

Interseccionalidad en política educativa: pobreza, malnutrición y bajo nivel educativo

Roger Naranjo Sevilla¹

(Universitat de Barcelona)

Rnaranse7@alumnes.ub.edu (corporativa) // rogerns14@outlook.es (personal)

Resumen

La originalidad de este trabajo reside en el hecho de buscar y observar si existe o no una interseccionalidad entre pobreza, educación y alimentación. Un objeto de estudio que ha quedado olvidado, oculto o invisibilizado. Debido a los compartimentos estancos, resulta más difícil encontrar estudios e investigaciones que interseccionen análisis de una realidad que es la misma (la nutrición en familias pobres y sus efectos en la educación).

La hipótesis del trabajo es que existe una interseccionalidad entre pobreza, bajo nivel educativo y malnutrición. Para ello, reiteramos que el método de trabajo será relacionar las variables entre sí para poder confirmar que su interrelación es real y produce efectos. Al tratarse de un trabajo desde la perspectiva de las políticas públicas, el objetivo de validar o rechazar nuestra hipótesis es poder servirnos de los resultados para un ámbito práctico, como ciencia aplicada.

Palabras clave: Calidad educativa, pobreza, malnutrición, impacto social.

¹ Politólogo por la Universidad de Barcelona y estudiante del Máster en Políticas, Públicas, Derechos Sociales y Sostenibilidad (UB). [2021]

Introducción

En “Los intelectuales en el drama de España” (1937), María Zambrano escribía que los españoles sentimos “una indocilidad profunda ante lo que dice la inteligencia; diríamos que al español no le ha interesado gran cosa ser inteligente y jamás, desde luego, ha hecho de la inteligencia un culto.” Casi un siglo después, permanecemos prisioneros en este estado vital en el que seguimos sintiendo que nuestra sociedad no está destinada a disfrutar de los placeres del intelecto.

Ocurre cuando, tras un descubrimiento de científicas españolas, de cuyo nombre no se acuerdan, aparecen por unos segundos en las pantallas de un país, que vive con asombro todos los acontecimientos intelectuales que sitúen a una persona española entre sus autoras. A la ciudadanía española, que vive en una isla de tentaciones, donde el sol, la gastronomía y nuestra *sangre caliente*, siempre nos han servido como excusa para compadecernos y no navegar, debemos reconocerle un ingenio natural. El cual, le ha permitido vivir aislada, desde siempre, en un ecosistema culturalmente insular, que ha creado un sentimiento de amor y odio, rechazo y atracción, a sentirse y no sentirse, culturalmente española. Querrán huir de ser comprendidas bajo esta concepción algunas partes de algunos pueblos. Poder pueden, pero tantos años a que por la Península habitamos diferentes, compartiendo distintos defectos y costumbres, que hoy somos semejantes.

La tradición explica, que en España hay un cierto ingenio para los quehaceres cotidianos, se dice que se come y vive bien. Fue la necesidad que sufrieron las generaciones que vivieron la guerra y la postguerra, la que despertó un ingenio para poder sobrevivir. Un ingenio del que nacieron las recetas de los abuelos y las abuelas que hoy empezamos a perder, no su conocimiento, sino el hábito de incluirlas en nuestro día a día. La absorción de los nutrientes esenciales para la vida es para los humanos un proceso cultural, socializador y económico. Somos la única especie de nuestro planeta que reconfigurado este proceso vital dotándolo de nuevas concepciones. España no se entiende sin esta parte de su historia, su sociedad no se entiende sin esta parte de su cultura. Allí donde algunas personas ven simplemente comida, humilde autor ve un conjunto de procesos de construcción social.

España es un *rara avis*. De la misma forma que se sitúa entre las potencias desarrolladas, en sus entrañas se esconde un gran tejido social que sufre desigualdades impropias de un

país con sus recursos, como lo evidencia el altísimo índice de paro juvenil, registrando un porcentaje de desempleo juvenil en paro llegando a alcanzar el 40,7% (diciembre 2020), disminuyendo ligeramente al 39,9% (enero 2021).

La idea que ha de imperar tras estas líneas es que sufrimos de igual manera escasez, abundancia y una bendita maldición. Padecemos una escasez intelectual, una abundante pobreza y fuimos bien maldecidos con saber cocinar pasando hambruna.

España es un campo rico en ingenio, que, de ser regado correctamente, puede brotar de infinitas formas y colores. Regar es educar, he aquí la cuestión. Necesitamos tomar las decisiones correctas con relación a cómo educamos para separarnos de la maldición que nos lleva a pensar aún hoy, que no pueden nuestros pueblos, avanzar al ritmo de las demás naciones. Es un proceso lento, como todo cultivo natural, pero de lograrse, las raíces serán fuertes y las semillas fructíferas. Como todo ciclo, podrá ser autónomo y una vez arranque, su propia dinámica nos llevará con él. La educación debe entenderse de esta forma, porque con ella crecen las sociedades humanas, de sus frutos se obtienen las semillas para todo. Es preciso arrancarlo, ser pacientes y cuidarlo, pues de otra forma no se podrá solucionar la desigualdad estructural y la pobreza que sufren cada vez más personas. Un sistema educativo fuerte puede producir inmensos beneficios, pero hay que convencer a la sociedad en general sobre cuales son.

Educar permite avanzar en la ciencia y la técnica, motor de desarrollo de toda civilización. Del dominio de ambas se ha determinado la riqueza, pero es que incluso educar en sociedad, permitiría hacer comprender el valor y beneficios, del ejercicio de repartición de la riqueza. Educar es preparar las mentes para que las personas se puedan desarrollar, es buscar la forma de eludir los riesgos de la pobreza. La educación puede cambiar la mentalidad, permite educar correctamente a nuestros niños para que en un futuro no maltraten a nuestras mujeres; erigir de la diversidad un pilar para que independientemente del humano, se preserven todos sus derechos. Educar es prevenir hoy, para evitar curar mañana, es resolver la ecuación indescifrable de cómo vivir en un sistema repleto de recursos bien distribuidos. De vivir en una sociedad plenamente democrática con toda su complejidad. Una educación democrática hará que se comprenda nuestro sistema político como el mayor logro imperfecto de la humanidad. Y porque precisamente es imperfecta, porque no es más que una imagen de nosotros mismos, seres mortales e imperfectos, es nuestro sistema ideal.

Ahora bien, sin haber comido, esta tarea es inalcanzable. Veamos cómo hacemos para que nuestro campo no sufra nunca más sequía intelectual, plagas de pobreza y podamos todas y todos, disfrutar de nuestra tradición más preciada. La sobremesa.

1. Marco teórico: Identificación del problema

1.1. Definición de pobreza

La pobreza es un concepto que representa una situación de vida en la que se encuentran actualmente 700 millones de personas según Naciones Unidas (2021), una cifra que podría volver a alcanzar los mil millones a raíz de la crisis económica derivada por la pandemia del Sars-COV2.

Existe un consenso entre la mayoría de las instituciones, que entiende la pobreza como un fenómeno multidimensional y que depende de la óptica que la defina. Significa que sus causas son diversas y que depende del contexto en el que se viva la pobreza. Por ello, podemos referirnos a un mismo concepto desde distintas ópticas, lo que ha permitido poder hablar de distintos tipos de pobreza. En España, el Instituto Nacional de Estadística (INE) recogió las distintas concepciones de pobreza entre las siguientes (INE, s.f., pág. 4):

- Pobreza absoluta: No están cubiertas las necesidades básicas del individuo.
- Pobreza relativa: Una persona es pobre cuando se encuentra en una situación de clara desventaja, económica y social, respecto al resto de personas de su entorno.
- Pobreza subjetiva: Esta forma de entender la pobreza incide en la visión subjetiva que los hogares tienen de su posición económica, frente al enfoque objetivo que utiliza solamente variables observables y medibles.
- Privación multidimensional, está estrechamente vinculada con la exclusión social y está relacionado con la privación o falta de acceso a ciertos bienes y servicios, considerados necesarios por la sociedad, pudiendo ser de primera necesidad o no. Su medición se realiza mediante variables no monetarias e indicadores de privación.

S. Ayllón (2020, págs. 27-28), expone tres índices elaborados por Foster-Greer-thorbecke (1984), para poder identificar la pobreza. El primero es la tasa de pobreza, es decir, “el porcentaje de individuos del total de la población con rentas equivalentes inferiores al

umbral de pobreza”. El segundo es la intensidad de la pobreza, entendida como una “medida de la distancia de las rentas de los individuos pobres hasta el umbral de pobreza” o en otras palabras, “una medida de los recursos que serían necesarios para que los individuos pobres dejaran de serlo.” El tercer índice, es la severidad de la pobreza, el cual “da más peso a las rentas de los individuos que, siendo pobres, tienen las rentas más alejadas del umbral de pobreza.”

La unidad de medida a la cual recurriremos con asiduidad durante nuestro trabajo será la pobreza relativa o riesgo de pobreza. Estadísticamente ambas son la misma unidad, es decir, se elaboran a través del umbral de la pobreza. El umbral de la pobreza es un índice de medida central de la renta, fijado en base a parámetros socioeconómicos como el precio de los bienes y servicios (des del precio de la vivienda al de los productos básicos como la alimentación), los salarios, la capacidad de ahorro, entre otros agregados económicos. La finalidad es consensuar qué porcentaje de la renta disponible, sitúa en riesgo de pobreza relativa a los grupos poblacionales de estudio.

1.2. Contexto de la pobreza: España, Cataluña y Barcelona.

Según la Encuesta de Condiciones de Vida (INE, 2019), durante el 2019, en España la renta media por persona fue de 11.680 euros anuales y de 29.132 euros por hogar. En función de la renta media y el resto de los agregados económicos, se fijó el umbral de la pobreza en el 60% de la renta para los distintos grupos poblacionales.

El resultado del cálculo es que el 20,7% de la población española vive en riesgo de pobreza relativa. Con tal de ejemplificarlo, vivir por debajo del umbral de la pobreza es que la renta anual disponible de un hogar con 2 adultos y dos menores de 14 años sea menor a 18.919€; o bien, que una persona perciba menos de 9.009€ anuales. El término pobreza relativa, recordemos, indica una desigualdad socioeconómica de la ciudadanía que la sufre respecto a su entorno. En España, aparte de hablar de pobreza, también hablamos de que un 20,7% de personas sufren algún tipo de desigualdad.

La desigualdad es un fenómeno que siempre encontraremos asociado a la renta, la cual puede ser de distintos tipos: trabajo, pensiones, capital, etc. A su vez, es un fenómeno que no diferencia por ninguna característica poblacional concreta, es decir, la encontramos presenta en un amplio espectro poblacional, pero eso no debe hacernos obviar que determinadas variables o características poblacionales, hacen aumentar la probabilidad de sufrir algún tipo de desigualdad y/o que modifican la intensidad con la que se sufre.

La población objetivo de nuestro trabajo será la infancia y la juventud en edad de escolarización obligatoria, y es de capital importancia destacar que en España la pobreza tiene un carácter hereditario. Según el Informe del Alto Comisionado Infantil (2020), la pobreza en España se transmite de generación en generación, demostrable en unos datos muy reveladores que indican que “1 de cada 2 personas que nacieron en un hogar con una situación económica “muy mala”, se encuentran en riesgo de pobreza en la actualidad”.

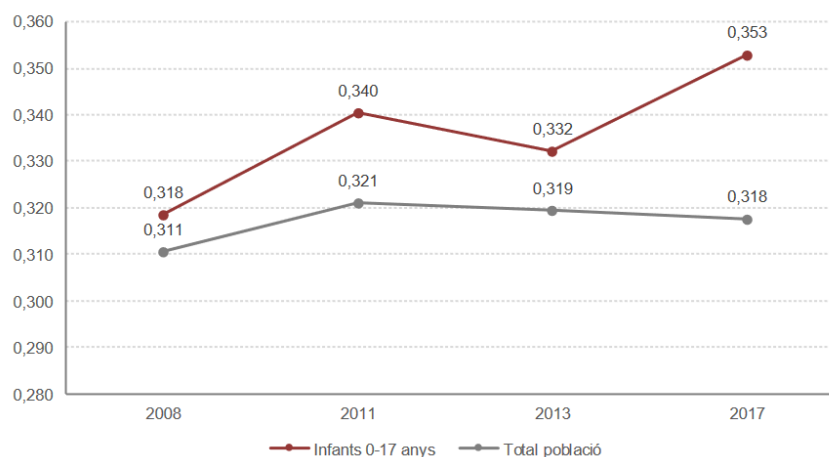


Ilustración 1. Pobreza i infàncies desiguals a la ciutat de Barcelona, (2016-17, pàg. 21).

Para desarrollar la idea anterior acerca de que la desigualdad se presenta con mayor probabilidad e intensidad en determinados sectores de población, se hace conocer que en Cataluña y en la ciudad de Barcelona, las desigualdades que sufre la infancia y la juventud respecto al resto de la población son más altas, y vienen derivadas de la crisis económica de 2008 (Ilustración 1). Este es un ejemplo concreto en un contexto determinado, pero la conclusión extraíble es que la edad es un factor de riesgo en un tramo concreto de la población, de los 0 a los 18 años, que es cuando las personas son dependientes de su estructura familiar cercana.

La exploración de los movimientos demográficos en el entorno de la familia y la construcción de nuevos modelos de hogares es un ejercicio de contextualización ante los datos que nos ofrece el Informe sobre pobreza infantil del Ayuntamiento de Barcelona (Navarro-Varas, Porcel, Cruz, & Pruna, 2018). En dicho informe, encontramos que la tasa de pobreza infantil en familias sin un sustentador económico es del 78,3%, seguido de las familias tradicionales con un solo sustentador (45,5%) y de las monoparentales (35,6%). El contraste con los hogares biparentales con dos sustentadores es abrumador, para estos hogares se informa que el 8,1% se encontró en situación de pobreza infantil. (Navarro-

Varas, Porcel, Cruz, & Pruna, 2018, págs. 20-25). Si recapitulamos unas líneas atrás, exponíamos que la renta era la variable inexcluyente de entre las determinantes de la desigualdad y además, que el sistema de mercado está diseñado para absorber al modelo tradicional de familia que es el más numeroso en nuestra sociedad. A la vista de los datos, encontramos que realmente el factor determinante de la pobreza es la cantidad de sustentadores presentes en una familia y no la estructura en sí de la familia, la cual es una variable condicionante. Siguiendo el Informe del Ayuntamiento de Barcelona (2018), los principales causantes de la pobreza en el área de estudio son los gastos del hogar, donde el precio de la vivienda es valor preponderante. Los cálculos revelan que 4/10 niños y niñas viven en viviendas de alquiler y que un tercio de los que residen en viviendas de propiedad tiene deudas. El aumento del precio de la vivienda durante la última década ha empobrecido a muchas familias y acrecentado la desigualdad sobretodo en hogares con hijos e hijas (Navarro-Varas, Porcel, Cruz, & Pruna, 2018, págs. 28-29).

Como consecuencia, las familias que ven consumida la mitad, o más, de sus rentas en el pago de la vivienda, tienen serias dificultades para cubrir las necesidades restantes. De las distintas variables seleccionadas en el Informe, (ver Anexo 1) podemos organizarlas en cuatro grandes ámbitos de la pobreza material: alimentación, pobreza energética, pobreza financiera y brecha digital. Traducidas a situaciones concretas, la privación material significa no poder comer determinados alimentos, no poder mantener la casa caliente en invierno, endeudarse y no poder afrontar el pago de la deuda, no tener capacidad para afrontar gastos imprevistos y no tener acceso a internet (Navarro-Varas, Porcel, Cruz, & Pruna, 2018, pág. 31).

Entendemos entonces que las principales consecuencias de la pobreza desde la óptica de la infancia se encuentran en su hogar. Una primera reflexión que surge es, ¿por qué, en una sociedad abiertamente construida sobre los valores del libre mercado, es decir, de la competencia, la meritocracia y la propiedad privada, no se realiza una profunda revisión hacia el origen de la deslegitimación de sus pilares fundamentales? El liberalismo clásico como el de John Locke, expandió la creencia de que, al nacer, la mente humana era una “tabla rasa”, es decir, no contenía ningún tipo de idea, y que estas se iban adquiriendo durante la vida. La educación es uno de los procesos por los cuales se aprehenden ideas, como, por ejemplo, las normas de funcionamiento de la sociedad o las competencias para escalar socialmente. Al fomentar el mérito individual como el motor de desarrollo de las personas, se debería considerar, para que una sociedad fuera justa, que todas las personas

partieran de nacimiento en igualdad de oportunidades. De lo contrario, y es dónde nos hallamos actualmente, estaremos obviando la raíz de las desigualdades de los individuos del futuro, y acto seguido, deslegitimando los valores de la sociedad liberal: el esfuerzo y la competencia.

1.3. La alimentación: el problema en términos nutricionales

La alimentación puede ser comprendida desde estas dos vertientes, la nutricional y la gastronómica, las cuales han ido evolucionando juntamente con el paso de los siglos. Pero de esta doble visión, nutricional y gastronómica, nos interesa la primera, la nutricional, que es en su finalidad última, la que garantiza un cierto bienestar a las personas.

La nutrición es la ciencia que estudia la composición orgánica de los alimentos junto con las necesidades de nuestro organismo. Cuando hablamos de nutrición hablamos de una ciencia relativamente joven y que vive un período de gran interés y producción científica. A su vez, también estamos hablando del campo de estudio que mayor inestabilidad padece a causa de la conjura de intereses que se tornan alrededor. Encontramos intereses particulares como los de la población que necesita alimentarse, intereses estatales en materia de salud pública, e intereses del sector económico, donde hallamos grandes y pequeñas empresas que organizamos por su actividad económica, productores, intermediarios, superficies de venta y restauración. A excepción de los estados, y con muchos matices, el punto común donde confluyen todos estos intereses es el lucro económico, es decir, el beneficio y no el bienestar, que sería el objetivo de los estados en materia de salud pública. Esto es matizable porque la razón de los estados para tener una población sana es poder ahorrar gasto sanitario y aumentar la capacidad productiva (a grandes rasgos).

La historia nos ha conducido a nuevo paradigma en salud pública mundial que se da sin haber solucionado el problema de la desnutrición, estamos ante la epidemia de la mal nutrición. En 1971 Abdel R. Omran definió un nuevo concepto para la salud pública, la transición epidemiológica, la cual identificó en los países europeos al observar que la mortalidad por enfermedades infecciosas estaba cambiando hacia la mortalidad por enfermedades no infecciosas. En España sucedió a partir de 1945. Se pueden identificar distintas variables que influyeron, como la vacunación, los antibióticos, la educación y la alimentación. Esto último también permite hablar de una transición nutricional, que ha venido dada por un aumento de los ingresos de la población que han permitido transitar

de dietas muy pobres nutricionalmente a dietas más calóricas y variadas. La problemática ha surgido en el momento en que la dieta se ha tornado excesivamente rica en grasas saturadas y alimentos muy procesados, lo cual ha supuesto una nueva transición nutricional que presenta riesgos para la salud como la obesidad, las enfermedades cardiovasculares y morbi-mortalidad (Corella & Ordovás, 2015, págs. 285-286). Calañas-Continente señalaba que para 2020 las enfermedades no transmisibles (ENT) iban a suponer un 73% de las defunciones y un 60% de la carga de morbilidad a nivel mundial (2005, pág. 8), hoy a la vista de los datos, la tendencia que observó Calañas hace 15 años, se ha cumplido. La OMS notificó que en 2020 el 71% de las muertes en el mundo fueron causadas por enfermedades no transmisibles, en orden de impacto, por las cardiovasculares (17,9 millones cada año), seguidas del cáncer (9,0 millones), las enfermedades respiratorias (3,9 millones) y la diabetes (1,6 millones). Los factores de riesgo que contribuyen a las causas de mortalidad son una alta tensión arterial; el sobrepeso y la obesidad, la hiperglucemia (concentraciones elevadas de glucosa en la sangre) y la hiperlipidemia (concentraciones elevadas de grasas en la sangre) (OMS, 2021). Otra prueba más de esta nueva realidad es que, en datos del año 2016, aproximadamente 816 millones de personas pasaban hambre por 1.900 millones que padecían sobrepeso, de las cuales 650 millones equivaldrían a personas con obesidad. Las cifras de personas con sobrepeso se han triplicado desde 1975 hasta la actualidad (OMS, Malnutrición y Obesidad, 2020). La obesidad es una de las enfermedades no transmisibles (ENT) que se padecen con más frecuencia a escala mundial, y viene asociada a otras ENT como las enfermedades cardiovasculares, diabetes y morbi-mortalidad.

Sobre el mapa mundial encontramos que “en los países de ingresos altos, los riesgos de obesidad infantil más altos se encuentran en los grupos socioeconómicos más bajos. A medida que los países pasan por rápidas transiciones de índole socioeconómica o nutricional, se encuentran ante una doble carga en la que coexisten una nutrición inadecuada y un aumento de peso excesivo.” (OMS, 2016, pág. 2). La antítesis al sobrepeso y la obesidad es la desnutrición la cual también supone un riesgo para la salud de la infancia pero sobretudo para su desarrollo. Según la OMS “Existen cuatro tipos principales de desnutrición: emaciación, retraso del crecimiento, insuficiencia ponderal, y carencias de vitaminas y minerales. (...) La talla insuficiente respecto de la edad se denomina retraso del crecimiento. Es consecuencia de una desnutrición crónica o recurrente, por regla general asociada a unas condiciones socioeconómicas deficientes.

El retraso del crecimiento impide que los niños desarrollen plenamente su potencial físico y cognitivo.” (Malnutrición y Obesidad, 2020).

La pregunta que surge entonces es qué dieta o dietas son más saludables. La respuesta es que, dependiendo de ciertas variables como la edad, el género o condición de salud, únicamente los expertos del campo de la salud pueden recomendarnos una u otra, pero en términos generales, “Gracias a la publicación de los resultados del estudio PREDIMED sobre prevención primaria de la enfermedad cardiovascular (Estruch et al., 2013), han puesto de manifiesto que una dieta mediterránea tradicional es más eficaz que una dieta baja en grasas en la prevención primaria de la enfermedad cardiovascular, considerándose una alternativa más saludable.” Al contrario de lo que se pueda creer, la dieta mediterránea es una dieta rica en grasas y en ello reside una de las grandes razones de sus beneficios. La diferencia está en que hablamos de grasas beneficiosas las cuales “aportan alrededor del 40% de la energía, pero proceden fundamentalmente del aceite de oliva y de otras grasas insaturadas, que son consideradas saludables.” (Corella & Ordovás, 2015, pág. 293). En general, se consideran saludables las dietas “no hipercalóricas, equilibradas y variadas; dietas ricas en verduras y frutas, rica en cereales integrales, con buena presencia de legumbres, frutos secos, pescado y carnes blancas; dietas con consumo bajo de grasas saturadas, embutidos, azúcares refinados, bollería industrial, snacks y comidas precocinadas (Willett et al., 2013)” (en Corella & Ordovás, 2015, págs. 293-294).

Para comprender las dietas, es necesario conocer los grupos de alimentos que pueden componerlas, por ello, la FAO (Food and Agriculture Organization) elaboró la tabla NOVA (Monteiro et al, FAO, 2019), la cual organiza por grupos los alimentos y productos alimenticios en base al estado en el que se encuentran en el momento de adquirirlos o consumirlos. Esta clasificación es una escalera que muestra el grado de procesos por los cuales pasan los alimentos, en el Grupo 1 se hallan los productos no procesados o mínimamente procesados, en el Grupo 2 los que se obtienen a partir de los anteriores, en el Grupo 3 los resultantes de procesar dos productos de los grupos 1 y 2, y en el Grupo 4 los productos ultraprocesados (Ilustración 2). La recomendación de la FAO, pero también de un amplio espectro de organizaciones, personas expertas, Instituciones Públicas y Privadas, es que, para llevar una dieta sana, deberíamos consumir productos de los tres primeros grupos.

Ilustración 2. Elaboración propia a partir de FAO (2019).

GRUPO NOVA	DEFINICIÓN NOVA	EJEMPLOS
GRUPO 1 No procesados o mínimamente procesados	Obtenidos directamente de la naturaleza o mínimamente tratados para separar partes no comestibles. Y procesos de conservación en los que no se añade ningún otro alimento.	Fruta, verdura, carne, legumbres secas, semillas como el arroz, pasta, huevos, leche, especias como la pimienta, harinas, setas, agua, té, café.
GRUPO 2 Ingredientes culinarios procesados	Alimentos obtenidos de los del grupo 1 a partir de un proceso mecánico.	Aceites vegetales, mantequilla, azúcar, sal, miel y almidones.
GRUPO 3 Alimentos procesados	Alimentos obtenidos tras la mezcla de los grupos 1 y 2 para mejorar su conservación y/o sabor.	Legumbres y verduras en conserva, frutos secos azucarados o salados, carnes y pescados salados, curados o ahumados, fruta en almíbar, queso y pan.
GRUPO 4 Alimentos ultraprocesados	Son productos elaborados mediante muchos procesos industriales complejos. Se reconocen también por tener muchos aditivos que los hagan apetecibles y aumenten la capacidad productiva.	Refrescos carbonatados, snacks, bollería industrial, margarina, cereales de desayuno, bebidas energéticas, alimentos precocinados, batidos y suplementos alimenticios que substituyen comidas.

a) Los ultraprocesados: una nueva transición nutricional.

Tras la revisión de los datos de distintos países el informe nos muestra una clara asociación entre el aumento del consumo de productos ultraprocesados y una ingesta mayor de azúcares libres (exceso de azúcar), grasas saturadas y trans, de sodio (exceso de sal) y energía. Y de forma inversa, el aumento de consumo de ultraprocesados disminuyó la ingesta de proteína, fibra, potasio, fitoestrogénos y micronutrientes como

vitaminas A, C, D y E, y calcio, magnesio, fósforo y zinc. La conclusión del estudio es que una dieta abundante en ultraprocesados es una dieta que sufre un deterioro en calidad nutricional (Monteiro et al., FAO, pág. 14-17, 2019).

La potencial amenaza de los alimentos ultraprocesados es su propia naturaleza. Son productos elaborados en masa y preparados para ser consumidos en masa. Para poder cumplir con las exigencias de un modo de producción y consumo globales, la industria ha creado este tipo de alimentos que son más apetecibles, adictivos, duraderos tanto en el hogar, como en términos logísticos y de transporte, y quizá lo más importante, son baratos y prácticos (resolutivos). La FAO (2019, pág. 35) también advierte que el gran éxito de este tipo de productos es que son acompañados de una campaña de márketing muy eficaz, la cual, sumada a los vacíos legales y la falta de regulación contra la publicidad engañosa, han conseguido tener una gran acogida en la sociedad y ocultar todos los riesgos asociados. Realmente podríamos decir que se han dado todas las variables para el triunfo de la industria de los ultraprocesados. En los países del centro, conocidos también como desarrollados, el ritmo de vida es frenético y prácticamente cada minuto cuenta. La hipótesis que barajamos en este apartado es que tras el tiempo dedicado al trabajo, la movilidad, los estudios, y dormir, las horas restantes del día tienen que abarcar las tareas del hogar, vida familiar, ocio, deporte, higiene personal y las tres comidas del día (entre muchas otras tareas e imprevistos). Creemos que este ritmo de vida lleva a muchas personas a priorizar, a ecoger qué dedica mayor o menor tiempo y que el resultado es que la comida y la compra de alimentos, se han adaptado para que sea cada vez una tarea más rápida y sencilla. En esta necesidad de comer y comprar rápido, es donde se ha perdido parte de la soberanía alimentaria de los hogares españoles y otros países europeos.

Para contrastar nuestra hipótesis, hemos elaborado tres gráficos distintos (ver anexo 1, 2 y 3) para ilustrar y analizar el estilo de vida de los países europeos en relación a las actividades que desempeñan. A modo de conclusión, hemos interpretado el aumento del consumo de ultraprocesados como una reacción de la ciudadanía a un nuevo estilo de vida mucho más frenético. A partir de esta premisa, hemos detectado que los países que más cocinan en casa y que más tiempo dedican a cocinar o preparar la comida son los mediterráneos. Y a la vista del gráfico, observamos que Italia y España (mediterráneos) son respecto a los países de nuestro análisis (UK, Finlandia y Alemania) los que menos porcentaje de “prevalencia de la obesidad” y “disponibilidad de ultraprocesados en el hogar” presentan.

Entre los países mediterráneos, existían diferencias en cuanto a cocinar en casa y tiempo de cocinado, concretamente, un mayor tiempo dedicado a ambas variables a favor de Italia. La regresión lineal también muestra diferencias, pues Italia tiene unos porcentajes mucho más bajos que España en obesidad y ultraprocesados. Reino Unido, que era el país que menos tiempo dedicaba a comer en casa, puede hallar explicación en su alto índice en ultraprocesados. Como hemos expuesto, son alimentos cómodos y resolutivos que facilitan poder llevarlos a casi cualquier espacio en el que la ciudadanía desarrolle sus actividades diarias. Para los restantes países, el análisis es ciertamente parecido, pero el desequilibrio entre Reino Unido versus Alemania y Finlandia debe explicarse por otras variables que no disponemos en este análisis.

1.4. Educación: motor de desarrollo

Actualmente España es el segundo país de la Unión Europea con menor porcentaje de población joven, igualando la cifra de 1960 y con una tasa de fecundidad por debajo de la media europea, concretamente del 1,4 (INJUVE, 2020, págs. 25-26). Estos son dos de los motivos que más preocupan desde el punto de vista demográfico y económico, pues la pirámide poblacional española se está invirtiendo y puede conducirnos a una situación de desequilibrios. J.A. Gimeno (2007, pág. 40) identificaba “tres patas” del Estado del Bienestar español, sanidad, educación y pensiones, a la cual durante los próximos años se le sumaría una cuarta: la dependencia. Este momento ya ha llegado, e irá en aumento en los próximos años debido al envejecimiento de la población. “La Comisión Europea estima que de acuerdo con las tendencias demográficas el gasto público social en España aumentará 4,3 puntos de PIB hasta 2035 y 9 puntos de PIB en total hasta 2060,” el gasto se repartiría en “pensiones (6,7 puntos de PIB hasta 2060, antes de la reforma de 2011), sanidad (1,6 puntos) y cuidados de larga duración (0,9 puntos), mientras en educación y desempleo no existiría crecimiento del gasto en relación con el PIB” (Bandrés, 2012, pág. 49). La carga futura del Estado del Bienestar recaerá sobre el conjunto de los que hoy son jóvenes, los cuales serán muchos menos que los que son hoy adultos. Cuidar de nuestras futuras personas mayores y del sistema democrático y bienestar, es el reto por afrontar. La educación tiene reservada para sí misma un papel muy relevante en esta misión.

El crecimiento económico de un país se ha explicado siempre mediante el cálculo de la Productividad Total de los Factores (PTF), llanamente, es la diferencia entre la productividad y los factores productivos, el capital y el trabajo. Nos interesan especialmente el factor trabajo y el I+D, que es donde hallamos el papel de los humanos.

El trabajo puede incidir de dos formas en la productividad, por cantidad o por calidad, y uno de los factores clave en el desarrollo de un trabajo de calidad, es la educación. A mayor formación de las personas trabajadoras junto a la tecnología adecuada, la eficiencia de una persona trabajadora puede llegar a equipararse a la de varias.

El reto de España es lograr una mayor estabilidad en su mercado laboral que no tiene otra vía que realizando una transición hacia una economía de mayor valor y menor temporalidad. No es que se deba rechazar el turismo, al contrario, el turismo es uno de los sectores que menor tasa de sustitución tecnológica tiene porque a día de hoy se siguen demandando experiencias humanas. La educación sienta las bases del capital productivo del futuro, por ello es muy importante que el sistema educativo tenga la capacidad de incorporar futuras personas trabajadoras con el potencial para desarrollar actividades que contribuyan a dotar de valor la economía, o bien, a explorar nuevos sectores como la reconversión sostenible de todas las actividades productivas. Si es necesario un ejemplo que refuerce de realismo esta relación entre educación y economía, podemos redirigirnos al caso de la empresa Nokia y el sistema educativo finés. Nokia fue pionera en el cambio de la sociedad industrial a la de la información, un logro conseguido gracias a la visión compartida entre el sistema educativo, el estado y la empresa.

Tras los argumentos económicos, el siguiente gran logro de un sistema educativo es su capacidad por enriquecer los valores cívicos y políticos de una sociedad. Las conclusiones extraíbles de la revisión de distintos estudios y el análisis de datos realizada por las expertas que elaboraron el Informe de Juventud, es que existe una asociación suficiente para valorar como positivo el impacto de la educación en una democracia. Un aumento de la participación en política, en sus distintas formas, es apreciable a medida que las escuelas tienen climas más abiertos (debates, elección de representantes, etc.), así como también se observa que la tendencia ha mejorado a medida que nos acercamos a las nuevas generaciones, lo que sin duda demuestra el triunfo de la democracia y el sistema de educación universal (INJUVE, 2020).

2. Estudio de caso: Interseccionalidad.

En la línea de nuestra visión, el próximo apartado intentará elaborar un humilde análisis sirviéndose de la interseccionalidad como base para el estudio y trato de las variables. El objetivo es lograr encontrar relaciones bidireccionales entre educación, pobreza y alimentación, para poder obtener unas conclusiones que nos ayuden a identificar el problema.

2.1. Pobreza y educación

El *Informe PISA (2018)* nos indicaba que los alumnos con un nivel socioeconómico más favorable² tenían un rendimiento medio más alto que los alumnos desfavorecidos³. Estadísticamente la diferencia en el total de España (8º país) es de -74 puntos en detrimento de las clases más bajas respecto las altas, un dato que se eleva a -78 en Cataluña y que comparativamente es bajo respecto al promedio de la Unión Europea -93. Si valoramos el rendimiento de lectura como variable única, encontramos a España en el puesto 26º, con un rendimiento de lectura ponderado en 477 puntos. Curiosamente, del conglomerado de países del sur de Europa (los conocidos estereotipadamente bajo el cliché racista de PIGS), únicamente Portugal se situaría entre los 20 países con mayor rendimiento, pero con una justa 19º posición y sin llegar a los 500 puntos (492). Los restantes son Italia en 27º y Grecia en 35º posición. Regresando a la equidad, España (-74) lideraría este grupo de países del sur de Europa con una menor diferencia entre grupos socioeconómicos, seguida de Italia (-75), Grecia (-84) y Portugal (-95).

Al acudir a Eurostat (2021), los datos nos muestran que los cuatro países nombrados han tenido durante la última década, un mayor índice de riesgo de pobreza entre la población menor de 18 años que la de los 28 países de la Unión Europea (23.4%). Únicamente Portugal logrará estar por debajo en 2012, y no volverá a estarlo hasta 2017 y desde entonces, a la actualidad (ver Anexo 2). Si vemos el párrafo anterior, Portugal fue también el país con mejor rendimiento escolar (20º) de los países del sur de Europa en 2018. Realmente puede parecer precipitado sacar conclusiones, pero como nos muestra el gráfico (Anexo 1), Portugal empezó a registrar un menor índice de pobreza infantil que

² Estudiantes socioeconómicamente favorecidos se entiende que son los que están en el cuarto más alto del índice social, económico y cultural en su país (PISA, 2018).

³ Estudiantes socioeconómicamente desfavorecidos se entiende que son los que están en el cuarto más bajo del índice social, económico y cultural en su país (PISA, 2018).

España, Italia y Grecia desde 2014, es decir, la reducción de la pobreza infantil durante los últimos años puede llegar a explicar el aumento en el rendimiento escolar.

La relación causal que expone PISA (2018) para explicar por qué los estudiantes más desfavorecidos pueden tener un rendimiento menor, es un reconocimiento al carácter hereditario de las desigualdades. Estos estudiantes nacen en hogares con rentas más bajas y una mayor escasez de recursos educativos en el entorno doméstico que a su vez, podría replicarse en el entorno escolar, afectado probablemente por la réplica de desigualdades de su entorno.

2.2. Pobreza y alimentación.

El estudio del Ministerio de Sanidad (2016) sobre Determinantes económicos, recursos sanitarios, estilos de vida y años de vida saludable en España, presenta como principales conclusiones que, la cantidad de años de vida saludable al nacer y al tener 65 años, se determinan en un 50% y 54%, respectivamente, por la renta per cápita. En términos generales, significa que las personas con mayor renta viven más años, y que, de forma inversa, las que disponen de menor renta, viven menos años.

La ciudad de Barcelona es otro escenario que también muestra datos semejantes. Para ello, hemos realizado un estudio de regresión lineal con los datos que proporciona el informe de “La salut a Barcelona 2019”⁴, elaborado por la Agència de Salut Pública de Barcelona. Al situar como variable independiente la esperanza de vida por distritos (media de hombres y mujeres) y cruzarla con la tasa de pobreza AROPE (2017) por distritos, hemos obtenido un coeficiente de 0,497 en R^2 . El estadístico R^2 nos indica que la esperanza de vida de la ciudadanía de Barcelona se explica en casi un 50% por el distrito en el que se vive (anexo 5).

Tras observar los datos, creemos que asociados a la renta disponible de la ciudadanía, hay distintas variables que determinan la calidad de vida de las personas. Uno de los factores claves es la alimentación y en función de cada hogar, la dieta varía y se adapta a los recursos e información disponibles.

Distintos estudios a nivel europeo afirman que existe una asociación entre clase social y el tipo de nutrición llevada a cabo en los hogares. En el caso español el estudio llevado a

⁴ Los datos corresponden a los años 2017-2018.

cabo por E. Miqueilez (2014) et al.⁵ demuestra que esta asociación también existe. Las conclusiones tras la observancia de sus datos es que en ambos grupos de edad y en ambas subcategorías por razón de los padres, la ingesta de fruta y verdura (3 veces a la semana) es menor en el caso de los hogares con nivel socioeconómico más bajo. Inversa es la relación en el caso de la ingesta de snacks, comida rápida o bebidas azucaradas, que aumenta a medida que disminuye el nivel socioeconómico del hogar. La Agència de Salut Pública de Barcelona nos proporciona datos muy interesantes en relación al sobrepeso y la obesidad, y a la conclusión que nos llevan los datos es que, en los barrios más pobres, viven mayor número de personas con obesidad o sobrepeso.

En el estudio realizado por Ariza C, et al. (2019, págs. 12-16), sobre los hábitos alimenticios en la infancia de la ciudad de Barcelona se halló que los estudiantes de centros educativos situados en barrios más desfavorecidos, el consumo de carne es mayor que el recomendado. Y que el 79,8% de los estudiantes de 8-9 años de los barrios más desfavorecidos no consume el porcentaje de fruta y verdura adecuado. También aumenta el consumo de refrescos, bollería y golosinas a medida que disminuye la condición socioeconómica del barrio en el que estudian. En los distritos más pobres de Barcelona también encontramos situaciones de privación material respecto a la alimentación. Estas familias que no pueden consumir alimentos como la carne y el pescado al menos una vez cada dos días las encontramos reflejadas en un 14,2% para Ciutat Vella, del 7,5% en Nou Barris o del 7,1% en Sants-Montjuich.

2.3. Alimentación y educación.

El cerebro es nuestro motor de desarrollo y es emulable a un software informático, de la misma forma, nuestro código genético son los metadatos y procesos que contienen toda la información para que todas las funciones orgánicas sean realidad. Gracias al cerebro y el sistema nervioso el resto del cuerpo tiene la capacidad de funcionar, pero esta maquetación tan compleja que representa el cuerpo humano funciona gracias a un delicado órgano compuesto en un 80% por agua que extrae la energía para su funcionamiento de la glucosa y está protegido por un cráneo prácticamente infranqueable. A pesar de que en muchas ocasiones somos conscientes de dolores de cabeza, sensaciones de pesadez mental u otros síntomas relacionados con nuestra mente, no conseguimos

⁵ Reconocen limitaciones como que es un estudio con una muestra representativa, más que las información sobre el patrón alimenticio se ha obtenido mediante cuestionarios de frecuencia.

identificar correctamente sus motivos. Popularmente se alude a la presión atmosférica o al mal tiempo, en nuestra época moderna a las pantallas y exposición lumínica, pero pocas veces oímos aquello de “falta de azúcar”. Realmente todas estas suposiciones muy extendidas en la sociedad española tienen su parte de ser, pero en esta última, muchas veces se halla la verdadera explicación a la ralentización de nuestros procesos cerebrales. La hidratación y el consumo correcto de la energía y nutrientes esenciales es la llave para un buen estado de salud física y mental, pero también de un buen rendimiento académico o profesional. La ecuación no es difícil, la equis a encontrar se llama alimentación saludable.

Tras el estudio de E. Ramón Arbués et al. (2019, pág. 1344) se ha hallado en una población de 1055 estudiantes universitarios en España “una elevada prevalencia de estrés (33,9%), ansiedad (23,5%), depresión (18,6%) e insomnio (43,1%) con un porcentaje mayor en las mujeres.”. Estas alteraciones tienen una relación significativa con patrones alimenticios no adecuados, como por ejemplo, no ingerir las cantidades recomendadas de fruta, verdura y legumbres, y/o abusar de alimentos dulces, ultraprocesados, o comida rápida.

La explicación científica a esta asociación entre peor salud mental y mala alimentación, reside en gran parte en la reducción del consumo de aminoácidos y otras sustancias químicas beneficiosas para el correcto funcionamiento de nuestro cerebro. Comúnmente hemos conocido algunas de estas sustancias como “hormonas de la felicidad”, una de las más populares es la endorfina, pero no es la única. El triptófano y la L-fenilalanina son dos aminoácidos en concreto que ayudan a aumentar las reservas energéticas y en consecuencia, estimulan la producción de serotonina y noradrenalina (dos sustancias que funcionan como neurotransmisores), responsables de la generación de la sensación de felicidad en el cerebro. Otro aminoácido importante es la tirosina, indispensable para un correcto funcionamiento cerebral y que se asocia con una sensación de vitalidad. La endorfina la encontramos presente en alimentos ricos en proteína animal como carnes, huevos y queso; el triptófano y la L-fenilalanina se encuentra en pescados, huevos, la leche y derivados lácteos, plátanos y semillas de girasol y la tirosina en pescados, tofu y verduras (Blakemore & Firth, 2005, págs. 134-136).

Substancia química	Beneficio	Alimento
Endorfina	Felicidad	Carnes, huevos y queso.
Triptófano y L-fenilalanina	Aumento reservas energéticas y mejora de estado de ánimo.	Pescados, huevos, leche y derivados lácteos, plátanos y semillas de girasol.
Tirosina	Vitalidad y empuje.	Pescados, tofu y verduras.

Ilustración 3. Elaborada partir del estudio de Blakemore & Firth, (2005, págs. 134-136).

a) Los desayunos

Uno de los grandes tópicos nutricionales de las últimas décadas ha sido que el desayuno es la comida más importante del día, actualmente se considera que todas son importantes y tienen sus peculiaridades concretas. El estudio llevado a cabo por el Ministerio de Salud y Consumo (2014), presentado y analizado por T. Díaz et al (2016), apunta que el desayuno aporta entre el 20-30% de las necesidades nutritivas diarias. En relación con la educación, “el desayuno facilita una nutrición adecuada y previene deficiencias nutricionales que podrían afectar a la función cognitiva y al rendimiento físico e intelectual, y se ha asociado además con un mejor rendimiento académico, capacidad de concentración y de participación en clase. (Díaz, et al. 2016, pág. 913).

El estudio ha sido elaborado mediante encuestas realizadas a estudiantes de 5º y 6º de primaria, y de 3º y 4º de la ESO, donde se valora la calidad de sus desayunos. Un buen desayuno debe incluir alimentos de tres grupos principales: cereales, fruta y lácteos. Los datos que se extraen son que únicamente el 18,02% de los estudiantes, independientemente del género, toman un desayuno de calidad. El grupo en concreto que “mejor desayuna” es 5º de primaria, y la calidad del desayuno disminuye a medida que aumenta la edad de los estudiantes, por ejemplo, el 77% de los alumnos de secundaria consume un desayuno de mala calidad. La conclusión de Díaz, Ficapal-Cusí, & Aguilar-Martínez (2016) es que la falta de supervisión no favorece la adquisición de hábitos saludables en el desayuno, esto, sumado a comportamientos sociales como la adicción a las nuevas tecnologías, provoca un empeoramiento de la calidad de la primera ingesta del día.

b) Comedor escolar

En el estudio de Ariza C, et al. sobre los Hábitos alimentarios de la infancia (2019, págs. 40-45), se ha encontrado que existe un extremado incumplimiento de la ingesta de frutas y verduras en todos los tramos de edad escolarizable. Muy preocupante también es que un 10% de niños y niñas de 8-9 años y un 10% de los adolescentes, solo realicen una comida al día, de los cuales, el 19% de los niños (masculino) padecería obesidad. La tecnología también tiene un efecto en las comidas, pues 3 de cada 10 en la edad 4-5 años, o la mitad de niños y niñas de 8-9 años y adolescentes, come con una pantalla delante.

Para demostrar que el comedor escolar es una alternativa a estas deficiencias, se han analizado los parámetros correspondientes y con buenos resultados. El estudio demuestra que el 100% de los comedores escolares incluye frutas y verduras en sus menús cumpliendo con las cantidades recomendadas, también que el 90% incluye arroces, legumbres en los primeros platos, y carne y pescados en los segundos y que se garantiza el uso de aceite de oliva en distintos procesos de cocinado.

3. Conclusiones

Durante nuestro estudio hemos aterrizado tres variables y sus impactos de forma satisfactoria. El reto es seguramente muy ambicioso para ser abordado por un único trabajo, y más cuando se trata de un Trabajo de Fin de Grado. Pero nuestra idea inicial, así lo exponíamos en los objetivos, era investigar sobre un hipotético problema: “La relación entre pobreza, educación y alimentación”. Se ha podido constatar que existe suficiente relación entre ambas variables, independientemente de qué variable de observación escojamos. La mayor conclusión del trabajo es que las tres variables tienen un fuerte carácter hereditario y perpetuador de las desigualdades.

Primero. La pobreza es hereditaria, lo cual sitúa a la infancia en una posición de extrema vulnerabilidad durante todo su desarrollo cuando la sufren. Sin herramientas para poder cambiar su situación, su condición de clase puede ser perpetuada.

Segundo. La salud mundial se está viendo afectada de forma preocupante por las enfermedades no transmisibles, las cuales tienen una fuerte asociación con la alimentación. Obesidad, diabetes, cánceres y otras enfermedades han aumentado en los últimos años y la tendencia sigue al alza.

Tercero. La educación es un motor de desarrollo inequívoco. Tanto a nivel económico como a nivel democrático. El caso de Nokia en Finlandia, la reducción de tasa de paro en España, o el refuerzo de valores democráticos lo demuestra.

Cuarto. Con una mayor tasa de pobreza coexisten peores resultados académicos según PISA. Esto significa que para que la educación cumpla como motor de desarrollo para evitar futuras tasas de pobreza, hay que hacer políticas que resuelvan la pobreza actual.

Quinto. La pobreza va asociada a una peor alimentación, lo cual acrecienta los problemas de salud que afronta esta población por otras variables como la pobreza energética o problemas de salud mental. Variables que también impactan en la alimentación, como es el caso de la pobreza energética o las infraviviendas.

Sexto. No gozar de una buena salud no contribuye a un buen aprendizaje. Es el caso del retraso al crecimiento, la fenilcetonuria, la obesidad, los trastornos alimentarios o enfermedades mentales (ansiedad, depresión, estrés).

Séptimo. Una buena alimentación contribuye a un buen estado de salud y en consecuencia a un buen aprendizaje. Lo hemos podido corroborar con la eficiencia de los desayunos o el caso contrario de la prevalencia de enfermedades mentales en Miqueleiz, et al, (2014).

Octavo. Una alimentación saludable no solo depende de la comida que se ingiere, sino en cómo se cocina, en que contexto se consume y sobre todo de los hábitos que tenemos aprendidos.

Noveno. La literatura dedicada al estudio de la alimentación en relación a las demás variables que influyen en la vida de las personas es aún insuficiente. Cuesta creer que a pesar de comer a diario (aquellas personas que pueden permitírselo), no se le de mayor importancia a la alimentación como determinante social.

Décimo. Los recursos disponibles determinan el tipo de alimentos que acceden a un hogar. Y la educación en un sentido amplio, principalmente en materia de salud y nutrición, determinan como se ingieren los alimentos. Estos dos ejes en la realidad tienen cuatro dimensiones, porque no es condición inamovible que un hogar con altos recursos, tenga un buen conocimiento nutricional, y también puede ocurrir de forma inversa, que un hogar con bajos recursos, tenga un conocimiento nutricional alto.

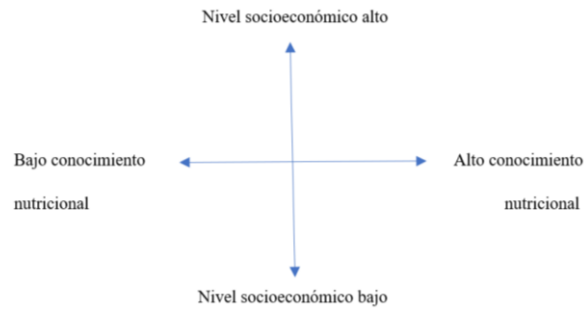


Ilustración 4. Eje de las variables que influyen en la dieta (Elaboración propia).

Undécimo. Los autores T. Díaz et al, (2016, pág. 913) sitúan sobre la mesa algunas posibilidades para conseguir aumentar la calidad del desayuno mediante la escuela. En la discusión de su estudio se observa el entorno escolar como un medio para promocionar un estilo de vida saludable mediante programas curriculares que incluyan la nutrición y salud; más el uso de estrategias y herramientas que motiven e impliquen a su entorno socioeconómico).

Doceavo. Comer más tiempo en casa es más saludable, pero también ayuda a incorporar una cultura gastronómica a los miembros más jóvenes del hogar y a crear un sentimiento de pertinencia respecto a comer bien.

Bibliografía

- Bandrés, E. (2012). La aritmética del Estado del Bienestar en España. (U. d. Zaragoza, Ed.) *Ekonomiaz*(81, 3r Cuatrimestre), 38-61.
- Blakemore, S. J., & Firth, U. (2005). *Cómo aprende el cerebro Las claves para la educación*. (J. Soler, Trad.) Ariel.
- Corella, D., & Ordovás, J. (2015). Relación entre el estado socioeconómico, la educación y la alimentación saludable. *Mediterráneo económico*(27), 283-306. doi:ISSN 1698-3726
- INJUVE. (2020). *Informe de Juventud*. Gobierno de España, Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Madrid: Instituto de la Juventud. Obtenido de http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2021/03/informe_juventud_esp_ana_2020.pdf

Navarro-Varas, L., Porcel, S., Cruz, I., & Pruna, M. (2018). *Pobresa i infàncies desiguals a la ciutat de Barcelona 16-17*. Departament de Recerca i Coneixement de l'Àrea de Drets Socials a l'Institut d'Estudis Regionals i Metropolitans de Barcelona (IERMB). Barcelona: Ajuntament de Barcelona. Obtenido de <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documentos/pobresa-infancies-desiguals-barcelona-2016-2017.pdf>

OMS. (1 de abril de 2020). *Malnutrición y Obesidad*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

Anexo

Número 1: Tiempo dedicado a actividades durante el día (por países UE, 2010).

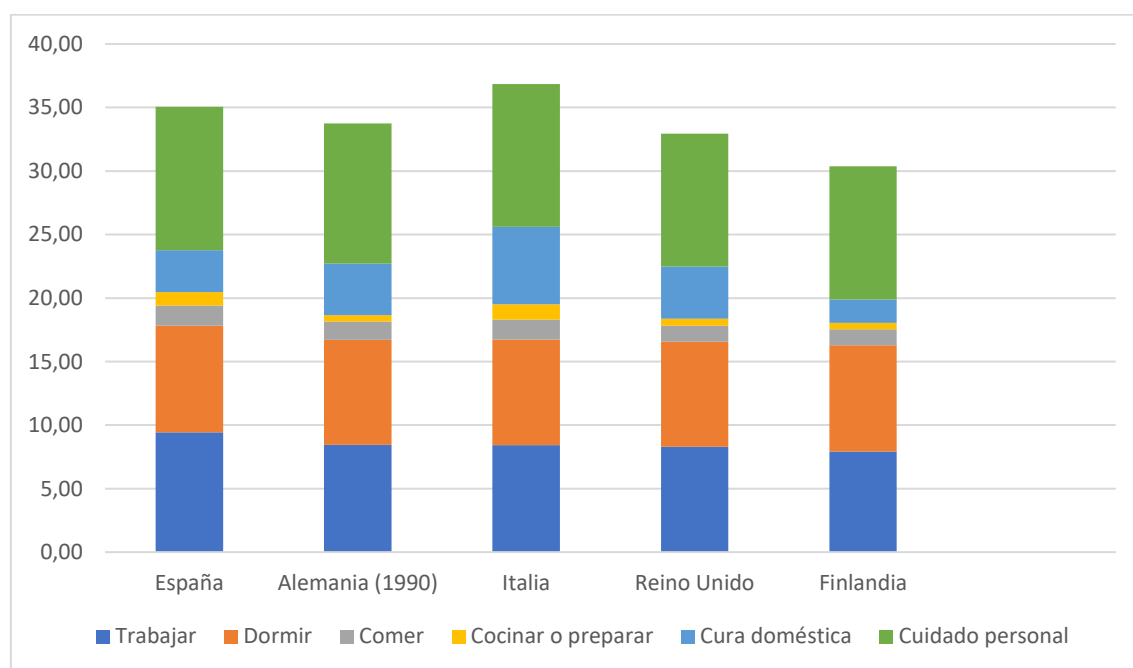


Gráfico de elaboración propia a partir de datos de Eurostat (2018).

Número 2: Tiempo dedicado a comer en casa (por países UE, 2010).

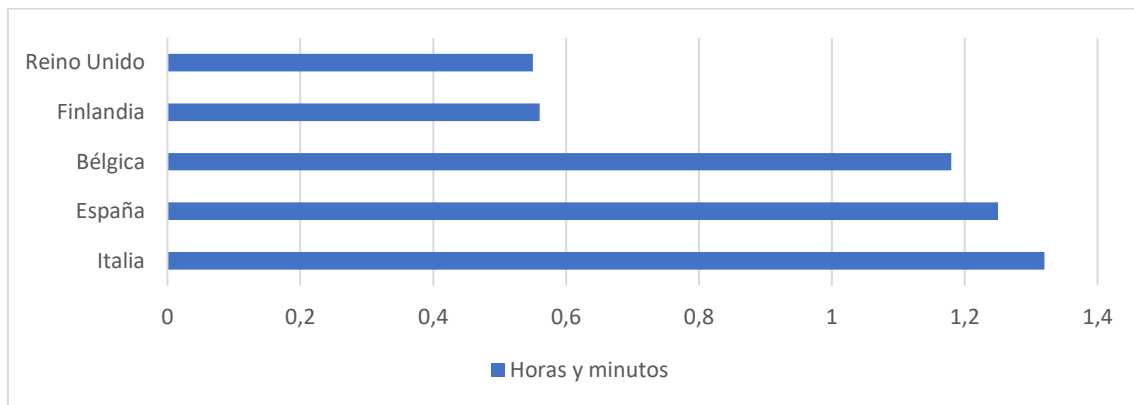


Gráfico elaborado con Eurostat (2018).

Número 3: Regresión lineal sobre la prevalencia de la obesidad en adultos y la presencia de ultraprocesados en el hogar (por países UE).

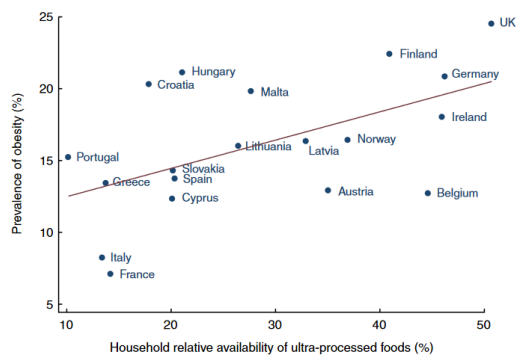


Fig 1 Regression of prevalence of obesity among adults v. household availability of ultra-processed foods (percentage of total energy) in nineteen European countries (1991–2008)

Ilustración 10. Gráfico elaborado por Augusto Monteiro, y otros, 2017, pág.

