



Aviso Legal

Capítulo

Título de la obra:

Escasez de alimentos, riesgos, cambios y retos para atender los estados emocionales. Mirada desde familia y especialistas. Caso Escuela Bolivariana Monseñor Tomás Antonio San Miguel, Palmira, estado Táchira, Venezuela

Autor:

Ugas Contreras, Edgremar Daniela y López Castro, Eder Orlando

Forma sugerida de citar:

Ugas, E. D. y López, E. O. Escasez de alimentos, riesgos, cambios y retos para atender los estados emocionales. Mirada desde familia y especialistas. Caso Escuela Bolivariana Monseñor Tomás Antonio San Miguel, Palmira, estado Táchira, Venezuela. En F. Neira, A. J. Sepúlveda, X. Ramírezparis y E. Y. Caicedo (Coords.), *Fronteras, movilidades humanas, políticas y desarrollo en Latinoamérica* (169-206). Universidad Nacional Autónoma de México, Centro de Investigaciones sobre América Latina y el Caribe.

Publicado en:

Fronteras, movilidades humanas, políticas y desarrollo en Latinoamérica.

Diseñadora de portada:

Brutus Higueta, Marie-Nicole

ISBN:

78-607-30-7078-2

Los derechos patrimoniales del capítulo pertenecen a la Universidad Nacional Autónoma de México. Excepto donde se indique lo contrario, este capítulo en su versión digital está bajo una licencia Creative Commons Atribución-No comercial-Compartir igual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0 Internacional). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode.es>



D.R. © 2021 Universidad Nacional Autónoma de México. Ciudad Universitaria, Alcaldía Coyoacán, C. P. 04510, México, Ciudad de México.

Centro de Investigación sobre América Latina y el Caribe Piso 8 Torre II de Humanidades, Ciudad Universitaria, C.P. 04510, Ciudad de México. <https://cialc.unam.mx/>

Correo electrónico: repo.cialc@unam.mx

Con la licencia:



Usted es libre de:

- ✓ Compartir: copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato.
- ✓ Adaptar: remezclar, transformar y construir a partir del material.

Bajo los siguientes términos:

- ✓ Atribución: usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.
- ✓ No comercial: usted no puede hacer uso del material con propósitos comerciales.
- ✓ Compartir igual: si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.

Esto es un resumen fácilmente legible del texto legal de la licencia completa disponible en:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode.es>

En los casos que sea usada la presente obra, deben respetarse los términos especificados en esta licencia.

6. ESCASEZ DE ALIMENTOS, RIESGOS,
CAMBIOS Y RETOS PARA ATENDER
LOS ESTADOS EMOCIONALES.
MIRADA DESDE FAMILIA Y ESPECIALISTAS.
CASO ESCUELA BOLIVARIANA
MONSEÑOR TOMÁS ANTONIO SAN MIGUEL,
PALMIRA, ESTADO TÁCHIRA, VENEZUELA

Edgremar Daniela Ugas Contreras
Eder Orlando López Castro

INTRODUCCIÓN

Las emociones han venido calando un espacio muy significativo en el estudio las interacciones del ser humano en la sociedad, sus anhelos, deseos y necesidades, son puntos importantes en la dinámica social que se vivencia. Goleman expresa: “las personas emocionalmente desarrolladas, es decir, las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás, disfrutan

de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida”.¹ Lo que quiere decir, que los seres humanos conocedores de sí mismo, suelen tener dominio de sus emociones y por ende de su contexto, sus relaciones sociales son más asertivas y equilibradas.

La humanidad, por todas las circunstancias y retos que plantea la subsistencia, actualmente se ha vuelto intolerante con respecto al otro y manifiesta estados emocionales desequilibrados, que pueden afectar su salud y, por ende, la de sus semejantes o de quienes se encuentran a su alrededor; por ello es importante cultivar la capacidad para identificar, comprender y regular las emociones propias y las de los demás.

La realidad venezolana no escapa de la divergencia de los estados emocionales que pueden experimentar las personas, pues la situación país muestra matices que van desde la rabia, la tristeza, la ira, hasta la felicidad, emoción y euforia total, ante la falta de productos alimenticios en la canasta básica. Esta realidad atañe a todos los individuos y afecta aún más a los menores, situación que se expande y se inserta cada día en el ámbito educacional y, como es de saber, los docentes muchas veces no poseen las herramientas necesarias para ayudar a mitigar esas situaciones que oprimen a los representantes a consecuencia de las circunstancias antes mencionadas.

Por estas razones, se hace imprescindible estudiar esta problemática a fin de encontrar alternativas pedagógicas y especializadas que permitan la mitigación de los estados emocionales entre padres y estudiantes producto de la escasez de alimentos y, con ello, se puede contribuir a la mejor convivencia, comprensión y equilibrio emocional, como parte y disfrute de su bienestar psicofisiológico.

Está comprobado científicamente que las emociones tienen directa relación con la salud y las enfermedades, estas ejercen gran

¹ Daniel Goleman, *La práctica de la inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós, 1998.

influencia en el sistema biológico y psicosomático. Por esa razón, es importante mencionar que las sustancias que segregan las hormonas influyen tanto en nuestro estado de ánimo como en nuestra salud; existe una fuerte vinculación entre las respuestas fisiológicas del cuerpo, los pensamientos, los estados emocionales y la conducta de las personas ante determinadas situaciones o vivencias.

A partir de esta premisa es necesario mencionar qué son las emociones y cómo se encuentran implicadas en las actividades de los seres humanos, según Bisquerra:

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión).²

Es decir, las emociones son el reflejo de la realidad que el ser humano ha experimentado e internalizado de acuerdo a su contexto, donde juegan un papel muy importante los saberes que trae arraigados el individuo, valores y metas establecidas. Bajo ese esquema es importante también reconocer que las emociones dan respuestas neurofisiológicas, generando estados emocionales como el miedo, estrés, rabia, ira, depresión, entre otras, que se encuentran en evidencia en los espacios públicos de Venezuela.

Piqueras expresa que “las emociones básicas constituyen patrones individuales de conducta expresiva, cada una asociada a

² Citado en Mireya Vivas, Domingo Gallego y Belkis González, *Educación de las emociones*, 2a. ed., Mérida, Producciones Editoriales C. A., 2007, p. 19.

un patrón específico de activación fisiológica, a una experiencia cognitiva-subjetiva o sentimiento específico y con un substrato neuroanatómico específico”.³ Las emociones son producto de un conjunto multifactorial de condiciones, que se generan de acuerdo con las experiencias subjetivas o diversos sentimientos presentes en el individuo, producto del procesamiento cognitivo, de las expresiones y de las relaciones comunicacionales, basados todos en una serie de cambios fisiológicos, con unos efectos motivadores o de preparación para la reacción.

Las emociones juegan un papel importante en la vida del individuo, pues ellas son quienes envían señales de los cambios y esto es determinante a nivel fisiológico, por tanto, el sistema neuroendocrino comienza a trabajar para dar una respuesta y afrontar las experiencia que se vive en ese instante, entre ellas se encuentra: el huir si hay miedo, llorar si se encuentra presente el sentimiento de tristeza, rabia, enojo o gritar producto de la ira y la desesperación; en general las emociones pueden inducir diversos comportamientos en los ámbitos conductual, biológico y cognitivo.

En este orden, las emociones son relativamente involuntarias y poco controlables, pero ejercen una función característica y universal, que va desde los animales hasta el hombre y les atribuye una utilidad que permite al individuo ejecutar con eficacia las reacciones conductuales adecuadas, a pesar que mucha de ellas no genere placer, facilita desde el punto de vista social la adaptación y la supervivencia. Piqueras cita a Chóliz, para definir de la siguiente manera la función adaptativa: “Es una de las funciones más importantes de la emoción es la de preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizandando la energía necesaria para ello, así como

³ José Piqueras, *Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física*, Colombia, Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2009, p. 87.

dirigiendo la conducta (acercando o alejando) hacia un objetivo determinado”.⁴

Se puede esbozar que la función adaptativa facilita al sujeto la supervivencia y la acomodación al medio o contexto donde se desenvuelva, este reacciona de manera adecuada ante situaciones de emergencia, de esta forma la emoción se encarga de discriminar las situaciones y seleccionarlas como buenas o nocivas y de acuerdo con esto las enfrenta y reacciona, según los patrones de conducta adaptativa relacionados con su existencia. Dentro de la función adaptativa también se puede agregar el aporte de Plutchik citado por Piqueras, quien menciona:

Relacionada con esta función adaptativa se encuentra la evidencia de que bajo ciertas circunstancias (predisposición, recurrencia, intensidad) la activación del sustrato fisiológico de cada emoción puede tener consecuencias sobre la salud de los individuos y en general juegan un papel importante en el bienestar/malestar psicológico de los individuos, que no deja de ser un indicador del grado de ajuste/adaptación del individuo.⁵

Dentro de la función adaptativa, Plutchik explica que los individuos, cuando actúan bajo presión y tendencias de opresión, es posible que se vea afectada su salud y bienestar, producto del incremento biológico de las emociones, por ello estas poseen un papel fundamental y protagónico en el estado psicossomático del ser humano.

Aunado a lo anterior, la función social también cumple un papel preponderante en el desenvolvimiento del individuo con la colectividad, según Izard citado por Piqueras expresa:

⁴ *Ibid.*, p. 88.

⁵ *Loc. cit.*

Existen varias funciones sociales de las emociones, como son: *a)* facilitar la interacción social, *b)* controlar la conducta de los demás, *c)* permitir la comunicación de los estados afectivos y *d)* promover la conducta prosocial. Por ejemplo, una emoción como la felicidad favorece los vínculos sociales y las relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar respuestas de evitación o de confrontación.⁶

Con base al planteamiento expuesto por Izar, se puede interpretar que la función social facilita el vínculo comunicacional e interactivo entre semejantes, a su vez permite dar a conocer a los demás sentimientos y emociones, de esta forma se puede verificar el comportamiento del otro, de acuerdo a las vivencias de cada persona, se puede afirmar que a un individuo feliz le resulta más fácil ser buena persona que a una que está triste o desesperada, quien puede originar algún enfrentamiento. A este aspecto teórico se suma la función motivacional, Piqueras la define como:

La relación entre emoción y motivación es estrecha, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada: dirección e intensidad. La emoción energiza la conducta motivada. Una conducta “cargada” emocionalmente se realiza de forma más vigorosa, de manera que la emoción tiene la función adaptativa de facilitar la ejecución eficaz de la conducta necesaria en cada exigencia.⁷

La relación entre motivación y emoción no se limita al hecho que de toda conducta motivada se producen reacciones emocionales, sino que una emoción puede determinar la aparición de la propia conducta motivada, dirigirla hacia determinado objetivo y hacer que se ejecute con intensidad. Se puede decir que toda conducta

⁶ *Ibid.*, pp. 88 y 89.

⁷ *Ibid.*, p. 89.

motivada produce una reacción emocional y, a su vez, la emoción facilita la aparición de unas conductas motivadas y no otras.

Por lo general, existen dos grupos de emociones de acuerdo a la dimensión de agrado-desagrado, por un lado se encuentran las emociones positivas, que se caracterizan porque generan una experiencia agradable, tales como la alegría, la felicidad y el amor, y en segundo plano se hayan las emociones desagradables o negativas y estas han sido investigadas exhaustivamente y de acuerdo a la experiencia, guardan relación con la salud mental y física.

Ambas situaciones, con respecto a estos dos grupos de emociones, son objeto de estudio en la situación de la realidad venezolana, que se despierta a raíz de la escasez de alimentos y los problemas nutricionales que enfrenta su población. En la actualidad se ha venido experimentando de forma colosal y desproporcionada un desequilibrio nutricional, producto de la injerencia y el descenso en las políticas económicas que debieran impulsar la producción de rubros necesarios para asegurar parte de los alimentos a la nación; al respecto Carlos Machado Allison, quien forma parte de las entrevistas realizadas por Cesar Miguel Rondón en su libro *Armando el rompecabezas de un país*, expresa:

El venezolano se está alimentando muy mal. Aunque la gran mayoría de la población cumple con el protocolo de la cantidad mínima de calorías al día para sobrevivir [...] buena parte de las calorías que el venezolano consume vienen de azúcares y carbohidratos, y en mucha menor medida de frutas, vegetales y productos cárnicos de calidad. Esto es debido a la regularización de precios.⁸

La anterior afirmación permite comprender las causas que genera esta problemática, por tanto, brevemente se puede decir que el Estado no está aportando políticas que beneficien a la población

⁸ César Rondón, *Armando el rompecabezas de un país*, Caracas, Ediciones B, 2012, p. 203.

alimentaria y mucho menos que compensen a los productores, cuando lo primordial es incentivar a los trabajadores del campo a sembrar con libertad y menos burocracia.

Correlacionando lo anterior, es oportuno señalar la investigación realizada por la profesora y psicóloga social Acosta,⁹ sobre el mapa emocional de Venezuela ejecutado en varios estados, donde se “revela el drama individual y social que en los últimos años se ha anidado en la psiquis del venezolano”, por tanto, se puede afirmar: la tristeza, la rabia y el miedo son las principales emociones que se han anidado en el alma de los venezolanos en los últimos años, y estos sentimientos han invadido todos los espacios de la vida de los ciudadanos.

Por tanto, es preocupante y alarmante la descomposición que vive la sociedad venezolana, producto de la situación país, donde el poder cumplir con las necesidades fisiológicas de alimentarse se traduce en violencia, intolerancia, estrés, desánimo y desesperanzas, lo que causa un problema de salud mental y físico a los individuos, porque ya no es solo el empleo, el hogar y los problemas de cada jornada, sino que a ello que sumarle el tiempo que se debe destinar para las colas y la compra de alimentos.

De acuerdo a esta problemática planteada, en la Escuela Bolivariana Monseñor Tomas Antonio San Miguel, ubicada en la comunidad de Palmira, Estado Táchira, se ha evidenciado, la presencia de niños de cuarto grado que presentan desnutrición y cuyas características emocionales permiten visualizar la incidencia de una inadecuada alimentación en el hogar, se muestran por lo general silenciosos, tristes, en algunas ocasiones manifiestan molestias y dolores de cabeza, fatiga, cansancio, así como malestar estomacal. Al conversar con los niños, mencionan que los padres se encuentran muy consternados, impacientes, y manifiestan no estar conformes con la situación actual en la que se encuentra el país.

⁹ Yorelis Acosta, *Emociones y política. La fuerza de la esperanza*, 2015. En http://gumilla.org/biblioteca/bases/biblio/texto/COM2016174_75-89.pdf.

De ahí que el propósito general sea analizar los estados emocionales que genera la escasez de alimentos en los padres y representantes de los estudiantes del cuarto grado de la Escuela Bolivariana Monseñor Tomas Antonio San Miguel, Palmira, estado Táchira, y a partir de sus relatos presentar alternativas de mitigación con aporte de especialistas en las áreas vinculadas con las necesidades manifestadas por los informantes.

REFERENCIAL TEÓRICO

Estados emocionales

Las emociones juegan un papel primordial en el ejercicio de la razón y además hablan del mundo interior del ser humano, en cuanto a cómo se encuentra llevando a cabo el control y manejo de sus conductas. Las emociones son determinantes en la toma de decisiones y para que existan resultados favorables deben trabajar junto con la inteligencia; al respecto con el siguiente enunciado:

En un sentido real, todos tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra que siente, y estas dos formas de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental. La mente racional es la modalidad de comprensión de la que solemos ser más conscientes, nos permite ponderar y reflexionar. El otro tipo de conocimiento, más impulsivo y poderoso —aunque a veces ilógico— es la mente emocional.¹⁰

En otras palabras, Goleman trata de explicar que los seres humanos poseen dos mentes, la primera sería la mente racional o el fragmento del cerebro que piensa, y la mente emocional, esa otra parte más impulsiva. Cabe destacar que la mente emocional entra

¹⁰ Vivas, *op. cit.*, pp. 17-19.

en acción sin hacer pausas para considerar lo que está haciendo, sino que, por el contrario, actúa de manera automática, generando respuestas más imprecisas.

Partiendo de esta premisa, se hace menester mencionar que las emociones en muchos habitantes venezolanos se han desbocado más hacia la parte negativa, donde predomina la ira, la rabia, la tristeza, el miedo, entre otras emociones, producto de las colas, la falta de alimentos y la violencia que representa el salir a buscar cada día el sustento.

ESCASEZ DE ALIMENTOS

Venezuela ha representado históricamente la nación con privilegios naturales y mayor atractivo para turistas, sin duda, el valor de la nación no solo está representado por su bienestar económico, sino, además, por el afable carácter del ciudadano, así como su capacidad para no desmayar ante las adversidades.

López expresa “La situación venezolana ha estado en una constante involución desde el punto de vista económico y financiero, sin embargo, los alcances sociales han sobrepasado las expectativas”.¹¹ En consecuencia, la economía nacional ha sufrido en los últimos años un cambio absoluto en sus sistemas y en el manejo de las finanzas, por tanto, se han estimado fracturas desde el punto de vista productivo que han llevado de la mano la escasez de alimentos.

En referencia al término escasez de alimentos, Manaure manifiesta “consiste en la ausencia de productos alimenticios necesarios para el abastecimiento de la sociedad, derivado de la injerencia y precariedad económica y productiva”. En efecto, el fenómeno escasez de alimentos ha sido uno de los principales condicionantes de los estados emocionales en los individuos, producto de las

¹¹ Laura Gottero, *Guía de oro de la comunicación eficaz*, Buenos Aires, Andromeda, 2012.

distintas manifestaciones cotidianas que conllevan a asumir conductas y comportamientos inestables trayendo consigo trastornos y enfermedades.

De tal manera, la escasez de alimentos representa en la actualidad una de las principales dificultades que presenta el pueblo venezolano, la cual trae consecuencias que están ligadas no solo con las capacidades alimenticias y nutritivas de la colectividad, sino además configura el desarrollo de las emociones.

Por tal motivo, se considera fundamental abarcar la escasez de alimentos con las apreciaciones de Querales: “La cotidianidad en Venezuela está reflejada en la escasez de alimentos, las demandantes colas para adquirirlos conlleva a una deficiencia emocional y situaciones de incertidumbre que condicionan el bienestar de las personas”.¹² La escasez de alimentos repercute en la estabilidad de las personas no solo desde el orden económico, por el abuso de los precios para poder adquirirlos, sino desde el desgaste emocional que produce.

Manaure añade “Las condiciones emocionales de los individuos producto de la escasez se representa por la variación de los estados emotivos, en ocasiones repercute en el bienestar generalizado de la familia”. Entonces, las familias son clave en esta situación precaria, la inestabilidad repercute en sus emociones y hace que los padres tiendan a permanecer irritables, melancólicos y deprimidos.

LA NUTRICIÓN Y SU IMPORTANCIA EN LA PROBLEMÁTICA SOCIAL

Los niveles de nutrición en el ámbito mundial han sido un tema de estudio especialmente para los campos de salud y la educación,

¹² M. Querales *et al.*, *Estudio piloto de los factores clásicos de riesgo cardiovascular en una comunidad rural del municipio San Diego*, Venezuela, *Avan Biomed*, 2016, p. 15.

por ser los más cercanos a dicha problemática. Hoy en día se presentan muchos indicios de variaciones específicamente en cuanto a la nutrición de la población infantil.

Para Florido, la nutrición consiste en: “los niveles adecuados de proporción de nutrientes, minerales y proteínas necesarias para el desarrollo humano en su cuerpo y mente”.¹³ Este concepto abarca los elementos que influyen en la constitución de una persona sana pero, ¿qué ocurre cuando algunos de estos elementos presentan carencia? Sin duda que se da lugar a un problema de nutrición por déficit de alguno de los complementos necesarios en la dieta diaria.

En el caso del déficit nutricional, comenta: “los indicios de malnutrición son elevados, y generalmente se derivan de un mal régimen alimenticio donde se acrecienta la alimentación desordenada y en proporciones desmedidas”.¹⁴ En el caso de estudio, el déficit nutricional está asociado con la carencia de los alimentos necesarios para cubrir las demandas diarias o requerimientos específicos del cuerpo humano.

Esta carencia está vinculada a la escasez de alimentos, principalmente por la falta de producción o en su defecto por la carencia de recursos para adquirir los alimentos. En este sentido, independientemente de la causa, las consecuencias son inevitables y se puede observar que en las familias venezolanas el índice de masa corporal ha disminuido considerablemente.

ALTERNATIVAS DE MITIGACIÓN

Con la intención de establecer dinámicas que faciliten la comprensión del fenómeno y la posible transformación para la mejora, no solo de las condiciones alimentarias de la familia, sino direccionada

¹³ Olga Castanyer, *La asertividad: expresión de una sana autoestima*, 23 ed., Bilbao, Desclee de Brouwer, 2009 (Col. Crecimiento Personal).

¹⁴ *Loc. cit.*

a equilibrar los estados emocionales en los padres, surgen las denominadas alternativas de mitigación. De tal manera que las alternativas permiten ordenar opciones viables que disminuyan la incidencia de la problemática.

En el caso de estudio se trata de establecer posibles opciones para disminuir la intensidad de los estados emocionales y para considerar qué mecanismos o estrategias podrían contribuir en el ámbito alimenticio para mejorar las condiciones de la familia.

ESTRATEGIAS EN ATENCIÓN A LOS ESTADOS EMOCIONALES

Con respecto a las estrategias, se trata de establecer mecanismos de solución a través de los cuales se estabilicen los estados emocionales y se conlleve a una vida más feliz dentro del seno familiar. En efecto, las estrategias se establecen como mecanismos de intervención que en el caso de estudio están referidas a la mitigación de los estados emocionales, así como a la mejora de las oportunidades alimenticias mediante la educación de la conciencia y el manejo de las opciones que se tienen en casa:

ESTRATEGIAS BIOPSIOSOCIALES Y TERAPIAS DE CONTROL EMOCIONAL

El ser humano puede percibir una gama de emociones, dentro de esta amplia variedad se encuentran las emociones positivas como la felicidad y, a su vez, las emociones negativas como la tristeza, la ira, el miedo y el asco.

Es importante destacar que las habilidades primordiales de la inteligencia emocional en el ser humano son el manejo adecuado de los estados emocionales, mejor conocido como autocontrol

emocional; claro está que el control de las emociones no quiere decir que estas deban suprimirse sino que, por el contrario, es necesario tener conocimiento de cómo manejarlas, organizarlas o modificarlas en caso de ser requerible.

El conocerse como individuo permite reaccionar de la forma adecuada y ante una adversidad permite estar preparado para tomar las decisiones de acuerdo a la situación o a los acontecimientos que se vivencian, por tal motivo, es importante mantener equilibrio emocional o autocontrol y así gozar de bienestar y vida plena.

Vivas considera que el autocontrol emocional incluye: “el conocimiento de uno mismo e implica la observación y percepción de nuestras emociones en esas circunstancias, para poder generar estrategias de afrontamiento apropiadas”,¹⁵ en relación con lo expuesto, el ser humano debe realizar reflexión constante de sus actos en las diversas situaciones que le corresponda vivir, para poder consolidar respuestas acertadas de acuerdo al conocimiento que posea de sus emociones.

METODOLOGÍA

La naturaleza de la investigación se desarrolló bajo el paradigma cualitativo de corte fenomenológico, tal como lo determina Hurtado, “Busca conocer los significados que los individuos dan a su experiencia, lo importante es aprehender el proceso de interpretación por el que la gente define su mundo y actúa en consecuencia”.¹⁶ De tal manera que la investigación fenomenológica se basa en la exploración del significado del ser humano, es la práctica atenta de las meditaciones. Este producto de investigación de campo, de

¹⁵ Vivas, *op. cit.*, p. 34.

¹⁶ Carlos Sabino, *El proceso de investigación*, Caracas, Panapo, 1992, p. 120.

nivel interpretativo y descriptivo, fue realizado en la Escuela Bolivariana Monseñor Tomas Antonio San Miguel, Palmira, estado Táchira.

Se abordó como unidades de observación informantes clave a tres (3) padres y representantes, tres (3) niños y niñas. Adicionalmente, para efectos de la recomendación final y desde los aportes en orientación educativa, se entrevistó a un equipo disciplinario conformado por un médico internista, un psicólogo y un nutricionista. Como técnicas e instrumentos de recolección se utilizaron la observación participante y la entrevista semiestructurada con dieciséis (16) preguntas para los padres y representantes, así como diez (10) preguntas para los hijos.

La presentación de los resultados se organizó por unidad temática, categorías y subcategorías, se formularon los códigos y se extrajeron relatos de informantes asociados. Una vez realizados los procedimientos anteriores, se inició el proceso de interpretación del fenómeno guiado además por la triangulación que se evidencia en este artículo con la presentación del análisis y construcción del discurso.

DISCUSIÓN Y RESULTADOS

Considerando la variación en la presentación de la información que puede darse en los estudios cualitativos, a continuación se presenta la construcción del discurso y la síntesis de la red gráfica diseñada por cada unidad temática del objeto investigado. La información que se presenta proviene básicamente de la entrevista realizada a los padres y representantes, así como a los hijos, de los cuales se logró extraer los códigos y los relatos para la presentación de los hallazgos en función de las unidades temáticas específicas: estados emocionales, escasez de alimentos y alternativas de mitigación.

UNIDAD TEMÁTICA: ESTADOS EMOCIONALES

Categoría: manifestación psicofisiológica

En relación a si presentan alguna manifestación somática al momento de no poseer los alimentos necesarios, se evidencia que existe desconocimiento por parte de los padres, pues afirman no darse cuenta si en efecto han tenido alguna manifestación específica, mientras que un informante manifiesta de manera categórica que no presenta ninguna. Ahora bien, con respecto al encontrarse en una cola para obtener productos en un supermercado y estas se agotan ¿qué manifestaciones psicofisiológicas presentan? los informantes consideran en su mayoría que sienten dolor de cabeza, de estómago y fatiga generalizada.

En efecto, las manifestaciones psicofisiológicas se presentan atendiendo las relaciones entre los procesos mentales, la conducta y los procesos corporales, generalmente frente a un elemento externo, en este caso a través de la escasez de alimentos. Por tanto, se puede afirmar, como lo expresa Pino, que “Las emociones van siempre acompañadas de reacciones somáticas, las más importantes son alteración en la circulación, los cambios respiratorios y secreciones glandulares”.¹⁷

Esta acotación evidencia que los padres y representantes a través de las emociones adquiridas conforme a la situación de escasez pueden presentar algunas manifestaciones somáticas que describen como dolor de cabeza y fatiga. Ahora bien, se trata de comprender que las condiciones precarias para conseguir los alimentos generan en las personas sensación de hostilidad, lo que desencadena las manifestaciones psicofisiológicas.

¹⁷ Jarmo Ahonen *et al.*, *Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física*, España, Sagrafic, 2010, p. 29.

Las realidades a las que han sido sometidos los padres y representantes por la situación actual del país permiten establecer que la incidencia repercute en la disposición mental y conductual de las personas, dejando en claro que su cuerpo empieza a traducir su forma de sentirse internamente, es decir, se manifiestan dolencias y fatiga producto, básicamente, de las reacciones internas que tienen las emociones de los ciudadanos, por lo cual podría afirmar que el estado emocional vulnera el estado físico del ser humano, llevándolo a desencadenar patologías que repercuten el vivir normal de los ciudadanos.

Ahora bien, es necesario considerar que los niños perciben que sus padres padecen manifestaciones psicofisiológicas, como lo destaca Gabriel: “Mi mamá se pone triste y le da dolor de cabeza y se coloca preocupada”. Es decir, que los niños toman en cuenta las opiniones de los padres, lo que desencadena en ellos una manifestación psicofisiológica basada en emociones. De tal manera, las manifestaciones psicofisiológicas se corresponden con una serie de sintomatologías que pueden producirse a nivel psicológico y físico en las personas, de esta manera determina Velasco: “Los síntomas que se derivan de situaciones de estrés continuo se determinan como componentes del cuerpo y la mente del individuo”.¹⁸

En efecto, según las determinaciones de los estudiantes, dichas manifestaciones han sido evidenciadas en los padres y en sí mismos, pues tienden ambos a sentirse agobiados ante la situación de precariedad alimentaria a la que son sometidos.

Categoría: manifestaciones conductuales y cognitivas

En referencia a las manifestaciones conductuales y cognitivas de las emociones ante la escasez de alimentos, de las opiniones emiti-

¹⁸ José Velasco, *Domina la comunicación*, México, McGraw-Hill/Interamericana, 2009, p. 31.

das por los padres y representantes surge lo siguiente: de acuerdo a la realidad que se vive a diario para lograr conseguir los productos alimenticios necesarios ¿qué cambio ha sentido usted en su estado emocional?; ¿qué emoción experimenta por la falta de productos? Se observó que los informantes sí han cursado emociones negativas como rabia e impotencia, lo que les ha generado un cambio representado básicamente por el estrés.

Tal como lo comenta Edith: “Por momentos a uno le da rabia, impotencia, de saber que uno no puede conseguir nada [...] sí ha interferido en mi estado emocional, y mucho”. Es decir, que la situación hostil a la que se enfrentan les genera graves perturbaciones a las emociones, las cuales se representan muchas veces en la forma de conducirse en el hogar y en la sociedad.

Por esta razón, Piqueras señala: “las teorías del estrés psicosocial se han centrado más en las emociones negativas como la ira, el temor, la ansiedad, la vergüenza, la culpabilidad, la tristeza, la envidia, los celos y el asco, que en las positivas”.¹⁹ En este sentido, es importante aclarar que las emociones negativas han surgido como manifestación conductual principal ante la situación de escasez de alimentos y son, en efecto, superiores a las delimitaciones de felicidad y alegría.

En efecto las emociones negativas manifestadas por los padres y representantes dan a entender que conocen la realidad a la que están sujetos los venezolanos al enfrentarse a la escasez de alimentos, por esta razón sienten en su mayoría rabia y frustración, pues consideran que se someten a niveles altos de estrés al realizar las distintas colas para encontrar algún producto.

Con respecto a la interrogante: ¿Cómo se sentiría usted si tuviese la oportunidad de conseguir productos de la canasta básica en un abastecimiento comercial?, se obtiene como respuesta

¹⁹ José Piqueras, *Emociones negativas*, Colombia, Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2006, p. 99.

consensuada el código: emociones positivas, considerando que los informantes manifiestan que podrían llegar a sentirse felices de presentarse dicha situación, en otras palabras, las familias sentirían beneplácito de encontrar todos los productos que requieren para obtener una adecuada nutrición. Al respecto, comenta María: “Felizzz, jajaja, claro, me gustaría que todo fuera como antes”. En consecuencia, las emociones positivas permiten establecer dentro de los padres el consuelo o esperanza ante la necesidad o requerimiento de alimentos a diario.

Ahora bien, tomando en consideración el código, las emociones positivas “Son parte de la naturaleza humana y se han convertido en una clave indiscutible para la consecución de las relaciones sociales, son creadoras de experiencias positivas”.²⁰ Lo anterior hace referencia a la potencial motivación que puede presentar un ser humano que mantiene continuamente emociones positivas, por cuanto puede aumentar de manera significativa la satisfacción personal.

Por esta razón, se determina la influencia que mantiene conseguir los alimentos de una manera normal (sin cola) para el desarrollo de emociones positivas y enriquecedoras. Es decir, los padres pueden presentar capacidad para enfrentar la crisis actual si logran encontrar los alimentos de una manera oportuna, por lo cual se consideraría a las emociones positivas como un medio para generar placer y bienestar en los venezolanos.

En atención a las manifestaciones conductuales ante la escasez, se determina que dentro del seno familiar muchas veces existe un cambio de roles, por ejemplo, el padre asume la responsabilidad de adquirir los productos alimenticios a través de la cola, mientras la madre trabaja para conseguir el dinero, o incluso, como comenta Gabriel: “bueno, cuando les toca salir a los dos, nos quedamos con mi hermana mayor”, le corresponde a los hermanos mayores

²⁰ *Loc. cit.*

asumir la responsabilidad del cuidado de los menores. Entonces aun cuando los niños no perciben conductas inadecuadas en los padres, se asume como una manifestación conductual el hecho de asumir un rol distinto dentro del seno familiar.

Ahora bien, el hecho de redistribuir labores y funciones en el hogar exige el análisis teórico respectivo, por lo cual Hernández establece que “Las condiciones precarias de algunas comunidades permiten generar reestructuración del vínculo familiar y de los roles que se asumen y configuran la vida hogareña”.²¹ Esta afirmación se enfoca en determinar que las familias deben ajustarse a las realidades a las que son sometidas para lograr adaptarse de manera óptima. Por tanto, se observa que los estudiantes tienen en claro que existen situaciones familiares en las cuales debe realizarse un cambio de funciones.

*Subcategoría: represión y repercusión
de las emociones y su incidencia en la salud*

Se entiende que los padres y representantes deben muchas veces someterse al silencio y no manifestar sus emociones, lo que puede conllevar a repercusiones particulares en la salud. Tal como lo manifiesta Edith: “No, a decir verdad, yo soy muy reservada, me quedo callada y a raíz de todo eso, yo me he sentido mal, por quedarme callada y no manifestar los problemas”.

Por esta razón se refleja como código repercusiones en la salud por las represiones emocionales, las cuales permiten aseverar que pueden existir consecuencias por el silencio que deben mantener, lo que ha generado inestabilidad emocional, cambio de humor, lo que lleva al estrés ante la situación.

²¹ Roberto Hernández, Carlos Fernández y Pilar Baptista, *Metodología de la investigación*, México, McGraw-Hill/Interamericana, 2010, p. 41.

Teniendo en cuenta lo anterior, es fundamental retomar los aportes de Glaser (citado por Piqueras) cuando enuncia que existen: “datos suficientes para afirmar que las emociones negativas tienen un efecto negativo sobre la salud”.²² Es decir, que pueden darse repercusiones de las emociones negativas en la salud, las cuales desencadenan enfermedades posteriores por la sobrecarga emocional a la que debe enfrentarse el ser humano. Por esta razón, la situación particular que se evidencia con respecto a la cotidianidad permite que se realice un análisis partiendo de la experiencia descrita por los padres, quienes en su mayoría consideran que callar es la opción que tienen ante la situación.

Lo que realmente sale a relucir es que los padres deben mantener silencio, es decir, no manifestar sus emociones de ira y frustración, por lo cual internamente se desencadena estrés, depresión y otras enfermedades derivadas, como la hipertensión arterial o problemas coronarios, tal como lo manifiesta Smith citado por Chóliz: “Parece que la dimensión especialmente relacionada con la enfermedad coronaria es la hostilidad”.²³ Es decir, que el estrés y la hostilidad propia de la situación de escasez a la que se enfrenta el venezolano traen consigo una serie de repercusiones que se desencadenan producto de la represión de los sentimientos en los seres humanos.

Categoría: trastornos y enfermedades

*Subcategoría: presencia de trastornos,
descenso de autoestima y enfermedades parasitarias*

La presencia de trastornos, descenso de autoestima y enfermedades parasitarias se pone en evidencia cuando los padres expuestos

²² Piqueras, *op. cit.*, p. 99.

²³ Mariano Chóliz, *Psicología de la emoción: el proceso emocional*, España, Universidad de Barcelona, 2005.

a la escasez de productos alimentarios enfrentan en su mayoría ansiedad y depresión. Por esta razón, a partir de la necesidad de controlar las emociones, básicamente la ansiedad, Edith comenta: “Pues sí me da ansiedad, pero yo busco relajarme, me echo un baño y me acuesto a dormir y se me pasa”. Esta afirmación permite comprender que el control de las emociones está dado a través de la manera en la cual los padres buscan alternativas para olvidar o restar importancia a los problemas que se le presentan en relación con la situación del país.

Sin embargo, en algunos casos los padres de familia mantienen un adecuado control de las emociones, pero la situación particular que se desencadena por la precariedad alimentaria trae consigo el descenso de la autoestima por factores externos, este código surge al atender los planteamientos de los informantes, donde por ejemplo María comenta: “Sí, sí me deprimó. Bueno me deprimó más que todo porque ellos me piden y en el momento no tengo”. A través de esta afirmación se constata que la autoestima de los padres y representantes suele decaer por causa de situaciones que se relacionan directamente con la imposibilidad de conseguir los alimentos necesarios para dar de comer a los hijos.

En relación con este particular, Gómez manifiesta que: “las situaciones externas por las cuales atraviesa el ser humano pueden repercutir en el nivel de estima que mantiene de sí mismo”.²⁴ Esto implica que los seres humanos mantienen la atención de elementos externos que pueden modificar su propia valoración y estima, que los lleva a niveles depresivos.

En la situación particular que se aborda en el proceso de investigación se visualiza que los padres por lo general tienden a deprimirse, a sentirse decaídos, con desánimo cuando no logran encontrar o no poseen los alimentos necesarios para ofrecer a sus

²⁴ Vicente Caballo, *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*, Madrid, Siglo XXI, 2009; Laura Gottero, *Considerando las emociones*, Ecuador, Lasalle, 2013, p. 41.

hijos, esta depresión se fundamenta en pensamientos erróneos sobre sus capacidades para proveer a la familia.

Por su parte, los hijos manifiestan la existencia de enfermedades parasitarias, la cual se concibe como una categoría emergente al considerar la situación del país. Isabella manifestó: “mi hermano come, pero tiene que comer poquito porque está enfermo del estómago y está flaco”. En tal sentido, la situación de escasez de alimentos genera enfermedades que pueden ser un factor determinante a la vez en los estados emocionales no solo de los padres y representantes, sino además de los hijos.

Por esta razón, Florido menciona que: “el hecho de las enfermedades infantiles genera cierta incomodidad de los padres, la preocupación se hace evidente y muchas veces los estados de ánimo tienden a cambiar”.²⁵ Entonces, la intención de esta interpretación parte de comprender que las enfermedades parasitarias son, en efecto, un problema sobrevenido de la crisis alimentaria, pero, aunado a ello, debe puntualizarse con mayor ahínco el hecho de asumir los cambios emocionales derivados de la presión y preocupación reseñada con las enfermedades.

En consecuencia, las enfermedades parasitarias pueden ser producto de una inadecuada manipulación de los alimentos, de esta manera lo expresa Ríos: “La amebiasis es una enfermedad concebida por microorganismos que pueden vulnerar la flora bacteriana y se originan por el nivel manipulación y tratamientos que se le ha dado a los alimentos y al agua básicamente”.²⁶ De tal manera, la escasez de alimentos produce la improvisación de los padres y representantes, pues en su afán por alimentar a los hijos recurren a realizar compras de suplementos sin revisar si en efecto existe la manipulación adecuada en su preparación.

²⁵ Florido, *op. cit.*, p. 12.

²⁶ M. Mercé Conangla, *Crisis emocionales*, Barcelona, Amat, 2004.

UNIDAD TEMÁTICA: ESCASEZ DE ALIMENTOS

Categoría: economía productiva

*Subcategoría: comprensión de políticas,
seguridad y crisis alimentaria*

En Venezuela no se gesta un proceso productivo y alimentario en la actualidad, tal como se propone en el artículo 305 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. Puesto que la injerencia en el cumplimiento de la política alimentaria parte de la crítica que realizan los informantes con referencia a que el Estado no presta atención a esta situación particular, tal como refiere María: “El Estado no le da importancia [a] que el pueblo pase hambre”.

En consecuencia, Duarte establece que “Las políticas de Estado deben encaminarse a la optimización del bienestar colectivo, procurando mejorar las condiciones de salud”.²⁷ Este señalamiento facilita la interpretación de la necesidad que mantienen los venezolanos de contar con el apoyo y atención para proveer a las familias de los alimentos necesarios para satisfacer sus necesidades básicas primordiales y con ello promover el desarrollo integral de los hijos.

Por otra parte, las inadecuadas prácticas de planificación de políticas alimentarias de calidad traen consigo la escasa seguridad alimentaria, la cual es ratificada según el comentario de Eduardo, quien afirma que: “no hay seguridad alimentaria”. Esta situación es observable actualmente porque no existen garantías en los procesos de producción nacional de la materia prima, lo que se suma a los problemas coyunturales de la sociedad y economía vengo-

²⁷ Verónica Cruz Pantoja, *Características parentales de niños de cuarto y quinto grado de primaria con bajo desempeño escolar. Estudio comparativo entre una escuela rural y un colegio particular urbano*, México, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, 2009, p. 12.

lana, los cuales enfatizan en la crisis mundial y el bajo nivel de interés por fortalecer el trabajo para la producción de alimentos.

En correspondencia con lo anterior, Castro Méndez ratifica: “El trabajo constante es la pieza necesaria para generar la seguridad alimentaria en cualquier nación”.²⁸ En la nación la seguridad alimentaria se ha visto vulnerada en los últimos años y han generado una coyuntura que ha desestabilizado el nivel nutricional de las familias. Por esta razón, los padres y representantes están conscientes de que la falta de políticas gubernamentales ha traído consigo la inseguridad en la cobertura de los requerimientos nutricionales, aunado a los elevados costos que han dado una perspectiva distinta a la alimentación diaria.

Así mismo, se puede palpar que los niños reconocen sin duda que los padres deben hacer colas para comprar los alimentos y manifiestan su percepción negativa ante este acto, como lo hace Gabriel: “No se debe hacer cola... no difícil y no hacer colas”. Este relato permite observar que los niños ante la escasa seguridad alimentaria tienen descrita su posición, la cual puede suscitarse no solo por la calidad de los alimentos sino por la cantidad de alimentos que pueden adquirir y que deben administrar para cubrir la demanda familiar.

En referencia a las opiniones emitidas por los hijos a la alternativa para la compra de alimentos, es fundamental apreciar las narraciones de Isabella: “Mi mamá se va para Colombia a veces a comprar cosas”. En efecto, la búsqueda de alternativas parte de realizar el viaje a Colombia para adquirir los productos, y esta realidad es palpable porque los padres no tienen la disposición de tiempo para realizar las colas para adquirir productos en Venezuela, como es el caso de Sara, quien comenta: “hacen cola en varios

²⁸ J. Castro Méndez, “Venezuela: 4 datos alarmantes según la memoria y cuenta del Ministerio de Salud”, Prodavinci, 4 de marzo de 2016. [Http://prodavinci.com/blogs/venezuela-4-datos-alarmanentes-segun-la-memoria-y-cuenta-del-ministerio-de-salud-porjulio-castro-m/](http://prodavinci.com/blogs/venezuela-4-datos-alarmanentes-segun-la-memoria-y-cuenta-del-ministerio-de-salud-porjulio-castro-m/) (fecha de consulta: 4 de julio de 2016).

supermercados y cuando a ellos les toca comprar, se turnan o se van los dos”. Es decir, los padres deben, además de sus actividades diarias como trabajar y atender el hogar, sacar tiempo para adquirir los productos, entonces ambos casos representan alternativas para la compra de alimentos.

Ahora bien, la realidad de la economía productiva del país ha desencadenado que las familias configuren y reordenen su día a día para lograr tener alimentos en la mesa. Castro Méndez manifiesta: “Las situaciones particulares de la familia pueden llevar a niveles de estrés que deterioran las bases sólidas de la convivencia y fortalecimiento del vínculo”.²⁹

Esta idea parte al asumir la consecuencia de no poseer una economía productiva eficaz que permita a las familias evitar el estrés de buscar alternativas para satisfacer las necesidades propias y de los hijos. Por tanto, la constante improvisación de los padres para lograr conseguir los alimentos es percibida por los niños, lo que los lleva a cobijar emociones impropias para la edad y los niveles de desarrollo.

Por esta razón, se asume que dentro de los contextos sociales y familiares, el hecho de manejar nuevas emociones derivadas de un proceso productivo nacional ha generado en las personas, incluso en los niños, una manera de reconocerlo y palparlo en su realidad cotidiana. Sin embargo, este tipo de comentarios que realizan los padres para identificar las travesías que deben seguir en la obtención de los alimentos es transferido a los hijos, los cuales pueden llevar a delimitar una emoción frente a los mismos.

Con respecto al tema de poco ingreso para satisfacer necesidades y conocimiento de la situación del país, las opiniones emitidas por los estudiantes convergen en que los padres no siempre tienen la liquidez económica suficiente para cubrir las necesidades familiares, como comenta Gabriel: “No, cuando hacemos mercado a

²⁹ J. Castro Méndez, *Venezuela: 4 datos alarmantes según...*, cit.

ellos no les alcanza, porque mi papá da toda la plata...”. Pero aunado a este comentario, surge otro punto de vista bajo la expresión de Sara: “Siempre no, y eso yo lo entiendo, porque cuando ellos pueden sí nos dan cosas para las meriendas”, es decir, la estudiante manifiesta comprender la situación por la que atraviesa la familia, donde se hace evidente la empatía para asumir las dificultades, que lleva a una expresión de emociones.

Ahora bien, con referencia a este particular, Ríos manifiesta: “Las situaciones particulares familiares como la pérdida de un empleo, o la búsqueda de mayores fuentes de ingresos, permiten que los miembros generen cambios en sus temperamentos y emociones, las cuales pueden ser favorables o no para la relación familiar”.³⁰ En efecto, no existe una garantía que permita desde el punto de vista emocional afirmar que la situación económica y productiva del país genere estabilidad, por el contrario, tanto niños como adultos sufren a diario la necesidad de buscar nuevas fuentes de ingreso para otorgarse un nivel de vida aceptable que cubra por lo menos las necesidades básicas.

Sin embargo, tal vez existen muchos casos semejantes al relato de Sara en que la situación económica permite que se genere conciencia de ahorro y sobre todo de apoyo familiar, aunque cada individuo puede asumir las realidades sociales de una manera distinta, este escenario hace vulnerable la estabilidad de los miembros del hogar y la funcionalidad del mismo, y muchas veces produce la ruptura familiar para conseguir un nivel de vida superior con el cual se cubran las necesidades específicas de la familia.

Por otra parte, el código Crisis Alimentaria de Venezuela surge a través de las opiniones emitidas por los estudiantes, de los cuales destaca la opinión de Gabriel: “sopitas sí comemos casi todos los días, pero a veces no comemos pollo ni carne, antier sí comimos carne... A veces tomamos y a veces no, y si tomamos es una sola

³⁰ Ríos, *op. cit.*, p. 32.

vez al día”. La realidad de la forma de alimentación de las familias venezolanas evidencia la crisis alimentaria que se vive en la actualidad, y que no escapa a la visión de los niños y niñas, quienes manifiestan que no siempre cuentan con todos los complementos alimenticios.

Lo anterior permite retomar que la crisis alimentaria en el país es generalizada, y los niños la entienden porque viven a diario los síntomas y las consecuencias de la misma. En efecto, se debe orientar hacia la mejora de las capacidades para afrontar emociones negativas y procurar forjar emociones positivas en los miembros familiares para obtener mejores resultados desde el punto de vista de la empatía y las relaciones interpersonales.

Categoría: nutrición

Subcategoría: situación nutricional en Venezuela

En el hogar los padres y representantes reflexionan que es imposible cumplir con una dieta saludable a base de frutas, verduras, legumbres, cereales, proteínas, carbohidratos y grasas, por esta razón se estima que existe escasa alimentación saludable, la cual se refleja en la opinión emitida por Edith: “No, ahorita no se lleva una dieta balanceada”. Por su parte, Gottero expresa que “Existe día a día la necesidad de mantener una dieta saludable que cumpla con los requerimientos nutricionales para lograr el balance corporal y desarrollo integral del individuo”.³¹

La cita anterior dice que debe existir en los venezolanos una alimentación saludable, pero lamentablemente no se corresponde con la realidad actual; en efecto, los seres humanos requieren de mantener el equilibrio entre los alimentos a ser consumidos para

³¹ Laura Gottero, *Guía de oro...*, p. 54.

evitar posteriores situaciones de enfermedad o desnutrición, sin embargo, cuando las condiciones no son viables, como es el caso, genera problemas emocionales debido a la sensación de incapacidad con la cual resultan vulnerados los padres.

Ahora bien, la escasa alimentación saludable para el individuo surge por el alto costo de la vida, la cual se reseña como un código específico de la subcategoría nutrición, es decir, los padres y representantes manifestaron que los precios son muy elevados y por tanto no se logra brindar la alimentación adecuada a la edad de los niños y niñas. Edith manifiesta que: “lo que le recomendaba el pediatra ahora es difícil de conseguirlo o es muy costoso, ya por lo menos lo que ellos comían de merienda no se baja de 5 mil y a veces hasta de 8 mil, entonces no, no se puede”.

Conforme a estos hallazgos, Villegas refiere que “Existe la necesidad de apreciar un proceso de consumo de alimentos que desde el punto de vista nutricional ofrezcan los requerimientos necesarios para el desarrollo potencial del individuo, sin embargo, pocas personas tienen acceso económico a una dieta balanceada”.³² En consecuencia, la alimentación basada en los requerimientos específicos necesarios para su adecuación mantiene un costo elevado, aunado a que la situación del país ha repercutido en la capacidad para adquirir los sustitutos.

En referencia a este mismo aspecto, los hijos pueden evidenciar que los padres no logran obtener los suficientes ingresos para cubrir las demandas del hogar, de esta manera lo expresa Isabella: “porque como a ella casi no le alcanza la plata para el pescado y para todas esas cosas”. En efecto, la situación actual enfatiza en el elevado precio de los alimentos y productos, los cuales exceden el total del ingreso mensual de uno o el de ambos padres.

Manifiesta Blanco “La situación precaria de la economía de los países en vías de desarrollo genera desestabilidad en la organiza-

³² Querales, *op. cit.*, p. 15.

ción familiar, llevando a la incorporación al trabajo extra para lograr cubrir los gastos”.³³ Esta connotación permite que se analice que el hecho de las condiciones económicas incide notablemente en la nutrición y esta a su vez en las emociones, considerando la desestabilización familiar, ya sea porque deben trabajar en dos empleos o más, impidiendo el tiempo para el fomento de emociones positivas en sus miembros.

En vista de los altos costos de la vida y de la incapacidad monetaria de los padres para cubrir tales requerimientos, se han dado a la tarea de buscar alternativas para la alimentación. María comenta: “cuando no consigo arroz, hago puré de papá, o el maíz lo compro y yo misma hago la masa”. Es decir, los padres tratan de apreciar los recursos con los que cuentan y realizar comidas que sean accesibles a sus posibilidades económicas y aquellas que logren encontrar en los supermercados, así mismo los hijos comprenden el esfuerzo de los padres por alimentarlos diariamente.

En este sentido, Gómez manifiesta: “Cabe la lógica de buscar sustitutos a ciertos productos alimenticios cuando sea necesario, pero esta debe basarse en el análisis de la composición de cada uno”.³⁴ Esta afirmación permite comprender que la realidad social y alimentaria del venezolano lleva a los padres a sustituir los ingredientes para preparar los alimentos a los hijos, lamentablemente, muchos de estos nuevos alimentos no cuentan con el total de beneficios que los anteriores, razón por la cual se recomienda la valoración nutricional de los alimentos para así obtener los mejores resultados alimentarios para los niños y niñas.

Por otra parte, los niveles de malnutrición en Venezuela se perciben en cualquier contexto, y las opiniones de los padres coinciden en que la escasez de alimentos ha generado una dieta con menor complemento nutricional. En opinión de María: “Sí, sí he-

³³ Ruth Mary Lugo Galindo, *Para padres de familia y docentes, Comunicación afectiva. Cómo promover la función afectiva de la comunicación*, Bogotá, ECOE Ediciones, 2012, p. 1.

³⁴ Caballo, *op. cit.*, p. 21.

mos bajado de peso, porque ya no nos alimentamos como antes, que teníamos todas las proteínas, todos los carbohidratos [...] hemos bajado de peso mi esposo y yo, aproximadamente 10 kilos”. Por tanto, los padres manifiestan que el bajo peso que ahora mantienen proviene de la particular dieta a la que han sido sometidos como producto de la escasez y el cambio de dieta improvisado.

Con respecto a los hijos, se afronta una realidad que desde el punto de vista emocional puede generar en los niños una condición de resistencia, enojo, enfado, entre otros, producto de la desestabilización de las capacidades adquisitivas de los padres, las cuales tal vez no cuestionan abiertamente, pero que pueden tener reprimidas internamente. Gabriel relata: “a veces nos ha faltado la comida [...] a veces no tiene para rellenar la arepa y la comemos pura”. En efecto, los niveles de mal nutrición en Venezuela se han elevado producto de la crisis que se afronta, lo que lleva a los padres a maniobrar para ofrecer algún alimento a los hijos, aun cuando no cumple con los requerimientos esenciales.

Conforme a este particular, Méndez señala que “La mal nutrición tiene su origen en la inadecuada configuración nutricional de los productos, incluso en el desconocimiento para realizar las valoraciones de los requerimientos diarios”.³⁵ Es decir, que los niveles de mal nutrición en Venezuela pueden reflejarse con índices alarmantes producto de que la dieta a la cual estaban acostumbrados los ciudadanos contaba con una serie de elementos que le permitían mantenerse en índices normales e incluso de sobrepeso y obesidad, ahora, con la situación precaria de la alimentación tradicional, se disminuyen dichas capacidades por el alto costo de la vida o incluso por la escasez, lo que da paso a la malnutrición.

Por último, las manifestaciones de malnutrición son evidentes en los estudiantes, pero la misma Isabella reseña la sintomatología que presenta: “A veces, me ha sucedido porque no tenemos

³⁵ Castro Méndez, *op. cit.*, p. 51.

para comer bien, me pongo mareada, me duele la barriga y me siento como un poquito con ganas de vomitar”. Esta lamentable afirmación de la estudiante permite que se analice la incidencia de una nutrición inadecuada que no cumpla los requerimientos diarios, situación por la que atraviesan los hogares venezolanos y se condensa en la emotividad de la ciudadanía, produciendo hostigamiento social y familiar.

A partir de los señalamientos anteriores se tiene que los estudiantes reconocen las consecuencias de una alimentación inadecuada, y las repercusiones que el deterioro de la calidad nutricional tiene para la vida. Sin embargo, Florido menciona lo siguiente: “La mal nutrición no solo genera repercusiones físicas en el individuo, sino además emocionales”.³⁶ Este elemento permite comprender que desde el punto de vista emocional la mal nutrición en los individuos, independientemente de la edad ocasiona cambios de humor, decadencia de la estima, incapacidad de control de enojo, rabia, desmotivación, entre otras manifestaciones.

CONCLUSIONES

Los estados emocionales son los medios precisos que construyen el equilibrio entre la razón y el pensamiento, por necesidad el ser humano debe mantener un desarrollo emocional que trascienda a lo estable, para garantizar las relaciones interpersonales y el cumplimiento de roles de una manera específica, como es el caso de los padres de familia, quienes por su carga de responsabilidad y asumiendo los retos económicos que se enfrentan en el país, tienden a sentirse alterados desde el punto de vista emocional, lo cual impide un desarrollo óptimo en las relaciones familiares y la construcción del bienestar familiar.

³⁶ Olga Castanyer, *op. cit.*, p. 3.

A partir de los hallazgos presentados se concluye: en primer lugar, los padres y representantes de los estudiantes del cuarto grado presentan manifestaciones somáticas y psicofisiológicas, entre las que destacan el dolor de cabeza, dolor gastrointestinal, ritmo cardíaco aumentado, entre otros, lo cual causa fuertes incomodidades y repercute en el organismo al traducirse en continuos cambios de estado anímico, sobre todo cuando acuden a los establecimientos comerciales y no consiguen los productos alimenticios necesarios.

Los padres muestran frustración, rabia, enojo e incluso ira por la escasez de alimentos y por la carencia de poder adquisitivo para afrontar la inflación cotidiana. Así mismo, los padres desean acudir a los establecimientos y encontrar todos los insumos alimenticios necesarios para ofrecer bienestar a sus hijos. Sin embargo, sus expresiones permiten evidenciar que ellos se encuentran desesperanzados, desmotivados y sin aspiraciones, puesto que sus respuestas fueron enfáticas en que serían plenamente felices si esto ocurriera. Estas determinaciones son producto del desgaste emocional que han mantenido en los últimos cinco años por tratar de conseguir los productos de la canasta básica.

Con relación a los trastornos y manifestaciones psicológicas que puedan estar influenciando el estado emocional de los padres, se advierte a través de la información suministrada que estos se sienten deprimidos y ansiosos ante las dificultades señaladas. Es necesario además considerar que han ejercido algunos distractores ante la situación, que de alguna manera mitigan su depresión y ansiedad, pero que no permite que se erradique de forma definitiva, puesto que el malestar sigue estando latente en la cotidianidad.

Ahora bien, dicha precariedad e inestabilidad de los estados emocionales de los padres es comprendida por los hijos, ellos, a pesar de su edad, comprenden la situación compleja que se vive en el país, y describen la forma de proceder de los padres ante la escasez de alimentos.

En consecuencia, los hijos consideran que sus padres se sienten mal emocionalmente debido a las dificultades cotidianas, en especial por no contar con los recursos necesarios para cubrir los gastos domésticos e incluso la imposibilidad de adquirir los alimentos diarios. A su vez, un fenómeno de cambio de roles hoy es natural en la sociedad venezolana, pues son las madres quienes cumplen la obligación de trabajar mientras los padres deben asumir el compromiso de atender el hogar y obviamente cumplir con la travesía de conseguir los productos indispensables para el consumo diario.

Las familias deben enfrentar un proceso de economía muy vulnerable y volátil, que a grandes rasgos ha ocasionado dificultades adquisitivas en los hogares. Una de estas dificultades está representada por la escasez de alimentos, los padres consideran que el Estado no gesta un proceso productivo y alimentario adecuado que responda a la totalidad de las necesidades de la ciudadanía.

En referencia a la nutrición, la misma ha sufrido un gran cambio para los miembros de la familia, donde principalmente los padres están sometidos a la incertidumbre de conseguir los alimentos y tener la capacidad económica para adquirirlos; además deben administrarlos de una manera meticulosa para permitir generar un ahorro en el seno familiar.

Por tanto, los alimentos que siempre han sido considerados indispensables para el ser humano, como las frutas, el queso, la carne, el pescado, han sido desfasados de su nivel de importancia por cuanto el salario no alcanza para comprarlos con regularidad, situación que ha desencadenado desnutrición en algunos niños, pérdida de peso en los padres, además de padecer algunas enfermedades gastrointestinales producto del procesamiento inadecuado de los alimentos.

Los padres, al valorar las necesidades que presentan ante la escasez de alimentos, emiten juicios entre los que destaca la poca disponibilidad para emprender campos del conocimiento que les permitan enfrentar las dificultades que viven. Asimismo, el cono-

cimiento de los hijos sobre temas de alimenticios adquiridos en el contexto escolar es una oportunidad valiosa para prestar un proceso de orientación que permita el fortalecimiento de los aprendizajes en la materia, que conlleven a una alimentación saludable ante la escasez.

RECOMENDACIÓN

La problemática analizada permite comprender que existe la necesidad de establecer en los padres una información adecuada en la cual se sustente la emotividad para mitigar cualquier sensación de inestabilidad producto de la situación precaria que puede estar llevando a niveles estresantes, donde la compenetración familiar puede condicionarse, deteriorar los vínculos afectivos y sumir a los hogares en la miseria absoluta.

Conforme a estos planteamientos se recomienda de manera generalizada plantear orientaciones que desde el punto de vista pedagógico ofrezcan mejorar la calidad de vida de los padres de familia y los hijos, razón por la cual se estima conveniente establecer vínculos de apoyo con especialistas cuya relación facilite la cobertura integral de la problemática.

Aunado a ello, se recomienda, desde el plano de la orientación, mejorar el nivel de atención de los docentes en relación al seguimiento que debe realizarse a los niños y niñas conforme a las medidas antropométricas, además de procurar establecer una vinculación adecuada con los padres a fin de facilitar acciones mancomunadas donde la orientación oportuna genere mayores oportunidades a los jefes de familia que pueden estar consternados y donde los estados emocionales se encuentren vulnerados ante la situación precaria.

Además se recomienda a los docentes mantenerse abiertos a la realización de planificaciones especiales donde se amplíen las es-

trategias de intervención y orientación para facilitar el bienestar familiar. Así mismo, sería oportuno que los profesores desarrollaran vinculaciones especiales entre organizaciones que faciliten la concreción de acciones favorables, por ejemplo el Centro Diagnóstico Integral o el Instituto Nacional de Nutrición, con quienes pudieran establecerse dinámicas de participación de las familias para disminuir la incidencia de la crisis alimentaria en los estados emocionales; se trata de hacer la vida de las familias más llevadera y menos conflictiva conforme a la gravedad del problema.

También se recomienda a los padres de familia y docentes realizar dinámicas con tratamientos terapéuticos que permitan ejercer un valor fundamental en la disminución de la incidencia o influencia de la crisis alimentaria y económica en el contexto escolar y familiar, por tanto se debe aplicar técnicas específicas de relajación con las cuales se fomente en los padres un estado de paz y tranquilidad necesario para su contexto, que disminuyan la incidencia de la depresión y la ansiedad, para procurar el desarrollo de los niños y niñas quienes deben contar con los elementos que le lleven a vivir tranquilamente y gozar de una alimentación saludable y balanceada.

Finalmente se considera necesario que la institución educativa funcione como un elemento que prevé la situación de precariedad para generar espacios de contribución orientativa y formativa constante. En otras palabras, se recomienda la formulación de estrategias que este direccionadas por especialistas como psicólogos, nutricionistas, pediatras, internistas, con los cuales se puede visualizar la problemática de una manera objetiva, para que se brinde el análisis y cobertura desde el punto de vista pedagógico.

En atención a estas recomendaciones se entrevistó a especialistas, a fin de ofrecer una guía para los padres, docentes e incluso los niños, sobre los dos temas abordados en esta investigación.

Las necesidades de atención en el contexto de la crisis venezolana y los relatos de los informantes fueron la motivación para

generar la construcción y diseño de este escrito como aporte de los investigadores a partir de la profundización y diálogo con especialistas y expertos en el área, además de recuperar información en programas televisivos, radiales e información de la *web*.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, Yorelis, *Emociones y política. La fuerza de la esperanza*, 2015.
En http://gumilla.org/biblioteca/bases/biblio/texto/COM2016174_75-89.pdf.
- Ahmad Barragán y Cinthya Morales, *Ser familia*, Caracas, Galac, 2013.
- Ahonen, Jarmo, Tina Lahtinen, Marita Sandstrom, Guilinao Pogliani y Rolf Wirned, *Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física*, España, Sagrafic, 2010.
- Caballo, Vicente, *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*, Madrid, Siglo XXI, 2009.
- Castanyer, Olga, *La asertividad: expresión de una sana autoestima*, 23a ed., Bilbao, Desclee de Brouwer, 2009 (Col. Crecimiento Personal).
- Castro Méndez, J. *Venezuela: 4 datos alarmantes según la Memoria y Cuenta del Ministerio de Salud*. Prodavinci, 4 de marzo, 2016.
- Choliz, Mariano, *Psicología de la emoción: el proceso emocional*, Barcelona, Universidad de Barcelona, 2005.
- Conangla, M. Mercé, *Crisis emocionales*, Barcelona, Amat, 2004.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, en *Gaceta Oficial*, año XXVII núm. 36-860, Caracas, 30 de diciembre de 1999.
- Cruz Pantoja, Verónica, *Características parentales de niños de cuarto y quinto grado de primaria con bajo desempeño escolar. Estudio comparativo entre una escuela rural y un colegio particular urbano*, México, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, 2009.

- Goleman, Daniel, *La inteligencia emocional*, Buenos Aires, Vergara, 1998.
- _____, *La práctica de la inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós, 1998.
- Gottero, Laura, *Guía de oro de la comunicación eficaz*, Buenos Aires, Andromeda, 2012.
- _____, *Considerando las emociones*, Ecuador, Lasalle, 2013.
- Hernández, Roberto, Carlos Fernández y Pilar Baptista, *Metodología de la investigación*, México, McGraw-Hill/Interamericana, 2010.
- Lugo Galindo, Ruth Mary, *Para padres de familia y docentes. Comunicación afectiva. Cómo promover la función afectiva de la comunicación*, Bogotá, ECOE Ediciones, 2012.
- Piquerras, José, *Emociones negativas*, Colombia, Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2006.
- _____, *Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física*, Colombia, Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2009.
- Querales M., Rojas S., Romero G, Ramírez J., *Estudio piloto de los factores clásicos de riesgo cardiovascular en una comunidad rural del municipio San Diego*, Venezuela, Avan Biomed, 2016, p. 15.
- Rondón, Cesar, *Armando el rompecabezas de un país*, Caracas, Ediciones B, 2012.
- Sabino, Carlos, *El proceso de investigación*, Caracas, Panapo, 1992.
- Velasco, José, *Domina la comunicación*, México, McGraw-Hill/Interamericana, 2009.
- Vivas, Mireya, Domingo Gallego y Belkis González, *Educación de las emociones*, 2a ed., Mérida, Producciones Editoriales C. A., 2007.