

# El plátano: indicador de hambre y escasez de alimentos en familias beneficiarias de programas alimentarios en Vigía del Fuerte, Colombia

Plantain: indicator of hunger and food shortage in families benefiting from food programs in Vigía del Fuerte, Colombia

Luz M. Arboleda-Montoya y Roberto Alfonso-Suárez

Recibido 3 mayo 2017 / Enviado para modificación 22 enero 2018 / Aceptado 10 junio 2018

## RESUMEN

LA: Nutricionista Dietista. Esp. Promoción y Comunicación en Salud. M. Sc. Salud Pública. Ph. D. Ciencias Sociales. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.  
luzmar.arboleda@gmail.com  
RA: Enfermero. M. Sc. Ciencias de la Nutrición y Alimentación Humana. Universidad Católica de Oriente. Rionegro, Colombia.  
ralfonso@uco.edu.co

**Objetivo** Interpretar la percepción de hambre y escasez de alimentos en familias beneficiarias de Programas alimentarios MANA (Mejoramiento Alimentario y Nutricional de Antioquia) en Vigía del Fuerte.

**Método** La investigación se orientó desde el enfoque cualitativo, usando la Etnografía Focalizada como método, para la recolección de la información se utilizaron entrevistas individuales y grupos de discusión.

**Resultados** Las comunidades de la cuenca del río Murri están protegidas del hambre física por la disponibilidad permanente del plátano; el hambre está asociada a la ausencia de carne o "liga" y al hecho de comer "plátano vacío"; así mismo se refieren al hambre como la sensación de desasosiego, debido al dolor de cabeza y de estómago que experimentan de manera permanente e intensa.

**Conclusiones** A pesar de que las comunidades vigieñas disponen durante todo el tiempo de plátano, protegiéndolas del hambre física; estas no lo aprecian así, como alimento que calma su hambre y los libera, de cierta manera, de la escasez, porque su presencia como único alimento disponible, les recuerda, precisamente, que tienen carencia y hambre.

**Palabras Clave:** Hambre; hambre oculta; plátano; alimentos; diversidad cultural (*fuentes: DeCS, BIREME*).

## ABSTRACT

**Objective** To analyze the perception of hunger and food shortage in families benefiting from MANA (Food and Nutritional Improvement) food programs in Vigía del Fuerte, Colombia.

**Methods** Qualitative research, using focused ethnography as a method for collecting information. Individual interviews and discussion groups were used.

**Results** Even though the communities that live by the Murri River basin are protected from physical hunger due to the constant availability of plantain or musa, hunger is associated with the absence of meat or liga and the fact that they feel forced to eat empty musa. They also refer to hunger as the feeling of uneasiness caused by headache and stomachache.

**Conclusions** Despite the fact that the communities of Vigía del Fuerte have access to plantain throughout the year, thus protecting them from physical hunger, they do not consider it as food that could calm their hunger and free them from scarcity. This happens because its presence as the only food available reminds them, precisely, that they lack certain conditions and feel hunger.

**Key Words:** Hunger; famine; occult; musa; food; cultural diversity (*source: MeSH, NLM*).

La alimentación es una necesidad básica de los seres humanos, es un acto complejo pues en este influyen factores de diversa índole, económicos, sociales, culturales y políticos, entre otros, como lo afirma Gracia (1) «al introducirse un alimento en la boca, por muy sencilla que parezca la acción, el individuo pone en marcha procesos menos sencillos y de diferente orden. Unos son ecológicos, psicológicos, económicos o culturales». De esta manera, a la alimentación no se le puede relacionar solo con una única disciplina, porque es un hecho que contempla variadas dimensiones y sobre esta influye diversidad de factores, según Aguirre (2) la alimentación es «un evento que no es exclusivamente biológico ni tampoco totalmente social, sino que une a ambos».

Dicha complejidad inherente a la alimentación, conlleva a situaciones de inequidad donde no todos los grupos alcanzan a cubrir sus necesidades nutricionales ni culturales, ocasionando como consecuencia el hambre; la cual es definida por Morales (3) como: «la insuficiencia en el ingreso dietario individual en relación con la clase y cantidad de alimento requerido para [el] crecimiento, actividad y mantenimiento de una óptima salud»; y Castro (4) la define como la expresión biológica de males sociológicos.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura (FAO) y el Programa Mundial de Alimentos (PMA), el hambre es cada vez menor, ha descendido un 21,4% respecto a la proporción calculada en los años 90 y en el número de individuos que la padecen, a pesar del aumento de la población mundial. No obstante, para el año 2015, 795 millones de personas que viven principalmente en países localizados en África, Asia y América Latina aún continúan padeciendo hambre, y no consumen la cantidad de nutrientes necesarios para llevar una vida sana y activa (5). En Colombia, de acuerdo a la ENSIN 2015 (6), el 54,3% de los hogares se perciben en inseguridad alimentaria.

El hambre, según Castro, obedece a situaciones de inequidad y exclusión social, lo que conlleva a que los sujetos que la padecen establezcan ajustes alimentarios al interior de los hogares y a idearse estrategias para acceder a los alimentos, dichos mecanismos son definidos por Hintze (7) como «el conjunto de actividades que los sectores populares realizan para satisfacer sus necesidades alimentarias, las que no pueden cubrir plenamente vía ingreso monetario» y así satisfacer sus necesidades fisiológicas y culturales.

Entre las actividades a las que se refiere Hintze hay una que se ha empleado ampliamente en la historia como es la solidaridad y ayuda mutua, Aguirre (8) define dichas estrategias como las prácticas que los hogares realizan en el marco de la vida cotidiana para mantener o mejorar la alimentación y las razones que se aducen para justificarlas. Es decir, Aguirre introduce una visión doméstica y de co-

tidianidad y sitúa dichas estrategias en contextos específicos, porque estas se instauran acorde a la época histórica y al contexto social y cultural en las que se lleven a cabo.

Dichos mecanismos emprendidos por las familias, protege a sus miembros del hambre, la mayoría de las veces, no obstante, no alcanzan a cubrir sus requerimientos nutricionales, por eso entre estos grupos poblacionales se presenta el hambre oculta (9). El hambre oculta definido como las deficiencias de micronutrientes que conlleva a las carencias de vitaminas y minerales debido al consumo de alimentos con alto contenido de carbohidratos, que son a los que tienen acceso los sujetos por razones económicas.

En situación de escasez, además de instaurarse unas dinámicas y estrategias alimentarias, en las familias se instauran unos significados y percepciones relacionados con la escasez y el hambre, lo cual cobra relevancia en un municipio como Vigía del fuerte (Urabá antioqueño), donde, según las estadísticas, se encuentra la población más pobre y vulnerable del Departamento de Antioquia (10). Esta es la principal zona del país donde se cultiva el plátano, y por su alta disponibilidad, se constituye en la base de la alimentación de la población.

Además, la población infantil es cobijada por los programas alimentarios MANA, en el marco de los cuales se les suministra un complemento alimentario (11), que es diferenciado de acuerdo al grupo de edad. A los preescolares se les suministra alimentos fortificados como galletas y leche en polvo; y a los escolares, alimentos preparados en las mismas instituciones educativas, tipo desayuno, almuerzo o refrigerio, dependiendo de la jornada escolar. De acuerdo con lo anterior, el objetivo fue interpretar la percepción de hambre y de la escasez de alimentos en hogares beneficiarios de programas alimentarios MANA de Vigía del Fuerte, e identificar las estrategias que establecen para atenuar el hambre.

## MÉTODO

Esta investigación se abordó desde el paradigma cualitativo, empleándose la etnografía focalizada como método de estudio, el cual facilitó indagar sobre dinámicas alimentarias específicas como el hambre, los ajustes alimentarios y las estrategias de acceso a los alimentos en hogares beneficiarios de programas MANA. La etnografía focalizada permite trabajar con pequeñas y singulares comunidades, como las indígenas y afrodescendientes de Vigía del Fuerte (12).

Así mismo, posibilitó la aproximación al reconocimiento de las costumbres, entornos, contextos, y con esto, a la identificación e interpretación de situaciones de hambre, prácticas, significados, comportamientos y creencias, en

torno a la alimentación (12). En consecuencia, se abordó a los sujetos dando “el giro en la mirada” (13), y centran-do la atención en los significados que éstos le confieren a los eventos indagado (alimentación, hambre, estrategias de acceso a los alimentos).

### Técnicas

Para alcanzar una mayor comprensión del fenómeno ali-mentario, se utilizaron variedad de técnicas de recolec-ción de información como las entrevistas individuales y los grupos de discusión. La información obtenida se con-signó en notas físicas, notas de voz (audios) y registros fotográficos (14). En total se realizaron 17 entrevistas y 10 grupos de discusión (cuatro grupos con niños en edad escolar y seis grupos con adultos compuestos principal-mente por madres, y algunos padres y líderes de la cabe-cera municipal de Vigía del Fuerte, de tres corregimientos sobre el río Murrí y de una comunidad indígena). Tanto las entrevistas como los grupos de discusión se centraron en la indagación de las estrategias adoptadas frente a la escasez de alimentos y en la percepción del hambre.

Con la utilización de las técnicas antes mencionadas, los investigadores lograron alcanzar un aceptable nivel de empatía dentro de la comunidad, al punto de ser invita-dos a entrar a algunas viviendas o incluso a ser huéspedes durante el tiempo que se estuvo en la comunidad.

### Trabajo de campo

El trabajo de campo se desarrolló en el mes de noviembre del año 2015, en la cabecera del municipio de Vigía del Fuerte, en tres corregimientos del río Murrí: La Lomas, Las Playas y Vuelta cortada, y en un resguardo indígena, Jara-petó; con madres y niños beneficiarios de los programas MANA Infantil y MANA PAE, y con otros miembros de la comunidad como docentes y líderes de las comunidades.

Es importante mencionar que la mayoría de las per-sonas participantes tanto en las entrevistas como en los grupos de discusión fueron mujeres, debido a que gene-ralmente son las encargadas de administrar, preparar y distribuir los alimentos en el hogar, además, son las acu-dientes de sus hijos en las instituciones educativas.

### Aspectos éticos

Este proyecto se realizó en un territorio pluriétnico y multicultural, donde conviven bajo el mismo escena-rio geográfico y administrativo, comunidades indígenas y afrocolombianas (11); dado lo anterior, los aspectos éticos cobraron relevancia, pues cada comunidad tiene diferentes cosmogonías y formas de entender su alimen-tación. Se tuvo en cuenta su vulnerabilidad frente a aspec-tos coloniales alimentarios pretendiendo comprender sus

prácticas alimentarias y buscar develar aspectos alimenta-rios sin juzgamientos (14,15)

Se contemplaron los principios éticos para estudios con seres humanos, los cuales ponen de relieve las posi-bles consecuencias derivadas del accionar del investigador. Este proyecto se rigió por los principios consignados en el informe Belmont (16). De esta manera se informó a cada uno de los participantes el propósito y alcances del trabajo investigativo de manera verbal y escrita y de forma com-pleta y veraz, en el lenguaje y términos apropiados para que los participantes entendieran a cabalidad. Se utilizó un formato de consentimiento informado, donde se les pidió autorización expresa para hacer grabaciones y registro fo-tográfico; durante el análisis de la información y el poste-rior reporte escrito, se tuvo especial cuidado de proteger el anonimato de los participantes, sustituyendo los nombres por un código o por la descripción de su rol en la comu-nidad. En esta investigación se utilizó el consentimiento informado individual, en posteriores se tendrán en cuenta el consentimiento informado comunitario y el proceso de consulta previa que permita realizar un “proceso de con-textualización respecto a las perspectivas, marcos y con-ceptos” (15), tal como lo sugiere Urrego-Mendoza.

### Análisis de la información

La información recolectada, se transcribió en forma literal en el software de procesamiento de textos “Word”, hacien-do un control por parte del grupo investigador, con el fin de verificar la fidelidad de dicho proceso. Posteriormente se procedió a codificar los datos obtenidos a fin de identi-ficar las unidades de sentido en cada texto; esta codificación permitió integrar, identificar y constituir los cuerpos teóri-cos o categorías. Luego, cada categoría fue descrita y luego interpretada, contrastando sus resultados con los de otras investigaciones y perspectivas teóricas, permitiendo, con lo anterior, confrontar la visión del investigador con la de los participantes, alcanzando así la fisión de horizontes (17), y con esta, la comprensión del fenómeno investigado, la escasez alimentaria y la percepción de hambre en hogares de Vigía del Fuerte desde su complejidad, dinámicas, inte-racciones, valores y significados.

## RESULTADOS

### Hambre y escasez de alimentos en Vigía del Fuerte

El plátano es el alimento más importante en la alimen-tación de los vigieños, tanto en los grupos poblacionales de la cabecera como en los corregimientos de la rivera del Murrí; una de las participantes refería que “la base de la alimentación es el plátano, para todo tiene que haber plá-tano” (Hermana Colegio Emberá), por eso el hambre es

asociada con el hecho de tener que “comer el plátano vacío”; vacío quiere decir sólo, sin ningún otro alimento, sobre todo sin “la liga”, es decir, sin carne. Dicha percepción es generalizada para niños y adultos tanto indígenas como afrodescendientes. Los niños dicen que les toca comer plátano vacío porque no hay más, un niño del corregimiento de La Loma refería que su madre le decía, cuando había escasez de alimentos en el hogar: “mijo no hay comida, hay que comer plátano” (niño grupo de discusión).

La preparación del plátano es poco elaborada, lo consumen cocido con sal, frito en aceite o asado, “eso es como todo, nosotros acá nos acostumbramos a comer plátano” (madre grupo de discusión); por su producción frecuente durante todo el año, el plátano garantiza a las comunidades el acceso constante a los alimentos “por acá el plátano nunca falta en la casa, porque si no lo tengo yo, lo tiene la vecina” (madre grupo de discusión).

Así mismo, en estas comunidades tener hambre es “no tener liga”, es decir, que el hambre está asociada con el hecho de no tener carne, al respecto un profesor de la comunidad Emberá relataba lo que un niño le decía: “Profe yo estoy sin desayunar” y al preguntarle el motivo, él le respondía: “porque en la casa no había liga” (entrevista profesor).

Para las mujeres de Vigía, sentir hambre es una sensación dolorosa, una situación que no se la desean a nadie, ni “al peor enemigo”, una de las madre expresaba: “el hambre no es buena ni para los animales” porque la persona con hambre “se desmaya, tiene dolor de cabeza” (entrevista madre). Las madres de Las Lomas se referían al hambre como “algo sofocante que lo ataca a uno”, “una cosa desesperosa”, que las obliga a consumir inclusive medicamentos porque les duele el estómago y la cabeza; “a mí cuando me da hambre me tomo una pastilla porque el estómago comienza a doler, me da como mareo” (madres grupo de discusión).

También se identificaron algunos grupos de madres que expresaron que en sus hogares disponían de comida y no aguantaban hambre, así ésta no corresponda a la alimentación más nutritiva. A la pregunta: ¿En sus familias se siente hambre por falta de comida? ellas respondieron:

Participante 1: Pues en la mía gracias a Dios, no

Participante 2: En la mía tampoco, en la mía por el momento no

Participante 3: Por estos momentos de mi vida, gracias a Dios no (madres grupo de discusión).

Por su parte los niños expresan la sensación de hambre con llanto, pidiéndole a sus padres comida: “porque el hambre es una cosa muy brava, los niños le lloran a uno: ‘papá tengo hambre, tengo hambre’” (madre grupo de discusión). Los niños, al igual que las mujeres, también sienten esta sensación de hambre con dolor de cabeza o de estóma-

go, un niño de las Lomas refería: “la barriga le hace a uno uuuuu, chillar la barriga” (niño grupo de discusión).

### Ajustes alimentarios y estrategias de acceso a los alimentos

Cuando hay escasez de alimentos en la familia, estos instauran ajustes alimentarios y estrategias cotidianas para acceder a los alimentos; una de las estrategias implementadas para acceder a los alimentos es conseguir el que siempre está disponible en el municipio, el plátano; los hombres van por lo general al monte a obtenerlo, cuando no disponen de este en la casa, y las mujeres van donde sus vecinas a pedirles dicho alimento, “[el plátano] lo tiene la vecina (...) yo lo fritó, cojo sus dos tajaditas, o lo aso” (madre grupo de discusión). Otra estrategia que instauran para acceder a los alimentos es la modalidad del fiado de algunos alimentos en las tiendas, actividad que se basa en la confianza que existe entre el tendero y la comunidad.

La mamá siempre sufre mucho por los hijos, porque la mamá ve que de pronto [el hijo] tiene hambre, está llorando por hambre, y ella hace cualquier cosa, fía, hace cualquier cosa con tal de no ver a su hijo pasando esa hambre (madre grupo de discusión).

Cuando hay escasez de alimentos, en los hogares se hacen ajustes alimentarios, preparan unos alimentos que representan comida de escasez como el aguasal y la sopa de ajo y aliños, “ella prepara un aguasal porque eso hace más de una mujer, se inventa cualquier cosa, pica ajo y aliño y hace una sopa así sea de agua” (padre grupo de discusión). Los niños, por su parte, manifiestan que cuando tienen hambre y en sus casas no hay comida, van a consumir los alimentos donde algún familiar, “vamos donde la abuela o el tío” (niños grupo de discusión).

Hay momentos y situaciones en las que ni adultos ni niños logran establecer alguna estrategia para acceder a los alimentos, y lo único que hacen es tratar de “tranquilizarse” (madres en grupo de discusión) o simplemente, como los niños mismos dicen, “aguantar hambre” (niños en grupo de discusión).

## DISCUSIÓN

El hambre es una situación que sofoca, provoca dolor y causa desasosiego de acuerdo a los participantes de este estudio, lo cual se compadece con lo encontrado en una investigación en Medellín también con beneficiarios de programas alimentarios, quienes afirmaron que la sensación de hambre se acompaña de dolor de estómago y de cabeza, fatiga y desespero general (18). Lo mismo se identificó en Brasil (19), en una investigación en un gru-

po de sujetos pobres, quienes perciben el hambre como fruto de una expresión corporal como una necesidad fisiológica de alimentos que provoca la sensación de vacío y de dolor físico. De acuerdo con Scheper (20), el hambre en Brasil, en las favelas, era vista como una enfermedad psíquica, “nervosa”, que era medicalizada, por eso se suministraba medicamentos para terminar con el “hambre nervosa”, lo cual ocurre con muchas mujeres de Vigía del Fuerte, quienes consumen medicamentos para calmar el dolor que produce el hambre.

Según Valente (21), el hambre compromete la dignidad de las personas, por ese motivo no puede ser reducida solamente a las dimensiones económica y biológica; en el marco de los derechos humanos, estas dos dimensiones son solo algunas de las facetas de un fenómeno que es mucho más cultural, psicológico y hasta espiritual, que incluye la cuestión básica de dignidad humana.

En las sociedades actuales, el hambre y el hambriento son diferentes a los de décadas pasadas, ya no se presenta como el sujeto famélico y desvencijado, que no podía moverse ni mantenerse de pie, debido a que no disponía de alimentos por tiempos prolongados; ahora, el hambre es oculta y los hambrientos invisibles, pues los grupos poblacionales presentan escasez extrema de alimentos de manera fluctuante, situación que les permite llevar una vida normal, aunque no consumen una alimentación en la cantidad y calidad necesaria y requerida.

En la misma investigación realizada en Brasil en 2016 (19) se encontró, que el hambre en una población de escasos recursos es “invisible y a veces naturalizada”, debido a que los sujetos de las zonas urbanas establecen estrategias para acceder a los alimentos y para evitar la inanición. De igual manera, en una investigación realizada en la ciudad de Medellín (22) con beneficiarios de programas alimentarios, se concluyó que aunque el hambre era inminente en este grupo, era invisible, porque las situaciones de escasez de alimentos no era permanente, a veces disponían de comida, otras no, por lo que establecían mecanismos para acceder a estos, en muchas ocasiones indignos, como mendigar y buscar comida en canecas, que les ayudaba a aminorar el hambre y las consecuencias de la escasez extrema.

Dichos ajustes alimentarios son realizados por los miembros de las familias, en especial las mujeres; y las estrategias para acceder a los alimentos son realizadas tanto por las madres como por los padres, lo cual ha sido identificado en varias investigaciones realizadas en Medellín, Brasil y Argentina (18,19,8); en la realizada en la ciudad de Medellín (23), se pudo identificar que quienes salen a mendigar y a realizar el recorrido por los centros de abastecimiento de la ciudad son las mujeres y quienes

buscan alimentos en las canecas son los hombres; y luego, quienes realizan los ajustes alimentarios con el objetivo de aminorar las consecuencias de la escasez y hacer rendir los alimentos son las mujeres.

En la presente investigación de Vigía del Fuerte se encontró que los principales mecanismos de ajustes alimentarios al interior de los hogares son preparar alimentos que tienen connotación de pobreza como el aguasal y la sopa de ajo y cebolla; consumir plátano así sea “vacío” [solo] o “sin liga” [sin carne]; y si no disponen del plátano, ir a pedirle a una vecina. Es de resaltar, que a pesar de que el plátano siempre está presente, en la escasez y en la abundancia, no es concebido por los vigieños como ese alimento que les evita la inseguridad alimentaria y los protege del hambre, todo lo contrario, es un indicador de hambre y escasez alimentaria.

En dos investigaciones realizadas en Medellín se encontró que los principales ajustes alimentarios, realizados en los hogares eran disminuir el número de comidas del día y disminuir la cantidad de alimentos en cada momento de comida; en Brasil se encontró que las familias no desayunan y consumen en la cena las sobras del almuerzo (19). En Argentina, en una investigación realizada por Aguirre, se pudo identificar que, entre otras, se establecían estrategias o ajustes como “comer menos o comer distinto ya sea cambiando la lógica del reparto o bajando la calidad del régimen” (8).

Con la implementación frecuente y cotidiana de dichas estrategias y ajustes alimentarios, los sujetos están atenuando las consecuencias de la escasez alimentaria, es decir, del sufrimiento provocado por el hambre persistente a maneras invisibles y leves, tornándose en hambre oculta, la cual implica que no aguantan hambre de manera persistente pero tampoco le están aportando a sus cuerpos la cantidad de micronutrientes requeridos para llevar una vida sana y activa, lo que va dejando como consecuencia a sujetos con deficiencias de minerales en especial de hierro, yodo y zinc, y de vitaminas A, C y D (9).

A simple vista dichas deficiencias no se notan, pero a medida que transcurre el tiempo, van dejando consecuencias graves a quienes las padecen, sobre todo cuando se dan en los primeros años de vida; en la gestación se presentan deficiencias en el desarrollo del feto y en la infancia, retrasos del crecimiento y del desarrollo mental. Lo anterior repercute en la adultez, época en la que se baja la productividad, que conlleva a mayor pobreza, exclusión social y falta de titularidades (24).

A pesar de estar siempre presente, en la escasez y en la abundancia, el plátano, no es concebido por los vigieños como ese alimento que les evita la inseguridad alimentaria y los protege del hambre, todo lo contrario, les recuer-

da su situación de vulnerabilidad, por lo tanto, este elemento se constituye en un indicador de hambre y escasez alimentaria en esta población. La presencia del hambre oculta es una señal que indica que estos sujetos no tienen garantizado el derecho a la alimentación como se ordena en la Observación 12 de la comisión de derechos económicos, sociales y culturales (25), donde se señala que el derecho a la alimentación incluye llevar una alimentación suficiente en cantidad, adecuada nutricionalmente y culturalmente aceptable ♣

**Agradecimientos:** A la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia por el apoyo económico suministrado para realizar la presente investigación, y a las estudiantes Sara Arboleda Agudelo del pregrado de Trabajo Social y a Sara Zapata Rigol del pregrado de Nutrición y Dietética de la universidad de Antioquia, por su apoyo académico en todo el proceso investigativo.

**Conflicto de intereses:** Ninguno.

## REFERENCIAS

1. Gracia M. Antropología de la alimentación. En: Prat J, Martínez A (ed.). Ensayos de antropología cultural: homenaje a Claudio Esteva-Fabregat. Barcelona: Ariel; 1996.
2. Aguirre P. Aspectos socio antropológicos de la obesidad en la pobreza. En: La obesidad en la pobreza. Un nuevo reto para la salud pública. Washington: OPS; 2000. pp. 13-25.
3. Morales J. El hambre al servicio del neoliberalismo. Bogotá: Desde abajo; 2006.
4. De Castro J. Geopolítica del hambre. Ensayos sobre los problemas alimentarios y demográficos del mundo. Sao Paulo: Editora Brasiliense; 1951.
5. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. El Estado de la Inseguridad Alimentaria en el Mundo, Cumplimiento de los objetivos internacionales para 2015 en relación con el hambre. Disponible en: <https://goo.gl/4xYSeH>. Consultado en marzo del 2017.
6. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia 2010. Disponible en: <https://goo.gl/2nwhPZ>. Consultado en octubre del 2018.
7. Hintze S. Estrategias alimentarias de supervivencia: un estudio de caso en el Gran Buenos Aires. Buenos Aires: Centro Editor de América Latina; 1989.
8. Aguirre P. Ricos flacos y gordos pobres. Alimentación en crisis. Buenos Aires: Capital intelectual; 2004.
9. Aguayo V. El hambre oculta de niños y niñas con carencias de vitaminas y minerales. Disponible en: <https://goo.gl/oCGRxu>. Consultado en enero del 2017.
10. Alcaldía de Vigía del Fuerte. Plan de Desarrollo Municipio Vigía Del Fuerte 2012-2015. Disponible en: <https://goo.gl/7xYvQv>. Consultado en enero del 2017.
11. Organización Panamericana de la Salud; Gobernación de Antioquia. Propuesta de Modelo de gestión integrado basado en las experiencias MANA, APS y AIEPI en el marco de la protección social. Medellín: OPS; 2008.
12. Morse J. Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia; 2003.
13. Galeano ME. Estrategias de investigación social cualitativa. El giro de la mirada. Medellín: La Carreta Editores; 2004.
14. Fuentes D, Revilla D. Consideraciones éticas para la realización de investigaciones en comunidades nativas de la selva amazónica del Perú. Rev Peru Med Exp Salud Pública 2007; 24(1):51-66.
15. Consideraciones éticas para la investigación en salud con pueblos indígenas de Colombia. Rev. salud pública 2017; 19(6):827-832.
16. Morales JA, Nava G, Soto JE, Díaz LE. Principios de Ética, bioética y Conocimiento del Hombre. México: Editorial Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo; 2011.
17. Gadamer HG. Verdad y método. Salamanca: Sígueme; 1998.
18. Arboleda LM. Transformaciones y aspectos socioculturales presentes en el Programa de Restaurantes Escolares de Medellín desde 1961 a 2010. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2016; 20(3):216-223.
19. Cervi A. O cotidiano de quem vive a realidade da fome: práticas alimentares e estratégias de acesso aos alimentos. Tesa de Doutorado. 2017. Universidade do vale do rio dos sinos – UNISINOS, Programa de pós-graduação em ciências sociais. Brasil.
20. Scheper N. La Muerte Sin Llanto: Violencia y Vida Cotidiana en Brasil. Barcelona: Editorial Ariel; 1997.
21. Valente F. Do direito humano à alimentação: desafios e conquistas. São Paulo: Cortez; 2002.
22. Arboleda, LM. Dinámicas y estrategias alimentarias instauradas en hogares de Medellín. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. 2014; 32(3):282-9.
23. Arboleda LM. Estrategias de acceso a los alimentos en los hogares de estrato 1, 2 y 3 de la ciudad de Medellín. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. 2013; 31(1):58-66.
24. Sen A. Desarrollo y Libertad. México: Editorial Planeta Mexicana; 2000.
25. ONU. Observación General 12 del Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (CDESC) 1999. Disponible en: <https://goo.gl/XB24zE>. Consultado en abril del 2017.