



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM AMECAMECA
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM NEZAHUALCOYOTL

MAESTRÍA EN SOCIOLOGÍA DE LA SALUD

T E S I S:

**SOCIALIZACIÓN, PENSIÓN PARA EL BIENESTAR Y ALIMENTACIÓN EN
ADULTOS MAYORES EN EL MUNICIPIO DE AMECAMECA, ESTADO DE
MÉXICO**

POR:

LIC. EN NUT. ADELA MARIEL TOVAR MONDRAGÓN

COMITÉ TUTORAL

DR. ROBERTO MORENO ESPINOSA

DRA. OFELIA VÁZQUEZ MOLINA

DR. DONOVAN CASAS PATIÑO

AMECAMECA, EDO MÉX,

ÍNDICE

Resumen.....	4
Abstract	5
INTRODUCCIÓN	6
1.- OBJETO DE ESTUDIO	8
1.1 Planteamiento del problema	8
1.2 Justificación	10
1.3 Objetivos	12
Objetivo general:.....	12
1.4 Supuesto hipotético	12
2.- REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	13
2.1 Marco conceptual	13
2.1.1 Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores	13
2.1.2 Alimentación	13
2.1.3 Socialización	13
2.2 Marco Teórico	14
2.2.1 Antecedentes de la socialización	14
2.2.2 Teoría de la Construcción Social de la Realidad	15
2.2.2.1 Agentes socializadores	16
2.3 Estado del conocimiento	19
2.3.1 Antecedentes políticas públicas dirigidas a adultos mayores en México	20
2.3.2 Adultos mayores en México	21
2.3.3 “Pensión para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores” PAM.....	22
2.3.4 Alimentación y adultos mayores.....	24
2.3.5 Alimentación en relación con la socialización.....	25
2.4 Marco contextual	29
2.4.1 Características sociodemográficas del municipio de Amecameca	29
2.4.2 Espacios para Adultos mayores.....	30
2.4.3 Alimentación y principales productos en Amecameca	32
3.- METODOLOGÍA	34

3.1 Tipo de estudio, espacio y tiempo	34
3.2 Muestra	34
3.3 Criterios	34
3.1.1 Criterios de inclusión.....	34
3.1.2 Criterios exclusión	34
3.1.3 Criterios de eliminación	35
3.2 Métodos	35
3.3. Análisis.....	35
4. RESULTADOS	37
4.1 Artículo enviado	37
4.1.2 Resumen.....	38
4.2 Eventos académicos	39
4.2.1 Participación en el “III Simposio y IV Seminario Internacional de Educación Ambiental y desarrollo sustentable”	39
4.2.3 Participación en el X Congreso Internacional “Gobierno, gestión y profesionalización en el ámbito Local ante los grandes retos de Nuestro tiempo”	41
4.2.3 Participación en el 1er Congreso Nacional de Antropología de la Alimentación; Acercamientos socioculturales. “Soberanía y desigualdades alimentarias”.	43
4.2.4 Participación en el III Congreso Internacional Sociología de la Salud: Alcances Sociosanitarios Post Pandémicos, Reflexiones Longitudinales.	45
4.5 Estancia	47
5.- CONCLUSIÓN.....	48
6.- APORTES A LA SOCIOLOGÍA	49
7.- REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	50
8.- ANEXOS	62

Resumen

El envejecimiento de la población ha requerido de la implementación de nuevas políticas públicas que contribuyan al bienestar de este sector poblacional. Es así como surge la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” cuyo objetivo ha sido asegurar un ingreso económico y así poder favorecer al adulto mayor en su economía. La creación de esta política pública fue piedra angular desde su inicio del actual gobierno y su objetivo principal ha sido dar inclusión a este grupo vulnerable. La presente investigación tiene por objetivo analizar el vínculo de la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” con la socialización en los comportamientos alimentarios de la población adulta mayor en el municipio de Amecameca, en el Estado de México. Este trabajo es un estudio mixto, de corte transversal y de tipo analítico, aplicado a adultos mayores beneficiarios de la “Pensión para el Bienestar” del municipio de Amecameca. La información fue recolectada a través de una encuesta y una entrevista semiestructurada. El análisis y la categorización de los datos obtenidos se realizaron en dos fases: 1ª fase, obtención de datos cuantitativos utilizando el software Statgraphics y, 2ª fase, obtención de datos cualitativos empleando ATLAS Ti versión Centurión XVI. La “Pensión para el Bienestar” conforma hoy en día un derecho de todos los adultos mayores mexicanos que no sólo fortalece su economía, sino que también mejora sus hábitos de compra y consumo de alimentos, todo lo anterior dentro de un marco de inclusión. Los comportamientos alimentarios se modifican dependiendo de la interacción con los agentes socializadores y para los adultos mayores los comportamientos que más prevalecen son aquellos aprendidos durante la socialización primaria.

Palabras clave: Adulto mayor, pensión para el bienestar, socialización, alimentación

Abstract

An aging population has required the creation of some new public policies implementation that make a group to the well-being of this social group. The “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” was created because of this and its very own objective has been to ensure an economical income and help to the senior citizens. The creation of this project has been a keystone for the former Government and its main purpose is to include this vulnerable group and make it visible. The objective of this research is to analyze the relation between the “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” and the process of socialization to the feeding behaviors in the population of Amecameca, in the State of Mexico. This paper is a mix study, transversal and analytical which was applied to the senior citizens who happen to be beneficiaries of the program in Amecameca. The information was collected through a survey and a semi structured interview. The analysis and the categorization of the obtained data were made in two phases, the first one of quantitative data obtention by using Statgraphics software, and the second one of qualitative data obtention by using ATLAS Ti in its Centurión XVI version.

Nowadays the so called “Pensión para el Bienestar” is a universal right all Mexican senior citizens have. It not only makes their economy stronger, but also seem to improve their purchase and consumption habits in terms of food spending. All in a proper inclusive scheme that did not used to exist in the past. The prior information enables the visualization of the childhood eating behaviors obtained with the family –, welfare the primary socialization - as the remaining ones.

Keywords: senior pension, socialization, food

Introducción

El envejecimiento de la población en México ha traído consigo retos a las personas encargadas de desarrollar las políticas públicas que contribuyan al bienestar de los adultos mayores al interior de la sociedad. Mediante la nombrada "Pensión para el Bienestar" se ha tratado de incluir a éste, muchas veces segregado sector, a un plan de trabajo de carácter nacional y universal. Las necesidades de los adultos mayores han sido consideradas en la agenda del actual gobierno y ello ha traído consigo una serie de cambios económicos, sociales y alimentarios. Siendo los últimos, la parte fundamental de este trabajo.

Las prácticas alimentarias han sido pieza clave en la sociedad y su importancia va más allá del mero aspecto biológico dando realce a un significado social que se construye día a día y cuyo énfasis es parte de la presente investigación. A partir de la socialización se generan gustos y preferencias que desde la infancia denotan la influencia social recibida en la alimentación. Este fenómeno está presente durante toda la vida del individuo y es variable en aspecto y forma de acuerdo al círculo social en el que éste actúe.

Este trabajo fue dividido en siete partes. En la primera parte se abordan la presentación del planteamiento del problema, justificación y la descripción de los objetivos. En la segunda parte se realiza una revisión bibliográfica en relación a las pensiones para adultos mayores y sus beneficios, describiendo la parte histórica en el desarrollo de políticas públicas en México para este grupo etario, considerando hacia donde canalizan su gasto, además de puntualizar la influencia de la socialización en los adultos mayores.

En la tercera parte se describe la metodología abordada para el desarrollo de la tesis donde se detalla el diseño mixto, de igual manera la obtención de la información la cual se llevó a cabo mediante el uso de una encuesta y una entrevista semiestructurada realizada a los adultos mayores beneficiarios de la "Pensión para el Bienestar" del municipio de Amecameca en el Estado de México, así como también el análisis e interpretación de los datos obtenidos y las consideraciones éticas de la investigación.

En la cuarta parte se ponen en evidencia los resultados obtenidos de la investigación; se encontró que los adultos mayores amecamequenses que son beneficiarios de la “Pensión para el Bienestar” canalizan mayormente dicho apoyo económico a la alimentación y que la socialización, principalmente la socialización primaria (familiar), influyendo en las prácticas alimentarias que llevan a cabo con su arraigo desde la infancia ha impedido el acercamiento a alimentos modernos, con respecto a la influencia de los medios de comunicación, los adultos mayores refieren no tener influencia en cuanto a las prácticas alimentarias. Dentro de la perspectiva que la población adulta mayor tiene acerca de dicha pensión, ellos mencionan sentirse incluidos, y que también han notado cambios favorables para su economía.

La quinta parte pone de manifiesto la importancia que tiene la “Pensión para el Bienestar” en los adultos mayores de Amecameca para la compra de alimentos, así como también la influencia de diferentes agentes socializadores en el comportamiento.

Finalmente, en la sexta y séptima partes se muestran las fuentes de información bibliográfica que fueron revisadas para la elaboración de esta tesis, del mismo modo que se evidencian las herramientas que se utilizaron para la obtención de la información.

1.- OBJETO DE ESTUDIO

1.1 Planteamiento del problema

La población de adultos mayores presenta un rápido crecimiento a nivel mundial como resultado del aumento en la esperanza de vida. Específicamente en México, durante las últimas 3 décadas la población de 60 años o más pasó de 5 millones a 17.1 millones, constituyendo el 14% del total de la población en 2020 (Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI, 2022). Este importante incremento en la población de adultos mayores hace evidente un proceso de envejecimiento a nivel mundial y en nuestro país, lo cual representa un reto para los encargados de tomar las decisiones y de diseñar las políticas orientadas a satisfacer las necesidades de salud, protección y consumo de las personas de mayor edad.

En México existe un sistema de protección social dirigido a este sector de la población, el cual ha presentado modificaciones en las últimas décadas teniendo como objetivo principal mejorar las condiciones de vida de los adultos mayores. Recientemente la “Pensión para el Bienestar”, nombrada así por el actual Gobierno, atiende a todos los adultos mayores de 65 años del país (Gobierno de México, 2020). De acuerdo con el Gobierno Federal, la “Pensión para el Bienestar” brinda cobertura a 10 millones 259 mil beneficiarios en el país (Gobierno de México, 2022). La finalidad de este apoyo es brindar un ingreso económico seguro con el que el adulto mayor pueda tener bienestar y seguridad social.

La Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) reportó que, durante el 2020, el principal gasto realizado por los adultos mayores fue destinado para alimentación, transporte y vivienda; no obstante, en los últimos dos años se observó un aumento importante en los gastos generados en la atención de la salud los cuales estuvieron ampliamente relacionados con la pandemia por COVID-19 recordando que este sector de la población fue identificado como uno de los más vulnerables.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la alimentación es un proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer. Por lo tanto, representa uno de los principales gastos que realizan los adultos mayores. Sin embargo, la alimentación refleja algo más que sólo el proceso biológico antes mencionado. Al hablar de alimentación podemos resaltar que existen diversos factores que condicionan las decisiones y comportamientos relacionados con el consumo de alimentos.

Existen barreras que los adultos mayores encuentran al momento de consumir alimentos, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) en 2018 la población mexicana refirió enfrentar obstáculos para alimentarse saludablemente siendo los más sobresalientes la limitante económica (50.4%), la falta de conocimientos (38.4%), la carencia de una alimentación saludable en la familia (32.4%), la preferencia por consumir bebidas azucaradas y comida chatarra (31.6%), además de la influencia de los cambios sociales y físicos en la elección de alimentos.

Como parte de los cambios sociales, la socialización es señalada como una fuerte influencia en las pautas de comportamiento de las personas en cuanto a su alimentación se refiere; desde el desarrollo de hábitos alimenticios, gustos y preferencias por ciertos alimentos, lugar de compra y hasta la selección y preparación de los mismos, visualizando así la importancia de la socialización en el individuo.

Derivado de la información anterior surge la siguiente pregunta de investigación:

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el impacto que tienen la “Pensión para el Bienestar” y la socialización en la alimentación de los adultos mayores?

1.2 Justificación

El rápido crecimiento de la población adulta mayor enfrenta diversos retos, por lo que, en el caso de México, el gobierno ha buscado fomentar el bienestar de dicha población, a través diversos programas que han tratado de incluir todos los adultos mayores la finalidad de ampliar su cobertura.

La “Pensión para el Bienestar” tiene como objetivo contribuir al bienestar de los adultos mayores a través de un apoyo cuyo objetivo es favorecerles bimestralmente de manera económica para que ellos puedan cubrir sus necesidades. La importancia de esta pensión radica en que es producto de una reforma al artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos e impulsada por el actual gobierno federal, en donde se establece el derecho que todos los mexicanos mayores de 65 años tienen derecho a recibir dicha pensión. Lo anterior ha generado un amplio debate sobre si realmente todos los adultos mayores deberían ser beneficiarios y si el recurso económico es canalizado realmente para cubrir sus necesidades.

El presente estudio pretende generar conocimientos acerca de la “Pensión para el Bienestar” ya que actualmente se cuenta con pocas investigaciones sobre el tema, algunas de ellas abordan el tema únicamente desde el punto de vista político, al considerar a esta política pública como una herramienta para beneficiar electoralmente al partido gobernante. Por lo anterior, el presente estudio contempla incluir la perspectiva de los propios adultos mayores, lo cual permitirá profundizar en sus ideas y experiencias acerca de la “Pensión para el Bienestar”.

De igual manera se intentará conocer para que se destina este recurso económico prestando especial atención en el gasto dedicado a la alimentación, conociendo cómo la influencia familiar y de los medios de comunicación pueden modificar las prácticas alimentarias, dejando entrever la realidad que viven los adultos mayores del Municipio de Amecameca, con la finalidad de explicar los diversos fenómenos sociales que acontecen en torno a esta temática.

Como una forma innovadora para el análisis de estos fenómenos se utilizará la Teoría de la Construcción Social de la Realidad (Berguer y Luckman, 1986), cuya idea fundamental se relaciona con la susceptibilidad de los individuos ante el contacto con los agentes socializadores, ya que estos pueden modificar ciertos comportamientos, para efectos de esta investigación se detallará acerca de comportamientos alimentarios.

La relevancia de este tema es una de las razones que orilló a incursionar en esta rama del conocimiento, sobre todo en relación a los cambios en la alimentación debido a la inclusión de alimentos con altas cantidades de grasas, azúcares que están altamente relacionadas con enfermedades crónico-degenerativas. A propósito de este problema, el INEGI refiere que la mayor cantidad de mortalidad de mexicanos mayores de 60 años se relaciona con enfermedades del corazón y diabetes mellitus. (INEGI, 2020).

De acuerdo con los argumentos planteados, la presente investigación se orienta a establecer los vínculos entre la socialización y la alimentación de los adultos mayores a partir de los recursos de la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores”, desde la perspectiva de la sociología de la salud.

1.3 Objetivos

Objetivo general:

Analizar el vínculo de la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” y la socialización en los comportamientos alimentarios de la población adulta mayor en el municipio de Amecameca, Estado de México.

Objetivos específicos:

- Explicar la percepción que tienen los adultos mayores en torno a la Pensión para el Bienestar.
- Describir las prácticas alimentarias de la población adulta mayor y su vínculo con la utilización del apoyo económico recibido.
- Identificar los principales agentes socializadores con los que interactúan los adultos mayores que pueden modificar las prácticas alimentarias.
-

1.4 Supuesto hipotético

La “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” es fundamental en la alimentación de éstos, siendo este rubro al cual ellos canalizan el mayor porcentaje de la pensión; sin embargo, no modifica de manera fundamental sus prácticas alimentarias, a la par, el contacto de los adultos mayores con los diferentes agentes socializadores influye en las prácticas alimentarias que realizan.

2.- REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

2.1 Marco conceptual

2.1.1 Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores

“La Pensión para el bienestar es un programa social otorgado por el gobierno federal, consiste en la entrega de un apoyo económico bimestral, atendiendo a todos los adultos mayores de 65 años de todo el país.” (Gobierno de México, 2021).

2.1.2 Alimentación

La alimentación es definida como *“El proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer. Alimentación saludable: es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sano. Se denomina también alimentación equilibrada”. (FAO,2001).*

2.1.3 Socialización

“El proceso en el cual los individuos incorporan normas, roles, valores, actitudes y creencias, a partir del contexto socio histórico en el que se encuentran insertos a través de diversos agentes de socialización tales como los medios de comunicación, la familia, los grupos de pares y las instituciones educativas, religiosas y recreacionales, entre otras”. (Maccoby, 2007).

2.2 Marco Teórico

Existen diversos estudios donde la alimentación es generadora de opiniones, creencias y significados que inciden en la producción, distribución, selección, preparación y consumo de alimentos (Williams 2000, Tomlinson 2003 y Wilson 2012), y que tienen como característica dar cuenta de la construcción social que envuelve a este fenómeno.

Este tema ha generado un continuo debate sobre cuál disciplina aborda concretamente la alimentación brindando una explicación a todos los fenómenos que la rodean. Disciplinas como la sociología y antropología han permitido visualizar que la alimentación va más allá de un proceso biológico.

La presente investigación se apoya en la Teoría de la Construcción Social de la Realidad ya que sus fundamentos permiten dimensionar la relación existente entre el individuo y la sociedad y cómo ésta puede o no impactar en la alimentación. Se centra en explicar cómo el individuo al ser un ente social requiere interactuar con la sociedad modificando así ciertos comportamientos.

2.2.1 Antecedentes de la socialización

Dentro de los diferentes trabajos que abordan la socialización, existen diferentes contenidos incluyendo todas aquellas características del individuo como: gustos, preferencias, actitudes, género y clase social, lo anterior relacionado con los agentes socializadores.

Grusec y Hastings, (2007) definen la socialización como aquel proceso en donde los individuos a lo largo de la vida van incorporando creencias, preferencias, roles, normas y valores a través del contacto con los agentes socializadores (familia, grupo de pares, instituciones y medios de comunicación).

Piaget resalta el papel que tienen los padres dentro de la socialización ya que considera que durante la infancia se van adquiriendo diferentes valores y criterios para poder integrarse a la sociedad (Piaget, 1948). Por otro lado, Freud converge con Piaget al mencionar que los padres son parte fundamental en la relación de un niño con sus padres recalcada por raíces sexuales, sin embargo, también habla de

la capacidad de transferencia o transferencia de roles, gustos, sentimiento y preferencias (Freud,1968), lo cual explica esta parte del aprendizaje de prácticas alimentarias y que estas se transmiten de generación en generación.

Según Durkheim habla de características del individuo que se van transmitiendo de manera generacional y como definen al individuo en medio de una interacción con los agentes sociales. Parsons explica que la interacción de los individuos da como resultado un sistema de símbolos culturales y compartidos (Parsons, 1984). De acuerdo con Merthson, quien describe que el individuo pasa por un proceso de adaptación para poder integrarse a una sociedad, fundamentando su teoría en estructuras que definen roles específicos como base de la socialización (Merthson, 1964).

Los autores antes mencionados conjuntan sus ideas en el hecho de que la socialización está dada por la relación sociedad-individuo, debido a que el hombre es un ente social y el mismo proceso de socialización es el que le permite vivir en sociedad y adaptarse a ella; esta adaptación depende de las características del propio individuo y de la forma de actuar de los agentes sociales.

2.2.2 Teoría de la Construcción Social de la Realidad

Citando a los sociólogos alemanes Berger y Luckman, *“El individuo no nace miembro de una sociedad: nace con una predisposición hacia la sociedad, y luego llega a ser miembro de esta, señalando que el proceso de socialización se lleva a cabo a lo largo de la vida del individuo”* (Berger y Luckman, 1986). Este proceso se establece por el contacto del individuo con los agentes socializadores.

Berger y Luckman realizan una clasificación en el proceso de socialización dividiéndolo en dos etapas:

1° Etapa primaria: correspondiendo a la introducción del individuo en la sociedad, teniendo un papel principal la familia como agente socializador. Es considerada la más importante para el individuo debido a que se efectúa la construcción de su identidad.

2° Etapa secundaria: comprende los procesos que introducen al individuo en nuevos roles y contextos de su sociedad (Berger y Luckmann, 1968) se encuentra a cargo de las instituciones: (educativas, recreativas, laborales y religiosas), grupos de amigos y medios de comunicación, los cuales tienen como propósito realizar un cambio en el individuo en sus valores, creencias y actitudes, con la finalidad de establecer reglas de una sociedad aprendiendo nuevas formas de convivencia.

Berger y Luckman (1986) consideraron la resocialización como parte del proceso de socialización, lo describen como un cambio generado por una ruptura en la historia del individuo, poniendo como ejemplo: cambio de sexo y reconversión religiosa. En trabajos más recientes (Echeverry, 1988 y Jiménez, 2005) toman la resocialización como una etapa terciaria del proceso de socialización en donde el protagonista es el adulto mayor pasando por un proceso de reconstrucción de las relaciones sociales rotas después de haberse desempeñado por años bajo un mismo rol, adaptándose a nuevas situaciones; jubilado, viudo.

2.2.2.1 Agentes socializadores

Para que el proceso de socialización se lleve a cabo en cada una de sus etapas requiere de los agentes socializadores, los cuales son elementos encargados de contribuir en este proceso (Berger y Luckmann, 1986).

Familia: señalada como el principal agente socializador debido a la gran influencia sobre el individuo a lo largo de su vida, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2013a) la familia es *“el ámbito donde los individuos nacen y se desarrollan, así como el contexto en el que se construye la identidad de las personas por medio de la transmisión y actualización de los patrones de socialización”*, es así que tiene un papel principal por ser la primera conexión entre el individuo y la sociedad. Cabe destacar que en los últimos años se han dado cambios en la estructura y conformación de la familia. De acuerdo con Gutiérrez (2016) los cambios en la estructura de la familia como aquellas donde sólo está encabezada por alguno de los dos padres, la inclusión de la mujer al mundo laboral ha derivado cambios, hogares no familiares (formados por individuos sin parentesco), no obstante, su función es la misma.

Escuela: es un lugar cuyo objetivo es preparar a los individuos para continuar su introducción en la sociedad de la que forman parte (Durkheim, 1976). De acuerdo con Echavarría y Valerio (2003), en la escuela se realiza aprendizaje de nuevos conocimientos, así como también se producen intercambios humanos intencionados y el desarrollo de habilidades: sociales, afectivas, comunicativas, etc. Posteriormente ya en la adultez el individuo ingresa a un entorno laboral, el cual sustituye a la escuela, representando un lugar donde las personas destinan mayor cantidad de tiempo (Arnett 1995).

Grupo de iguales o pares: grupo de personas que comparten características similares: edad, gustos o pertenencia a un grupo social similar. El grupo de iguales posee una gran capacidad para formar las conductas de sus miembros, como lo señala Berras y Dueñas (2012); la conducta del individuo cambia positiva o negativamente debido a la influencia de los demás miembros del grupo donde interactúan.

Medios de comunicación: son aquellos canales o instrumentos que permiten transmitir información (televisión, radio, periódico, revistas y más recientemente redes sociales), al pasar de los años estos han ido evolucionando, sin embargo, su uso es de importancia para la sociedad ya que son considerados influyentes de cierta manera en el individuo (Gutiérrez *et al.* 2010). Se debe de tener en cuenta que el uso a los medios de comunicación dependerá del acceso que se tenga a los mismos.

El proceso de socialización está presente a lo largo de la vida del individuo lo cual garantiza que el mismo se vaya integrando a la sociedad, siendo el resultado del entendimiento de diversas normas, valores, roles, comportamientos, gustos y preferencias que se van adquiriendo, esta serie de pasos garantiza la continuidad de la sociedad, incluyendo diversos factores que intervienen para que se lleve a cabo, teniendo como resultado la influencia de los agentes socializadores en el comportamiento del individuo. Antes de esta teoría solo se tenían identificados a la familia o grupos sociales como aquellos que predominaban como agentes socializadores, no obstante, la teoría propuesta por Berguer y Lukman añaden la

participación de los medios de comunicación como agentes socializadores generando influencia positiva o negativa en el individuo.

La teoría de la Construcción Social de la Realidad tiene como fundamento darle explicación a la adopción (roles, valores, gustos, preferencias etc.) que presentan los individuos dentro de la interacción con los agentes socializadores para integrarse a la sociedad, además permite observar la evolución de los mismos agentes considerando que la sociedad moderna ha generado cambios en el proceso de socialización debido a las modificaciones en la dinámica y composición de la sociedad.

2.3 Estado del conocimiento

Con la finalidad de contar con un panorama mucho más amplio acerca de la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” la socialización y la alimentación, se realiza una revisión de las investigaciones existentes en torno al tema, para con ello establecer límites teóricos y poder observar la trascendencia de las investigaciones previas. Se retomaron estudios realizados tanto en inglés como en español, la búsqueda principalmente apreciando los resultados con palabras claves: adultos mayores, pensión, alimentación, socialización, medios de comunicación, “socialization”, “old people”.

El envejecimiento de la población es un proceso al que se está enfrentando todo el mundo. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU) se considera como una transformación social más significativas debido a los cambios que pudiese generar como la estructura familiar y los lazos intergeneracionales. (ONU, 2019)

Hablando a nivel mundial la región que concentra mayor porcentaje de población de adultos mayores es Asia, seguida de América del Norte y Europa (ONU, 2022), no obstante, se estima que la población de adultos mayores para 2050 llegue hasta 1500 millones de personas. Lo anterior implica retos relacionados con el diseño de estrategias que ayuden a tratar las problemáticas que aquejan a los adultos mayores como la pobreza y la falta de protección social.

Derivado de lo anterior, y para resolver las problemáticas que rodean a los adultos mayores, surgen las pensiones no contributivas las cuales consisten en el otorgamiento de un apoyo económico a personas que no cuenten con un ingreso o no tengan los recursos necesarios para cubrir sus gastos. Este tipo de pensión ha sido considerada como una política pública que ha sido utilizada en diversos países como: Guatemala, Bolivia, Brasil, México entre otros, garantizando así un ingreso seguro.

Por otro lado, es importante mencionar la pensión contributiva, la cual se considera una prestación económica que se genera a través de contribución del trabajador, cuya finalidad es garantizar un ingreso y protección social. De acuerdo con Atlenco *et al.* (2021) asocia que en su mayoría los acreedores a esta pensión son masculinos, lo cual, deja descubierta a la población femenina.

2.3.1 Antecedentes políticas públicas dirigidas a adultos mayores en México

México ha presentado progresos en materia de políticas públicas dirigidos a la protección de las personas adultas mayores. Las acciones principalmente dirigidas a la salud, economía y bienestar en general. Dentro de los esfuerzos por mejorar las condiciones de vida de la población adulta mayor, en los últimos años se han desarrollado diversos programas sociales dirigidos a este grupo etario, que en un inicio consideraba a la población mayor de 70 años. A finales de los noventa surge el apoyo “Programa de Educación, Salud y Alimentación” PROGRESA que incluyó dentro de sus componentes una pensión no contributiva dirigida a los adultos mayores (atendiendo únicamente zonas rurales), diseñado con el objetivo de mejorar la educación, salud y alimentación de los mismos. PROGRESA estableció las bases para programas que surgieron en los sexenios subsecuentes. En el 2006 se inicia la operación del Programa de Desarrollo Humano Oportunidades, el cual ya contemplaba un apoyo económico \$250 pesos por cada adulto mayor al interior de una familia beneficiaria del programa (Rubio, Garfias, 2010).

En 2013 surge la “Pensión para Adultos Mayores” que contaba con 5.4 millones de personas mayores de 65 años en donde se otorgaba \$580 pesos mensuales, esta pensión fue creada para poder tener mayor cobertura en territorio nacional, fue un proyecto para pensión universal sin que se concretara como tal.

En el año 2014 surge PROSPERA “Programa de Inclusión Social”, el cual pretendía incluir de manera económica, laboral y social a las familias beneficiarias del programa, dividido entre componentes (salud, alimentación y educación). Por cada adulto mayor otorgaban la cantidad de \$370 pesos (PROSPERA, 2014). Cabe destacar que este programa intentaba generar conciencia y participación en sus beneficiarios en cuanto a su salud ya que estos tenían que acudir al menos una vez

al mes a consulta médica. También hacía hincapié en grupos vulnerables como mujeres embarazadas y en periodo de lactancia, niños menores de cinco años y por supuesto adultos mayores.

Por otro lado, en la Ciudad de México en el 2001 surge el Programa de “Apoyo Alimentario, Atención Médica y Medicamentos Gratuitos” que es considerada como la primera pensión no contributiva en el país (Juárez, 2021). Respaldado por el en ese entonces jefe de gobierno Andrés Manuel López Obrador, el cual en un inicio estaba dirigido a la población mayor de 70 años que se encontrara en zonas de marginación para después ampliar su cobertura y hacerse universal.

Podemos observar que los programas sociales que contemplan a la población adulta mayor en nuestro país han presentado una evolución importante ya que ha ido aumentando el monto económico otorgado y también ha ampliado su cobertura. Los programas antes mencionados convergen con el objetivo de beneficiar a los adultos mayores brindando un ingreso seguro y mejorar así su calidad de vida.

2.3.2 Adultos mayores en México

De acuerdo con el Consejo Nacional de Población de Evaluación de Política de Desarrollo Social (CONEVAL), en 2018, habían 9.1 millones de personas de 65 o más años en el país que representaban 7.2% de la población total. (CONEVAL 2020). En contraste para el 2020, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) reportó que residían en México 17.1 millones de personas de 65 años o más, de los cuales solo 3 millones 754 mil 165 reciben una pensión contributiva (INEGI 2021), esta información permite observar el aumento en la población de adultos mayores y el bajo acceso a una pensión contributiva.

Los adultos mayores experimentan una vulnerabilidad económica principalmente relacionada con el retiro del mercado laboral, pocas oportunidades de trabajo, bajos sueldos, limitaciones físicas y de condiciones de salud que en conjunto conllevan a la pobreza. Según la CONEVAL en el 2020 un 37.9% del total de los adultos mayores sufrían algún nivel de pobreza teniendo como resultado mayor prevalencia en algunos sectores como aquellos adultos mayores que no reciben pensión por

jubilación. Es precisamente por esta desigualdad en el ingreso de los adultos mayores aunada a la baja cobertura de los servicios de salud y protección hacia el adulto mayor, lo que ha llevado a generar políticas públicas que contribuyan al bienestar de este sector poblacional.

2.3.3 “Pensión para el Bienestar de las Personas Adultas Mayores” PAM

Este programa social inicia en el 2019 y consiste en la entrega de un apoyo económico por \$1,275.00 mensuales, mismos que se entregan de manera bimestral. El objetivo del programa “Pensión para Adultos Mayores” es asegurar un ingreso mínimo a las personas de 65 años o más que no cuentan con una jubilación o pensión de tipo contributivo superior a los \$1,092 pesos mensuales. (Gobierno de México, 2022).

Con la llegada de Andrés Manuel López Obrador al poder federal se replica lo que ya había hecho en la Ciudad de México anteriormente. En un inicio esta pensión solo estaba dirigida a adultos mayores de 68 años en todo el país y a personas indígenas o afromexicanas mayores de 65 años, no obstante, para el 2022 se modifican sus reglas de operación con la finalidad que toda persona mayor de 65 años pueda ser beneficiario de este programa social dando así la universalidad del mismo. Actualmente cuenta con un padrón de 10 millones 259 mil beneficiarios en el país (Gobierno de México, 2022).

Cabe señalar la trascendencia que este programa tiene. En 2019 se realizó una reforma al artículo 4° Constitucional para asegurar la obligación del estado para otorgar a toda persona mayor de 65 años una pensión universal. Dicha reforma fue impulsada por el presidente de la República y fue calificada como histórica (Presidencia de la República, 2020). Son pocos los estudios que abordan la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” probablemente debido a que es un programa de muy reciente creación.

Algunos autores la han catalogado como una herramienta política que ha generado más seguidores al partido gobernante con un presupuesto excesivamente alto (Pérez y Macias, 2021), para Collet (2021) la reconoce como un acierto dentro de la política pública la creación de esta pensión por contribuir a mejorar el ingreso económico, de igual manera, Barrera *et al.* (2021) retoma la situación económica de los adultos mayores mexicanos dado que este programa se ha relacionado con la disminución de pobreza y con la seguridad que cada uno de los hogares donde habita un adulto mayor cuenta con un ingreso mínimo, con el cual puede cubrir sus necesidades básicas. Ciertamente ha sido un programa que ha venido a beneficiar a los adultos mayores que no contaban con un ingreso suficiente, además de que el aumento en el monto económico de lo otorgado ha traído efectos positivos.

Charles y García (2005) afirman que la situación económica de la población de adultos mayores en México depende en gran medida a los programas sociales, en este sentido la familia continúa siendo una red de apoyo importante además de aquellos que continúan percibiendo un salario o una jubilación (pensión contributiva). Lo anterior implica que algunos adultos mayores cuentan con más fuentes de ingreso además de la “Pensión para el Bienestar”. De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM, 2018), reportó que la mayor cantidad de ingreso perteneciente a la pensión no contributiva se destina a la alimentación seguida por la salud, sin embargo, durante los dos años de pandemia por COVID-19 este panorama cambió, y en primer lugar se puso a la salud y en menor medida para educación, esparcimiento, transporte y vestido.

Existen diversos estudios que abordan la temática desde diferentes enfoques; Gutiérrez, *et al.* (2017) menciona sobre la repartición de recursos al interior del hogar. Para Blau (2016) la pensión no contributiva se ve reflejada en el ahorro y consumo de los adultos mayores. Para Damián (2016) los adultos mayores canalizan el aporte la pensión al gasto corriente, es decir, para la adquisición de bienes y servicios utilizados diariamente.

2.3.4 Alimentación y adultos mayores

La alimentación es el proceso de ingestión de sustancias por parte de los seres vivos con el fin último de obtener energía para sus actividades necesarias (OMS, 2017), sin embargo, la alimentación va más allá de un proceso biológico y de bienestar físico ya que también ha sido estudiada desde diferentes enfoques. No obstante, la mayoría de los trabajos encontrados sobre alimentación del adulto mayor van relacionados a aspectos nutricionales.

Para Schoenberg (2000) hablar de alimentación en el adulto mayor es sinónimo de conocer todo lo que rodea a la misma como: la falta de información, restricciones propias de la edad, influencia social, y limitaciones económicas. En cuanto a la limitante económica es necesario mencionar que la carencia de recursos necesarios genera pobreza y esta misma tiene repercusión en la alimentación. En México, estudios recientes han puesto de manifiesto que la población en situación de pobreza consume mayormente alimentos con alto contenido de energía, azúcar y grasa, pero con bajo aporte nutricional (Hernández, 2017).

Por su parte la ENSANUT (2018) reporta que la población adulta mayor es el grupo de edad que más consume frutas y verduras, así como también un consumo importante de alimentos tradicionales (alimentos a base de maíz: tortillas, tlacoyos, tamales atoles) no obstante para Rivera *et al.* (2014) la alimentación del adulto mayor es deficiente principalmente por limitaciones económicas. Actualmente la alimentación de un número importante de adultos mayores no cumple con características de calidad y cantidad, debido que no cuentan con recursos económicos para poder tener acceso a los alimentos (Rivera *et al.* 2014). Lo anterior refleja que la alimentación se encuentra ampliamente condicionada al ingreso económico; al haber una limitante económica la alimentación es deficiente. En consecuencia, diversos padecimientos persisten y tienden a ser más complicados debido a la falta de cobertura del sistema de salud.

2.3.5 Alimentación en relación con la socialización

Desde una mirada social, la alimentación es un fenómeno sociocultural que engloba gustos, preferencias, valores y significados que se modifican dependiendo el entorno social (Domínguez *et al.* 2008 Rivero *et al.* 2019). La alimentación es un proceso que inicia con la vida de un individuo y la familia, la cual es considerada como el vínculo para establecer prácticas alimentarias desde la infancia (Delgadillo y Arzate 2018). Es desde esta perspectiva que existen estudios que abordan la alimentación del adulto mayor donde se realzan las preferencias alimentarias que tienen por alimentos que consideran como tradicionales en vez de alimentos modernos, los roles de género para la preparación y manejo de los alimentos, así como también las normas culturales adquiridas durante la infancia (Mckie *et al.* 2000, Delaney, 2011). Para Troncoso *et al.* (2019) el describir todo el plano emocional que rodea a la alimentación en cuya práctica los adultos mayores reflejan lo aprendido durante la infancia, así como la expresión de cariño en la alimentación, en conjunto da muestra de la relevancia que genera el proceso de socialización en la alimentación del adulto mayor.

La alimentación, que es de carácter sociocultural, adquiere significados dependiendo del contexto histórico social (Franco, 2010), involucrando un proceso de socialización en donde el individuo lleva la alimentación más allá de un proceso biológico en el que interactúa con factores que modifican los comportamientos alimentarios. Estos comportamientos son el resultado de aprendizajes adquiridos de manera habitual desde la infancia, por lo tanto, se transmite de generación en generación a lo largo de la vida del individuo que, de acuerdo con Berger y Luckman, estarán condicionados a la interacción con los diferentes agentes socializadores, donde se afirma que los hábitos alimenticios se producen socialmente: al interior de la familia, en la escuela, en algún grupo o trabajo. Es así como el individuo va generando y modificando comportamientos que rodean la alimentación.

El principal agente socializador conocido es la familia, ya que es la encargada de generar en el individuo valores, gustos, preferencias y costumbres que rodean la alimentación. Autores (Park y Cho, 2004, Osorio *et al.* 2002) han señalado en estudios realizados en niños, la importancia que tiene la familia en la adquisición de hábitos alimentarios, como lo son el arraigo hacia comportamientos aprendidos al interior del hogar. Por otro lado, en el caso de los adultos mayores un estudio realizado en Escocia deja ver que las conductas alimentarias están ampliamente arraigadas a las experiencias de la infancia o las que se tienen durante la vida (McKie *et al.* 2000). Delaney y McCarthy (2011) hablan acerca del rechazo que manifiestan los adultos mayores precisamente hacia los alimentos modernos, aquellos que no solían consumir cuando eran niños y prefieren alimentos tradicionales que acostumbraban a consumir en familia.

Para los adultos mayores la familia constituye una red de apoyo (económico, afectivo, etc.). Según el INEGI alrededor de un 86% de los adultos mayores mexicanos viven en compañía de algún familiar, el resto vive en un hogar compuesto (INEGI ,2019). Debido al contexto de nuestro país continua la costumbre de cuidar a los adultos mayores por parte de los familiares, brindando desde apoyo económico y emocional donde se resalta la importancia de la figura materna a la cual se brinda un cuidado especial, no obstante, no sucede en todos los casos ya que existen adultos mayores que no cuentan con ninguna red de apoyo de familiares.

En cuanto a los grupos de amigos o los grupos sociales, Hethering *et al.* (2006) mencionan que los comportamientos alimentarios presentan influencia positiva o negativa debido a la interacción con otros individuos de los antes mencionados. Para Arias *et al.* (2015), quien realizó un estudio a adolescentes en España donde habla acerca de la interacción con los grupos de amigos, cuyos resultados refieren que se presentaron modificaciones en los comportamientos alimentarios de alimentarios, estos cambios pueden ser positivos o negativos. En el 2021 Lozano y Calvo hacen un estudio en universitarios mexicanos donde refieren que la cercana relación con otros individuos e incluso, instituciones (escuela), tienen una influencia

en los comportamientos alimentarios, sin embargo, lo aprendido en el hogar se encuentra muy arraigado. Para Medrano Jiménez (2011) los clubes o casas para el adulto mayor tienen un papel importante ya que brindan un espacio apto para la socialización entre pares además de que generan bienestar.

Por otro parte, los medios de comunicación, que se han expandido por todo el territorio, se han venido modernizando con la aparición del internet y el surgimiento de nuevas tecnologías. Aunque los adultos mayores están desarrollando destrezas tecnológicas sigue presente una brecha importante en el acceso y manejo a las mismas. De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) en 2021, eran 88.5 millones de usuarios con acceso a Internet en el país, de los cuales 47.9% son adultos de 55 años o más, desempeñando un papel importante como agentes socializadores.

Los medios de comunicación más utilizados por los adultos mayores mexicanos son indudablemente en primer lugar la televisión con un 77.80% y en segundo lugar la radio, a los cuales en ambos casos se les dedica en promedio 6 horas al día de atención por parte de este grupo etario siendo el sexo femenino quien más lo utiliza. El periódico es el medio de comunicación escrito que en menor medida es utilizado por los adultos mayores (Instituto Federal de Telecomunicaciones, 2021).

Existen estudios realizados en niños y adolescentes en los cuales se vincula a los medios de comunicación con la modificación de hábitos alimenticios debido a toda la mercadotecnia que distribuyen (Román y Quintana, 2010, Lucas *et al* 2021). Opuesto a esto, Bravo y Villar (2020), en un estudio realizado a adultos mayores establecen que no existe vínculo en los cambios alimenticios por influencia de los medios de comunicación; lo anterior probablemente relacionado con la falta de representación de este grupo etario, en donde se asocia al adulto mayor con vulnerabilidad y enfermedades. Para Díaz (2013), los medios de comunicación reflejan a los adultos mayores como individuos enfermos y cansados que principalmente son imagen en anuncios que incluyen productos contra algún malestar. En este sentido los medios de comunicación deberían incluir al adulto

mayor mas allá de un estereotipo, así como también generar contenido de su interés.

Después de las investigaciones anteriormente citadas es posible observar que hay un vacío teórico que logre unir los planteamientos y alcances de “La Pensión para el Bienestar”, la socialización y las prácticas alimentarias. Durante la revisión se aprecian aportes desde un ámbito biológico, económico, histórico, político y social que abordan la problemática con distintos enfoques.

2.4 Marco contextual

2.4.1 Características sociodemográficas del municipio de Amecameca

Amecameca de Juárez es un municipio del Estado de México perteneciente a la zona de los volcanes que se encuentra ubicado al oriente del estado. Limita al norte con el municipio de Tlalmanalco, al este con el estado de Puebla, al sur con los municipios de Atlautla y Ozumba y al oeste con Ayapango y Juchitepec (Gobierno Amecameca, 2022). El municipio de Amecameca está integrado por 8 delegaciones: San Francisco Zentlalpan. Santa Isabel Chalma, Santiago Cuauhtenco, San Pedro Nexapa, San Diego Huehucalco, San Antonio Zoyatzingo, San Juan Grande y la Aldea de los Reyes.



Imagen 1. Elaboración propia con información de Diario Oficial de la federación, cartografía (2018)

Imagen 2. Elaboración propia con información Estado de México (2020)

Sus principales actividades económicas son la ganadería, la agricultura y el comercio el cual ha incrementado de manera importante, específicamente el comercio informal en donde se distingue la presencia de adultos mayores (Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo ENOE, 2023), además del sector turístico al ser una región enmarcada por la naturaleza debido a su cercanía con los volcanes Popocatepetl y el Iztaccíhuatl.

Una de las características que presenta el municipio de Amecameca es que, debido a su cercanía con la ciudad de México y facilidad en las vías de acceso, un gran número de amecamequenses se desplazan a trabajar y estudiar fuera del municipio, lo cual se relaciona con que la mayoría de los habitantes jóvenes se desplacen fuera del municipio.

De acuerdo al último censo del INEGI (2020), Amecameca tiene 53,441 habitantes, de los cuales 28,001 son mujeres y 25,440 son hombres. Con respecto a la población de adultos mayores (60 años y más) cuenta con 6506 habitantes representando un 12.19% de la población. Para los meses de julio-agosto del año 2021, se encontraban inscritos al padrón de la “Pensión para el Bienestar” 3157 adultos mayores (Gobierno de México, 2022).

2.4.2 Espacios para Adultos mayores

En Amecameca se han destinado diversos espacios donde los adultos mayores se encuentran para convivir con pares. El Sistema Integral de la Familia (DIF) cuenta con La Casa del Adulto Mayor, tanto en la cabecera municipal (Imagen 3) como en cada una de las delegaciones. Se imparten diversos talleres como lectura, canto baile y manualidades entre otros, que permiten la convivencia y la integración de los adultos mayores. Por otro lado, al interior de las unidades de salud pertenecientes al Instituto de Seguridad Social del Estado de México (ISEM) se cuenta con los Grupos de Ayuda Mutua (GAM) diseñados para adultos mayores con alguna enfermedad crónica (diabetes, hipertensión y sobrepeso) con la finalidad de brindar apoyo e información sobre autocuidado, teniendo reuniones mensuales (Imagen 4).



Imagen 3. Casa del adulto mayor del municipio de Amecameca



Imagen 4. Grupo de ayuda mutua, Centro de Salud San Pedro Nexapa (Foto Propia)

2.4.3 Alimentación y principales productos en Amecameca

La alimentación es diversa y rica, principalmente por utilizar alimentos frescos que son producidos y cosechados localmente, entre estos destacan: maíz, lechuga, habas, papas, jitomate, espinacas, alfalfa, trigo, avena, frijoles, verduras, ciruelos, limones, capulines, hongos, duraznos, manzanas y peras. También se realiza la elaboración artesanal de productos lácteos como: queso, crema, nata, y yogurt que acompañan gran variedad de platillos. La preparación de los alimentos es enriquecida a través de las tradiciones y la cultura de la zona, es común el consumo de alimentos como: tamales, atole, sopes, tlacoyos, gorditas, mixiotes, esquites que son parte de la gastronomía de la región.

En cuanto a los lugares para la compra de alimentos, la cabecera municipal cuenta con un mercado y un tianguis (Imágenes 5 y 6), a su vez cada una de las delegaciones del municipio cuenta con un tianguis itinerante en donde se ofertan gran variedad de alimentos. También son comunes las tienditas o tiendas de esquina las cuales han sido consideradas de gran importancia debido al desarrollo del comercio nacional (Organismo Reguladores de Estándares de Negocio, 2015), además de las tiendas de conveniencia, minisúper y supermercado.



Imagen 5. Tianguis municipal de Amecameca (Foto propia)



Imagen 6. Tiendita (Foto propia)



Imagen 7. Mercado municipal de Amecameca (Foto propia)

Debido al contexto geográfico y socioeconómico resulta interesante el haber realizado la investigación en este municipio, ya que converge con la presencia de zonas rurales con el proceso de evolución a una sociedad moderna, en donde los adultos mayores han tenido que adaptarse a nuevas prácticas alimentarias de las generaciones más jóvenes sin dejar las suyas.

3.- METODOLOGÍA

3.1 Tipo de estudio, espacio y tiempo

La presente investigación es de tipo mixto (cuantitativo y cualitativo) analítico y transversal; ya que permite la obtención de información a partir de datos numéricos y también el análisis estadístico (Hernández *et al.* 2014). Se busca analizar y explicar como la “Pensión para el Bienestar” beneficia a los adultos mayores en su alimentación y si la interacción con los agentes socializadores modifica el comportamiento del individuo.

La recolección de la información se realizó en el municipio de Amecameca Estado de México durante los meses de marzo a junio del 2022.

3.2 Muestra

Obteniendo una muestra $n=343$ (Otzen, & Manterola, 2017) de adultos mayores beneficiarios de la “Pensión para el Bienestar” con un margen de error de ± 5 de un nivel de confianza del 95%, cuya población total fue de 3157 beneficiarios; la muestra corresponde a 158 hombres (46.06%) y 185 Mujeres (56,94%). La selección fue a través de muestro simple aleatorio.

3.3 Criterios

3.1.1 Criterios de inclusión

Para elegir aquellos individuos que pudieran participar en la investigación se estableció que podían participar:

- Adultos mayores pertenecientes al municipio de Amecameca que acepten participar en la investigación
- Adultos mayores beneficiarios de la “Pensión para el Bienestar”

3.1.2 Criterios exclusión

Fueron excluidos aquellos:

- Adultos mayores que no pertenezcan al municipio de Amecameca

- Adultos mayores que tengan la “Pensión para el Bienestar” con tiempo menor a un año

3.1.3 Criterios de eliminación

- Adultos mayores que durante la aplicación de la encuesta decidan no continuar participando

3.2 Métodos

Se elaboró un instrumento (Anexo 1) validado por alfa de Cronbach y un grupo de 15 personas, realizada a través de Google Forms y aplicada de manera personal a los participantes. El instrumento se integra por 64 ítems divididos en 4 secciones:

- Características sociodemográficas (6 reactivos).
- Prácticas alimentarias relacionados con la alimentación consumo, frecuencia, compra y preparación de alimentos (22 reactivos).
- Influencia de familiares amigos y medios de comunicación en el consumo de alimentos (los alimentos fueron agrupados de acuerdo a ENSANUT 2020), así como también con quien vive, pertenencia a un grupo social y frecuencia de contacto con los medios de comunicación (28 reactivos).
- Perspectiva sobre la “Pensión para el bienestar” (4 preguntas abiertas).

3.3. Análisis

Para el análisis de los datos obtenidos mediante el instrumento, se analizaron en dos fases:

1° Fase datos cuantitativos: se utilizó software Statgraphics con la finalidad de ordenar y analizar los datos, inicialmente realizando análisis por componentes principales que permitió reducir el número de variables en factores para con ello poder realizar un análisis descriptivo de las variables (Zapata *et al.*,2011). Seguido de un análisis de Clúster se buscó generar grupos que permitieran identificar características y similitudes entre los sujetos. Para este análisis se realizó un diagrama de árbol que permitiera observar los diferentes grupos.

2° Fase datos cualitativos: se realizó la transcripción de la información para poder realizar el análisis e interpretación del discurso (González y Polo, 2018) que permita analizar la experiencia y perspectiva que tienen los adultos mayores acerca de la “Pensión para el Bienestar”; para ello cual se utilizó el software ATLAS ti versión Centurión XVI con la finalidad de categorizar y organizar la información.

Cuadro 1. Distribución de variables por categoría.

Categoría	Variable
<i>Sociodemográficas</i>	-Sexo -Integración familiar
<i>Pensión para el Bienestar</i>	-Perspectiva de los adultos mayores
<i>Alimentación</i>	-Consumo - Preparación
<i>Socialización</i>	-Contacto con agentes socializadores -Influencia de contacto con los agentes

Fuente: Elaboración propia

3.4 Consideraciones éticas

Antes de la aplicación de las encuestas se les informo a los participantes el objetivo de la investigación y se les pregunto si querían participar, mencionándoles que sus datos personales estarían bajo confiabilidad, así como su identidad. Se les informó también que el tiempo para la aplicación de la encuesta sería de entre 30 y 40 minutos, tiempo en el que se realizarían preguntas relacionadas con la “Pensión para el Bienestar”, alimentación y socialización No se le negó la participación a ningún individuo por motivos políticos, ideológicos o de otra índole, recalcando la importancia de su participación para conocer su opinión. La presente investigación se conduce bajo un marco ético y moral respaldado por documentos que han permitido la implementación de normas y reglamentos internacionales y nacionales (*Declaración de Helsink y Ley General de Salud*) que indican los criterios éticos que deberán tomar en cuenta,

4. RESULTADOS

4.1 Artículo enviado “Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM”

Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales


← Volver a Envíos

83627 / Tovar Mondragon / “Pensión para el Bienestar”, alimentación y socialización de adultos mayores en el municipio [Biblioteca de envío](#)

Flujo de trabajo **Publicación**

Envío **Revisión** Editorial Producción

Archivos de envío [Q Buscar](#)

▶  257887 artículo Mariel 9-9.pdf	abril 25, 2023	Texto del artículo
--	----------------	--------------------

[Descargar todos los archivos](#)

Discusiones previas a la revisión [Añadir discusión](#)

Nombre	De	Última respuesta	Respuestas	Cerrado
--------	----	------------------	------------	---------

4.1.2 Resumen

Pensión para el Bienestar”, socialización y alimentación de adultos mayores en el municipio de Amecameca Estado de México, 2022.

La “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” es una política pública que se otorga a todos los mexicanos mayores de 65 años, cuya finalidad es brindar al adulto mayor un ingreso seguro y al mismo tiempo seguridad social. El presente artículo busca constituir un marco referencial de análisis, cuyo fin consiste en explicar la manera en que los adultos mayores canalizan el apoyo monetario que reciben por parte de la “Pensión para el Bienestar” y si la socialización modifica los comportamientos alimentarios en los individuos. Investigación de tipo cuantitativa analítico y transversal. Como herramienta metodológica se utilizó una encuesta dirigida a beneficiarios de este programa del municipio de Amecameca Estado de México, mediante un muestreo no probabilístico. Los resultados mostraron que los individuos destinan mayor parte del apoyo económico a la alimentación y en cuanto a la socialización la mayor influencia que recibe para la modificación de comportamientos alimentarios es por interacción con familia o amigos. Como conclusión la “Pensión para el Bienestar” contribuye parte importante del gasto corriente del adulto mayor, siendo fundamental para el abasto de alimentos, por otro lado, la socialización primaria establece algunos comportamientos alimentarios que el individuo continúa repitiendo evitando así alimentos modernos.

Palabras clave: Pensión para el Bienestar, alimentación, socialización

4.2 Eventos académicos

4.2.1 Participación en el “III Simposio y IV Seminario Internacional de Educación Ambiental y desarrollo sustentable”

 *La Universidad Autónoma Chapingo a través del Departamento de la Preparatoria Agrícola y la Red Mexicana de Formadores Ambientales para el Desarrollo Sostenible A. C.* 

OTORGA LA PRESENTE CONSTANCIA A:

Adela Mariel Tovar Mondragón

Por su participación en el
"III Simposio y IV Seminario Internacional de Educación Ambiental y Desarrollo Sustentable" (Modalidad Virtual)
27, 28 y 29 de Octubre de 2021
Con la Ponencia:

Entre las desigualdades de género: la Seguridad Alimentaria y Nutrición


Dr. Luis Pérez Lugo
Director de Preparatoria Agrícola


Mtro. Oswaldo Rahines Castro Martínez
Presidente del SIEA 2021


Dr. Erasmo Velázquez Cigarroa
Director General de la REMEFADS A.C.

   **SIEA 2021**

Entre las desigualdades de género: la Seguridad Alimentaria y Nutrición

Resumen

La presente investigación se realizó con el objetivo de realizar una revisión del estado del arte, tanto en México como en otros países para el estudio de la inseguridad alimentaria en relación con el género, a través de los años y actualmente, destacando los factores asociados y resultados más relevantes en relación con la prevalencia de la inseguridad alimentaria al interior de los hogares. Los resultados indicaron como factores asociados: la desigualdad entre hombre y mujer continua presente desde; la distribución de los alimentos al interior de los hogares dando prioridad a los hombres, justificado en su fuerza de trabajo, hasta familias que son encabezadas por mujeres y se encuentran con algún nivel de inseguridad alimentaria, relacionada ampliamente con el bajo nivel educativo y falta de mejores oportunidades laborales, para así poder tener un mejor ingreso y con esto, tener acceso a los alimentos. En conclusión, la revisión bibliográfica realizada permite observar que la desigualdad entre hombres y mujeres persiste en México, teniendo repercusión en la seguridad alimentaria de los hogares.

4.2.3 Participación en el X Congreso Internacional “Gobierno, gestión y profesionalización en el ámbito Local ante los grandes retos de Nuestro tiempo”



"El saber de mis hijos hará mi grandeza"



La Academia Internacional de Ciencias Político-Administrativas y Estudios de Futuro, A. C. IAPAS

otorga la presente

Constancia

a

Adela Mariel Tovar Mondragón

Por su destacada participación en calidad de ponente con el trabajo

La Seguridad Alimentaria y Nutrición en México, avance de los programas de bienestar social

El cual se presentó en el X Congreso Internacional Gobierno, gestión y profesionalización en el Ámbito Local ante los grandes retos de Nuestro Tiempo. *Promoviendo un desarrollo integral y descentralizado desde lo local*, en la modalidad en línea, los días 20 y 21 de octubre de 2021.

Cd. de México, Octubre 21 de 2021

Dr. Roberto Moreno Espinosa
Presidente del Comité Académico

Dr. Arturo Ordaz Alvarez
Presidente del Comité Organizador



La Seguridad Alimentaria y Nutrición en México

avance de los programas de bienestar social

Resumen

El objetivo de esta investigación consiste en realizar una revisión a la literatura existente, respecto al estudio de la inseguridad alimentaria y la nutrición en relación con las políticas públicas federales que se han diseñado y establecido a lo largo de 20 años a la fecha, para tratar de contrarrestar: la desigualdad de género, la pobreza y el rezago educativo, que constituyen factores directamente asociados con la inseguridad alimentaria y la nutrición, así como también el impacto que han generado programas de bienestar social en gobiernos locales. Los resultados indican que a lo largo de 20 años diversos programas de bienestar social se han desarrollado por parte del gobierno federal, algunos tratando de incorporar componentes (salud, educación y alimentación) para en conjunto tratar de disminuir la prevalencia de la inseguridad alimentaria. Sin embargo, la falta de seguimiento y la de cobertura de los programas, han limitado los avances en esta problemática. En conclusión, la revisión bibliográfica realizada permite evidenciar que ciertamente el problema de la inseguridad alimentaria que aqueja a México presenta un panorama complejo y de contrastes: la desigualdad de género, el aumento de la pobreza, el bajo nivel de escolaridad, lo que aunado a la falta de cobertura y seguimiento de los programas de seguridad social, ha impedido un avance en la reducción de la inseguridad alimentaria, y tenido efectos negativos en la salud de los mexicanos principalmente en grupos vulnerables.

4.2.3 Participación en el 1er Congreso Nacional de Antropología de la Alimentación; Acercamientos socioculturales. “Soberanía y desigualdades alimentarias”.



La Benemérita Universidad Autónoma de Puebla/ Facultad de Filosofía y Letras
Otorgan la presente

CONSTANCIA

a

Adela Mariel Tovar Mondragón

Por impartir la ponencia: *Entre las desigualdades de género: La seguridad alimentaria y la desnutrición en la Mesa 1* Producción de desigualdades; de los discursos globales a las prácticas locales en contextos de crisis, en el marco del 1er Congreso Nacional de Antropología de la Alimentación: Acercamientos socioculturales. "Soberanía y desigualdades alimentarias", realizado los días 13, 14 y 15 de octubre del año en curso mediante transmisiones en línea.



CW7



Dr. Ángel Xolocotzi Virgata
Director
Facultad de Filosofía y Letras

PENSAR BIEN, PARA VIVIR MEJOR®
Puebla, 15 de octubre de 2021.



Mtra. Lilia Penelope Urizar Pastor
Organizadora Responsable

Soberanía y desigualdades alimentarias

Resumen

La presente investigación consiste en realizar una revisión en el estado del arte en investigaciones en América Latina en relación con la soberanía alimentaria. El objetivo de esta investigación consiste en realizar una recopilación del estado del arte, respecto a los diferentes estudios que se han desarrollado entorno a la soberanía alimentaria y desigualdades que se desarrollan alrededor de ella. La soberanía alimentaria descrita como el derecho de un país para implementar sus propias políticas y el desarrollo de estrategias que garanticen el derecho a la alimentación, sin embargo, la desigualdad económica es uno de limitantes y social los niveles de hambre al rededor del mundo han ido aumentando considerablemente, en conjunto con obesidad y malnutrición. Los resultados obtenidos indican que la desigualdad económica forma parte principal en cuanto a la inseguridad alimentaria, siendo la limitante principal para la adquisición de alimento, el tener menor recurso económico implica que las personas con menos recursos prefieran alimentos altos en calorías, sodio y grasas. El hambre, la desnutrición y la obesidad presentan mayor prevalencia en persona de menor ingreso económico. En lo que se refiere a las desigualdades sociales existe mayor prevalencia en mujeres de inseguridad alimentaria en comparación con los hombres, no obstante, también la inseguridad alimentaria presenta afectaciones a la nutrición infantil específicamente a aquellos niños que pertenecen a poblaciones indígenas y comunidades rurales. En conclusión, la presente investigación permite observar que la soberanía alimentaria es fundamental para garantizar alimentos a una nación, sin embargo, existen desigualdades económicas y sociales limitan el acceso a los alimentos trayendo consigo inseguridad alimentaria que hoy en día se, encuentra presente alrededor del mundo.

4.2.4 Participación en el III Congreso Internacional Sociología de la Salud: Alcances Sociosanitarios Post Pandémicos, Reflexiones Longitudinales.

CONSTANCIA
PONENTE ORAL
OTORGADA A:

Adela Mariel Tovar Mondragón, Roberto Moreno Espinosa

POR SU PARTICIPACIÓN DURANTE EL
III CONGRESO INTERNACIONAL EN SOCIOLOGÍA DE LA SALUD:
ALCANCES SOCIO SANITARIOS POST PANDÉMICOS, REFLEXIONES LONGITUDINALES
LLEVADO A CABO DEL 27 AL 28 DE AGOSTO DEL 2022 EN MODALIDAD VIRTUAL
CON EL TEMA: "ALIMENTACIÓN Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN RELACIÓN CON AGENTES SOCIALIZADORES }
EN ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE AMECAMECA ESTADO DE MÉXICO"

DR. MARIO RODOLFO SALAZAR MORALES
Coordinador del Doctorado en Salud Pública FACUSAC

DRA. ELISA VELÁZQUEZ RODRIGUEZ
Presidente de la Asociación Mexicana de Investigación
y Docencia Transdisciplinaria

DR. DIEGO FERNANDO VELAZCO CAÑAS
Presidente del Comité de Bioética

Alimentación y prácticas alimentarias en relación con agentes socializadores en adultos mayores del municipio de Amecameca Estado de México

Resumen

Introducción: la alimentación se ha ido modificando a lo largo del tiempo, no obstante, se tienen raíces muy arraigadas en cuanto a algunas prácticas alimentarias que se han visto modificadas por el contacto con agentes socializadores (familia, amigos y medios de comunicación). El objetivo de esta investigación fue describir algunas de las prácticas alimentarias que llevan a cabo los adultos mayores pertenecientes al municipio de Amecameca Estado de México, destacando factores sociales como la convivencia con agentes socializadores (familia, grupos sociales y medios de comunicación) que pueden intervenir en el consumo de ciertos alimentos. Metodología: Investigación mixta, analítico y transversal; realizada en el municipio de Amecameca Estado de México, obteniendo una muestra probabilística con un total de 200 adultos mayores. Las variables de estudio: alimentación y socialización para una encuesta con ítems relacionados con la alimentación: consumo, frecuencia, compra y preparación de alimentos, así como también con la exposición a los agentes socializadores. Los resultados indicaron que los adultos mayores manifiestan un alto consumo de alimentos saludables (frutas, verduras, cereales, alimentos de origen animal), presentan un consumo bajo de alimentos no saludables (botanas, dulces). Cabe destacar que ellos identifican la influencia que tienen amigos o familiares en el consumo de ciertos alimentos, sin embargo, la exposición a los medios de comunicación no la perciben como influencia para modificar su alimentación. Análisis: la alimentación de los adultos mayores ciertamente se encuentra cimentada en las prácticas que han venido desarrollando, aunque el constante contacto con los grupos sociales incentiva a modificar estas prácticas, llevándolos a aumentar o disminuir el consumo de ciertos alimentos. Por otro lado, el contacto con los medios de comunicación no ha permeado tanto tal vez por falta de identificación. Conclusión: La socialización genera influencia sobre las conductas alimentarias de los adultos mayores respecto a los alimentos que se compran y consumen, lo anterior respecto específicamente a la familia, amigos o grupo social.

4.5 Estancia



Casa abierta al tiempo
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Xochimilco
División de Ciencias Sociales y Humanidades
Departamento de Relaciones Sociales
DCSH.DRS.

FECHA

Dra. Ofelia Márquez Molina
Coordinadora de la Maestría de Sociología de la Salud
Del Centro Universitario UAEM Amecameca
PRESENTE

Por medio de la presente le envié un cordial saludo y al mismo tiempo hago constar que: la alumna Adela Mariel Tovar Mondragón con número de cuenta 0822788, perteneciente a la maestría en Sociología de la salud, de la institución que usted forma parte, realizó su estancia académica del 10 de octubre al 14 de noviembre del presente año, con el Dr. José Antonio Rosique Cañas.

Le agradezco de antemano la atención brindada y sin más por el momento, le envié un cordial saludo.

Atentamente
Casa abierta al tiempo


Dr. Alfonso León Pérez
Jefe del Departamento de Relaciones Sociales



Calzada del Hueso No. 1100, Edificio L, Tercer Piso, Edificio V, Segundo Piso Col. Villa Quietud, Coyoacán, CP 04960, Ciudad de México. Tel. 5483-70-90 y 7091

5.- CONCLUSIÓN

Después de haber realizado el análisis del posible vínculo de la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” con la socialización en los comportamientos alimentarios de la población adulta mayor en el municipio de Amecameca, Estado de México, se concluye que este programa social ha marcado un cambio importante en la vida de los adultos mayores, generando mayor estabilidad económica, permitiendo el acceso a la adquisición de bienes y servicios y por lo tanto mejorando su alimentación. Sin embargo, se observa que la socialización generada por parte de los medios de comunicación no representa influencia alguna en los comportamientos alimentarios. Totalmente contrario, la familia se reafirma como la más importante influencia que sigue estando vigente y presente en adultos mayores.

6.- APORTES A LA SOCIOLOGÍA

Las políticas públicas creadas plenamente con la finalidad de apoyar a la sociedad, al tratar de solucionar los problemas que la aquejan. En el caso de los adultos mayores las políticas públicas implementadas han tratado de beneficiarlos ante las desigualdades que continúan en la actualidad como la falta de protección social y la pobreza. Derivado de lo anterior la “Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores” permea altamente en una de las necesidades básicas la alimentación, trayendo consigo el acceso a más alimentos. La alimentación que va más allá de un proceso biológico y engloba todo un fenómeno social nos da cuenta del proceso de socialización al que los adultos mayores han estado expuestos a lo largo de su vida y como este ha impactado directamente en sus prácticas alimentarias.

En la interpretación de las variables investigadas resultantes, existe un vínculo entre los individuos que demuestra que a partir de que reciben la “Pensión para el Bienestar” su alimentación cambio en el sentido que actualmente pueden tener acceso a más alimentos.

Surge como aportaciones, la relevancia actual de la “Pensión para el Bienestar” al implementar acciones que favorezcan la alimentación del adulto mayor, también la significancia de la socialización en las prácticas alimentarias, la producción de nuevos conocimientos y el desarrollo científico sobre la política pública vista desde otra perspectiva que conjuntan la sociología de la salud y la nutrición

7.- REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arias R, N., Marqués, M.P., Calvo S, M.D., Sánchez G, A.B., Quiroga Sánchez, E. y García López, R.M. (2015). La red social del adolescente: la influencia de la amistad en el desarrollo de hábitos obesogénicos. *Enfermería Global*. 14, 2, 249–275. DOI:<https://doi.org/10.6018/eglobal.14.2.214801>.
- Arnett, J.J. (1995). Broad and narrow socialization: The family in the context of a cultural theory, en: *Journal of Marriage and the Family*, 57: 617-628.
- Atlatenco I, Garza C, y López L. (2020). Pensiones contributivas como fuente de ingresos en la vejez prevista por los jóvenes mexicanos. *Entreciencias: diálogos en la sociedad del conocimiento*, 8(22), e2276243. Epub 15 de marzo de 2021.<https://doi.org/10.22201/enesl.20078064e.2020.22.76243>
- Barrera R; Reyes M, y Marín M(2021):*Adultos mayores y pobreza. Efecto del incremento de la Pensión Universal en México (2018-2024)*. Estudios sobre cultura y desigualdad en las regiones. (Vol. IV). Edit. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Económicas y Asociación Mexicana de Ciencias para el Desarrollo Regional. (Colección: Recuperación transformadora de los territorios con equidad y sostenibilidad), Ciudad de México: <http://ru.iiiec.unam.mx/5551/1/033-Barrera-Reyes-Mar%C3%ADn.pdf>
- Berger P. y T. Luckmann (1986): La construcción social de la realidad (Cap. III) <https://redmovimientos.mx/wp-content/uploads/2020/07/La-Construcci%C3%B3n-Social-de-la-Realidad-Berger-y-Luckmann.pdf>
- Berguer y Luckman, (1986) La construcción social de la realidad, Amorrotu-Murguía (1986), Madrid. <https://web.politecnico metro.edu.co/wp-content/uploads/2021/08/Construccion-social-de-la-realidad-Berger-Luckman.pdf>
- Berra Bortolotti, M. J., y Dueñas Fernández, R. (2012). El Grupo De Iguales En La Formación De Habilidades Sociales. *Xihmai*, 3(5). <https://doi.org/10.37646/xihmai.v3i5.112>

- Blau, D.M. 2016. Pensions, household saving, and welfare: A dynamic analysis of crowd out, *Quantitative Economics*, 7(1): 193-224
- Ceballos M, Owen E, y Guadarrama H. (2020). Efectos de la escolaridad en el consumo de calorías y nutrientes de las familias mexicanas. *Problemas del desarrollo*, 51(203), 3-27.
[.https://doi.org/10.22201/iiec.20078951e.2020.203.69569](https://doi.org/10.22201/iiec.20078951e.2020.203.69569)
- Charles, L. y García, G. (2006). Situación actual y perspectivas de los sistemas de pensiones y jubilaciones en México. En E. de la Garza y C. Salas (comps.), *La situación del trabajo en México* (pp. 205-232).
- Collet, R. P. (2021). Las políticas sociales de atención a los adultos mayores en México. *Trayectorias Humanas Transcontinentales*, (11).
- CONEVAL (2020). Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. Medición de la pobreza por municipio.
https://www.coneval.org.mx/Medicion/Documents/Pobreza_municipal/2020/Presentacion_Pobreza_Municipal_2020.pdf
- CONEVAL (2020). Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. Pobreza y adultos mayores.
https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2020/COMUNICADO_29_POBREZA_Y_ADULTOS_MAYORES.pdf
- Damián, A. (2016). Seguridad social, pensiones y pobreza de los adultos mayores en México. *Acta Sociológica*, (70), 151–172. <https://doi.org/10.1016/j.acso.2017.01.007>
- Delaney y Mary McCarthy (2011) Elección de alimentos y salud a lo largo del curso de la vida: un estudio cualitativo que examina la elección de alimentos en adultos irlandeses mayores, *Journal of Food Products Marketing*, 17:2-3, 114-140, DOI:[10.1080/10454446.2011.548717](https://doi.org/10.1080/10454446.2011.548717)

Delgadillo V, Dania Arzate Salgado, Jorge(2018) La construcción social de la alimentación: una reflexión sociológica. Biblat Bibliografía Latinoamérica Revista de Investigación Científica y Social. Num 13 Vol7 <https://biblat.unam.mx/hevila/COFACTOR/2018/vol7/no13/1.pdf>

Diario Oficial de la Federación (2019). Acuerdo del Consejo General del Instituto Nacional Electoral, por el que se aprueba la modificación de la Cartografía Electoral Federal respecto de los límites territoriales entre los municipios de Ozumba y Amecameca, en el Estado de México. https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5360323&fecha=15/09/2014#gsc.tab=0

Diario Oficial de la Federación de México (2021) Reglas de operación pensión para el Bienestar de los adultos mayores https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5639752&fecha=30/12/2021#gsc.tab=0

Diario Oficial de la Federación de México (Última reforma publicada 20-05-2021). Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. Recuperado de https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/245_200521.pdv

Díaz A. (2013) La Imagen de las personas mayores en los medios de comunicación. Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales, n.º 41. junio de 2013 (pp. 483-502) / ISSN: 2254-724X https://observatorio.campus-virtual.org/uploads/31220_Diaz_SU2013_Imagen.pdf

Echavarría Grajales, Carlos Valerio. (2003). La escuela: un escenario de formación y socialización para la construcción de identidad moral. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 1 (2), 15-43. Recuperado el 06 de febrero de 2023, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2003000200006&lng=en&tlng=es.

Echeverri de Ferrufino, L. (1988). Socialización y vejez: una explicación teórica para el caso empírico colombiano. Universidad Nacional de Colombia.

ENIGH, (2020) Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares <https://www.inegi.org.mx/programas/enigh/est/2020/>

ENOE (2023) Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo <https://www.inegi.org.mx/programas/enoe/15ymas/>

ENSANUT (2018) Encuesta Nacional en Salud y Nutrición <https://www.inegi.org.mx/programas/ensanut/2018/>

FAO (2001) Organización de las Naciones unidas para la Alimentación y la Agricultura <https://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>

Francisco Alberto Pérez Pacheco y Alejandra Macias Sánchez (2021) Pensión universal para adultos mayores una revisión necesaria, Centro de Investigación Económica y Presupuestaria) <https://ciep.mx/pension-universal-para-adultos-mayores-una-revision-necesaria/>

Freud, S. (1968) El "yo" y el "ello". Obras Completas. Vol II, Mdríd, 1968, 25.

Gaceta Oficial de la Ciudad de México GOCM 2001 https://paot.org.mx/centro/gaceta/2001/2001_febrero_06_15.pdf

Gaona-Pineda, Elsa B, Martínez-Tapia, Brenda, Arango-Angarita, Andrea, Valenzuela-Bravo, Danae, Gómez-Acosta, Luz M, Shamah-Levy, Teresa, & Rodríguez-Ramírez, Sonia. (2018). Consumo de grupos de alimentos y factores sociodemográficos en población mexicana. *Salud Pública de México*, 60(3), 272-282. <https://doi.org/10.21149/8803>

Gobierno Amecameca (2022) Gaceta municipal <https://amecameca.gob.mx/pdf/gacetas/gaceta-9.pdf>

Gobierno de México (2022), Padrón "Pensión para el Bienestar de los adultos mayores", <https://pub.bienestar.gob.mx/v2/pub/programasIntegrales/13/547>

Gobierno de México. (2020), Pensión Universal para Adultos mayores.
<https://www.gob.mx/pensionpersonasadultasmayores>

González-Díaz, R. R y Polo, E. A. S. (2018). Entrevistas Espontaneas Catoriales (EEC) para la construcción de categorías orientadoras en la investigación cualitativa. *Journal of Latin American Science*, 2(1), 1-11.
<https://www.lasjournal.com/index.php/abstract/article/view/2>

Grusec, y Hastings (2007). Handbook of socialization. New York: Guilford.
GUNTER, B.

Gutiérrez B, Rodríguez M y Camino Gallego (2010) "El papel de los medios de comunicación actuales en la sociedad española contemporánea. Signo y pensamiento XXXIX (57), 268.285.

Gutiérrez Capulín, R., Díaz Otero, K., & Román Reyes, R. (2016). El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica. *CIENCIA Ergo-Sum*, 23(3), 219-228.
<https://cienciaergosum.uaemex.mx/article/view/7364>

Gutiérrez, E., L. Juárez y A. Rubli. (2017). The effect of a transfer program for the elderly in Mexico City on co-residing children's school enrollment, *World Bank Economic Review*, 31(3): 809-828.

Hager, P. (2012) Informal learning: everyday living. En *The Routledge international handbook of learning*. Oxon, Rouhagledge, 207-215.

Henry, C. y F. Fraga. 2019. Gender equality and old-age income security: The case of Mexico, Working Paper No. 53, International Labour Office.
https://www.researchgate.net/profile/Carla-Henry/publication/348447885_Gender_equality_and_old-

[age income security The case of Mexico/links/600016a0a6fdccdc85185c4/Gender-equality-and-old-age-income-security-The-case-of-Mexico.pdf](https://www.repositorio.cepal.org/publicaciones/links/600016a0a6fdccdc85185c4/Gender-equality-and-old-age-income-security-The-case-of-Mexico.pdf)

Hernández Sampieri R. Fernández Collado Carlos, Baptista Lucio Pilar. (2014) Metodología de la investigación. 6ta edición. Pag 5-12
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Hernández, G., Minor, E. y Aranda, R. (2017), "Determinantes económicos: evolución del costo de las calorías en México", en J. A. Rivera, M. Hernández, C. A. Aguilar, F. Vadillo y C. Murayama (coords.), *Obesidad en México. Recomendaciones para una política de Estado*, Ciudad de México, UNAM.
<https://www.anmm.org.mx/publicaciones/Obesidad/obesidad.pdf>

Hetherington, M., Anderson, A., Norton, G. y Newson, L. (2006). Situational effects on meal intake: A comparison of eating alone and eating with others. *Physiology and Behavior*, 88, 498-505.
<https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2006.04.025>

Hidalgo N, Jo <https://dialnet.unirioja.es/metricas/investigadores/4620441>(2016) La influencia de los medios de comunicación en la percepción de las personas mayores Dialógica. revista multidisciplinaria Vol. 13 Núm. 2 Pág. 212-232
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6219292#:~:text=La%20influen%20que%20dos%20de,pocos%20estudios%2C%20est%C3%A1%20tambi%C3%A9n%20demostrada.>

INEGI (2013b). Estadísticas a propósito del día de la familia. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/Contenidos/estadisticas/2013/familia0.pdf>

INEGI (2019) Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Comunicado de prensa 475/19. Día internacional de las personas de edad. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/edad2019_Nal.pdf

INEGI (2021) Instituto Nacional de Estadística y Geografía Estadísticas. A propósito del día internacional de las personas de edad https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/edad2019_Nal.pdf

INEGI (2022) Instituto Nacional de Estadística y Geografía Estadísticas. Estadísticas a propósito del día internacional de las personas adultas mayores. Comunicado de prensa núm. 568/22. www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_ADULMA Y2022.pdf

IFT (2021) Instituto Federal de Telecomunicaciones. Personas mayores de 60 años ven, en promedio, casi 7 horas de televisión por día. (Comunicado 73/2021) 30 de agosto <https://www.ift.org.mx/comunicacion-y-medios/comunicados-ift/es/personas-mayores-de-60-anos-ven-en-promedio-casi-7-horas-de-television-por-dia-comunicado-732021-30>

Jiménez, S. Y. (2005). Capítulo 24. Socialización y aprendizaje social. In *Psicología Social, cultura y educación* (pp. 819-844).

Juárez, Laura, & Rodríguez Piña, Yunuen Nicté. (2021). El efecto de las pensiones no contributivas sobre el bienestar subjetivo de los adultos mayores en México. *Estudios Económicos (México, D.F.)*, 36(2), 279-330. <https://doi.org/10.24201/ee.v36i2.421>

L, MacInnes A, Hendry J, Donald S, Peace H. The food consumption patterns and perceptions of dietary advice of older people. *J Hum Nutr Diet.* 2000;13(3):173-183. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.1365-277x.2000.00226.x>

Lozano M,C, Calvo Díaz, Gabriela, Armenta Hurtarte, Carolina, y Pardo, Romina. (2021). La influencia de los grupos sociales en la alimentación de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*, 11, e346. Epub 23 de agosto de 2021. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.346>

Lucas-Muñoz, A. de, Martín, M. A., y Mesías, M. (2021). Nutrición y medios de comunicación. ¿Podemos distinguir la información veraz de los mitos? Estudio piloto en población adultos y adolescentes. *Revista Española de comunicación en Salud*, 12(2), 198-205. <https://doi.org/10.20318/recs.2021.5923>

Maccoby, E (2007). Historical overview of socialization research and theory. En: GRUSEC, JE; HASTING, PD. (eds.). *Handbook of socialization: Theory and research* (pp.13- 41). New York: Guilford Press.

Medrano, María y Leobardo Jiménez (2011), "Adultos mayores rurales: su situación económica en tres comunidades (Texcoco, Estado de México)", *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, vol. 32, núm. 71, pp. 61-84 <https://revistaiztapalapa.izt.uam.mx/index.php/izt/article/view/215>

Merton, R. (1964) *Teoría y estructuras sociales*, pp. 284-306 (México, F. C. Económica).

- Montoya- B. J., Román Y. G., Gaxiola-, S. C., y Montes-, H. (2016). Envejecimiento y vulnerabilidad social en el Estado de México, 2010. *Papeles de Población*, 22(90), 43-77
- OMS (2017) Organización Mundial de la Salud. Glosario de términos <https://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>
- ONU (2019) Organización de las Naciones Unidas. Desafíos Globales, www.un.org/es/global.issues/ageing
- ONU (2022) Organización de las Naciones Resiliencia de las personas mayores ante un mundo cambiante. <https://www.un.org/es/observances/older-persons-day>
- Osorio J, Weisstaub G, Castillo C. (2002) Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Rev Chil Nutr* 2002; 29: 280-285. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182002000300002>
- Otzen, Tamara y Manterola, Carlos. (2017).écnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Revista Internacional de Morfología*, 35 (1), 227-232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Park HS, Yim KS & Cho S. I(2004) Gender differences in familial aggregation of obesity-related phenotypes and dietary intake patterns in Korean families. *Ann Epidemiol* 2004; 14: 486-491 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15301785>
- Patiño F, SM, (2010). Aportes de la Sociología al estudio de la alimentación familiar. *Revista Luna Azul*, (31),139-155. ISSN: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=321727233011>

- Paz J. (2010); Envejecimiento y Empleo en America Latina y el Caribe : International Labour Office: Paperr: 56; 12 <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/17946>
- Pérez F. y Macias A. (2021). Pensión universal para adultos mayores: una revisión <https://ciep.mx/pension-universal-para-adultos-mayores-una-revision-necesaria/ecesaria>
- Peña (2019). Medios de comunicación e innovación social. El auge de las audiencias activas en el entorno digital. *Andamios*, 16(40), 351-372. Epub 18 de mayo de 2020. <https://doi.org/10.29092/uacm.v16i40.710>
- Pérez F. y Macias A. (2021). Pensión universal para adultos mayores: una revisión <https://ciep.mx/pension-universal-para-adultos-mayores-una-revision-necesaria/ecesaria>
- Piaget (1974) Enciclopedia de las Ciencias Sociales, pp. 7-9 (Madrid, Aguilar).
- PROSPERA (2014), Programa de Inclusión social. Guía operativa de la Contraloría <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/148858/2guiaoperativa.pdf>
- Puente-Peña, L. (2018). Ingresos y gastos del adulto mayor en México: la importancia de las pensiones. *Documento de Trabajo* número 12. Ciudad de México: CONSAR.
- Restrepo M., SL, & Maya Gallego, M. (2005). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, 19 (36),127-148]. ISSN: 0120-2510. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55703606>
- Rivera-Márquez, José Alberto, Mundo-Rosas, Verónica, Cuevas-Nasu, Lucía, & Pérez-Escamilla, Rafael. (2014). Inseguridad alimentaria en el hogar y estado de nutrición en personas adultas mayores de México. *Salud Pública de México*, 56(Supl. 1), s71-s78. Recuperado de

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342014000700011&lng=es&tlng=es

Rivero Jiménez, Borja, Conde Caballero, David, Muñoz González, Beatriz, García Alonso, José, Fonseca, Cesar, & Mariano Juárez, Lorenzo. (2019). Los enfoques culturales en la alimentación de personas mayores rurales. Una necesidad multidimensional para la agenda del cuidado. *Index de Enfermería*, 28(3), 125-129.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962019000200007&lng=es&tlng=es.

Rubio, Gloria & Garfias, Francisco, (2010). Análisis comparativo sobre los programas para adultos mayores en México, Políticas Sociales 161, Naciones Unidas Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL)
<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/6166>

Schoenberg N. Patterns, Factors, and Pathways Contributing to Nutritional Risk Among Rural African American Elders. *Hum Organ*. 2000;59(2):234-244
DOI:[10.17730/humo.59.2.38274118p12043g4](https://doi.org/10.17730/humo.59.2.38274118p12043g4)

Stephany Bravo-Segal Feliciano Villar (2000). La representación de los mayores en los medios durante la pandemia COVID-19: ¿hacia un refuerzo del edadismo? *Revista Española de Geriatria y Gerontología* . Vol. 55. Núm. 5. páginas 266-271 <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-la-representacion-mayores-medios-durante-S0211139X20300901>

Tomlinson, M. (2003) "Lifestyle and social class" *European Sociological Review*, 19: 97-111 <https://doi.org/10.1093/esr/19.1.97>

Troncoso P, C, Amaya P, A, Acuña M, J Villablanca R, F, y Yévenes L, N. (2017).
Perspectivas de adultos mayores sobre aspectos sociales que condicionan
su alimentación. *Gaceta Médica Boliviana*, 40(1), 14-20. Disponible en
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-
29662017000100004&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662017000100004&lng=es&tlng=es)

Troncoso P, C, Amaya P, A, (2019) Significado emocional de la alimentación en
personas mayores / Emotional significance of the feeding process in the
elderly *Rev. Fac. Med. (Bogotá)* ; 67(1): 51-55, Jan.-Mar. 2019.
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-10131nza>

8.- ANEXOS

8.1 Instrumento

Centro Universitario UAEM Amecameca
Maestría en Sociología de la Salud
Cuestionario dirigido a adultos mayores
"Pensión y alimentación"

FECHA: _____

Objetivo: obtener información acerca de la percepción que tienen los adultos mayores beneficiarios de la "Pensión para el bienestar" otorgado por el gobierno federal

Instrucciones: de las siguientes preguntas responda según su experiencia

I.-Datos generales:

Edad_____

Sexo: _____

1. ¿Podría decirme si conoce el objetivo de la "Pensión para el Bienestar y de que se trata?

2. ¿Ha observado cambios en el apoyo otorgado a los adultos mayores en los últimos 5 años y que le han parecido?

3. ¿Considera usted que la Pensión para el bienestar de los adultos mayores es resultado de una demanda social o de una decisión del gobierno y por qué?

4. Como usted sabe el Gobierno Federal destina un apoyo económico "Pensión para el Bienestar de los Adultos Mayores" ¿por qué cree usted que se dirige este apoyo a este grupo de edad?



**Centro Universitario UAEM Amecameca
Maestría en Sociología de la Salud
Cuestionario dirigido a adultos mayores**

FECHA: _____

Objetivo: obtener información acerca del destino que brindan los adultos mayores beneficiarios de la "Pensión para el bienestar" otorgado por el gobierno federal, en relación con las prácticas alimentarias y a su vez con la socialización.

Instrucciones: de las siguientes opciones responda el inciso que coincida en mayor medida con su experiencia.

I. Características de la población: Edad _____ Sexo: _____

1. ¿Además de la Pensión para el Bienestar ¿cuenta usted con otro ingreso económico cómo?

Sueldo	Apoyo económico de hijos o familiares	Negocios	Arrendador de inmuebles	Ninguno de los anteriores	Otro
--------	---------------------------------------	----------	-------------------------	---------------------------	------

2. ¿Es beneficiario de algún otro programa o pensión?

Canasta alimentaria	Comedores comunitarios	Pensión (IMSS, ISSTE, ISSEMYM)	Ninguno
---------------------	------------------------	--------------------------------	---------

3. ¿A cuál de los siguientes rubros canaliza usted mayor cantidad de recurso económico de la "Pensión para el Bienestar"?

Salud	Alimentación	Servicios básicos (transporte, luz y agua)	Vivienda	Otros servicios (internet, telefonía y cable)
-------	--------------	--	----------	---

Alimentación

4. ¿Qué porcentaje de la "Pensión para el Bienestar" destina usted a su alimentación?

80-100%	40-70%	10-30%	0%
---------	--------	--------	----

5. ¿Dónde adquiere sus alimentos?

Mercado	Supermercado	Tianguis	Tienda de abarrotes	Otro
---------	--------------	----------	---------------------	------

6. ¿Quién prepara sus alimentos?

Usted	Esposo (a)	Hijos	Nietos	Otros
-------	------------	-------	--------	-------

7. ¿Regularmente come acompañado por?

Hijos	Esposo (a)	Solo	Nietos	Otro
-------	------------	------	--------	------

8. Según su consumo podría indicarme cuantas veces a la semana acostumbra los siguientes alimentos y bebidas.

Alimentos y bebidas	1 a 2	3 a 4	5 a 7	Ninguna
Frutas				
Verduras				
Cereales (tortillas, arroz, sopa de pasta)				
Carne (res, pollo, cerdo, pescado)				
Leguminosas (frijoles de la olla caseros, frijoles refritos caseros, frijoles envasados o de lata, frijoles envasados o de lata: refritos, lenteja, garbanzo, haba amarilla o alubia haba, garbanzo o lenteja como botana)				
Azucares (miel, piloncillo, mermelada)				
Grasas (aceite, manteca, mantequilla, margarina)				
Huevo (huevo frito, estrellado o revuelto, huevo tibio o cocido)				
Café				
Agua Natural				
Te				
Antojitos mexicanos (antojitos como sopes, quesadillas, tlacoyos, gorditas y enchiladas, tacos, tamales de todo tipo)				
Botanas y postres (chocolate postre lácteo o similar dulce (caramelos, paletas) dulces enchilados frituras (todos tipos, incluyendo cacahuates japoneses) frutas cristalizadas o secas helado y paletas de leche helado, nieves y paletas de agua)				
Comida rápida (hamburguesa, hot dog, pizza)				
Carnes procesadas (longaniza o chorizo, pavo o combinado, jamón de puerco o pavo o mortadela)				

(incluyendo la cantidad promedio que forma parte de preparaciones como torta, sándwich y hot dog).				
Bebidas endulzadas (aguas de fruta natural con azúcar, atole de maíz con agua, bebidas o aguas de sabor industrializadas con azúcar, café con azúcar agregada, jugos naturales con azúcar néctares de frutas o pulpa de frutas industrializados, refresco normal, bebida láctea con lactobacilos, atole de maíz, leche preparada de sabor (chocolate u otro) yogurt para beber entero con fruta. yogurt para beber entero natural).				
Cereales dulces (barras de cereal, cereales de caja, donas y churros de panadería galletas dulces (todo tipo).				

III. Socialización

9. ¿Con quién vive usted en su hogar?

Hijos	Esposo (a)	Solo	Nietos	Otro
-------	------------	------	--------	------

10. ¿Pertenece algún grupo o club social (DIF, grupo en centro de salud u otro)?

Si	No
----	----

11. ¿Considera usted que su alimentación ha cambiado por influencia de familiares o amigos?

Si	No
----	----

12. ¿Podría indicar como se ha modificado el consumo de alimentos por influencia de familiares, amigos o grupos que frecuenta?

Alimentos y bebidas	Aumento	Disminuyo	No ha cambiado
Frutas			
Verduras			
Cereales (tortillas, arroz, sopa de pasta)			
Carne (res, pollo, cerdo, pescado)			
Leguminosas (frijoles de la olla caseros, frijoles refritos caseros, frijoles envasados o de lata, frijoles envasados o de lata: refritos, lenteja, garbanzo, haba amarilla o alubia haba, garbanzo o lenteja como botana)			
Azucares (miel, piloncillo, mermelada)			
Grasas (aceite, manteca, mantequilla, margarina)			
Huevo (huevo frito, estrellado o revuelto, huevo tibio o cocido)			
Café			
Agua Natural			
Te			
Antojitos mexicanos (antojitos como sopes, quesadillas, tlacoyos, gorditas y enchiladas, tacos, tamales de todo tipo)			
Botanas y postres (chocolate postre lácteo o similar dulce (caramelos, paletas) dulces enchilados frituras (todos tipos, incluyendo cacahuates japoneses) frutas cristalizadas o secas helado y paletas de leche helado, nieves y paletas de agua)			
Comida rápida (hamburguesa, hot dog, pizza)			
Carnes procesadas (longaniza o chorizo, pavo o combinado, jamón de puerco o pavo o mortadela)			
Bebidas endulzadas (aguas de fruta natural con azúcar, atole de maíz con agua, bebidas o aguas de sabor industrializadas con azúcar, café con azúcar agregada, jugos naturales con azúcar néctares de frutas o pulpa de frutas industrializados, refresco normal, bebida láctea con lactobacilos, atole de maíz, leche preparada de sabor)			

(chocolate u otro) yogurt para beber entero con fruta. yogurt para beber entero natural).			
Cereales dulces (barras de cereal, cereales de caja, donas y churros de panadería galletas dulces (todo tipo).			

13. ¿Con que frecuencia durante la semana acostumbra a ver la televisión?

Diario	Cada tercer día	Una vez a la semana	Nunca
--------	-----------------	---------------------	-------

14. ¿Con que frecuencia durante la semana acostumbra a escuchar la radio?

Diario	Cada tercer día	Una vez a la semana	Nunca
--------	-----------------	---------------------	-------

15. ¿Con que frecuencia durante la semana acostumbra a leer el periódico?

Diario	Cada tercer día	Una vez a la semana	Nunca
--------	-----------------	---------------------	-------

16. ¿Cuenta usted con redes sociales: Facebook, Instagram, whats app?

Si	No
----	----

17. ¿Si usted ve o escucha la propaganda de algún alimento en los medios de comunicación es probable que los consuma?

Si	No
----	----

18. ¿Derivado del contacto con medios de comunicación (televisión, radio y redes sociales) usted ha modificado el consumo de ciertos alimentos?

Alimentos y bebidas	Aumento	Disminuyo	No ha cambiado
Frutas			
Verduras			
Cereales (tortillas, arroz, sopa de pasta)			
Carne (res, pollo, cerdo, pescado)			
Leguminosas (frijoles de la olla caseros, frijoles refritos caseros, frijoles envasados o de lata, frijoles envasados o de lata: refritos, lenteja, garbanzo, haba amarilla o alubia haba, garbanzo o lenteja como botana)			
Azucares (miel, piloncillo, mermelada)			
Grasas (aceite, manteca, mantequilla, margarina)			
Huevo (huevo frito, estrellado o revuelto, huevo tibio o cocido)			
Café			
Agua Natural			
Te			
Antojitos mexicanos (antojitos como sopes, quesadillas, tlacoyos, gorditas y enchiladas, tacos, tamales de todo tipo)			
Botanas y postres (chocolate postre lácteo o similar dulce (caramelos, paletas) dulces enchilados frituras (todos tipos, incluyendo cacahuates japoneses) frutas cristalizadas o secas helado y paletas de leche helado, nieves y paletas de agua)			
Comida rápida (hamburguesa, hot dog, pizza)			
Carnes procesadas (longaniza o chorizo, pavo o combinado, jamón de puerco o pavo o mortadela)			
Bebidas endulzadas (aguas de fruta natural con azúcar, atole de maíz con agua, bebidas o aguas de sabor industrializadas con azúcar, café con azúcar agregada, jugos naturales con azúcar néctares de frutas o pulpa de frutas industrializados, refresco normal,			

bebida láctea con lactobacilos, atole de maíz, leche preparada de sabor (chocolate u otro) yogurt para beber entero con fruta. yogurt para beber entero natural).			
Cereales dulces (barras de cereal, cereales de caja, donas y churros de panadería galletas dulces (todo tipo).			