha, considera que lo podría hacer mejor. Al final de cuentas a ella le ayuda mucho que él se encargue del trabajo doméstico cuando esta, aunque luego tenga que corregir algunas cosas. Con el crecimiento de su hija la carga de trabajo se distribuye un poco más. Ella acomoda los trastes limpia un poco, aunque todavía no la deja cocinar, también cuida a su hermano para que sus padres puedan hacer el trabajo doméstico.

Él juega mucho con su hija, para Sonia esto es parte de su labor como padre. Por su parte ella está más preocupada por que haga ejercicio de una manera más organizada, ella la inscribió en natación, aunque llegó un momento en el que ya no pudo llevarla más, lo que sí ha mantenido son otras actividades para mejorar su desempeño escolar.

Para premiar a sus hijos ambos recurren a los alimentos, ya sea con botanas o postres. Sonia trata de poner límites a este tipo de consumos en lo cotidiano, pero no hay forma de que lo logre porque son promovidos por su pareja. A lo más que ha llegado es a que reduzca el consumo y no les dé a sus hijos.

Las experiencias de Sonia en las celebraciones desafortunadamente no le permiten disfrutarlas. En primer lugar, porque su papá se emborrachaba y peleaba con su mamá, incluso las festividades decembrinas. Su papá ebrio las llevaba a la plaza.

Ella castiga a su hija quitándole el dinero para que gaste en el recreo, pero esto no parece funcionar. Sonia trata de ser firme y no titubear al momento de regañarla o castigarla, por ello se enfoca en lo que más le gusta. La decisión más difícil que tuvo que tomar fue sacarla de la banda de guerra. No se arrepiente porque es una forma de educarla, pues su papá en contraparte sólo pelea con ella como si fuera un niño y delega todas las decisiones en ella. De manera más reciente ha encontrado en la restricción de los aparatos para el entretenimiento una opción más amable para disciplinar a la niña.

El entretenimiento puede ser también motivo de disenso entre la pareja. Ella odia la televisión, pero su papá la tiene prendida todo el tiempo. Pero es debido al contenido de la programación porque ella reconoce que ver una película acostados es de sus momentos preferidos.

Gracia a que ambos trabajan han tenido etapas de bonanza. Para ambos es compatible el empleo con las labores domésticas. Ella ha tenido ingresos más inestables, pero han sido mayores. El sueldo de él apenas ha subido, pero es relativamente seguro. Aun así, lo que ha permitido hacer frente a las dificultades económicas del hogar ha sido la tarjeta de crédito de ella.

El reparto de las tareas entre todos los miembros del hogar no es algo raro. Cuando era niña, su mamá se encargaba de las labores domésticas entre semana y ella y sus hermanas el fin. Su papá cocinaba. Pero después de que su papá perdiera el trabajo y entrara en una fuerte crisis, su mamá se fue. Ella decidió quedarse con él un poco por solidaridad. Su papá dejó de cocinar y ella tuvo más tareas bajo su cargo.

La separación de sus padres condujo a una transformación de las relaciones de autoridad, su papá se volvió la única persona con capacidad de tomar decisiones. Lo cual en cierta forma tuvo sus ventajas, ya no había reclamos ni peleas constantes. En lo que tuvo un impacto negativo fue en la forma de disciplinarla. Los golpes abundaban, razón por la que ella busca recurrir a premios y castigos para evitar incurrir en las mismas prácticas violentas. A él le molestaba incluso que jugaran con sus primos.

La situación económica de la familia actual de Sonia ha mejorado respecto a la de su familia de origen, a pesar de los sobresaltos y dificultades. Aun en los momentos más difíciles, trataba de tener lo necesario apoyándose en el crédito. Otra forma de hacer frente a

los problemas económicos fue trabajar en varios lugares, daba clases privadas, participaba en proyectos de investigación e impartía cursos inter-semestrales. Cuando obtuvo la beca para el posgrado, hubo una mejora notable en el gasto, el excedente era destinado para darse gustos. , puesto que las necesidades estaban cubiertas, ahora de lo que se trataba era que no se sintieran limitados.

La alimentación como manifestación del bienestar económico repercutió en la formación de los hábitos de su marido. Cuando él era niño su papá trabajaba como mecánico para la línea de autobuses ADO, pero debido a su alcoholismo lo despidieron, intento abrir un taller en su casa, pero no funcionó por lo mismo. Su mamá empezó a trabajar y a esforzarse porque sus hijos no tuvieran carencias, como resultado cada comida es un banquete, hubiera o no una reunión.

## **Nelly**

La familia de Nelly vive en un departamento en una unidad habitacional en Villa Coapa, detrás de una plaza comercial, y rodeada de vialidades que la hacen fácilmente accesible. En uno de los numerosos negocios que se localizan en la avenida más cercana se llevó a cabo la entrevista.

Nelly tiene 38 años, cursaba la carrera en administración de empresas cuando comenzó la huelga de la UNAM de 1999, a casusa de ello desertó. Su marido tiene 54 años y es licenciado en derecho, pero su vida laboral la ha hecho en un laboratorio, empresa familiar en la que funge como administrador.

Nelly se considera con sobrepeso, pero tampoco siente que se haya descuidado tanto, considera que el exceso de peso de su esposo es evidente, e incluso ya ha empezado a causarle estragos pue tiene hipertensión arterial. Esos antecedentes son los que le preocupan, son numerosos los señalamientos de que su hija debe de bajar de peso, pero no le ha sido fácil hacerle frente. Desde los tres años ella la ha llevado a diferentes especialistas, pero el resultado siempre ha sido el mismo, su papá debía acudir a consulta para que pudieran tener más información sobre los antecedentes familiares, además de recibir la orientación para tratar adecuadamente la situación de su hija. Este aspecto se volvió un obstáculo infranqueable, su respuesta era, invariablemente, que ya no fuera con ese especialista.

En la vida cotidiana Nelly se encarga de las labores domésticas, con la colaboración de su esposo en aspectos específicos como cocinar, lavar trastes o poner un poco de orden en la casa. Como parte de esa colaboración, menciona que a veces se da él sólo de cenar o no la levanta en las mañanas para que le dé de desayunar o que prepare algo para que lleve al trabajo. Los viernes en la noche, comienza el descanso para ella. No cocina, cenan unos taquitos en alguno de los puestos cercanos o de plano los mandan a traer. Sábado y domingo comen golosinas y eventualmente frutas. Comer de esta manera les ha resultado más favorable porque si se preparaban alimentos comían todavía más, a cada rato estaban “picando” o comiendo poco, pero con mucha frecuencia. Al final de cuentas, prefieren comer golosinas puesto que significa no comer tanto.

Las labores de cuidado de la niña han sido casi ajenas para el papá. Nelly es quien tiene que llevar a la niña a todas sus actividades, sean estas religiosas, médicas o simplemente fiestas de sus compañeros de la escuela. Cuando ella estuvo yendo a zumba en ocasiones se la llevaba, e incluso la inscribió en un curso de jazz. Pero aquí surge otro problema con el ejercicio. Si pasa demasiado tiempo haciendo actividad física, baja de calificación porque no puede levantarse para ir a la escuela, e incluso la tarea se veía afectada. La única solución fue dejarla bajar un rato a jugar con la bicicleta por media hora. Esto contrasta bastante con la experiencia en la infancia de Nelly. Ella jugaba mucho en un deportivo cercano a su casa, sudaba se secaba y volvía a sudar, recuerda. Además de las repercusiones del cansancio en el desempeño escolar, ha dejado de insistir en salir al parque porque le parece que no es seguro. En su infancia había muchos niños en los parques pero ahora, cuando sale ve muchos adultos, gente en actitud sospechosa a la que prefiere evitar.

Ejercitarse o pasear por los parques cercanos, no es algo que el papá haga con su hija. Ir al cine si es algo que compartir, aunque ellas puedan ir solas puede ocurrir que haya una película que le interese y pide que no la vean hasta que vayan juntos.

La desvinculación del esposo de Nelly respecto a los asuntos de su hija, alcanzaba a las formas de disciplinarla. Él solía ser muy permisivo, mientras ella trataba de llamarle la atención en privado, para que ella sea independiente, para darle confianza. En general, cuando está con ella le obedece, pero cuando está con su papá “se luce”, no le hace caso, porque sabe que cuenta con su apoyo. Si ella le pegado a su papá, por ejemplo, inmediatamente él intercedía diciendo que le había pegado primero.

En lo que convergen los tres es en la importancia que le dan a compartir el tiempo mientras ven una película. Para los tres este es uno de los momentos más placenteros y más frecuentes que tienen como familia. La convivencia se complementa con el consumo de golosinas, para que sea completa.

Los festejos se realizan siempre en familia. Salen a Oaxtepec, a descansar y a comer rico. Siempre van sólo ellos, no hacen fiestas en las que se invite a los amigos de su hija, aunque ella empieza a pedirlo.

Una actividad en la que el papá participa de forma notoria, es en la compra de alimentos. Ambos deciden que se va a cocinar entre semana, pero las compras se hacen en varios lugares. Si bien ella compra los ingredientes de los alimentos cotidianos, una vez a la semana en un tianguis cercano, él tiene un interés específico en quesos, botanas, dulces que pueden comprar por un precio conveniente en las tiendas Sam's.

El consumo de alimentos ricos en grasa y azúcar, que él se procuraba, eran frecuentemente consumidos por su hija. Las golosinas (galletas, yogurt, frituras, etc.) además de gratificaciones eran consumidas por su hija como postre. Sin que él se diera cuenta, estaba contribuyendo a los hábitos alimentarios que ponían en riesgo a su hija, pero además se negaba a cambiarlos o a hacer algo para que su hija no los reprodujera. Los problemas ortopédicos de su hija fueron la gota que derramó el vaso, pues Nelly se dio cuenta de que él seguía tratando de ignorar los problemas con el peso de su pequeña. Como una resolución extrema, decidió abandonarlo para obligarlo a reflexionar sobre su papel en la situación de su hija.

Detrás de la decisión de Nelly estaba la idea de cuestionar el reparto de tareas, no sólo porque era desigual y limitaba el vínculo entre padre e hija, sino porque su hija podría llegar a tener problemas de salud. Otro aspecto en el que ha buscado incidir es en la forma en la que se toman las decisiones, no para poder decidir con mayor frecuencia, sino para tener la oportunidad de que su voz sea escuchada para las decisiones del hogar y de la niña en particular.

La experiencia de su hogar de origen repercutió en la decisión de Nelly. Su mamá no era libre de hacer sus cosas, e incluso si su papá salía ella tenía que acompañarlo. Un cambio de domicilio puso a su mamá en un nuevo ambiente en el que comenzó a interactuar con las

vecinas. Organizando tandas, vendiendo colchas, su mamá encontró algo de libertad y algunos recursos para sus hijas. Desafortunadamente, a pesar de los conflictos no se atrevió a dejar a su marido. Finalmente, la situación se tornó insostenible y se dio la ruptura. Para Nelly, su mamá es joven y podría rehacer su vida, pero quedó muy afectada. En los momentos de mayor malestar con su marido, Nelly se preguntaba qué hubiera pasado si sus padres se hubieran separado antes, tal vez su mamá no habría sufrido tanto. En realidad, la pregunta era para sí misma, de ahí tomo su resolución.

En los momentos en los que se ha separado de su esposo, ella ha trabajado, pero cuando en una ocasión se enfermó su hija, ella no tuvo problemas para pedirle apoyo a él, porque tuvo que dejar el empleo. Esas reuniones para ponerse de acuerdo, terminaban en una negociación hasta que la reconciliación era posible. El resultado más claro es que él tiene una mayor participación, aunque todavía puede participar más.

La forma en la que Nelly está actuando respecto al peso de su hija, tiene su antecedente en lo que hizo su mamá por ella. Nelly tenía exceso de peso en su infancia, ella era más chaparrita y aún más gordita que su hija. Su mamá comenzó a controlarle las porciones y a restringirle las ocasiones para alimentarse, a tal punto que no la dejaba entrar a la cocina y cuando se acercaba le recordaba que no era hora de comer. Su esposo le dice que son otros tiempos y que debería relajarse. En eso coinciden, son otros tiempos, son peores. En su infancia no había una alerta por enfermedades crónicas que presentaran los niños como se ve ahora que han llegado a provocarles infartos.

La situación económica del hogar, desde que se formó ha sido muy estable. Ella no ha tenido que trabajar, salvo cuando han estado separados. Incluso recientemente Nelly estrenó un coche que utiliza para llevar a su hija a la escuela. Esto más que a una etapa de bonanza se debe a los ahorros y la previsión de su marido. Dicha estabilidad se expresa en que constantemente van al cine, al menos ellas, y que cada año vacacionan. Los consumos han sido relativamente los mismos, solo modificándose al ritmo de crecimiento de su hija. Si se compara con la situación en su infancia se puede reconocer una mejora. La comparación que resulta desventajosa, es la que se relaciona con la alimentación. Ella considera que ha empeorado porque su hija come dulces de postre, para ella era fruta. Por otro lado, aunque su mamá le preparaba pollo porque era lo más económico, su dieta era más variada, su hija es muy quisquillosa para comer.

## Jackie

La unidad habitacional en la que viven Jackie y su familia, está rodeada de plazas comerciales y grandes empresas. De hecho, una de las calles que antes era oscura, ahora está muy iluminada porque al establecerse una concesionaria de Mercedes-Benz, mejoraron el alumbrado público. Tienen ocho años viviendo ahí, rentan porque su departamento era muy pequeño, insuficiente para la familia.

Su departamento no se puede distinguir entre la regularidad de las ventanas que se distribuyen alrededor de los cubos alargados de concreto. Tal regularidad desaparece dentro del edificio, cada puerta muestra un poco del hogar, adornos coloridos, tapetes de bienvenida e incluso chapas reforzada dan un carácter distintivo a cada entrada. La sala es pequeña aunque el espacio está muy bien administrado para tener un librero totalmente ocupado, un estante lleno de películas, tres sofás y una pantalla plana de 90 pulgadas. La ventana permite la entrada de suficiente luz natural, para lo que se tienen previstas unas cortinas delgadas y otras más gruesas para oscurecer cuando sea necesario. Frente a la ventana, más allá de la sala está el comedor con un frutero al centro ocupado por algunos plátanos, un par de peras y mangos. Al fondo se encuentra la cocina. Frente a la entrada, hay un pasillo que lleva a las recamaras.

Jackie tiene 39 años, estudió una carrera técnica en secretariado, terminó la prepa e intentó entrar a estudiar derecho en la UNAM pero no lo logró. Empezó en la UNITEC a estudiar lo mismo, pero no concluyó. Considera que tiene la experiencia porque toda su vida ha tratado con abogados. Su esposo es uno de ellos, aunque también cursó la licenciatura en letras, tiene 49 años. Se conocieron trabajando juntos y aún siguen colaborando, ella le apoya con diversas tareas, ya sea en casa o fuera. Tienen dos hijos, una niña de nueve años y un niño de diez.

Por las diversas labores que hace para apoyar a su marido, Jackie está muy pendiente de su cuerpo y de su imagen. Se siente excedida de peso, pero se cuida. Su esposo es alto y corpulento, juega fútbol los domingos, ese es su ejercicio de la semana.

La composición corporal de sus hijos ha pasado por varios estados. Desde que tenían un año, sus hijos estuvieron en natación. El niño además tomaba terapias de lenguaje que le habían sugerido. A los cinco años se hartó de que lo anduvieran llevando y trayendo por lo

que pidió que ya no lo llevaran a natación. Se suspendió la actividad para los dos. A partir de entonces pasaron tres años, en los que Nelly notó que sus hijos estaban pasados de peso y lo confirmó con el médico, al hacerles su examen médico para la escuela. El niño mismo decía que ya se sentía pesado. En consecuencia, les empezaron a buscar actividades. Tae Kwan Do para él y ballet para ella.

Ni para Jackie ni su esposo la composición corporal fue motivo de acciones en su infancia. Ella era muy delgada, pero nunca trataron de modificar su alimentación por eso. No era muy frecuente en su infancia. La actividad física que desarrollaban ambos padres era consecuencia de los juegos en la calle e incluso de la realización de algún tipo de actividad doméstica, no para prevenir problemas de salud. Como una consecuencia indirecta también se valoran su efecto en la socialización en su comportamiento personal, al final de cuentas son actividades más productivas que en las que ellos participaban.

Sus opiniones sobre el cuerpo, más que modificarse se fueron conformando. Ella empezó a poner atención a consecuencia de que subió 20 kilos en su primer embarazo y más aun con el diagnóstico de sobrepeso de sus hijos. La atención se requiere en tanto que el exceso de peso acarrea enfermedades que ya se han presentado en ambas familias. A pesar del ejercicio Jackie, Jackie puede no ver resultados en la báscula, pero esto no la desanima, se siente más ligera, le cambia el carácter y con eso le basta.

El hecho de que se hayan conocido trabajando, permitió que la maternidad, no fuera considerada un obstáculo para la participación laboral. Cuando los hijos empezaron a ir a la escuela, ella comenzó a asistirle en varias actividades. Esto le da la sensación de colaborar, de estar contribuyendo a los recursos del hogar y no sólo recibir. Pero dentro del hogar, la participación no tiende a distribuirse. Ella es quien se encarga del trabajo doméstico con escasa colaboración de él o de sus hijos. Decide que se compra y la forma en que ha de prepararse. En términos generales siente que trabaja más que su marido, porque él llega y se olvida, mientras que sus actividades no se terminan ni aun cuando sus hijos duermen.

Una forma de apoyarla en las labores domésticas es dar de desayunar a sus hijos. Pero lo que se consume es distinto de los que ella les daría, pero coincide con lo que ellos toman por sí mismos, cereal con leche, yogurt o fruta. Son alimentos que no necesitan preparación. Este es uno de los aspectos que generan más estrés en Jackie. Tantas actividades como las que tiene suponen un control estricto del tiempo, de tal modo que si se sale del horario se



desestructura todo su día y le estresa bastante. Sobre todo, porque la única opción que le queda es comprar comida elaborada, cosa que considera propia de mujeres “huevoonas”.

Jackie creció en el hogar de sus abuelos, después de que su mamá, decidiera volver a unirse. En consecuencia, las decisiones correspondían al abuelo, quien con un carácter autoritario buscaba dar disciplina a sus nietas, con quienes nunca se pudo establecer una dinámica real de familia, pues no se pudo entablar una relación afectuosa. Un aspecto positivo era que el reparto de tareas domésticas durante su infancia le dejó mucho aprendizaje. Para ella no era pesado porque lo hacían entre sus hermanas, era una forma de convivir. En contraste, para sus hijos es tedioso, sólo quieren ver a televisión.

El manejo de la disciplina de sus hijos tiene la intención de ser la contraparte de los que ellos vivieron cuando niños. La pareja les da mucha importancia a las recompensas con comida o golosinas. Tanto para mostrar afecto como para reforzar comportamientos deseables. Sin embargo, no deja de ser problemático por su abundancia, a tal punto que para Jackie es imposible dejar de consumir golosinas. El hecho de que a veces son la única opción se complementa con la idea de que dejar de consumirlos es una forma de represión, de limitarse. No se puede privar a los hijos de pasarla bien. En las celebraciones, siempre restringidas a los cuatro, es cuando menos se trata de controlar la ingesta de alimentos que engordan, pues se trata de disfrutar, el siguiente día ya se preocuparán por “limpiarse” o comer lo más sano posible.

El entretenimiento sedentario comparte la lógica descrita. Incluso a Jackie le habían recomendado que le comprara videojuegos a su hijo para que desarrollara su psicomotricidad. Pero más allá de la necesidad, cada día a la hora de comer están viendo una película y cada miércoles van al cine. Justo estos aspectos son los que se castigan cuando hay comportamientos que no aprueban. Estos castigos han ido evolucionando, cambian sus demandas y sus necesidades conforme crecen. Cada vez es más necesario el diálogo, explicarles y esperar su comprensión.

La historia familiar de Jackie no ha estado exenta de sobresaltos. Cuando ella estaba embarazada, despidieron a su marido. Ella aún estuvo trabajando y lo continuó haciendo hasta que dio a luz. Posteriormente, tuvo que decidir y prefirió quedarse en casa y disfrutar a sus hijos y que sus hijos la disfrutaran, lo que ella no había podido hacer. Renunció al trabajo y con su finiquito pudieron mantenerse un año más, en ese periodo el logro conseguir un

buen trabajo que les ha permitido cierta estabilidad desde entonces. Más allá de esta dificultad, la situación económica es mejor para ambos si se compara con sus familias de origen. La posibilidad de comer más carne es un indicador de ello, aunque saben que su consumo puede ser dañino.

## **Laura**

La enfermedad y la muerte de los suegros de Laura, habían alterado muchas cosas en la vida familiar. Aunque entre ambos fallecimientos medió un año, la sucesión de visitas al hospital, los cuidados en casa y los trámites fueron cada vez más desgastantes. La demanda de tiempo era tal que toda la familia se trasladó a la casa de su suegra para que Laura pudiera estar más pendiente de ella. Después del deceso de la señora, ellos siguen viviendo ahí a la espera de que la propiedad se venda.

La casa de su suegra se localiza en un fraccionamiento de casas solas. La organización vecinal hizo posible que se cerraran las calles, se pusieran rejas y se establecieran puestos de vigilancia. Aunque ahora las entradas no estén vigiladas, sólo los vecinos pueden entrar porque cada quien trae llaves de la entrada que utiliza. Dentro, las áreas verdes lucen limpias y son amplias, hay juegos para los niños y canchas de fútbol y básquetbol.

La casa es de dos pisos, y luce algo vacía, los meses que tienen viviendo en ella no las ha permitido apropiarse de la edificación, además de que la dejarán tan pronto como la vendan.

Laura tiene 39 años, cursaba la licenciatura cuando su papá tuvo un accidente y dejó la escuela. Tomó un curso para hacer planos y con eso le fue posible entrar a trabajar a la empresa de construcción ICA. Con el nacimiento de su primer hijo dejó de trabajar. Después, probó poniendo uñas de acrílico, pero su hijo desarrolló una alergia a las resinas y no le parecía que fuera un lugar adecuado para que estuviera su hijo, con el nacimiento del menor decidió quedarse en casa para atender a los dos. Su esposo tiene 44 años y es ingeniero en sistemas, sólo le falta titularse, trabaja para la Secretaría de Gobernación en el área de migración.

En la mesita de la sala se puede ver una foto de Laura el día de su boda, en ella se ve muy delgada. Al mostrarla duda que la puedan reconocer a causa del peso que ha ganado

desde entonces. Recuerda que cuando estuvo trabajando fue cuando empezó a subir de peso, porque en la oficina había una máquina expendedora de pastelillos, botanas, refrescos, etc., a la que ella visitaba frecuentemente. En términos generales, no se preocupa por su peso, no hace dieta aunque hace bastante ejercicio porque juega con sus hijos, no hay otra razón para hacerlo.

Ella describe a su esposo como delgado y alto. Sus dos hijos varones, de siete y diez años, son delgados. A ella le llegó a preocupar esto, pero el médico le explicó que es normal. Yendo hacia atrás en su historia familiar no puede recordar si sus papás tenían alguna idea sobre el cuerpo adecuado, pero ella trata de darles una buena alimentación y promover el ejercicio físico por su propia experiencia, más que por alguna idea heredada de la familia. En ese sentido, sus padres son saludables, pero en sus suegros pudo aprender mucho, su suegro falleció de diabetes y su suegra de cáncer.

Laura es la principal encargada de las labores domésticas, pero para su realización cuenta con el apoyo de sus hijos y esposo. A pesar de que puede ser poco lo que le ayudan para ella tiene un valor formativo más importante que la ayuda en sí. Conforme van creciendo sus responsabilidades se van ajustando. Su marido es muy asiduo a las reparaciones y a hacer cosas para la casa, pero ahora está muy ocupado para esas cosas. En la cocina, nadie colabora con ella, por eso decide el menú diario, procurando la salud de sus hijos dándoles frutas y verduras; sin embargo, esto no se cumple para ella, suele comer rápido y cualquier cosa.

La hora de la comida se caracteriza por que todo está listo, tal vez los niños le ayudan a Laura a poner la mesa, pero los alimentos ya sólo deben servirse. Siempre comen los tres, platican y hacen planes de sus actividades. Eventualmente los trámites complican un poco el horario; sin embargo, ella hace el esfuerzo para comer con ellos, aunque eso llegue a sentirse presionada. Ella es la responsable de la composición corporal de sus hijos hasta que ellos crezcan. Ni el gobierno ni la industria pueden hacer algo para controlar el peso en las personas, todo depende del cuidado que cada quien ponga en inculcar el ejercicio y una alimentación cariada en los niños.

Lo esfuerzos de Laura para tener una dieta saludable para sus hijos no siempre se ve recompensada. El más pequeño ha sido muy rebelde, e incluso en lo que tiene que ver con la alimentación también se resistía a comer lo que le daban. Después de explicarle con paciencia día tras día, ya se ha acostumbrado a comer de todo. Los dulces pueden ser una

compensación, aunque sólo de manera excepcional, como la ocasión que no lo dejaron subir a un juego porque estaba muy chico, pero nunca por culpa.

El dialogo es la forma que prefieren papá y mamá para hacer frente al mal comportamiento de sus hijos, no les pegan ni los regañan. Bajo este esquema no tienen sentido restringir la actividad física porque es su convivencia. Lo mismo se sostiene para premiar. En su niñez, Laura no recuerda que ella o sus hermanos fueran recompensados por lo que hacía bien, incluso los festejos estuvieron ausentes, y son persona de bien. Más que recompensas o celebraciones (que ya se realizan, aunque sólo entre la familia) creen en platicar con los hijos.

En la actividad física de sus hijos Laura es también la figura central. Su papá no suele estar y cuando está, toma cursos en línea o está viendo temas de su titulación. Las áreas verdes del fraccionamiento propician los juegos en los que se pueden ejercitar los niños. A la par están tomando clases de natación, por dos razones. La seguridad es la primera de ellas y establecer mejores formas de relacionarse con la autoridad, es la otra. No mencionó cuestiones relacionadas a su composición corporal. Si bien cuando ella era niña también se ejercitaba bastante, ella no tenía actividades extracurriculares.

A la par de la importancia que le atribuyen al ejercicio, ya sea como disciplina o como juego, el entretenimiento sedentario no es tan importante para los niños. Sin embargo, en la escuela es frecuente que hablen de las novelas que ven sus mamás o de las últimas películas de terror. La curiosidad del menor lo ha llevado a confrontarse con su mamá por esta razón, de alguna manera busca saber qué es eso que su mamá no le deja ver. Después de 15 minutos ya se quería levantar, ya no quiso seguir viendo.

En el hogar en el que creció Laura, las decisiones internas eran tomadas por su mamá. A ella le parece que esto fue muy bueno porque, las ideas de su papá eran muy tradicionales, pues acababa de llegar de Michoacán. Su mamá nació en la ciudad, sabía dónde ir y tenía más idea de que hacer.

La situación económica de la familia ha variada a lo largo de los años. Cuando el perdió el empleo a causa de un fraude cometido por el hijo del dueño, tardó bastante tiempo en encontrar trabajo, afortunadamente el departamento donde viven ya era de él, a tal punto llegó su situación que ya no podía obtener dinero de los cajeros automáticos y con lo último

que tenía compró una franela y una cubeta y se puso a lavar carros. Pero logró encontrar un trabajo estable en la administración pública y tuvieron una recuperación que les permitió comprar un coche para ella, mantener a sus hijos en escuela privada y la natación y vacacionar. En la vida cotidiana, la solvencia se notó principalmente en las salidas a comer y los paseos. La mejoría experimentada no sólo considera la experiencia de la familia actual, sino también a la familia de Laura.

La alimentación expresa la mejora, porque en su hogar actual comen menos carne y más verduras que en su familia de origen. Considerando su propia experiencia cuando subió de peso.

### **Elena**

La entrada a la unidad habitacional en la que se localiza la casa de la familia de Elena apenas es visible desde la calle. Una serie de negocios y puestos ocultan el acceso con su bullicio y el tránsito, al entrar hay un puesto de vigilancia, pero sus ocupantes no ponen particular empeño en descrinar a quien le permitirán el paso y a quién no. Un parque se asoma a la izquierda, los juegos lucen desvencijados y el suelo en algunas partes tiene un pasto sobrecrecido y en otras está erosionado. Comienza una larga fila de casa, juntas pared con pared. Un primer patio parece haber sido antes como jardín, hasta que la necesidad de estacionamiento lo transformó en una superficie de asfalto y concreto con algunos trazos que indican el departamento del titular del espacio. Más casas. Otro patio amplio, conserva todavía un segmento reducido de pasto que se asoma entre los adoquines que más adelante se pierden bajo el asfaltado.

Detrás de la primera hilera de casas que rodean al estacionamiento, se ubica la suya. En la entrada se encuentra un jardín bien cuidado con botones abiertos de flores coloridas. Revolotean un par de colibríes alrededor de un comedero. Unas lozas de concreto separan al jardín y guían hasta la entrada a la casa. Pasando la puerta, lo primero que se ve es el comedor con seis sillas, y detrás de él una alacena. Al lado se ubica una sala pequeña con una mesa de centro y la televisión al frente. Al centro de la casa, pero pegadas a la derecha se localizan las escaleras del segundo piso en el que se encuentran los dormitorios. Al fondo, la cocina y una puertecita que conduce al patio trasero. Distribuidos por la casa reencuentran los juguetes de sus hijos se alcanza a distinguir debajo de las escaleras los controles que simulan

una batería para el juego *Guitar Hero* de X Box, no parece ser usado con frecuencia, puede que incluso no funcione.

En esa casa viven cinco personas, los tres adultos tienen licenciatura. Elena de 43 años, trabaja en la Escuela nacional de Artes Plásticas de la UNAM, encargándose de todo lo que se refiere a la consulta audiovisual. Su esposo tiene 33 años, trabaja en las oficinas del ISSSTE. Tienen una niña de 10 años y un adolescente de 12. La mamá de Elena también vive en el domicilio, de hecho, la casa es de ella. Inicialmente, al casarse se habían ido a vivir a Tláhuac, ahí rentaban. Pero dado que su mamá estaba separada y que ella había sido hija única, la separación le afectó demasiado y tuvo una depresión. Su mamá le pidió que se regresara y recibió a la familia. Además de que está más accesible, hay más transporte y que la gente es “mejor”, vivir con en la casa de su mamá es ventajoso porque se ahorran lo que pagaban de renta y pueden destinar esos recursos a mantener a sus hijos inscritos en una escuela privada.

Elena y su mamá son delgadas, y describe a su marido con esa misma característica. Su hija es delgada, ella dice estarse poniendo gorda porque la ropa le ha empezado a quedar apretada. Ella le dice que esto se debe más bien a su desarrollo normal y le explica los cambios que ira teniendo en su etapa como adolescente. Su hijo le preocupa un poco, aunque a veces le parece que con el crecimiento se compensa, en general le parece que está ganando peso.

Si bien el tema del peso no les es indiferente, promover el ejercicio físico resulta complicado por varias razones. Cuando eran más chicos si podían salir al parque y un rato era suficiente, pero al crecer, no existieron suficientes vecinos o conocidos, de la edad de sus hijos para que jueguen y se acompañen; los espacios públicos no son suficientemente seguros, están ocupados por personas drogándose; además, los recursos de los que disponen no les permiten cubrir el costo de una actividad deportiva. Como resultado su actividad física disminuyó. Este panorama contraste con la situación en su infancia, ella se la vivía en la calle porque era seguro y había muchos niños de su edad. Son los momentos más agradables que recuerda de su niñez.

Salir con los amigos es una de las actividades favoritas de los hijos de Elena. Esta no supone salir a la calle a jugar, van a visitar a sus amigos, ahí juegan hasta una determinada hora y pasa su papá por ellos. Esta una de las razones por las que el entretenimiento

sedentario, como películas o videojuegos, no es mal visto. Estas actividades e pueden realizar en la seguridad de los hogares visitados, sin exponerse en las calles o las áreas verdes.

Respecto a la época en la que creció, Elena no recuerda que hubiera tantos estereotipos sobre la composición corporal, bastaba con alimentarse bien y se vivía mejor sin tanta preocupación por el peso. Ella era delgada y nunca buscaron cambiarle la dieta. Por otro lado, reconoce que por comer en demasía se presentan problemas de salud, que también tiene su origen en la herencia familiar. A ella le parece más adecuada la idea de pensar en que estén bien alimentados, en lugar de enfocarse en si están gordos o flacos.

El balance que hace respecto a la posibilidad de atender el exceso de peso, es que depende de cada quien. No hacemos caso hasta que nos duele, pero para estar bien hay que hacer caso al cuerpo.

Elena ha tenido que encontrar la forma de hacer compatible el trabajo de casa con su empleo. La escuela privada y la compra reciente de un automóvil, son gastos que requieren que ella trabaje, sólo con el ingreso de él no podrían mantenerse, además los recursos de su mamá son independientes.

En el hogar, Elena se apoya de los diferentes miembros para atender el trabajo doméstico. Su mamá se encarga de cocinar entre semana, limpieza menor y actividades que no impliquen mucho esfuerzo porque tiene un problema en sus rodillas. Al llegar del trabajo, generalmente es Elena quien les da de comer a sus hijos, termina de limpiar y lava los trastes. Sus hijos colaboran en lo que ella les pida, pero no tienen tareas específicas asignadas. Su esposo entre semana no participa, porque tiene que salir temprano a trabajar y regresa hasta la noche, sólo a cenar, pero el fin de semana se encarga con ella de hacer las compras, para que su mamá no tenga que cargar.

Las compras de alimentos tienen la intención de proporcionar una dieta variada a sus hijos. No compran refresco ni alimentos grasos porque producen obesidad. No hay diferencia en las formas de preparar los alimentos entre Elena y su mamá; sin embargo, su hija en edad escolar teme engordar o a veces simplemente no le gusta los alimentos que se le ofrecen. Esto ha generado conflictos entre la abuela y la nieta, que se extienden hasta ella. A la abuela no le gusta que le pregunten que les da de comer, que coman de mala gana o que no quiera comer. En una de esas ocasiones no dejó que la niña se levantara de la mesa, porque

no había comido. Al llegar Elena, discutieron porque no le pareció que la hubiera obligado, su mamá decía que la consienten mucho. A partir de entonces, acordaron que la abuela no la obligaría a comer y la niña iba a probar al menos la comida. Curiosamente, las salidas a la casa de los amigos conducen a cambios en los gustos sin revuelo, ni conflicto. El picadillo, por ejemplo, no lo podían comer en casa, luego de que lo probaron en la casa de uno de sus amigos ahora piden que la abuela lo prepare.

La participación de sus hijos parece hacer eco de la propia cuando era niña, pero es el único aspecto que es parecido. Durante su infancia, ella vivió con sus abuelos, su abuela era la encargada de las labores domésticas, su abuelo del trabajo remunerado y ella hacía lo que le pidieran. En consecuencia, las decisiones eran tomadas sólo por su abuelo. Actualmente, además de que Elena tiene un empleo, las decisiones son tomadas en conjunto.

Las compensaciones que papá y mamá tiene con sus hijos son pocas, generalmente están encaminadas a aspectos más *especiales*, premios o a celebrar los cumpleaños. En los festejos, se organiza la familia materna para cocinar y llevar guisados. Pero entre los nietos y la abuela se ha formado una relación en donde, primero los dulces y ahora el dinero, son el aliciente para que hagan lo que les pide. A Elena no le parece bien, porque considera que es como pagarle por cumplir con sus obligaciones, aunque recuerda que a ella en su niñez, le compraban juguetes o dulces.

Mudarse a casa de la mamá de Elena fue una forma de reducir gastos. En esos años habían tenido cierta estabilidad, incluso cuando le subieron el sueldo a ella, se sintieron más holgados, destinando más recursos a las salidas a pasear y a comer. Respecto a la vida en su infancia el balance es similar, no reconoce una mejora notoria. Pensando en la alimentación, esta también se ha mantenido similar, el criterio que usa para su valoración es que nunca añoró algo, no se quedó con ganas de probar nada.

## **Paloma**

Los trabajos bajo la figura de *freelance*, además del horario de oficina que debe cumplir como diseñadora para una dependencia de la UNAM, complican mucho el tiempo disponible para Paloma. A sugerencia de ella, nuestra charla se llevó a cabo en su oficina.



Paloma tiene 46 años, es licenciada en diseño gráfico. Su marido tiene 43 y es licenciado en ciencias de la comunicación. Él se dedica a vender libros, viaja constantemente por todo el país, para hacerlo. Con ellos viven dos varones. El mayor tiene 18 años, producto de la primera unión de Paloma. El más chico tiene 9 años, él fue concebido cuando se unió con su pareja actual.

Desde joven, Paloma ha practicado mucho deporte, su papá que era militar lo promovió y a ella le parece una buena idea. Sigue siendo delgada, se lo atribuye a que le gusta cuidarse. Describe a su pareja y su hijo mayor como delgados. Ella notó que su hijo menor estaba excedido de peso, y decidió hacerle unos estudios, porque además se mareaba mucho y le dolía la cabeza. El resultado le preocupó bastante. Su hijo tenía niveles altos de triglicéridos y de colesterol. Como consecuencia, en la escuela lo inscribió a clases de Kick Boxing, Tae Kwan Do y magia, ya estaba en la selección de fútbol de la escuela. Por las noches es frecuente que salgan a dar paseos a pie o con la bicicleta, el más grande no suele participar, pero lo ha hecho. Comparando, su hijo escolar hace más ejercicio que Paloma porque ella sólo jugaba en sus tiempos libres y en vacaciones, no tenía actividades programadas.

El exceso de peso a Paloma, le parece un descuido de las personas. En el caso de los niños se transfiere a los padres. Para evitar el aumento de peso o reducirlo, el gobierno debería de enfocarse en educar a los niños.

Con el crecimiento de sus hijos, Paloma reconoce una lección importante respecto a la composición corporal. Su hijo mayor solía ser gordito, pero al crecer bajo de peso. Aunque y había notado el exceso de peso se su hijo menor, a ella le parecía que ocurriría como con su otro hijo, al crecer se compensaría su peso. Pero los problemas fisiológicos era algo que no había contemplado, razón por la que cambió de opinión y ahora se esfuerza por tener un mayor control de la alimentación y promover la actividad física.

Desde que se conocieron Ploma y su pareja, ella estaba trabajando y se hacía cargo de las labores domésticas. Cuando se unieron la dinámica permaneció igual, él no se involucró. La compatibilidad entre el hogar y el empleo, es un esfuerzo que sólo Paloma hace. Ha modificado varias veces su horario además de que inscribió a sus hijos en escuelas de tiempo completo. El hecho de su pareja tenga que viajar tanto, la deja con la sensación de que él tiene su vida aparte. Ella es quien tiene que estar pendiente de que haya despensa en casa y de

preparar los alimentos. Esto después de salir del trabajo. Él no cocina, cuando está en casa, prefiere comprar pizza todo el tiempo que esté, si no hay comida. Se había mantenido al margen de las preocupaciones maternas. Para él comer de esa manera no es motivo de preocupación. Incluso por las noches, era frecuente que saliera a comprar un café porque se le antojaba, se llevaba a su hijo y ambos regresaban con café y galletas.

La negociación de los alimentos consumidos se ha vuelto muy importante, para que ella no le niegue nada. Le ha sugerido que dosifique sus consumos en lugar de prohibirlos. Si bien el papá no ha aumentado su participación en el trabajo doméstico, le ha hecho reflexionar sobre la salud de su hijo y también ha dejado de comprarle golosinas en la tienda.

En lo que se refiere a la limpieza, su papá paga por que la hagan. A Paloma no le gusta tanto y hay algunas cosas que prefiere poner a sus hijos que las hagan. Para ella, distribuir tareas entre sus hijos es importante para que aprendan a colaborar.

Los gastos familiares se distribuyen de manera diferente entre la pareja. Paloma se encarga de pagar la colegiatura de su hijo el mayor y de la comida en general. Comparten los gastos relacionados con el menor y él se encarga de los gastos del hogar.

La vida durante su infancia estuvo determinada por un choque fuerte con la disciplina de su padre militar. Durante muchos años, sólo le veían por temporadas, el recorría todo el país y era raro que estuviera con ellos. Cuando Paloma tenía 15 años se instaló definitivamente con ellos. Los conflictos se originaban porque sus hermanas y ella estaban acostumbrados a más libertad. Las decisiones se tomaban por él de forma impositiva. Él decidía hasta la ropa que debían usar. Al crecer ya trataban de evitar las discusiones porque confrontaban a sus padres, ella defendiéndolos y él cuestionándolos.

En su familia actual, Paloma trata de evitar los regaños y los castigos. Trata de conversar con sus hijos. Con todo, una forma que le sirve para disciplinar a sus hijos es quitarles la *tablet* o restringir el uso de los videojuegos. Aunque los aparatos son necesarios para el trabajo, a sus hijos les quitan demasiado el tiempo.

Respecto a su familia de origen Paloma considera que han mejorado, gracias principalmente, a que ella se desvela hasta tres días a la semana para incrementar sus ingresos, en sus proyectos *freelance*. En su infancia incluso tenían nana que se encargaba de

ellos, pero no tenían viajes. En ese sentido, su familia actual si está en mejores condiciones. En lo que se refiere a la alimentación, no se puede decir que en su infancia comiera mejor o peor, sólo es diferente. Su papá buscaba que siempre hubiera carne en la mesa, y estas eran acompañadas por ensaladas. En su caso hay días en los que no comen carne y consumen otros alimentos.

## **Margarita**

El domicilio de la familia de Margarita se ubica sobre una de las múltiples avenidas que atraviesan Vila Coapa. Después de un centro comercial, y detrás de una unidad habitacional. En la entrada de su casa hay un local destinado a una tintorería, no parece haber nada más. Al entrar, la edificación contrasta con los grandes edificios que la circundan, sensación acentuada por lo grande de terreno, que hace difícil que la casa se vea desde la calle. La mayor parte del predio está cubierta de pasto recién cortado, un camino de adoquín conduce a la casa.

La casa de dos pisos, está construida de block decorativo y loza. En la planta baja, al entrar hay una sala alrededor de una pantalla plana sostenida del techo. Posteriormente, un comedor grande de ocho sillas. Al fondo, la cocina. La planta superior corresponde a sus recámaras.

La familia está conformada por cuatro personas, los papás, una niña y un adolescente. Margarita tiene 38 años, terminó la preparatoria. Una vez que fue madre puso un puesto de fruta picada a la entrada de su casa. Con la mejora en la situación del hogar ya no fue necesario y pudo deducirse sólo al cuidado de sus hijos. Su esposo está terminando la carrera a la par que trabaja en la Comisión Federal de Electricidad. Cuando se casaron él no había terminado la secundaria, entró a la comisión como intendente, a la par que fue estudiando fue ascendiendo, y ganando más, por ello necesita terminar de estudiar para ubicarse mejor en el trabajo. La niña tiene ocho años, está en la primaria y su hermano terminando la secundaria.

La composición corporal para Margarita, no es un algo que le preocupe particularmente. Considera que está un poco pasada de peso, pero es normal después de tener dos hijos, aunque trata de cuidarse. Su esposo si ha cambiado drásticamente su composición corporal, él solía ser delgado cuando se conocieron, ahora está muy gordito según su apreciación. Esto coincide con la presencia de hipertensión arterial, altos niveles de colesterol

y triglicéridos. Su hijo mayor ha empezado a ganar peso, aunque levemente. Su niña se ha mantenido delgada. De hecho, cuando eran pequeños le parecía que estaban muy delgados y los llevó a revisión médica, y le indicaron que tenían un peso adecuado y ya no intentó darles una dieta especial para ellos. Toda la familia come lo mismo.

La atención que dedica a la alimentación de sus hijos corresponde con la responsabilidad que asume sobre sus cuerpos. Una madre puede tener malos consumos, pero a sus hijos tiene que cuidarlos. Las mamás que no alimentan correctamente a sus hijos, es porque son “huevonas” y prefieren hacer lo más fácil.

Los problemas de salud del padre han conducido a un cambio generalizado de los consumos. Se cocina poca carne, sin sal. Particularmente, para él fue difícil acostumbrarse, pero poco a poco fue retirando el salero, las salsas y los alimentos con altos contenidos de sodio.

Las opiniones de su mamá son muy incisivas respecto al cuerpo. Cuando era adolescente Margarita era gordita, y su mamá se lo recalcaba a modo de reclamo. Ya de adulta, le ha seguido diciendo lo mismo. Ella es delgada por lo que siente que puede hacer esa clase de observaciones. Al final de cuentas Margarita también es crítica al dicho de su madre, para ella la delgadez es igualmente peligrosa, sobre todo si se llega a ella por la anorexia o la bulimia.

El ejercicio para ellos tiene un sentido más cercano al esparcimiento que al control del peso. Los fines de semana acuden a un deportivo como parte de las prestaciones del trabajo de él. Papá e hijo juegan fútbol mientras madre e hija nadan. Fuera de estas actividades su hijo practica fútbol con sus compañeros, aunque no como parte de un equipo, en un parque cercano. La relación entre ejercicio y esparcimiento está presente desde que ella era niña. En la escuela donde Estudió la preparatoria Margarita, se quedaba después de clases para practicar voleibol y básquetbol, sólo por gusto.

La actividad física o las golosinas no son utilizados como formas de controlar el comportamiento, es decir ni para premiar ni castigar. Por otro lado, Margarita sabe que los chocolates el encantan su hijo, así que los puede compartir con él bajo la única reserva de que le producen acné. A lo que si recurren para disciplinar a los hijos es a restringir el uso del teléfono. Las redes sociales han adquirido tal importancia que prefieren perder cualquier cosa

antes que su vínculo virtual con sus amigos. También es frecuente que durante las comidas les quiten los teléfonos para promover la comunicación, de otro modo cada quien estaría en otra cosa, eso incluye al papá.

Las tareas del hogar, no están muy distribuidas. Margarita se encarga de cocinar, de limpiar y de lavar los trastes y la ropa. Su esposo sabe cocinar, pero no lo hace con frecuencia o por iniciativa propia, en lo que si participa es en la compra de la despensa. Si bien la colaboración es importante, a ella no le parece bien que compre cosas que ya tienen en la despensa, pero a él le gusta tener la alacena llena, ella dice que es muy vasto.

Aun con ello, el reparto de la carga de trabajo le parece injusto a Margarita. Al reclamar no solo a su pareja sino también a sus hijos su falta de colaboración, la reacción ha sido aumentar su participación pero aun es necesario que se los pida. Entre que ella cocine y que lo haga su pareja no hay mucha diferencia, los ingredientes y las formas de preparar son las mismas, la única diferencia es la distribución de las responsabilidades. La posibilidad de que las tareas se distribuyan permite que ella no se sienta sobrecargada de labores, además para el lavado y el planchado de la ropa es posible que contrate a alguien para que le ayude.

Además de elaborar la comida a ella también le corresponde servirla a los hijos. Por más sencillo que parezca, compaginar los horarios es muy complicado. Puede llegar primero alguno de los dos hijos y pedirle que coman. La petición de ella siempre es que esperen a quien falta, pero en ocasiones ya quieren comer. Lo que ha hecho es alternar la comida con alguno de ellos y sólo sentarse con quien llegue después.

En su infancia, la familia de Margarita tenía un reparto de labores similar al de su familia actual, a lo que se agregan obligaciones de colaborar en un negocio familiar. Su abuelo tenía una empresa transportista en la que trabajaban todos sus hijos y su abuela administraba un negocio de comida, en el que eventualmente participaba su mamá, pero esto era bajo la lógica de ser la esposa de su hijo, no había una retribución para ella. En la casa ella era muy estricta, los golpes y los gritos eran frecuentes, a consecuencia de eso le llegó a decir que la odiaba. Y sin embargo, complacía si le pedían elaborar alguna comida especial.

Las compensaciones en su familia han cambiado con el tiempo. Conforme han crecido, la situación ha mejorado. Lo que se les ofrecía ya eran cosas más caras. Con ropa, juguetes y más recientemente con aparatos. Los festejos son también una forma de compensar

y compartir con la familia, más allá del núcleo. El papá suele ser muy vasto y compra mucha comida, para él es preferible que sobre.

Margarita nació en una familia sin problemas económicos, pero cuando se unió a su pareja enfrentó muchas dificultades porque su familia era de pocos recursos. A ella no le importó esto y se fue a vivir con él. No tenían suficientes recursos ni para invitar a comer a sus papás, e incluso en las visitas de ella se llevaba la despensa. Pero con el tiempo su situación ha mejorado bastante. Para ella, actualmente se encuentra en condiciones similares a las que tenía cuando era niña. La comida es preparada por ella, así que hace lo posible para que sea como la que ella recibía. Por otro lado, también se ha podido aumentar los consumos de alimentos fuera de casa, así como la compra de ropa, aparatos incluso viajes.

## Referencias

- Abel, T. (2007). Cultural capital in health promotion. In *Health and Modernity* (pp. 43-73). Springer New York.
- Acuña, A., (2014) *Estilos de crianza maternos de alimentación infantil y ambiente obesogénico del hogar*. Tesis para obtener el grado de maestra en ciencias de enfermería. Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Acosta, F. (2003). La familia en los estudios de población en América Latina: estado del conocimiento y necesidades de investigación. *Papeles de Población*, 9(37), 0.
- Agamben, G. (2011) *Desnudez*. Adriana Hidalgo, BBAA.
- Agenda Hidalguense (2015) Primer Foro Internacional "Ponte al 100" sobre el balance energético. Diario digital. <http://agendahidalguense.com/2014/08/30/primer-foro-internacional-ponte-al-100-sobre-el-balance-energetico/>
- Aguilar, S. (2008) Alimentando a la nación: género y nutrición en México (1940-1960). *Revista de Estudios Sociales*, núm. 29, abril. pp. 28-40.
- Agresti, A. (2013). Categorical data analysis. A *John Wiley and Sons, Inc. Publication, Hoboken, New Jersey, USA*.
- Alianza por la Salud Alimentaria (2015). Contra la obesidad y la diabetes: una estrategia secuestrada Análisis de la estrategia nacional para la prevención y el control Del sobrepeso, la obesidad y la diabetes. México.
- Anderson, R., Calvo, J., Serrano, G., Payne, G. (2009). Estudio del estado de nutrición y los hábitos alimentarios de comunidades otomíes en el Valle del Mezquital de México. *salud pública de méxico* 51(suplemento 4):S657-S674.
- Ang, Y., Wee B., Poh, B. y Ismail, M. (2013) Multifactorial Influences of Childhood Obesity. *Curr Obes Rep* 2:10-22.
- Aphramor, L. (2005). Is a weight-centred health framework salutogenic? Some thoughts on unhinging certain dietary ideologies. *Social Theory & Health*, 3(4), 315-340.
- Applebaum, R. Partnering for Change: The Role of the Private Sector. *Global Health Magazine*, Fall 2011, 23-25. Posted 12/5/2012  
[http://www.globalhealthmagazine.com/summary/role\\_of\\_the\\_private\\_sector/](http://www.globalhealthmagazine.com/summary/role_of_the_private_sector/)
- Arango L., (2010). Género e identidad en el trabajo de cuidado. *Enrique de la Garza Toledo y Julio César Neffa (coords.), Trabajo, identidad y acción colectiva, México, CLACSO*.
- Ariza, M. y de Oliveira, O. de, (2004). Universo familiar y procesos demográficos, en Ariza M. y de Oliveira O. de, (eds.), *Imágenes de la familia en el cambio del siglo, México, Universidad Nacional Autónoma de México*, pp. 9-45.
- (2009). Desigualdades sociales y relaciones intrafamiliares en el México del siglo XXI. En: Rabell, C. (coord.) *Tramas familiares en el México*

*contemporáneo: una perspectiva sociodemográfica*. UNAM-Instituto de Investigaciones Sociales/El Colegio de México.

Arkes, J. (2012). Longitudinal association between marital disruption and child BMI and obesity. *Obesity*, 20(8), 1696-1702.

Augustine, J. M., y Kimbro, R. T. (2013). Family Structure and Obesity Among US Children. *Journal of Applied Research on Children: Informing Policy for Children at Risk*, 4(1).

Ávila, A., Shamah, L. T., Chávez, V. A., y Galindo, G. C. (2003). Encuesta Urbana de Alimentación y Nutrición en la Zona Metropolitana de la Ciudad de México 2002 (estrato socioeconómico bajo). *ENURBAL*, 141-2.

Ávila, A., y Shamah, T. (2005). Diagnóstico de la magnitud de la desnutrición infantil en México. In *Metas del Milenio* (pp. 99-125). CONAPO.

Ávila, A., Galindo, C., Ambrosio, R., Chávez, A., (2009). *Encuesta Urbana de Alimentación y Nutrición en la Zona Metropolitana del Estado de México 2007*. México D.F. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia del estado de México.

Ávila, A., Flores J., Rangel, G. (2011). *La política alimentaria en México*. Cámara de Diputados LXI legislatura. Cedrssa. México.

Bacardí, M., Jiménez, A., Jones, E., y Guzmán, V. (2007). Alta prevalencia de obesidad y obesidad abdominal en niños escolares entre 6 y 12 años de edad. *Bol Med Hosp Infant Mex*, 64(6), 362-9.

Barceinas, F. y Yúnez, N. (2000). Efectos de la desaparición de la Conasupo en el comercio y en los precios de los cultivos básicos. *Estudios económicos*, 15(2), 189-227.

Barker, D. J. (2013). The developmental origins of chronic disease. In *Families and child health* (pp. 3-11). Springer New York.

Barquera, S., Campos, I., y Rivera, J. A. (2013). Mexico attempts to tackle obesity: the process, results, push backs and future challenges. *obesity reviews*, 14(S2), 69-78.

Barquera, S., Rivera-Dommarco, J., y Gasca-García, A. (2001). Políticas y programas de alimentación y nutrición en México. *salud pública de méxico*, 43(5), 464-477.

Barranco, J. G. (2002). Obesidad: problema de salud pública en México. *Nutrición Clínica*, 5(4), 213-8.

Basu, S. (2015). The transitional dynamics of caloric ecosystems: changes in the food supply around the world. *Critical Public Health*, 25(3), 248-264.

Bell, K., McNaughton, D., y Salmon, A. (2009). Medicine, morality and mothering: public health discourses on foetal alcohol exposure, smoking around children and childhood overnutrition. *Critical Public Health*, 19(2), 155-170.

Benson, L., y Mokhtari, M., (2011). Parental employment, shared parent-child activities and childhood obesity. *Journal of Family and Economic Issues*, 32(2): 233-244.



- Bergel, M. L., Cesani, M. F., Cordero, M. L., Navazo, B., Olmedo, S., Quintero, F., ... y Marrodán, M. D. (2014). Valoración nutricional de escolares de tres países iberoamericanos: análisis comparativo de las referencias propuestas por la IOTF y la OMS. *Nutr Clín Diet Hosp*, 34, 8-15.
- Berrios, X., Koponen, T., Huiguang, T., Khaltayev, N., Puska, P., y Nissinen, A. (1997). Distribution and prevalence of major risk factors of noncommunicable diseases in selected countries: the WHO Inter-Health Programme. *Bulletin of the World Health Organization*, 75(2), 99.
- Bertran, M. (2002). La alimentación indígena de México como rasgo de identidad. *Cambio social, antropología y salud. DF*, 167-175.
- (2007). ¿Orientación alimentaria o los diez mandamientos? La moral en los discursos de la nutrición y la salud. En Parra, B., y Peña, F. (2007). *Antropología física, salud y sociedad: viejas tradiciones y nuevos retos*. Instituto Nacional de Antropología e Historia.
- (2010). Acercamiento antropológico de la alimentación y salud en México. *Physis* (Rio J.), 20(2), 387-411.
- Billari, F. C. (2015). Integrating macro-and micro-level approaches in the explanation of population change. *Population studies*, 69(sup1), S11-S20.
- Bleich, S., Cutler, D., Murray, Ch. y Adams, A. (2008). Why Is the Developed World Obese? *Annu. Rev. Public Health*. 29:273–95
- Bonvecchio, A., Safdie, M., Monterrubio, E. A., Gust, T., Villalpando, S., y Rivera, J. A. (2009). Overweight and obesity trends in Mexican children 2 to 18 years of age from 1988 to 2006. *salud pública de méxico*, 51, S586-S594.
- Bonvecchio A, Théodore F, Hernández, S, Campirano, F, Islas A, Safdie M. ( 2010) La escuela como alternativa en la prevención de la obesidad: la experiencia en el sistema escolar mexicano. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*;16(1):13-16.
- Bouchard, C. (2008). Gene–environment interactions in the etiology of obesity: defining the fundamentals. *Obesity*, 16(S3), S5-S10.
- Bourdieu, P. (1987). Los tres estados del capital cultural. *Sociológica*, 2(5), 11-17.
- (1997). *Razones prácticas. Sobre la teoría de la acción*. Anagrama. Barcelona.
- (1998). *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. Taurus, Madrid.
- Bourges, H. y Casanueva, E. (2002). Reseña histórica de la nutriología en México, en Bourges, H. *et al. Historias de la nutrición en América Latina*. Fundación Cavendes, INCMINSZ, CESNI. SLAN.
- Butland, B., Jebb, S., Kopelman, P., McPherson, K., Thomas, S., Mardell, J., y Parry, V. (2007). *Foresight. Tackling obesities: future choices-project report* (Vol. 10, p. 17). London: Department of Innovation, Universities and Skills.
- Brachet, V. (1996). Trabajo materno y salud infantil: hacia una guía teórica para las políticas sociales. Stern C., (coord.). *El papel del trabajo materno en la salud infantil*. México: El Colegio de México, 59-86.

- Brewis, A. (2003). Biocultural aspects of obesity in young mexican schoolchildren. *American Journal of Human Biology*, 15(3), 446-460.
- Briz, A., García, L., Maas C, Pérez, K., Sanchez, E. y Ortiz, L. (2004). Hábitos alimentarios y actividad física en un grupo de escolares de la Ciudad de México. *El modelaje. Nutrición Clínica*, 7(1), 9-23.
- Bronfmann, M. (2000). *Como se vive se muere: familia, redes sociales y muerte infantil*. CRIM.UNAM.
- Brown, J. (2014). *Nutrition through the life cycle*. Cengage Learning.
- Cabello, L. y De Jesús D. (2011) Percepción de las madres de niños con obesidad sobre los hábitos alimenticios y sus responsabilidades en la alimentación de los hijos. *Respyn* 12 (1).
- Camarena, R. M. (2003). Repensando a la familia: algunas aportaciones de la perspectiva de género. *Estudios demográficos y urbanos*, 255-297.
- Campos, P., Saguy, A., Ernsberger, P., Oliver, E. y Gaesser, G., (2006). The epidemiology of overweight and obesity: public health crisis or moral panic? *International Journal of Epidemiology*, 35:55–60.
- Campos, P., *et al.* (2005). The epidemiology of overweight and obesity: public health crisis or moral panic? *International Journal of Epidemiology*, 35:55–60.
- Castañeda, E., Molina, N., y Ortiz, H. (2010). Sobrepeso-obesidad en escolares en un área marginada de la ciudad de México. *Revista Mexicana de*, 77(2).
- Castro, R. (2009) Salud y cotidianidad: un análisis hermenéutico En: Grimberg, M. *Experiencias y narrativas de padecimientos cotidianos*, 21-52. UBA. BBAA.
- (2011). Dificultades en la integración entre métodos cualitativos y cuantitativos en la investigación social en salud. En: Castro, R., 2011. *Teoría social y salud*. México, CRIM, Págs. 147-163.
- Carrillo, A. (2015) *Discursos y prácticas en torno a la aplicación de castigos disciplinarios en la crianza de los hijos, en un sector popular de la Ciudad de México*. Tesis para optar por el grado de Doctor en Ciencias Sociales con especialidad en Sociología. El Colegio de México.
- Cawley, J., y Liu, F. (2012). Maternal employment and childhood obesity: A search for mechanisms in time use data. *Economics & Human Biology*, 10(4), 352-364.
- Chaput, J. P., Lambert, M., Mathieu, M. E., Tremblay, M. S., O'Loughlin, J., & Tremblay, A. (2012). Physical activity vs. sedentary time: independent associations with adiposity in children. *Pediatric obesity*, 7(3), 251-258.
- Chávez, A. (ed.) (1974) *Encuestas Nutricionales en México. 2a. edición*. División de Nutrición de Comunidad. Publicación L-1. México, D.F.: Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán.
- Chávez, M. L. (2009). Construcción de la nación y el género desde el cuerpo: La educación física en el México posrevolucionario. *Desacatos*, (30), 43-58.

- Chen, AY. y Escarce, JJ. (2010). Family structure and childhood obesity, early childhood longitudinal study-kindergarten cohort. *Prev Chronic Dis*, 7(3), A50.
- Christie, M. E. (2008). *Kitchenspace: Women, fiestas, and everyday life in central Mexico*. University of Texas Press.
- Clark, S., Hawkes, C., Murphy, S., Hansen, K., y Wallinga, D. (2012). Exporting obesity: US farm and trade policy and the transformation of the Mexican consumer food environment. *International journal of occupational and environmental health*, 18(1), 53-64.
- CNN, 2014 <http://www.cnnexpansion.com/economia/2014/10/02/de-oportunidades-a-prospera-un-cambio-fundamental>
- Cole, T. J., Bellizzi, M., Flegal, K., y Dietz, W. (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *Bmj*, 320(7244), 1240.
- Coley, R., y Lombardi, C. (2012). Early maternal employment and childhood obesity among economically disadvantaged families in the USA. *Early Child Development y Care*, 182(8): 983-998.
- Comisión Nacional para la Cultura Física y el Deporte (2013). Lineamientos y normas técnicas del Programa Nacional de Activación Física 2013-2018. CONADE. México.
- Comisión Nacional para la Cultura Física y el Deporte (2014) Programa Ponte al 100. Sitio web: <http://www.ponteal100.com/programa-ponte-al-100/>
- Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) (2014) La Secretaría de Salud pública reformas en etiquetado y publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas. Comunicado de Prensa 17/14. 14 de Febrero de 2014. Disponible en: <http://www.cofepris.gob.mx/SP/Paginas/Sala%20de%20Prensa%202014/Enero-Marzo.aspx>
- Comisión Federal de la Mejora Regulatoria (COFEMER) (2012). *El problema de la obesidad en México: diagnóstico y acciones regulatorias para enfrentarlo*. Documentos de Investigación en Regulación No. 2012-02.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL). (2010) *Informe de evolución histórica de la situación nutricional de la población y los programas de alimentación, nutrición y abasto en México*. México, DF. CONEVAL.
- Corcuera, S. (1981). *Entre gula y templanza Un aspecto de la historia mexicana*. México. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Crespo *et al.*, 2012 “Determinantes de la reducción de la actividad física y del aumento del sedentarismo” en Rivera, J., *et. al. Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado*. (Primera ed.). México, UNAM.
- Creswell, J. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Traditions*. Thousand Oaks, Ca: Sage.
- (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.

- Crowle, J., y Turner, E. (2010). *Childhood Obesity: An Economic Perspective* (No. 105). Productivity Commission, Government of Australia.
- Davis, M. M., McGonagle, K., Schoeni, R. F., & Stafford, F. (2008). Grandparental and parental obesity influences on childhood overweight: implications for primary care practice. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 21(6), 549-554.
- De Onis, M. (2000). Measuring nutritional status in relation to mortality. *Bulletin of the World Health Organization*, 78(10), 1271-1274.
- De Onis, M., Onyango, A. W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., y Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth *reference* for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization*, 85(9), 660-667.
- De Onis, M., Blössner, M., Borghi, E., Frongillo E. y Morris, M. (2004). Estimates of Global Prevalence of Childhood Underweight in 1990 and 2015. *JAMA*, 291(21).
- De Onis, M., y Lobstein, T. (2010). Defining obesity risk status in the general childhood population: Which cut-offs should we use? *International Journal of Pediatric Obesity*, 5(6), 458-460.
- De Onis, M., Blössner, M., y Borghi, E. (2012). Prevalence and trends of stunting among pre-school children, 1990–2020. *Public health nutrition*, 15(01), 142-148.
- Delgado, V., y Bertran, M. (2010). Consumo de comida callejera y riesgo de obesidad en la ciudad de México. Una aproximación antropológica. En F. Peña y B. León (Coords.) *La medicina social en México IV. Alimentación cuerpo y corporeidad*. (pp. 43-53). México: Eón Sociales
- Demment, M. M., Haas, J. D., y Olson, C. M. (2014). Changes in family income status and the development of overweight and obesity from 2 to 15 years: a longitudinal study. *BMC Public Health*, 14(1), 1.
- Di Girolamo, M., Salgado, N. (2008). Women as primary caregivers in Mexico: challenges to well-being. *salud pública de méxico*, 50(6), 516-522.
- Diario Oficial de la Federación. ( 2010). Acuerdo mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo de los planteles de educación básica. México: *Diario Oficial de la Federación*.
- Días, D. y Enríquez, D. (2007). Obesidad infantil, ansiedad y familia. *Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora*, 24, 22-26.
- Díaz, G., Souto, M. C., Bacardí, M. y Jiménez, A. (2011). Efecto de la publicidad de alimentos anunciados en la televisión sobre la preferencia y el consumo de alimentos: revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 26(6), 1250-1255.
- Dietz, W. (1997). Periods of risk in childhood for the development of adult obesity—what do we need to learn? *The Journal of nutrition*, 127(9), 1884S-1886S.
- Dif-DF. 2014. *Informe de gestión enero-junio 2014*. Dirección ejecutiva de apoyo a la niñez. México.
- Domínguez, P., Olivares, S., y Santos, J. L. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 58(3), 249.

- D Silva, M. U., Reyes, G. V. y Futrell, A. (2007). Children's consumer behavior in the age of globalization: examples from India and Mexico. *Intercultural Communication Studies*, 16(2), 253.
- Dubois, L., Kyvik, K. O., Girard, M., Tatone-Tokuda, F., Pérusse, D., Hjelmberg, J., ... y Martin, N. G. (2012). Genetic and environmental contributions to weight, height, and BMI from birth to 19 years of age: an international study of over 12,000 twin pairs. *PLOS one*, 7(2), e30153.
- Durá, T., Gallinas, V., y Grupo, C. (2013). Natural evolution of excess body weight (overweight and obesity) in children. En *Anales de pediatría*. Barcelona.
- Durán, B. (2009). *La ocupación de la madre como factor determinante del estado nutricional de niños menores de 7 años de Ciudad Juárez*. Tesis para obtener el grado de licenciada en nutrición. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.
- Duveen, G. y Lloyd, B. (2003). Las representaciones sociales como una perspectiva de la psicología social. En J. A. Castorina (Comp.), *Representaciones sociales. Problemas teóricos y conocimientos infantiles* (pp. 29-40). Buenos Aires: Gedisa.
- Echarri, C. (2003). Hijo de mi hija... Estructura familiar y salud de los niños en México. *El Colegio de México, México DF*.
- (2010) hogares y familias en México una visión sociodemográfica. En Lerner S. y Melgar L., (coords.) *Familias en el siglo XXI. Realidades diversas y políticas públicas*. México. Unam-Colmex.
- Egger, G., y Swinburn, B. (1997). An "ecological" approach to the obesity pandemic. *BMJ: British Medical Journal*, 315(7106), 477.
- Egger, G., Swinburn, B., y Rossner, S. (2003). Dusting off the epidemiological triad: could it work with obesity? *Obesity reviews*, 4(2), 115-119.
- Eknoyan, G. (2006). A History of Obesity, or How What Was Good Became Ugly and Then Bad, Advances in Chronic Kidney Disease, *The National Kidney Foundation, Inc.*, 13(4):421-427.
- El Poder del Consumidor (2014). *Publicidad de alimentos y bebidas dirigida a la infancia: estrategias de la industria*. México.
- (2012). *El fin del Acuerdo Nacional por la Salud Alimentaria (ANSA) y la necesidad de una ley y política integral de combate a la obesidad*. México.
- Elias, N. (1987). *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Fondo de Cultura Económica.
- Enciso, A. (2013). "Insuficientes, impuestos a refrescos y comida chatarra" La jornada, política. Disponible en: <http://www.jornada.unam.mx/2013/11/19/politica/008e1pol>
- Esteinou, R. (2008). Sobre el concepto de familia y las formas analíticas que asume, capítulo 2 de *La familia nuclear en México: lecturas de su modernidad. Siglos XVI al XX*, México: CIESAS/Miguel Ángel Porrúa: 71-97.
- (2008a). Tipos de familias en el México del siglo XX en Vera A. y Robichaux, D. (comps.) *Familias y culturas en el espacio latinoamericano*. México. UIA.

- FAO (2012). Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA): Manual de uso y aplicación. Chile: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), Oficina Regional para América Latina.
- Fausto, J., López, V., Rodríguez, M., y Zermeño, L. (2006). Antecedentes históricos sociales de la obesidad en México. *Invest Salud*, 7, 91-94.
- Fernald, L. C., y Neufeld, L. M. (2007). Overweight with concurrent stunting in very young children from rural Mexico: prevalence and associated factors. *European journal of clinical nutrition*, 61(5), 623-632.
- Ferniza, Y. (2016) *La obesidad infantil y los arreglos residenciales*. Tesis para optar por el grado de Maestría en Demografía. El Colegio de México.
- Fiese, B. H., Hammons, A., y Diana Grigsby-Toussaint, 2012. Family mealtimes: A contextual approach to understanding childhood obesity. *Economics and Human Biology*, 10, 365-374.
- Figueroa, D. (2009). Obesidad y pobreza: marco conceptual para su análisis en Latinoamérica. *Saúde e sociedade*, 18(1), 103-117.
- Figueroa J. G., y Flores, N. (2012). Prácticas de cuidado y modelos emergentes en las relaciones de género. La experiencia de algunos varones mexicanos. *Revista de Estudios de Género. La Ventana*, 4(35), 7-57.
- Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Information*, 50(3-4), 528-548.
- Flores, M., Carrión, C., y Barquera, S. (2005). Sobrepeso materno y obesidad en escolares mexicanos: Encuesta Nacional de Nutrición, 1999. *salud pública de méxico*, 47(6), 447-450.
- Flores, S., Klünder, M., y Medina, P. (2011). Análisis crítico del ACUERDO mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 68(1), 69-78.
- Flores, Y., Cárdenas, V. M., Trejo, P. M., Ávila, H., Ugarte, A., & Gallegos, J. (2014). Acciones y problemas maternos para manejar el peso del hijo de acuerdo a la percepción materna del peso y edad del hijo. *Nutrición Hospitalaria*, 29(4), 822-828.
- Fogel, R. W. (2004). *The escape from hunger and premature death, 1700-2100: Europe, America, and the Third World* (Vol. 38). Cambridge University Press.
- Fox, K. R. y M. Hillsdon, (2007). Physical activity and obesity, *Obesity reviews*. 8 (Suppl. 1): 115–121.
- Frenk, S. (2008) Evolución de la nutriología pediátrica en México. *Acta Pediátrica de México* (29) 1 enero-febrero.
- Frood, S., Johnston L., Matteson, M. y Finegood, D. Obesity, Complexity, and the Role of the Health System. (2013). *Curr Obes Rep* 2:320–326
- Galindo, C., Juárez, L., Shamah, T., García, A., y Quiroz, M. A. (2011). Conocimientos en nutrición, sobrepeso u obesidad en mujeres de estratos socioeconómicos bajos de la Ciudad de México. *Arch. latinoam. nutr*, 61(4), 396-405.

- Ganchimeg, T., Ota, E., Morisaki, N., Laopaiboon, M., Lumbiganon, P., Zhang, J., ... y Vogel, J. P. (2014). Pregnancy and childbirth outcomes among adolescent mothers: a World Health Organization multicountry study. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 121(s1), 40-48.
- García, B. y de Oliveira O. (2005) Las transformaciones de la vida familiar en el México urbano contemporáneo. En Valdés X. y Valdés T. (eds.), *Familia y vida privada ¿Transformaciones, tensiones, resistencias o nuevos sentidos?*, Santiago, FLACSO.
- (2006). *Las familias en el México metropolitano: visiones femeninas y masculinas*. Ciudad de México. México: El Colegio de México.
- (2011). Cambios Familiares y Políticas Públicas en América Latina. *Annual Review of Sociology*, 37, 613-633.
- García, B. y Pacheco E. 2000. Esposas, hijos e hijas en el mercado de trabajo de la Ciudad de México en 1995. *Estudios Demográficos y Urbanos*, vol. 15, núm. 1, enero-abril, pp. 35-63.
- García C. (2011). Los alimentos chatarra en México, regulación publicitaria y autoregulación. *Derecho a comunicar*, (2):170-95.
- García, M., Pardío, J., Arroyo, P., y Fernández, V. (2008). Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios. *Estudios Sobre las Culturas Contemporáneas*, 14(27).
- García, M., Pardío, J., Arroyo, P., y Arana, S., (2006). Organización familiar y social y diversidad de la dieta. En Bertran y Arroyo (eds.) *Antropología y nutrición*. Funsalud-UAM-X.
- Gardner, D. S. y Rhodes, P. (2009). Developmental origins of obesity: programming of food intake or physical activity? En *Early Nutrition Programming and Health Outcomes in Later Life* (pp. 83-93). Springer Netherlands.
- Gemmill, A. W., Worotniuk, T., Holt, C. J., Skouteris, H., & Milgrom, J. (2013). Maternal Psychological Factors and Controlled Child Feeding Practices in Relation to Child Body Mass Index. *Childhood Obesity*.
- Genné, E. (2014). Thinking Evolutionarily About Obesity. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, 87(2), 99.
- Gibson, L. Y., Byrne, S. M., Davis, E. A., Blair, E., Jacoby, P., y Zubrick, S. R. (2007). The role of family and maternal factors in childhood obesity. *Medical Journal of Australia*, 186(11), 591.
- Giddens, A., (2012). *Las transformaciones de la intimidad*. Catedra, Madrid.
- Giglia, Á. (2002). Privatización del espacio, autosegregación y participación ciudadana en la Ciudad de México: el caso de las calles cerradas en la zona de Coapa (Tlalpan, Distrito Federal). *Trace. Revista del Centro de Estudios Mexicanos y Centroamericanos*.
- Gillespie, M., y Johnson, L. (2009). Changing family food and eating practices: the family food decision-making system. *Annals of Behavioral Medicine*, 38(1), 31-36.
- Giorguli, S., (2011). Caminos divergentes hacia la adultez en México. En G. Binstock y J. Melo Vieira (cords.), *Nupcialidad y Familia en la América Latina Actual*, Rio de Janeiro: ALAP. Pp. 123-163

- Gómez, F. (2003). Desnutrición. *Salud pública de México*, 45, 576-582.
- Gómez, L. (2014) “DF, la ciudad *más dolorosa* para trasladarse al trabajo” La Jornada. Capital. <http://www.jornada.unam.mx/2014/09/17/capital/043n1cap>
- Gómez, R., y Michel, H. (2010). Senado pide advertir en escuelas sobre “chatarra”. El Universal, 17 de Marzo. <http://www.eluniversal.com.mx/notas/666518.html> .
- González, D., González, T., Barquera, S., y Rivera, J.A. (2007). Alimentos industrializados en la dieta de los preescolares mexicanos. *Salud Pública de México*, 49(5), 345-356.
- González, E., Aguilar, M. J., García J., García, P., Álvarez, J., López, C., y Ocete, E. (2012). Influencia del entorno familiar en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad en una población de escolares de granada (España). *Nutricion Hospitalaria*, 27(1), 177-184.
- Gonzalez, I., Sarmiento, O. L., Gazmararian, J. A., Cunningham, S. A., Martorell, R., Pratt, M., y Stein, A. D. (2013). Comparing three body mass index classification systems to assess overweight and obesity in children and adolescents. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 33(5), 349-355.
- Goode, A., Mavromaras, K. G., y Smith, M. D. (2008). Intergenerational transmission of healthy eating behaviour and the role of household income. *Available at SSRN 1145914*.
- Gracia, M. (2015). La emergencia de las sociedades obesogénicas o de la obesidad como problema social. en *Comemos lo que somos. Reflexiones sobre cuerpo, género y salud*. Icaria. Barcelona.
- Gracida, E. M. (2004). El desarrollismo. UNAM-Océano. México.
- Greve, J. (2011). New results on the effect of maternal work hours on children's overweight status: Does the quality of child care matter?. *Labour Economics*, 18(5), 579-590.
- Grundey, S. M., Balady, G. J., Criqui, M. H., Fletcher, G., Greenland, P., Hiratzka, L. F. ...y Smith, S. C. (1998). Primary Prevention of Coronary Heart Disease: Guidance From Framingham A Statement for Healthcare Professionals From the AHA Task Force on Risk Reduction. *Circulation*, 97(18), 1876-1887.
- Guerrien, M. (2005, April). Arquitectura de la inseguridad, percepción del crimen y fragmentación del espacio urbano en la zona metropolitana del valle de México. In *Paisaje Ciudadano, delito y percepción de la inseguridad: investigación interdisciplinaria del medio urbano* (pp. 23-p). IISJ.
- Guevara, M., Serralde, A. E., Frigolet, V., Blancas, G. L., e Islas, L. (2012). Association between maternal perceptions and actual nutritional status for children in a study group in Mexico. *Nutrición hospitalaria*, 27(1), 209.
- Gundersen, C., Mahatmya, D., Garasky, S., y Lohman, B. (2011). Linking psychosocial stressors and childhood obesity. *Obesity Reviews*, 12(5), e54-e63.
- Guo, S.S., Wu, W., Chumlea, W.C. y Roche, A.F. (2002). Predicting overweight and obesity in adulthood from body mass index values in childhood and adolescence. *Am J Clin Nutr*, 76.



- Gutmann, M. C. (1993). Los hombres cambiantes, los machos impenitentes y las relaciones de género en México en los noventa. *Estudios sociológicos*, 725-740.
- Gutmann, M. C. (2002). Las mujeres y la negociación de la masculinidad. *Nueva Antropología. Revista de Ciencias Sociales*, (61), 99-116.
- Guthman, J. y DuPuis, M. (2006). Embodying neoliberalism: economy, culture, and the politics of fat. *Environment and planning D*, 24(3), 427.
- Gutiérrez, J. (2013). Clasificación socioeconómica de los hogares en la ENSANUT 2012. *Salud Publica Mex*, 55.
- Gutiérrez, J., Rivera, J., Shamah, T., Villalpando, S., Franco, A., Cuevas, L., Hernández, M. (2012). Encuesta nacional de salud y nutrición 2012. Resultados nacionales. (Resultados nacionales). Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- Hall, S. (2003). *Representation: Cultural representations and signifying practices* Sage.
- Hays, S. (1998). *Las contradicciones culturales de la maternidad*. Paidós. Barcelona.
- Hebebrand, J., Wulfange, H., Goerg, T., Ziegler, A., Hinney, A., Barth, N., Remschmidt, H., 2000. Epidemic obesity: Are genetic factors involved via increased rates of assortative mating? *International Journal of Obesity y Related Metabolic Disorders*, 24(3), 345.
- Hernández, B., Cuevas, L., Shamah, T., Monterrubio, E. A., Ramírez, C. I., García, R., Sepúlveda, J. (2003). Factores asociados con sobrepeso y obesidad en niños mexicanos de edad escolar: Resultados de la encuesta nacional de nutrición 1999. *Salud Pública De México*, 45 (suplemento 4), S554-S557.
- Hernández, I., Arenas, M. y Valde, R. (2001). Cuidado a la salud en el ámbito doméstico: interacción social y vida cotidiana. *Rev Saúde Pública*, 35(5), 1-8.
- Hernández, M. (2012). Política de prevención y combate a la mala nutrición. Foro Nacional para la construcción de la política alimentaria y nutricional (Fonan). Realizado el 11 y 12 de junio en la Ciudad de México.
- Hernández, S. (2015) Piden industriales no culparlos por la obesidad en México. 17/04/2015 Ultranoticias. <http://www.ultra.com.mx/noticias/estado-de-mexico/Local/126253-piden-industriales-no-culparlos-por-la-obesidad-en-mexico.html>
- Hesse-Biber, S. N., Rodriguez, D., y Frost, N. A. (2015). A qualitatively driven approach to multimethod and mixed methods research. In *The Oxford handbook of multimethod and mixed methods research inquiry*.
- Hosmer Jr, D. W., Lemeshow, S., y Sturdivant, R. X. (2013). *Applied logistic regression* (Vol. 398). John Wiley & Sons.
- Howe, L. D., Firestone, R., Tilling, K., & Lawlor, D. A. (2015). Trajectories and Transitions in Childhood and Adolescent Obesity. In *A Life Course Perspective on Health Trajectories and Transitions* (pp. 19-37). Springer International Publishing.
- Hunt, M. S., Katzmarzyk, P. T., Pérusse, L., Rice, T., Rao, D. C., y Bouchard, C., 2002. Familial resemblance of 7-year changes in body mass and adiposity. *Obesity Research*, 10(6), 507-517.

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (Inegi) (2012). Estadísticas a propósito del 14 de febrero. Matrimonios y divorcios en México. Inegi.

----- (2014).Glosario completo 152  
conceptos en línea, en  
<http://www.inegi.org.mx/est/contenidos/espanol/rutinas/glogen/default.aspx?t=scays=estyc=10544>

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Argentina (INDEC). (2012) *Canasta básica alimentaria y canasta básica total. Historia, forma de cálculo e interpretación.*

Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). (s/f). *Participación económica femenina.* Tarjeta temática. Sistema de indicadores de género. Disponible en <http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/tarjetas.php?menu1=6&IDTema=6&pag=3>

Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2008). Sobrepeso y obesidad con perspectiva de género. Cuaderno de trabajo 3 Instituto Nacional de la Mujer. México.

----- (2013) Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por entidad federativa, Distrito Federal. Cuernavaca, México. Disponible en: [encuestas.insp.mx](http://encuestas.insp.mx)

----- (2014) *Regulación de la Publicidad de Alimentos y bebidas no alcohólicas en México: El Código PABI vs. Regulaciones Internacionales.* En: <http://www.insp.mx/epppo/blog/2865-reg-publicidad-alimentos-bebidas-mex-codigo-pabi-vs-reg-intern-439.html>

Islas, V., Moctezuma E., Hernández, S., Lelis M. y Ruvalcaba, J. (2011) *Urbanización y motorización en México.* Publicación Técnica No. 362. Instituto Mexicano del Transporte. Secretaria de Comunicaciones y Transportes.

Jacobson, P., Torgerson, J. S., Sjöström, L., y Bouchard, C. (2007). Spouse resemblance in body mass index: effects on adult obesity prevalence in the offspring generation. *American journal of epidemiology*, 165(1), 101-108.

James, W., Jackson, R., y Neville, R. (2010). An International Perspective on Obesity and Obesogenic Environments, en Lake, A. A., Townshend, T. G., y Alvanides, S. *Obesogenic environments: complexities, perceptions and objective measures.* Wiley-Blackwell.

Janiszewski P. y Ross, R. (2007). Physical activity in the treatment of obesity: Beyond body weight reduction. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism = Physiologie Appliquée, Nutrition Et Métabolisme*, 32(3), 512-522.

Jelin, E. (1998) *Pan y afectos.* Fondo de Cultura Económica. México.

Jiang, M., Yang, Y., Guo, X., y Sun, Y. (2013). Association between child and adolescent obesity and parental weight status: A cross-sectional study from rural north China. *Journal of International Medical Research.*

Jiménez, A. (2011). Paradojas de las abuelas que cuidan nietos y nietas. Entre el empoderamiento de sus hijas y la reproducción de roles tradicionales. *Memoria del 7° Encuentro Nacional del Empoderamiento Femenino.* Instituto de Ciencias Sociales y Humanidades. Universidad Autónoma de Hidalgo.

- (2012). Violencia en la vejez: el caso de las abuelas que cuidan a nietos y nietas en una localidad rural en el estado de Hidalgo. *El Cotidiano*, 174(174), 19-32.
- Johnson, W., Kuh, D., y Hardy, R. (2015). A Life Course Perspective on Body Size and Cardio-metabolic Health. In *A Life Course Perspective on Health Trajectories and Transitions* (pp. 61-83). Springer International Publishing.
- Keane, E., Layte, R., Harrington, J., Kearney, P. M., y Perry, I. J. (2012). Measured parental weight status and familial socio-economic status correlates with childhood overweight and obesity at age 9. *PLoS one*, 7(8), e43503.
- Khadilkar, V., y Khadilkar, A. (2011). Growth charts: A diagnostic tool. *Indian journal of endocrinology and metabolism*, 15(7), 166.
- Kaplan, M., Kiernan, E., y James, L. (2006). Intergenerational family conversations and decision making about eating healthfully. *Journal of nutrition education and behavior*, 38(5), 298-306.
- Karelis, A. (2008). Comment: Metabolically healthy but obese individuals. *The Lancet*, 372, 1281-1283.
- Kaufner-Horwitz, M., y Toussaint, G. (2008). Indicadores antropométricos para evaluar sobrepeso y obesidad en pediatría. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 65(6), 502-518.
- Kimani, W. (2013). Exploring the paradox: double burden of malnutrition in rural South Africa. *Glob Health Action*, 6(0).
- , Kahn, K., Pettifor, J., Tollman, S., Dungen, D., Gómez, X., y Norris, S. (2010). The prevalence of stunting, overweight and obesity, and metabolic disease risk in rural South African children. *BMC Public Health*, 10(1), 158.
- Klünder, M., Cruz, M., Medina, P., y Flores, S., (2011). Padres con sobrepeso y obesidad y el riesgo de que sus hijos desarrollen obesidad y aumento en los valores de la presión arterial. *Bol Med Hosp Infant Mex*, 68(6), 438-446.
- Knutson, J. F., Taber, S. M., Murray, A. J., Valles, N., y Koepl, G., (2010). The role of care neglect and supervisory neglect in childhood obesity in a disadvantaged sample. *Journal of Pediatric Psychology*, 35(5), 523-532.
- Krieger, N. (2005). Embodiment: a conceptual glossary for epidemiology. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(5), 350-355.
- (2011). *Epidemiology and the people's health: theory and context* (pp. 1-381). New York: Oxford University Press.
- Kuntz, S. (Coord.). (2012) *Historia económica general de México. De la colonia a nuestros días*. El Colegio de México/Secretaría de Economía. México.
- Lagarde, M. (2003). Mujeres cuidadoras: entre la obligación y la satisfacción. *SARE (2003). Cuidar cuesta: costes y beneficios del cuidado*. EMAKUNDE. Victoria.
- Lara, B., Flores, Y., Alatorre, M., Sosa, R. y Cerda, R. M. (2011). Percepción materna de sobrepeso-obesidad infantil y riesgos de salud en Nuevo Laredo, Tamaulipas, México. *salud pública de México*, 53(3), 258-263.

- Lee, H. S., Duffey, K. J., Kim, C., y Popkin, B. M. (2013). The relationship between family and child weight status by household structure in South Korea: 2007–2010. *Nutrition y diabetes*, 3(6), e73.
- Li, B., Adab, P., y Cheng, K. K. (2015). The role of grandparents in childhood obesity in China: evidence from a mixed methods study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 1.
- Li, L., Law, C., Lo Conte, R., y Power, C. (2009). Intergenerational influences on childhood body mass index: The effect of parental body mass index trajectories. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89(2), 551-557.
- Liu, Y., Chen, H. J., Liang, L., y Wang, Y. (2013). Parent-child resemblance in weight status and its correlates in the United States. *PloS one*, 8(6), e65361.
- Lobstein, T. (2010). The Size and Risks of the International Epidemic of Child Obesity. En Sassi, F., *Obesity and the Economics of Prevention*, 107-114.
- Lobstein, T., Baur L. y R. Uauy, (2004). Obesity in children and young people: a crisis in public health, *Obesity reviews*: 5 (Suppl. 1), 4–85.
- Long, J. S., y Freese, J. (2001). *Regression models for categorical dependent variables using Stata*. Stata press.
- López, R. (2007). Lo bonito, limpio y seguro: usos del espacio de la Ciudad de México por una fracción de clase media. *Alteridades*, 17(34), 9-25.
- López, M. (1998). Género y familia, en *La familia mexicana en el tercer milenio, coloquio de hipótesis y teorías*. Dif-Colmex-Unicef. Pp. 28-40.
- López, S., y Hernández, M. (2007). Desarrollo histórico de la epidemiología en Hernández, M., *Epidemiología. Diseño y análisis de estudios*. INSP/Editorial médica panamericana, México.
- López, X., y Mancilla, M. (2000). La estructura familiar y la comunicación en obesos y normo-peso. . *Revista Mexicana De Psicología*, 17(1), 65-75.
- López, C., Vázquez, V., Bolado, E., González J., Castaneda, J., Robles, L., y Comuzzie, A. (2007). Parental influence in children's food preferences. The ESFUERSO study in two primary schools with different socioeconomic gradients]. *Gaceta médica de México*, 143(6), 463.
- Lozada A, Flores M, Rodríguez S, Barquera S. (2007) Patrones dietarios en adolescentes mexicanas. Una comparación de dos métodos. Encuesta Nacional de Nutrición, 1999. *Salud Publica Mex* 2007;49:263-273.
- Luccisano, L., y Wall, G. (2014). La configuración de la maternidad a través de la inversión social en los niños: ejemplos de Canadá y México. *Revista de El Colegio de San Luis*, 4(7), 180-202.
- Macmillan, R., y Furstenberg, F. (2016). The Logic and Practice of Growth Curve Analysis: Modeling Strategies for Life Course Dynamics. En *Handbook of the Life Course* (pp. 541-569). Springer International Publishing.

- Magaña Ruiz, P., Ibarra Ramírez, J., Ruiz García F., y Rodríguez-Orozco, A. R., 2009. Hay relación entre estado nutricional estimado por antropometría y tipología familiar, en niños mexicanos entre 1 y 4 años. *Nutr Hosp.*, 24(6), 751-762.
- Maldonado, M. (2015). El rol de la abuela en el desarrollo de los nietos. En Mejía-Arauz, R.(coord.) *Desarrollo psicocultural de niños mexicanos*. Guadalajara, Jalisco: ITESO.
- Mammun, A. A., Lawlor, D. A., O'Callaghan, M. J., Williams, G. M., y Najman, J. M. (2005). Family and early life factors associated with changes in overweight status between ages 5 and 14 years: findings from the Mater University Study of Pregnancy and its outcomes. *International journal of obesity*, 29(5), 475-482.
- Martin, M. A. (2008). The intergenerational correlation in weight: how genetic resemblance reveals the social role of families. *AJS; American journal of sociology*, 114(Suppl), S67.
- Márquez, M. y Pradilla, E. (2008). Desindustrialización, terciarización y estructura metropolitana: un debate conceptual necesario. *Cuadernos del CENDES*, (69), 21-45.
- Martínez, A. (2012). *Prácticas sociales, sobrepeso y obesidad infantil en una primaria pública de Tijuana en 2012*. Tesis de Maestría en Estudios de Población. El Colegio de la Frontera Norte, A.C. México. 126 pp.
- Martínez, C. (2014). *Dos posiciones en el debate sobre la integración de la investigación cualitativa y los estudios de población*. Ponencia presentada en la XII Reunión Nacional de Investigación Demográfica en México, en la Universidad Iberoamericana Ciudad de México del 28 al 30 Mayo de 2014.
- Martínez C., y Leal, F. (2003). Epidemiological transition: model or illusion? A look at the problem of health in Mexico. *Social Science & Medicine*, 57(3), 539-550.
- Martínez, A., Campillo, C., y Cogco, R. (2012). Consumo de alimentos de alta densidad energética en los beneficiarios del Programa Oportunidades: El caso del Área Metropolitana de Monterrey. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 20(39), 185-206.
- Martínez, M y Rojas, O. (2016). Una nueva mirada a la participación masculina en el trabajo doméstico y el cuidado de los hijos en México. *Estudios Demográficos y Urbanos*, 31(3), 635-662.
- Maximova, K., McGrath, J. J., Barnett, T., O'Loughlin, J., Paradis, G., y Lambert, M. (2008). Do you see what I see? weight status misperception and exposure to obesity among children and adolescents. *International Journal of Obesity*, 32(6), 1008-1015.
- Medina, A., (1991) Comentario previo en Aguirre, G. *Regiones de refugio. Obra antropológica IX*. Fondo de Cultura Económica. México.
- Mena, P., & Rojas, O. (2010). Padres solteros de la Ciudad de México: Un estudio de género. *Papeles de población*, 16(66), 41-74.
- Mercaei (2012). Actualización y complemento del Diagnóstico de la Familia Mexicana. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de la Familia en México 2011. México. Dif. Disponible en <http://www.dif.gob.mx/diftransparencia/media/EncuestaNalDinamFamiliaMex2011.pdf>
- Miller, D. P., (2011). Maternal work and child overweight and obesity: The importance of timing. *Journal of Family and Economic Issues*, 32(2), 204-218.

- Mintz, S. W. (2003). *Sabor a comida, sabor a libertad: incursiones en la comida, la cultura y el pasado*. CIESAS.
- Morales, M. D. C., Hernández, B., Gómez, L. M., Shamah, T., y Cuevas, L. (2009). Obesity, overweight, screen time and physical activity in Mexican adolescents. *Salud pública de México*, 51, S613-S620.
- Moreno, L., Hernández, D., Silberman, M., Capraro, S., García, J. J., Soto, G., y Sandoval, E. (2014). La transición alimentaria y la doble carga de malnutrición: cambios en los patrones alimentarios de 1961 a 2009 en el contexto socioeconómico mexicano. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 64(4), 231.
- Mota, D., 26 de Agosto de 2009. Hidalgo prohíbe comida chatarra en escuelas. El Universal disponible en: <http://www.eluniversal.com.mx/notas/622321.html>
- Muniagurria, María y Beatriz Novak (2014). Family Structure and Child Health in Argentina. *International Journal of Sociology of the Family*, 40(2).
- Negrete, M. y Paquette, C. (2012). La interacción entre transporte público y urbanización en la Zona Metropolitana de la Ciudad de México: un modelo expansivo que llega a sus límites. *territorios*, 2(25), 15-35.
- Nehring, D. (2005) "Reflexiones sobre la construcción cultural de las relaciones de género en México", *Papeles de Población*, año 11, núm. 45, pp. 221-245.
- Nicole, Wendee. (2013). Ingredientes secretos: ¿Quién sabe qué hay en tus alimentos? *Salud Pública de México*, 55(4), 442-447.
- Notimex. (2010a). BCS prohíbe comida chatarra en escuelas. El Universal, 16 de Marzo de 2010. <http://www.eluniversal.com.mx/notas/666445.html>.
- Notimex. (2010b). Cancelan venta de comida chatarra en escuelas del Edomex. La Jornada, 17 de Mayo de 2010. <http://www.jornada.unam.mx/ultimas/2010/05/17/cancelan-venta-de-comida-chatarra-en-escuelas-del-edomex> .
- OECD (2015), Hours worked (indicator). doi: 10.1787/47be1c78-en (Accessed on 17 April 2015)
- Oliveira, O. de, (1994). Cambios en la vida familiar. Carta demográfica sobre México, *DEMOS*, núm. 7, pp. 35-36.
- Oliveira, O. de (2000), Transformaciones socioeconómicas, familia y condición femenina, en María de la Paz López y Vania Salles (comps.) *Familia, género y pobreza*. Porrúa. México.
- Olvera, N., y Power, T. (2010). Parenting styles and obesity in mexican american children: A longitudinal study. *Journal of Pediatric Psychology*, 35(3), 243-249.
- ONU-Derechos Humanos. (2012). Derecho a la alimentación. Informe de Misión a México, Relator Especial de la ONU sobre el derecho a la alimentación. Naciones Unidas Derechos Humanos, Oficina de Alto Comisionado. Disponible en: [http://hchr.org.mx/files/informe\\_alimentacin\\_web.pdf](http://hchr.org.mx/files/informe_alimentacin_web.pdf)
- Ojeda-Granados, C., Panduro, A., Ramos-López, O., y Román, S. (2013). Construyendo una dieta correcta con base en el genoma latino. *Rev Endocrinol Nutr*, 21, 84-92.

- Oppenheimer, V. (1997). Women's Employment and the Gains to Marriage: The Specialization and Trading Model of Marriage. *Annual Review of Sociology* 23: 431-53.
- Organización Editorial Mexicana (OEM). 2009. México, primer lugar en obesidad infantil: SSa. Disponible en: <http://www.oem.com.mx/oem/notas/n1337424.htm>.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) (2013). Glossary of Statistical Terms.
- Organización Panamericana de la Salud/Pan American Health Organization (2011) *Population and Individual Approaches to the Prevention and Management of Diabetes and Obesity*. Washington, D.C.: PAHO
- Ortiz, L., Acosta, M. N., Núñez, A. E., Peralta, N., y Ruiz, Y. (2007). En escolares de la Ciudad de México la inseguridad alimentaria se asoció positivamente con el sobrepeso. *Revista de investigación clínica*, 59(1), 32-41.
- Ortiz, F., y Poza, C. (2007). Necesito ayuda para evitar que mi hijo sea obeso. *Cultura de los cuidados*, Año XI, n. 22 (2. semestre 2007); pp. 9-15.
- Rivero E. y Hernandez, A. (2014) No todo el tiempo es igual: variaciones en los patrones de uso del tiempo en México. En García B. y Pacheco E. (coord.) *Uso del tiempo y trabajo no remunerado en México*. El Colegio de México, ONU mujeres, Inmujeres.
- Rodríguez M. y García B. Trabajo doméstico y de cuidado masculino. En García B. y Pacheco E. (coord.) *Uso del tiempo y trabajo no remunerado en México*. El Colegio de México, ONU mujeres, Inmujeres.
- Pacheco, E., y Blanco, M. (2015). Metodología mixta: su aplicación en México en el campo de la demografía. *Estudios demográficos y urbanos*. El Colegio de México, 30(3), 725-770.
- Santoyo, L. y Pacheco, E. (2014) El uso del tiempo de las personas en México según tipo de hogar. Una expresión de las desigualdades de género. En García B. y Pacheco E. (coord.) *Uso del tiempo y trabajo no remunerado en México*. El Colegio de México, ONU mujeres, Inmujeres.
- Pachucki, M., Lovenheim, M. y Harding, M. (2014). Within-Family Obesity Associations: Evaluation of Parent, Child, and Sibling Relationships. *American journal of preventive medicine*, 47(4), 382-391.
- Parlee, S. y MacDougald, O. (2014). Maternal nutrition and risk of obesity in offspring: The Trojan Horse of developmental plasticity. *Biochimica et Biophysica Acta (BBA)-Molecular Basis of Disease*, 1842(3), 495-506.
- Pearce, A., Li, L., Abbas, J., Ferguson, B., Graham, H., y Law, C. (2010). Is childcare associated with the risk of overweight and obesity in the early years? Findings from the UK Millennium Cohort Study. *International journal of obesity*, 34(7), 1160-1168.
- Pedrero, M. (2005). *Trabajo doméstico no remunerado en México Una estimación de su valor económico a través de la Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2002*. INEGI.
- Peña, M., y Bacallao, J. (2000). *La obesidad en la pobreza: un nuevo reto para la salud pública*. OPS.

- Peña, F., y López, A. (2007). Jefaturas de hogar femeninas y crecimiento de escolares en Tláhuac, DF (México). *Medicina Social*, 2(4), 183-194.
- Pérez, S. y Diez, S. (2007). Estudios sobre alimentación y nutrición en México: una mirada a través del género. *Salud pública de México*, 49(6), 445-453.
- Pérez, S, Mosqueda, J. y Romero, A. (2014). Obesidad y alimentación: percepción de un grupo de niños y niñas de la costa de Oaxaca. *Infancias Imágenes*, 11(2), 16-26.
- Perusse, L., Rice, T. K., y Bouchard, C. (2014). Genetic component to obesity: evidence from genetic epidemiology. *Handbook of obesity*. Boca Raton: Taylor and Francis Group, 91-104.v
- Pilcher, J. (2006). “¡Tacos, joven!” Cosmopolitismo proletario y la cocina nacional mexicana. *Dimensión antropológica*, 37, 87-125.
- Pío, J. (2013). La ciencia de la nutrición y el control social en México en la primera mitad del siglo XX. *Relaciones (Zamora)*, 34(133), 225-255.
- Popkin, B. (2001). Nutrition in transition: the changing global nutrition challenge. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 10(s1), S13-S18.
- Popkin, B., Adair, L., y Ng, S. (2012). Global nutrition transition and the pandemic of obesity in developing countries. *Nutrition reviews*, 70(1), 3-21.
- Popkin, B., Richards, M., y Montiero, C. (1996). Stunting is associated with overweight in children of four nations that are undergoing the nutrition transition. *The Journal of nutrition*, 126(12), 3009-3016.
- Puhl, R. y Latner, J. (2007). Stigma, obesity, and the health of the nation's children. *Psychological bulletin*, 133(4), 557.
- Qi, L. y Cho, Y. (2008). Gene-environment interaction and obesity. *Nutrition reviews*, 66(12), 684-694.
- Ortiz, L., Delgado, G., y Hernández, A. (2006). Cambios en factores relacionados con la transición alimentaria y nutricional en México. *Gaceta médica de México*, 142(3), 181-193.
- Rabell, Cecilia (coordinadora) (2009). *Tramas familiares en el México contemporáneo. Una perspectiva sociodemográfica*. México: Universidad Nacional Autónoma de México–Instituto de Investigaciones Sociales/ El Colegio de México.
- Rabell, C., y Gutierrez, E. (2012). ¿ Con quién vivimos los mexicanos?. *coyuntura demográfica*, 2, 35-39.
- Ramírez, J.A., García, R. Cervantes, N. Mata, F. Zárate, T. Mason y A. Villarreal (2003). Transición alimentaria en México. In *Anales de Pediatría* (Vol. 58, No. 6, pp. 568-573). Elsevier Doyma.
- Ramírez, P. (2007). Espacio local y diferenciación social en la ciudad de México/Local Space and Social Differentiation in Mexico City. *Revista mexicana de sociología*, 641-682.
- Ramos, I., (2007). Prohíben comida chatarra en escuelas de Coahuila. *La Jornada*, 8 de Agosto de 2007 .  
<http://www.jornada.unam.mx/2007/06/08/index.php?section=estadosyarticle=039n2est>.



- Reilly, J. J., y Kelly, J. (2011). Long-term impact of overweight and obesity in childhood and adolescence on morbidity and premature mortality in adulthood: systematic review. *International journal of obesity*, 35(7), 891-898.
- Rendón, T. (2004). El mercado laboral y la división intrafamiliar del trabajo. En Marina Ariza y Orlandina de Oliveira (coords.) *Imágenes de la familia en el cambio de siglo*. Universo familiar y procesos de trabajo contemporáneos. México: IIS-UNAM.
- Reichman, N. E., y Teitler, J. O. (2013). Lifecourse exposures and socioeconomic disparities in child health. In *Families and child health* (pp. 107-134). Springer New York.
- Rich, E. y Evans, J. (2005). 'Fat ethics'—the obesity discourse and body politics. *Social Theory & Health*, 3(4), 341-358.
- Rivera, J., Perrichart, O. y Moreno, J. (2012). Determinantes de la obesidad: marco conceptual y evidencia empírica. En: Rivera, J., Hernández, M., Aguilar C., Vadillo, F. y Murayama, C. *Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado*. (Primera ed.). México, UNAM.
- Röbl, M., Knerr, I., Keller, K. M., Jaeschke, R., Hoffmeister, U., Reinehr, T., y Holl, R. W. (2008). Adipositas bei Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern. *DMW-Deutsche Medizinische Wochenschrift*, 133(47), 2448-2453.
- Rocha, T. E., y Cruz, C. (2013). Barreras estructurales y subjetivas en la transición de roles de mujeres mexicanas y su malestar emocional. *Acta Colombiana de Psicología* 16 (1): 123-135, 2013
- Rodríguez, I. (2012). "Nuevos requerimientos para botanas escolares". Manufactura. Consultada en <http://www.manufactura.mx/industria/2012/08/21/nuevos-requerimientos-para-botanas-escolares>
- Rojas, O. (2010) Género, organización familiar y trabajo extradoméstico femenino asalariado y por cuenta propia, *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, vol. 2, núm. 2, Manizales, Universidad de Caldas, pp. 31-50.
- (2012). Masculinidad y vida conyugal en México. Cambios y persistencias. *Géneros. Revista de Investigación y Difusión sobre los Estudios de Género*, 18(10), 79-104.
- Rojas, O. y Martínez, M. (2014). Uso del tiempo en el ámbito doméstico entre los padres mexicanos. *Brígida García y Edith Pacheco (coords.), Uso del tiempo y trabajo no remunerado en México*. México, El Colegio de México, 433-470.
- Román, S., Ojeda-Granados, C., y Panduro, A. (2013). Genética y evolución de la alimentación de la población en México. *Rev Endocrinol Nutr*, 21(1), 42-51.
- Roo, J. B., Hamui, A., y Fernández, M. A. (2016). Conflictos intergeneracionales en abuelas cuidadoras de una clínica de medicina familiar de la Ciudad de México. *Atención Familiar*, 23(2), 57-62.
- Ross, R., y Bradshaw, A. (2009). The future of obesity reduction: Beyond weight loss. *Nature Reviews. Endocrinology*, 5(6), 319-325.

- Rothstein, W. G. (2003). *Public health and the risk factor: a history of an uneven medical revolution*. University of Rochester, U.K.
- Salgado, J. *Inversión parental y su asociación con sobrepeso y obesidad en niños de 5 años a 11 años en México*. Tesis para obtener el grado de Maestro en Ciencias con concentración en Economía de la salud. Instituto Nacional de Salud Pública.
- Salvo D, Reis RS, Stein AD, Rivera J, Martorell R, Pratt M. (2014) Characteristics of the Built Environment in Relation to Objectively Measured Physical Activity Among Mexican Adults, 2011. *Prev Chronic Dis* 11:140047.
- Sánchez, J. y Ruiz, A. (2015). Relationship between self-esteem and body image in children with obesity. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(1), 38-44.
- Santos Fundadores, Centro Comunitario (2015). Perfil de Facebook.
- Sassi, F. (2010). *Obesity and the economics of prevention*, OECD.
- Sassi, F., Devaux, M., y Fisher, H. (2012). Obesity update 2012. *Organization for Economic Cooperation and Development*, 1-7.
- Sawaya AL, Roberts S: Stunting and future risk of obesity: principal physiological mechanisms. *Cad Saude Publica* 2003, 19 (Suppl 1):S21–S28.
- Secretaría de Salud. (2010). *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad. Acciones del Gobierno Federal*. México: Secretaría de Salud.
- Schatán, W. (1986). Nutrición y crisis en México. *Problemas del Desarrollo*, 17(64/65): 139-187.
- Schmeer, K. K. (2012). Family structure and obesity in early childhood. *Social Science Research*, 41, 820-832.
- Schor, J. (2011). The Viacom Generation. *At the Heart of Work and Family: Engaging the Ideas of Arlie Hochschild*, 206-216.
- Schwentesius, R., y Gómez, M. (2003). Impacto del TLCAN en el sector agroalimentario: evaluación a 10 años. *Perspectivas Rurales*, 7(13-14), 51-70.
- Sellayah, D., Cagampang, F. y Cox, R. (2014). On the Evolutionary Origins of Obesity: A New Hypothesis. *Endocrinology*, 155(5), 1573-1588.
- Shamah, T., Cuevas, L., Méndez, I., Jiménez, A., Mendoza, A., y Villalpando, S. (2011). La obesidad en niños mexicanos en edad escolar se asocia con el consumo de alimentos fuera del hogar durante el trayecto de la casa a la escuela. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 61(3):288-295.
- Shamah, T., Villalpando, S., y Rivera, J. A. (2007). Resultados de Nutrición de la ENSANUT 2006. Cuernavaca, México, *Instituto Nacional de Salud Pública*.
- Silveira, P., Kennedy, J., Sokolowski, M., Levitan, R., y Meaney, M. (2014). Genetic and Developmental Origins of Food Preferences and Obesity Risk: The Role of Dopamine. En *Hormones, Intrauterine Health and Programming* (pp. 157-174). Springer International Publishing.

- Skelton, J. A., Buehler, C., Irby, M. B., y Grzywacz, J. G. (2012). Where are family theories in family-based obesity treatment?: conceptualizing the study of families in pediatric weight management. *International journal of obesity*, 36(7), 891-900.
- Sobrino, J. (2012). La urbanización en el México contemporáneo. *Notas de Población*. Cepal. Reunión de expertos sobre: “población territorio y desarrollo sostenible” Santiago, 16-17 de agosto 2011.
- Sola, B. 2014. “Insuficiente el presupuesto asignado para bebederos en escuelas”. Bienestar. Periódico La Crónica. <http://www.cronica.com.mx/notas/2014/855949.html>
- Stern, C. (2004). *Vulnerabilidad social y embarazo adolescente en México*. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Suka, M., Sugimori, H., Yoshida, K., Sekine, M., Yamagami, T., & Kagamimori, S. (2002). Parental influence on the development of obesity in 9-year-old Japanese children: the Toyama birth cohort study. *Environmental health and preventive medicine*, 7(4), 173-175.
- Svedberg, P. (2006). Declining child malnutrition: a reassessment. *International Journal of Epidemiology* 2006;35:1336–1346
- Swinburn, B., Egger, G., y Raza, F. (1999). Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Preventive medicine*, 29(6), 563-570.
- Taylor, A. W., Winefield, H., Kettler, L., Roberts, R., y Gill, T. K. (2012). A population study of 5 to 15 year olds: full time maternal employment not associated with high BMI. The importance of screen-based activity, reading for pleasure and sleep duration in children’s BMI. *Maternal and child health journal*, 16(3), 587-599.
- Théodore, F., Bonvecchio, A., Blanco, I., y Carreto, Y. (2011). Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud colectiva*, 7(1), 215-229.
- Théodore, F., Bonvecchio, A., Blanco, I., Irizarry, L., Nava, A., y Carriedo, A. (2011a). Significados culturalmente construidos para el consumo de bebidas azucaradas entre escolares de la Ciudad de México. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 30(4), 327-334.
- Torres, F. (2000). La alimentación de los mexicanos al final del milenio: de la diversidad a la homogeneidad regional. *Notas, revista de información y análisis*, 10:47-58.
- (2010). Rasgos perennes de la crisis alimentaria en México. *Estudios sociales* (Hermosillo, Son.), 18(36), 125-154.
- Torres, F. (coord.). (1997). *Dinámica económica de la industria alimentaria y patrón de consumo en México*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Toussaint, G. y García, J.A. (2001) *Desnutrición Protéico-Energética* En: Casanueva E, Kaufer Horwitz M, Pérez-Lizaur AB, Arroyo P, eds. *Nutriología Médica*. 2a. ed. México: Fundación Mexicana para la Salud/Editorial Médica Panamericana.
- Tremblay, M. S., LeBlanc, A. G., Kho, M. E., Saunders, T. J., Larouche, R., Colley, R. C., y Gorber, S. C. (2011). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged

- children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 1.
- Tuirán, R. (1993). Estrategias familiares de vida en época de crisis: el caso de México En CEPAL Cambios en el perfil de las familias: la experiencia regional. Santiago de Chile.
- Tunstall, H. (2003). *MONICA monograph and multimedia sourcebook: world's largest study of heart disease, stroke, risk factors, and population trends 1979-2002*. World Health Organization.
- Turner, B. S. (1989). *El cuerpo y la sociedad: Exploraciones en teoría social*. Fondo de Cultura Económica.
- Ulijaszek, S. J., y Lofink, H. (2006). Obesity in biocultural perspective. *Annu. Rev. Anthropol.*, 35, 337-360.
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)., WHO y The World Bank. 2012. *Levels and trends in child malnutrition: Joint child malnutrition estimates*.
- Vadillo, F., Zambrano, E. y Cruz, M. (2012). Genética y epigenética de la obesidad, en Rivera, Hernández, Aguilar, Vadillo y Murayama (eds.) Obesidad en México. Recomendaciones para una política de *Estado*. UNAM.
- Vafa, M., Moslehi, N., Afshari, S., Hossini, A., y Eshraghian, M. (2012). Relationship between breastfeeding and obesity in childhood. *Journal of health, population, and nutrition*, 30(3), 303.
- Valentine, K. (2011). Accounting for agency. *Children & Society*, 25(5), 347-358.
- Varela, M., Dickinson, F., Wilson, H., Azcorra, H., Griffiths, P., y Bogin, B. (2012). The Nutritional Dual-Burden in Developing Countries—How is it Assessed and What Are the Health Implications? *Collegium Antropologicum*, 36(1), 39-45.
- Vásquez, F., Cerda Rioseco, R., Andrade, M., Morales, G., Gálvez, P., Orellana, Y., y Leyton, B. (2013). Diferencias en magnitud de estado nutricional en escolares chilenos según la referencia CDC y OMS 2005-2008. *Nutrición hospitalaria*, 28(1), 217-222.
- Velázquez Quintana, N. I., Zárraga, M. Y., Luis, J., y Ávila Reyes, R. (2004). Recién nacidos con bajo peso; causas, problemas y perspectivas a futuro. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 61(1), 73-86.
- Villa-Caballero, L., Caballero-Solano, V., Chavarría-Gamboa, M., Linares-Lomeli, P., Torres-Valencia, E., Medina-Santillán, R., y Palinkas, L. A. (2006). Obesity and socioeconomic status in children of Tijuana. *American journal of preventive medicine*, 30(3), 197-203.
- Villarreal-Molina, M. T., Flores-Dorantes, M. T., Arellano-Campos, O., Villalobos-Comparan, M., Rodríguez-Cruz, M., Miliar-García, A., ... y Tusie-Luna, M. T. (2008). Association of the ATP-binding cassette transporter A1 R230C variant with early-onset type 2 diabetes in a Mexican population. *Diabetes*, 57(2), 509-513.
- Vickers, M. (2014). Developmental programming and transgenerational transmission of obesity. *Ann Nutr Metab.* 2014;64 Suppl 1:26-34.

- Vizcarra, I., y Marín, N. (2013). La obesidad en la resignificación de identidades infantiles indígenas en edad escolar en México: el caso de los pueblos Mazahua y Otomí. *Perspectiva*, 31(3), 777-809.
- Vogli, R. D., Kouvonen, A., Elovainio, M., y Marmot, M. (2014). Economic globalization, inequality and body mass index: a cross-national analysis of 127 countries. *Critical Public Health*, 24(1), 7-21.
- Wadsworth M. y Butterworth S. (2006) "Early life" en Marmot M. y R. Wilkinson, eds., *Social Determinants of Health*, Oxford, Oxford University Press.
- Wadsworth, M. y Kuh, D. (2016). Epidemiological Perspectives on the Life Course. En *Handbook of the Life Course* (pp. 639-659). Springer International Publishing.
- Wang, Z., Patterson, C. M., y Hills, A. P. (2002). Association between overweight or obesity and household income and parental body mass index in Australian youth: analysis of the Australian National Nutrition Survey, 1995. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 11(3), 200-205.
- Wardle, J., Carnell, S., Haworth, C. M., y Plomin, R. (2008). Evidence for a strong genetic influence on childhood adiposity despite the force of the obesogenic environment. *The American journal of clinical nutrition*, 87(2), 398-404.
- Williams, S. N. (2015). The incursion of 'Big Food' in middle-income countries: a qualitative documentary case study analysis of the soft drinks industry in China and India. *Critical Public Health*, 25(4), 455-473.
- Wojcicki, J. M., Jimenez-Cruz, A., Bacardi-Gascon, M., Schwartz, N., y Heyman, M. B. (2012). Bimodal distribution of risk for childhood obesity in urban Baja California, Mexico. *Journal of Urban Health*, 89(4), 628-638.
- World Health Organization (WHO) (2000), *Obesity: Preventing and managing the global epidemic*. World Health Organization Technical Report Series, 894.
- (2014) The 8th Global Conference on Health Promotion, Helsinki, Finland, 10-14 June 2013 en [http://www.who.int/healthpromotion/conferences/8gchp/statement\\_2013/en/](http://www.who.int/healthpromotion/conferences/8gchp/statement_2013/en/), revisado el 23 de noviembre de 2014.
- World Obesity (W.O.) 2014. World Obesity (formerly IASO) History, en: <http://www.worldobesity.org/who-we-are/history/>
- Wooldridge, N. (2014). Child and Preadolescent Nutrition. En Brown, J. *Nutrition Through the Life Cycle*. Cengage. Stanford.
- Zhang, Q., Lamichhane, R., Chen, H. J., Xue, H., & Wang, Y. (2014). Does child-parent resemblance in body weight status vary by sociodemographic factors in the USA?. *Journal of epidemiology and community health*, 68(11), 1034-1042.
- Zermeño, S. (2005). La desmodernidad mexicana y las alternativas a la violencia ya la exclusión en nuestros días, Océano, México.

## Índice de cuadros

CUADRO III.1.- Matriz de análisis para exceso de peso en escolares.....	89
CUADRO IV.1.- Distribución porcentual de las variables de interés y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.....	118
CUADRO IV.2.- Distribución porcentual de las características individuales y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.....	118
CUADRO IV.3.- Distribución porcentual de las características de la madre y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.....	119
CUADRO IV.4.- Distribución porcentual de las características del hogar y prevalencia de exceso de peso en escolares. México.....	119
CUADRO IV.5.- Modelos logísticos para sobrepeso y obesidad en escolares. México.....	121
CUADRO IV.6 Comparación de modelos logísticos binomiales para sobrepeso y obesidad en escolares. México.....	123
CUADRO IV.7 Prueba de Small-Hsiao para el modelo multinomial de exceso de peso en escolares.....	125
Cuadro IV.8 Modelo logístico multinomial para sobrepeso y obesidad en escolares. México.....	126
CUADRO IV.9 Comparación entre modelos para exceso de peso en México y la Ciudad de México.....	129
CUADRO V.1.-Características sociodemográficas de los hogares de informantes. Santo Domingo, Santa Úrsula y Villa Coapa, Coyoacán. D.F. 2015.....	154
CUADRO A1. Distribución de los datos válidos de sobrepeso y obesidad en escolares. México, 2012.....	267

## Índice de gráficas

GRÁFICA I.1. Prevalencias de obesidad y sobrepeso en tres encuestas para diferentes grupos de edad, México.....	31
GRÁFICA IV.1 Composición corporal de escolares. México.....	117
GRÁFICA IV.2 Predicciones ajustadas de exceso de peso en escolares, a partir del arreglo habitacional.....	122
GRÁFICA IV.3 Predicciones ajustadas para presentar exceso de peso por arreglo residencial .....	123
GRÁFICAS IV.4 Probabilidades de A) Normopeso, B) Sobrepeso C) obesidad, por arreglo habitacional, durante la edad escolar. México. ....	127

## Índice de esquemas

ESQUEMA II.1. Influencias sobre el balance de energía y la ganancia de peso.....	57
ESQUEMA II.2. El enfoque biomédico de la obesidad.....	65
ESQUEMA II.3. Una propuesta para el enfoque ecosocial de la obesidad en escolares.....	74
ESQUEMA IV. 1. Acotamiento de la muestra.....	105
ESQUEMA IV. 2. Acotamiento de la muestra con valores válidos para calcular el IMC.....	114