

Eric Uriel Ramírez Sánchez,\* Felipe Contreras Molotla,\*\*  
Enrique Contreras Suárez,\*\*\* José Antonio Roldan Amaro<sup>◊</sup>

## Panorama de la alimentación en los hogares de México. Una aproximación al estudio del hambre

### Panorama of food in the homes of Mexico. An approach to the study of hunger

**Abstract** | The hunger that persists in the world's population is considered as one of the deeper problems that society has not yet resolved. For Mexico, data from the National Council of Evaluation Policy of Social Development (Coneval) suggest that in 2014, 23% of mexicans suffered from lack access to food. This research presents a diagnosis about the power of households in a situation of hunger in the country. The work general objective is to examine the behavior of the magnitude and intensity of hunger in mexican households in the period from 2008 to 2014, revised through the deficit in energy consumption necessary to develop daily physical and intellectual tasks in the context of food prices crisis. The methodology used was based on the use of micro-data from the National Survey of Income and Expenditure Household (ENIGH) of 2008 and 2014, from which developed an indicator on the food situation in households. The results show that during the analysis period the number of households in a situation of hunger increased in 177,768 units, in this sense, for 2014 the hunger affected 11,238,031 households, its characteristic consumption pattern is constituted by different groups such as cereals (*tortilla* and rice), products of animal origin such as chicken meat and offal, milk, cheese and eggs, and processed cereals and beverages.

**Keywords** | hunger, food, households.

---

Recibido: 21 de octubre, 2019.

Aceptado: 12 de febrero, 2020.

\* Maestro en trabajo social por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Becario. CEIICH-UNAM.

\*\* Doctor en estudios de población por El Colegio de México. Investigador Titular A. CEIICH-UNAM.

\*\*\* Doctor en sociología por la Universidad Nacional Autónoma de México. Investigador Titular C. CEIICH-UNAM.

<sup>◊</sup> Doctor en historia por la Universidad Nacional Autónoma de México. Investigador en Ciencias B. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zuvirán (INCMNSZ).

**Correos electrónicos:** ramirez.sanchez.eric@gmail.com | molotla.cf@unam.mx | tato1941@gmail.com | roldanamaroj@gmail.com

Ramírez Sánchez, Eric Uriel, Felipe Contreras Molotla, Enrique Contreras Suárez, José Antonio Roldan Amaro. «Panorama de la alimentación en los hogares de México. Una aproximación al estudio del hambre.» *Interdisciplina* 9, n° 25 (septiembre-diciembre 2021): 93-113.

doi: <https://doi.org/10.22201/ceich.24485705e.2021.25.79968>

**Resumen** | El hambre que persiste en la población mundial se considera como uno de los problemas más profundos que la sociedad aún no ha resuelto. Para México, los datos del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval) indican en 2014, que el 23% de los mexicanos padecían carencia de acceso a la alimentación. En este artículo se presenta un diagnóstico sobre la carencia en el consumo de alimentos en los hogares mexicanos. El trabajo tiene como objetivo examinar la magnitud e intensidad del hambre en los hogares mexicanos entre 2008 y 2014, vista a través del déficit en el consumo de energía necesario para desarrollar las tareas físicas e intelectuales cotidianas en el contexto de la crisis del precio de los alimentos. La aproximación metodológica es cuantitativa por lo que se utilizaron los microdatos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) de 2008 y 2014, a partir de los que se elaboró un indicador que clasifica la condición alimentaria de los hogares, haciendo un especial énfasis en aquellos que tuvieron un consumo por debajo de lo recomendado. Los resultados muestran que durante el periodo de análisis el número de hogares en situación de hambre se incrementó en 177,768 unidades, en este sentido, para 2014 el hambre afectó a 11,238,031 hogares, su patrón de consumo característico está constituido por distintos grupos como los cereales (la tortilla de maíz y el arroz), los productos de origen animal como la carne y vísceras de pollo, leche, queso y huevo, y los cereales y bebidas procesadas.

**Palabras clave** | hambre, alimentación, hogares.

## Introducción

EL HAMBRE O LA CARENCIA alimentaria en la población del mundo es considerada como uno de los problemas más profundos que la sociedad aún no ha resuelto. Para México, los datos del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval) muestran en 2014 que el 23% de los habitantes de nuestro país tenían algún grado de carencia alimentaria, a pesar de que no profundizan en la intensidad, vista a través del consumo alimentario en los hogares.

De acuerdo con la información de mortalidad del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), entre 1990 y 2015, se estimó que, en promedio, al año ocurren 8,300 muertes que se encuentran relacionadas con el déficit en el consumo de alimentos. Estos indicadores oficiales, en su conjunto, contextualizan en cierta medida los efectos de la persistencia del hambre que se encuentran relacionados con la sobrevivencia, el desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales de las personas. Este trabajo profundiza en algunas de las características socio-demográficas de los hogares que se encuentran con dificultades para cubrir sus necesidades alimentarias básicas. El objetivo consiste en examinar la magnitud e intensidad del hambre en los hogares mexicanos entre 2008 y 2014, vista a través del déficit en el consumo de energía necesario para desarrollar las tareas físicas e intelectuales cotidianas en el contexto de la crisis del precio de los alimentos.

El artículo se encuentra estructurado de la manera siguiente: 1) en el primer apartado se desarrolla el marco conceptual en el que se precisan las definiciones de los términos que son la base de la investigación, así como la determinación de las asociaciones que existen entre los diversos conceptos vinculados con el fenómeno del hambre; 2) posteriormente se presenta la metodología utilizada para estimar, mediante el uso de los microdatos de la ENIGH, los niveles de consumo de nutrimentos y el indicador que identifica a los hogares en situación de subconsumo o hambre; 3) en la tercera parte se muestran los principales resultados y las reflexiones obtenidas del análisis de la información alimentaria que contienen las ENIGH, y, 4) en el segmento final se exponen las conclusiones de la investigación.

## **La aproximación conceptual al estudio del hambre**

Los aportes realizados por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés), el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en el año de 2007, y, recientemente, Josep Salrach (2012) distinguen dos nociones centrales referentes al concepto de hambre, explican que una primer acepción sobre este término se encuentra cargada de subjetividad, al usarse comúnmente para describir la sensación de malestar que sigue a un periodo de tiempo sin comer. Sin embargo, este término se emplea inadecuadamente pues la sensación percibida es lo que se denomina como apetito, es decir, ganas de comer.

La segunda concepción sobre hambre ha presentado variaciones en su definición, sin embargo, es posible advertir que en su desarrollo conceptual se puede identificar el fenómeno en tres formas:

1. El hambre aguda o hambruna son situaciones temporales de carencia total de alimentos de tal forma que se origina un proceso de inanición, que puede resultar en la muerte de las personas que la padecen (ICIHI 1986; PMA 2009; Salrach 2012).
2. El hambre crónica es la condición prolongada o permanente de ingesta insuficiente de alimentos para satisfacer las necesidades de energía y nutrimentos de las personas (Melotti 1969; Pérez 2005; FAO, FIDA y PMA 2015).
3. El hambre oculta es causada por una falta de micro nutrimentos esenciales (vitaminas y minerales) y se da en personas aún con un consumo adecuado de calorías y proteínas (De Castro 1975; Millán 2014; Roldan *et al.* 2012).

Es fundamental advertir que el término hambre no es unívoco pues se han desarrollado distintas concepciones al respecto; no obstante, entre las distintas definiciones se observan similitudes que han ampliado el concepto, las cuales coinciden en que se trata de una carencia en el consumo de alimentos.

Para fines de esta investigación, el hambre se conceptualiza como la situación de carencia o insuficiencia en el consumo de alimentos en cantidad y calidad, que produce una falta de nutrimentos (macro y/o micro) necesarios para la vida, el metabolismo, el desarrollo físico y la actividad humana en general (Mellotti 1969; De Castro 1975; Pérez 2005; PMA 2009; Salrach 2012; Millán 2014; FAO, FIDA y PMA 2015).

Es importante señalar que existen conceptos relacionados con el fenómeno del hambre, como exponen Figueroa y Boltvinik (2016), al prevalecer una multiplicidad terminológica, hay una confusión conceptual respecto de lo que significa el hambre, la desnutrición, la pobreza e inseguridad alimentaria.

En este sentido, de acuerdo con la FAO (2006), se considera que el hambre y la inseguridad alimentaria son conceptos concatenados, debido a que el hambre abarca tanto formas clínicas (desnutrición) como formas menos graves de carencia en el consumo de alimentos (y nutrimentos), mientras que la inseguridad alimentaria es un estado que implica una situación de hambre (inseguridad moderada y severa) como resultado de problemas de disponibilidad, estabilidad, acceso y utilización, o bien una situación de vulnerabilidad al hambre (inseguridad leve). Este término incluye situaciones en las que una persona padece hambre o está en una situación tal que podrá padecer hambre en el futuro.

Por su parte la carencia alimentaria como concepto se encuentra interrelacionado con el hambre pues se define como la incapacidad de las personas para adquirir física y económicamente cantidades suficientes de alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida sana y activa (Ramos *et al.* 2007; Torres 2013; Coneval 2014).

La desnutrición se concibe como el resultado de una ingestión alimentaria reducida y/o absorción deficiente de los nutrimentos consumidos de manera prolongada; es una consecuencia y la manifestación física y clínica del hambre, estas carencias nutricionales impiden que el organismo desempeñe eficazmente sus funciones orgánicas, como el crecimiento, el embarazo, la lactancia, el trabajo físico, la capacidad cognitiva, la resistencia a las enfermedades y la recuperación posterior (Herrero 2014).

Otro concepto relacionado con el hambre es el que la FAO (2006) denomina como subalimentación o subnutrición, que se define como un nivel de ingesta de alimentos insuficiente para satisfacer las necesidades de energía alimentaria de las personas, es decir, se refiere a un estado de incapacidad para adquirir ali-

mentos suficientes y a la situación en la que se encuentran aquellas personas cuyo consumo dietético de energía está siempre por debajo del mínimo requerido para llevar una vida completamente productiva, activa y saludable, este término es utilizado como sinónimo del hambre por parte de la FAO.

El concepto de mala nutrición también se encuentra asociado con el fenómeno del hambre ya que este término se define como un estado fisiológico de las personas resultado de un consumo insuficiente, desequilibrado o excesivo de macro nutrientes o micro nutrientes; es decir, la malnutrición es un concepto más amplio pues incluye las situaciones de desnutrición (manifestación física del hambre), así como las carencias de micro nutrientes y la hipernutrición (sobrepeso y obesidad) (PMA 2006).

Otro término vinculado con el hambre es el de pobreza alimentaria que Figueroa y Boltvinik (2016) definen como la situación del hogar/persona que no puede acceder a los tipos de dietas (en cantidades y proporciones suficientes para nutrirse adecuadamente) que se acostumbran o son ampliamente promovidas o aprobadas en la sociedad a la que pertenecen.

La identificación de los términos reseñados permite precisar el significado de conceptos que se encuentran asociados con el fenómeno del hambre, que generalmente se utilizan como equivalentes. Se puede advertir en las definiciones enunciadas que cada una se refiere a situaciones que se encuentran interrelacionadas y son diferentes, un ejemplo es la inseguridad alimentaria que incluye tanto las situaciones de hambre como la vulnerabilidad alimentaria (posibilidad de que en el futuro se presente el hambre).

## Metodología

La presente investigación se circunscribe en los estudios cuantitativos, que se caracterizan por el uso de información secundaria para someter a prueba hipótesis generales, con base en la medición numérica, el análisis estadístico, establecimiento de patrones de comportamiento y contrastar teorías (Briones 1996; Bonilla y Rodríguez 1997; Hernández *et al.* 2006).

Los instrumentos y fuentes de información que se utilizaron para el desarrollo de la investigación, se refieren a las encuestas nacionales oficiales:

- Del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI).
  - La Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) de los años 2008 y 2014.

Se emplearon los microdatos de la ENIGH de 2008 y 2014, lo cual permitió realizar la caracterización sociodemográfica de los hogares en situación de

hambre, es decir, se determinaron los grupos por edad, sexo, escolaridad, dependencia demográfica, el tipo de hogar y tipo de localidad (urbana o rural). La razón de utilizar las bases de datos para los dos momentos mencionados fue con la finalidad de abarcar un periodo que permitiera observar las características en el consumo de alimentos de los hogares que se encontraban en situación de hambre antes y después de la crisis alimentaria internacional y que restringió el consumo como consecuencia de la disponibilidad y aumento de precios de algunos alimentos.

El tratamiento de los microdatos de la ENIGH tanto en 2008 como en 2014 permitió identificar y clasificar a los hogares en situación de hambre y determinar sus características sociodemográficas, para ello se realizó la estimación del consumo de energía, proteínas y carbohidratos en los hogares en el país, a través del cálculo de la ingesta de alimentos del hogar (dato proxi), que se obtuvo mediante la sumatoria, en kilos o litros, de cada alimento específico que reporta la familia (como parte del gasto que realizan los hogares para la adquisición de productos alimenticios). Los consumos de alimentos en los hogares se transformaron en kilocalorías, proteínas y carbohidratos, con base en las tablas de aportes nutrimentales de los alimentos de mayor consumo en México.

En la determinación de los aportes nutrimentales de 240 productos que se registran en la ENIGH, se utilizaron las tablas de composición nutricional de los alimentos al ser estas empleadas para valorar las ingestas de energía, nutrientes y planificar la alimentación individual y colectiva de personas. En México, los estudios de Pérez (2008) con la revisión y actualización del Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes, así como el de Muñoz *et al.* (2010) en su trabajo titulado *Composición de alimentos. Valor nutritivo de los alimentos de mayor consumo*, proporcionan las tablas y valores necesarios para realizar la conversión de kilos/litros a kilocalorías, proteínas y carbohidratos.

Una vez que se obtuvo el valor nutrimental de referencia para cada alimento, se procedió a realizar la conversión de las cantidades de consumo registradas en la ENIGH, de kilos/litros/evento (para el caso de los alimentos consumidos fuera del hogar) a kilocalorías, proteínas y carbohidratos. A continuación, se presenta la operación utilizada para la conversión de los alimentos adquiridos en el hogar:

$$\text{valor nutrimental del alimento (KCal)} \times \text{cantidad consumida (kg)} = \text{aporte nutrimental del alimento}$$

*Ejemplo Tortilla de maíz:*

*1 kg de tortilla equivale a 3650 Kcal*

*Si un hogar consume 0.45 kg por día, equivale a 1,642.5 Kcal*

La operación antes expuesta se aplicó a 240 alimentos que registra la ENIGH, de acuerdo con los valores nutrimentales de las tablas mencionadas; posteriormente a la conversión, se efectuó el cálculo de la ingesta de kilocalorías, proteínas y carbohidratos del hogar, mediante la sumatoria de los valores nutrimentales de cada alimento consumido por el núcleo doméstico, al respecto es importante mencionar que para efectos del presente estudio un hogar, núcleo o unidad doméstica se define como la unidad formada por una o más personas, vinculadas o no por lazos de parentesco, que residen habitualmente en la misma vivienda particular (INEGI 2015).

Para poder construir el indicador sobre la situación alimentaria de cada hogar y poder identificar los hogares en situación de hambre fue necesario retomar las recomendaciones de consumo energético realizadas para la población de acuerdo con sus características de sexo y edad, así como de su nivel de actividad física, para ello se tomó como referencia los parámetros establecidos por la FAO, la OMS y el NIH (que se basa en las estimaciones de FAO y OMS) sobre una alimentación adecuada, y se presentan en la siguiente tabla:

**Tabla 1.** Requerimientos de energía alimentaria recomendada por grupo de edad y sexo.

Sexo	Grupo de edad	Nivel de actividad física: normal o moderadamente activo (Kcal/día)	
		Requerimiento energético	Requerimiento promedio
Niñas-niños	0 a 12 meses	698-723	711
	1	1030	1030
	2-3	1000-1400	1200
Mujer	4-8	1400-1600	1500
	9-13	1600-2000	1800
	14-18	2000	2000
	19-30	2000-2200	2100
	31-50	2000	2000
	51 y más	1800	1800
	4-8	1400-1600	1500
Hombre	9-13	1800-2200	2000
	14-18	2400-2800	2600
	19-30	2600-2800	2700
	31-50	2400-2600	2500
	51 y más	2200-2400	2300

Fuente: Modificado de FAO (2004) y NIH (2005).

Cabe destacar que al hacer referencia a un nivel de actividad física normal o moderadamente activa significa que una persona, el estudiante o trabajador debe caminar para tomar un transporte público, para llegar a su escuela o lugar de trabajo; practicar algún deporte; y trabajar en una ocupación que requiera un cierto esfuerzo físico (Negrete 2013).

Dado que los requerimientos nutricionales son diferentes según la edad, el sexo y la actividad de las personas, es necesario hacer una adecuación que refleje las características de cada miembro de un hogar en relación con sus necesidades nutricionales; para ello se toma como unidad de referencia el requerimiento energético del varón adulto y se establecen relaciones en función al sexo y la edad de las personas, construyendo así una tabla de equivalencias, a esa unidad de referencia se la denomina “adulto equivalente”.

Se toma como referencia de “adulto equivalente”, al requerimiento energético promedio de un varón entre 19 y 30 años con un nivel de actividad física moderado, que corresponde a 2,700 Kcal/día (véase tabla 1). El consumo de los integrantes de los hogares se establece en relación con la del “adulto equivalente” según sus necesidades kilo-calóricas de acuerdo con las características de edad y sexo de cada integrante del hogar (tabla 1).

La fórmula utilizada para la estimación del adulto equivalente o unidad consumidora es la siguiente:

$$\frac{REG_i}{REGR} = AE$$

Donde:

$REG_i$  = *Requerimiento energético promedio del grupo etario 'i'*

$REGR$  = *Requerimiento energético promedio del grupo etario de referencia*

$AE$  = *Adulto equivalente*

Ejemplo:

$REG_{M 14-18}$  = *Requerimiento energético promedio de una mujer entre 14 y 18 años (2,000 Kcal/día)*

$REGR$  = *Requerimiento energético promedio de referencia del grupo etario hombre entre 19 y 30 años (2,700 Kcal/día)*

$$\frac{REG_{M 14-18}}{REGR} = AE$$

Sustitución:

$$\frac{2000}{2700} = 0.74$$



La determinación del adulto equivalente (AE) es fundamental, pues en este se reflejan las necesidades, en términos de alimentación, de los miembros del hogar, lo anterior se realiza mediante la incorporación de los requerimientos nutricionales de cada miembro de acuerdo con las características respecto de la población de referencia (tabla 1).

La clasificación sobre la situación alimentaria de los hogares se determinó a partir de las recomendaciones mínimas y máximas de ingesta de energía para la población:

1. Exceso de consumo o sobrealimentación: los hogares cuyo consumo *por adulto equivalente* al día es superior a la recomendación del requerimiento máximo de ingesta energética, es decir, un consumo mayor a 3,140 kcal/día.
2. Consumo energético recomendado: hogares con un consumo *por adulto equivalente* al día que se encuentre entre las 1,862 kcal hasta las 3,140 kilocalorías.
3. Déficit de consumo, hambre o subconsumo: los hogares cuyo consumo *por adulto equivalente* al día es menor a la recomendación del requerimiento mínimo de ingesta energética, es decir, un consumo menor a 1,862 kcal/día.

Adicionalmente, el déficit se desagregó en tres categorías sugeridas por Peltre-Wurts (2004), que aluden a la intensidad de hambre de acuerdo con la adecuación de la ingesta mínima respecto de las recomendaciones de consumo nutricional. Para efectos del estudio, se toma como valor de referencia el consumo de 1,862 Kcal/día por AE y se estratifica de acuerdo con el porcentaje de adecuación a la ingesta mínima calórica como se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 2.** Indicador de hambre en los hogares.

Tipo	Energía consumida (kcal/persona/día)	Consumo requerido
Hambre o subconsumo leve	1,489-1,861	80% y más
Hambre o subconsumo moderado	931-1,488	Entre 50% y 79%
Hambre o subconsumo severo	< 930	Menor a 50%

Fuente: Modificado de Peltre-Wurtz (2004).

Los núcleos domésticos en condiciones de hambre leve son aquellos cuya ingesta cubre el 80% o un porcentaje mayor de las recomendaciones nutricionales mínimas, por su parte los hogares con subconsumo moderado son los que

su consumo de alimentos cubre entre el 50% y el 79% de la ingesta recomendada, mientras que en las unidades domésticas con hambre severa la composición de su dieta solamente les permite cubrir hasta un 49% de los requerimientos nutricionales.

Después de construir los indicadores mencionados en este apartado fue posible clasificar a los hogares de acuerdo con sus principales condiciones alimentarias que aportan elementos para el debate referente a las diferentes formas de aproximarse al estudio del problema del hambre en los hogares.

## Resultados

En este apartado presentamos los resultados más relevantes sobre el consumo de alimentos en los hogares mexicanos entre 2008 y 2014. En la tabla 3 se muestra la distribución relativa del indicador sobre la situación alimentaria de los hogares, en términos del consumo energético.

**Tabla 3.** Hogares por situación de consumo en México, 2008-2014.

Categoría	2008	2014
	%	%
<b>Déficit de consumo (hambre o subconsumo)</b>	39.7	35.5
<b>Consumo recomendado</b>	35.8	35.7
<b>Exceso de consumo (sobrealimentación)</b>	24.3	28.8
<b>Sin datos de consumo</b>	0.3	0.1
<b>Total</b>	100 (27,874,625)	100 (31,671,002)

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

La información muestra una marcada polarización en la situación nutricional, en la que seis millones de hogares (24.3%) presentaron un exceso en el consumo de alimentos en 2008, mientras que en 2014 la cifra ascendió a los nueve millones de hogares (28.8%), lo cual muestra el exceso energético y sugiere un riesgo elevado de padecer enfermedades metabólicas, sobrepeso y obesidad.

En contraparte, el problema del hambre en los hogares del país es relevante al igual que el de la sobrealimentación. En 2008 había alrededor de once millones de unidades domésticas con déficit de consumo (39.7%) y a pesar de que en 2014 se muestra una disminución relativa, en términos absolutos representó el incremento de 177,768 hogares. Mostrando claramente la polarización en el consumo de alimentos y la situación nutricional entre los dos momentos anali-

zados. Así, es indispensable atender ambas problemáticas que no son menores en términos de condiciones de salud de la población.

Para complementar el panorama es pertinente examinar la información relacionada con el consumo de energía (kilocalorías) y macro nutrientes (proteínas y carbohidratos) de las unidades domésticas que se ubican en las categorías de hambre (déficit), exceso (sobrealimentación) y consumo recomendado. A continuación, se presentan los datos relacionados con el consumo promedio nacional de nutrientes en los núcleos domésticos.

**Tabla 4.** Consumo nutrimental promedio de los hogares, 2008-2014.

Categoría	2008			2014		
	Calorías (Kcal/AE/día)	Proteínas (g/AE/día)	Carbohidratos (g/AE/día)	Calorías (Kcal/AE/día)	Proteínas (g/AE/día)	Carbohidratos (g/AE/día)
<b>Déficit de consumo (hambre o subconsumo)</b>	1,279.56	47.68	178.22	1,316.43	48.34	188.09
<b>Consumo recomendado</b>	2,413.30	84.53	327.45	2,424.75	84.00	332.66
<b>Exceso de consumo (sobrealimentación)</b>	5,870.14	186.67	821.81	5,934.71	185.23	843.91

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

Como se mencionó, la situación alimentaria en los hogares del país presenta una polarización importante entre los que presentan déficit o hambre y los que tienen un consumo excesivo de calorías, proteínas y carbohidratos, en conjunto, concentraron en 2008 y 2014 al 64.3% de los hogares del país y las unidades domésticas que tuvieron un consumo recomendado de acuerdo con los parámetros establecidos para la población mexicana, es así que, para 2008 los hogares en situación de exceso o sobrealimentación tuvieron un consumo promedio de energía por adulto equivalente por día 86% superior. Si lo consideramos como parámetro para realizar la comparación de ingesta nutrimental, en las que el requerimiento máximo es de 3,140 kcal/persona/día, entonces se muestra una inadecuación nutricional media de 2,730 calorías. En 2014 la situación se intensificó al incrementar la distancia entre el consumo excesivo y las recomendaciones alimentarias, pues la ingesta energética promedio fue 89% mayor, al llegar hasta las 5,934.71 kcal/persona/día; lo anterior indica una tendencia creciente del número de hogares con sobrealimentación, problema que se ha exacerbado al distanciarse, cada vez más, de las recomendaciones en el consumo de energía y macro nutrientes.

El incremento en la cantidad de hogares en situación de sobrealimentación se debe, fundamentalmente, al consumo de dietas con alto contenido en sal, grasas saturadas, azúcares, colesterol, carbohidratos refinados, calorías vacías y cantidades reducidas de micro nutrientes y fibra. Este consumo se asocia con niveles bajos de actividad física, es decir, con el sedentarismo, relacionado con la vida urbana contemporánea y el tipo de empleos que se encuentran en el comercio y los servicios que no demandan un desgaste físico o energético elevado (Popkin 2002).

Los datos sobre la intensidad del hambre en los hogares con déficit en el consumo alimentario muestran una adecuación en la dieta del 68.7%, es decir, en 2008 estos hogares no consumieron 582.4 calorías por adulto equivalente al día para alcanzar las recomendaciones mínimas de ingesta energética, situación que no se modificó sustantivamente en 2014 (70.7%). La información sobre el consumo calórico para los hogares en situación de hambre mejora ligeramente, esto se atribuye al efecto en la crisis del precio de los alimentos que en 2008 restringe el consumo y en 2014 se muestra una recuperación, a pesar de que se incrementa el número de hogares en situación de hambre.

Para mostrar un panorama amplio sobre la situación alimentaria de los hogares en México, es indispensable presentar el comportamiento del patrón de consumo de alimentos de los hogares, de acuerdo con la clasificación que presentamos (déficit, exceso y recomendado). En la tabla 5 se presenta el porcentaje de kilocalorías que aporta cada uno de los distintos grupos de alimentos.

Los hogares que padecen hambre obtuvieron la mayor parte de las calorías que consumen de los cereales (tortilla de maíz y arroz) que aportaron el 29.7% de la energía total; le sigue en importancia la categoría de los productos de origen animal con el 20.3% de las calorías; los cereales procesados como las galletas, el pan, la sopa instantánea y las botanas, concentraron el 8.2% de la ingesta; por su parte la categoría de los alimentos consumidos fuera del hogar contribuyó con el 7.1% de las calorías; el grupo de las bebidas procesadas conformado por los refrescos, bebidas energéticas y jugos envasados, aportó el 5.2% de la energía, mientras que los alimentos preparados como el atole, flautas, guisados, hot-dogs, sopas, tacos, tamales, tortas, sopes, pizzas, carnitas y pollo rostizado, participaron con el 5.0% de las calorías totales; estos seis grupos de alimentos aportaron en conjunto el 75.5% de la ingesta energética del hogar. Esta información permite aseverar que una tercera parte de la energía proviene de alimentos procesados, los cuales se caracterizan por ser productos de alto contenido calórico, pero con un bajo o nulo aporte de nutrientes (principalmente de los micro nutrientes), esto indica que los hogares están optando por consumir bienes industrializados compuestos por calorías vacías, lo que explicaría el aumento en la ingesta energética a pesar de la disminución del gasto en alimentos.

**Tabla 5.** Participación de las categorías de alimentos (composición de la dieta) en la ingesta promedio de energía de los hogares en México por situación alimentaria, 2008-2014.

Categoría	Déficit de consumo (hambre)				Consumo recomendado				Exceso de consumo (sobrealimentación)			
	2008		2014		2008		2014		2008		2014	
	%	Kcal/día	%	2014	%	Kcal/día	%	Kcal/día	%	Kcal/día	%	Kcal/día
<b>Cereales</b>	28.2	360.6	29.7	391.4	26.0	626.6	25.9	627.6	29.5	1729.7	29.1	1726.3
<b>Productos de origen animal</b>	21.5	275.6	20.3	267.6	19.9	480.2	19.2	465.5	16.6	971.5	15.8	937.8
<b>Cereales procesados</b>	8.6	109.8	8.2	107.7	9.5	228.3	9.4	228.3	9.6	563.8	8.6	508.9
<b>Alimentos fuera del hogar</b>	6.9	88.1	7.1	93.3	5.5	133.8	5.7	137.6	3.4	197.6	3.4	202.6
<b>Bebidas procesadas</b>	5.2	67.0	5.2	68.1	4.3	104.4	3.9	94.9	3.1	184.1	3.0	180.7
<b>Leguminosas</b>	5.0	64.2	4.4	57.4	5.0	121.7	4.9	119.0	5.1	296.8	4.8	287.7
<b>Aceite y grasas</b>	4.7	60.4	3.6	47.3	7.5	181.7	6.6	160.4	10.4	609.7	9.3	553.6
<b>Alimentos preparados</b>	4.3	54.8	5.0	65.7	5.1	122.6	5.8	141.7	4.8	281.1	7.4	441.9
<b>Verduras y tubérculos</b>	3.9	49.7	4.3	56.6	3.6	88.0	4.2	102.0	3.0	173.6	3.4	199.1
<b>Carne procesada</b>	3.5	44.4	3.9	51.4	3.5	84.9	4.3	103.2	2.7	160.6	3.1	185.7
<b>Azúcar y miel</b>	2.9	36.5	2.5	32.8	3.7	89.8	3.5	84.9	5.0	295.3	4.8	285.4
<b>Fruta fresca</b>	2.7	34.3	2.9	38.3	3.0	73.5	3.1	75.3	2.8	166.2	2.9	174.8
<b>Otros alimentos procesados</b>	1.5	19.3	1.8	23.1	1.8	43.5	2.0	49.0	2.2	128.6	2.5	148.8
<b>Otros alimentos frescos</b>	1.2	15.0	1.2	15.6	1.4	34.4	1.5	35.4	1.9	111.7	1.7	101.3

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

Los datos de la ENIGH permiten advertir un aspecto que se relaciona con la desigualdad en los consumos, a pesar de que la conformación de las dietas y la participación en términos porcentuales de los grupos de alimentos son parecidas entre las tres categorías de ingesta alimentaria, la información muestra las asimetrías que existen entre las distintas categorías de hogares, es así que al comparar la diferencia que hay entre el consumo de alimentos de los núcleos domésticos en situación de hambre y los que tienen exceso o sobrealimentación, la desigualdad se profundiza de forma importante, sobre todo en 2014.

La mayor asimetría se observó en la categoría de aceites y grasas cuya ingesta por parte de los hogares con exceso es once veces superior a la de los hogares en situación de déficit. En los cereales y los productos de origen animal la diferencia en su ingesta es 4.4 y 3.5 superior, respectivamente, mientras que las categorías que presentaron la menor desigualdad fueron: bebidas procesadas y alimentos

consumidos fuera de hogar, ambos grupos con una ingesta por parte de los hogares con sobrealimentación que duplica el consumo en comparación con las unidades domésticas con hambre. Esta situación demuestra las marcadas asimetrías existentes entre los hogares, es por ello que la participación porcentual de los distintos grupos de alimentos en la ingesta nutrimental total es muy parecida, pero al observar la información de los promedios se muestran profundas diferencias.

Para ahondar en el tema específico relacionado con la magnitud e intensidad del hambre, así como de las condiciones alimentarias de los hogares en esta condición, y con la finalidad de tener un panorama que advierta sobre la complejidad del fenómeno, en la tabla 6 se presentan los resultados del indicador relativo al déficit en el consumo de alimentos, en el que se clasifican los hogares con hambre de acuerdo con la intensidad de la misma (leve, moderada y severa).

**Tabla 6.** Número de hogares en situación de hambre en México, 2008-2014.

Categoría	2008		2014	
	Hogares	%	Hogares	%
Hambre o subconsumo leve	4,050,333	36.6	4,369,823	38.9
Hambre o subconsumo moderado	4,799,450	43.4	4,964,852	44.2
Hambre o subconsumo severo	2,210,480	20.0	1,903,356	16.9
Total	11,060,263	100.0	11,238,031	100.0

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

Los resultados muestran tres condiciones distintas de los hogares en situación de hambre de acuerdo con la intensidad del fenómeno, lo anterior expresa la distancia que existe entre el consumo de energía respecto a las recomendaciones de ingesta mínima establecida para la población mexicana. Los hogares con subconsumo leve representan el 38.9% de los hogares en situación de hambre, tienen una dieta que cubre un poco más del 80% de la ingesta calórica mínima recomendada; los hogares en la categoría de hambre moderada representan el 44.2% de los hogares con hambre, y cubren entre el 50 y 79% de la ingesta recomendada; en tanto, los hogares con hambre severa representan el 16.9% de los once millones de unidades domésticas con déficit, con un aporte en su dieta que no sobrepasa el 49% (menos de 930 kcal/persona/día) del consumo mínimo recomendado.

En este sentido, durante el periodo de estudio (entre 2008 y 2014) se observa un comportamiento diferenciado en cuanto a la magnitud del problema entre los tres tipos de hogares (de acuerdo con la intensidad del hambre que presentan), pues en las unidades domésticas ubicadas en la categoría de subconsumo leve se incrementó 8%; en una situación similar se encuentran las familias con hambre moderada cuyo aumento fue del 3%; sin embargo y en contraste con las dos categorías anterior-

res, los hogares con subconsumo severo se redujeron en un 14% (307,124 unidades domésticas), situación que advierte un crecimiento promedio en la ingesta nutricional de los hogares, asociada con el aumento sustancial en el consumo de grupos de alimentos como los cereales, las bebidas procesadas, alimentos preparados y la carne procesada, lo anterior le ha permitido a una parte de los hogares situarse en una categoría diferente (en cuanto a la intensidad del déficit) sin que necesariamente se resuelva la condición de hambre en la que se encuentran sus integrantes.

Para complementar el panorama en el que se encuentran los hogares con hambre en el país, se considera necesario presentar la información relacionada con el consumo nutricional de los núcleos domésticos con déficit.

**Tabla 7.** Consumo nutricional promedio de los hogares en situación de hambre en México, 2008-2014.

Categoría	2008			2014		
	Calorías (Kcal/AE/día)	Proteínas (g/AE/día)	Carbohidratos (g/AE/día)	Calorías (Kcal/AE/día)	Proteínas (g/AE/día)	Carbohidratos (g/AE/día)
<b>Hambre o subconsumo leve</b>	1676.50	61.63	231.40	1676.09	61.17	234.90
<b>Hambre o subconsumo moderado</b>	1231.20	46.54	171.71	1239.02	45.86	178.98
<b>Hambre o subconsumo severo</b>	657.26	24.58	94.88	692.60	25.37	104.39
<b>Promedio</b>	1279.56	47.68	178.22	1316.43	48.34	188.09

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

Las variaciones en el consumo de calorías, proteínas y carbohidratos en el grupo de hogares en condición de hambre leve, de 2008 a 2014, se caracterizó por una estabilidad en la ingesta energética y de macro nutrientes, es decir, en esta categoría prácticamente no hubo modificación en su situación nutricional, ya que en los dos años el aporte calórico de la dieta promedio fue de 1,676 kcal, el de proteínas de 61 gramos y el de carbohidratos incrementó en 3 gramos. Llama la atención que el consumo de carbohidratos en los hogares con subconsumo leve sea más del doble del consumo que presentan los hogares con subconsumo severo.

Por otra parte, el consumo de los hogares con hambre moderada presentó variaciones distintas en el aporte de la dieta, ya que entre 2008 y 2014 el consumo calórico se mantuvo sin modificaciones severas, al pasar de 1,231 a 1,239 kcal, lo mismo ocurrió con las proteínas, en el caso de los carbohidratos se incrementaron ligeramente.

El comportamiento de la ingesta nutricional de los hogares en situación de hambre severa también presenta su propia dinámica, debido a que el incremento en el consumo calórico reportado en esta categoría fue de 35 kcal/per cápita,

el de proteínas aumentó en 1 gramo aproximadamente, y el de carbohidratos también creció en un monto de 7 gramos por persona al día.

Además de las variaciones en el comportamiento del consumo de energía y macro nutrientes, la información permite advertir la situación relacionada con la desigualdad nutricional entre las distintas categorías de hogares en situación de hambre, es así que al contrastar la ingesta entre las unidades domésticas con un déficit leve respecto del subconsumo moderado el resultado fue una diferencia en 2008 del 36.2% y en 2014 fue de 35.3% (alrededor de 437 kcal/per cápita) superior; cuando se compara la condición nutricional de los hogares con hambre leve y severa, resulta ser que en 2008 el consumo de calorías fue 2.6 veces mayor en las unidades domésticas con un déficit leve en relación con los severos, y para 2014 la asimetría disminuyó hasta presentar una ingesta 2.4 veces mayor que los hogares con hambre severa.

Para finalizar con la presentación de resultados, es necesario señalar que los niveles de consumo antes expuestos se encuentran directamente interrelacionados con las características de la alimentación (composición de la dieta) que tienen los hogares en condición de hambre, es decir, con su patrón de consumo, es por ello que a continuación se presenta la distribución de información de acuerdo con los grupos alimentarios de los hogares con déficit.

Como se puede observar la dieta de los hogares en situación de hambre leve está conformada por categorías de productos como los cereales que aportaron en 2014 el 28.3%; los productos de origen animal contribuyeron con un 20.4% de la energía; cereales procesados con el 8.7%; alimentos consumidos fuera del hogar en establecimientos especializados con 6.7%; los alimentos preparados con el 5.3%; bebidas procesadas con el 4.6%; y las leguminosas con el 4.5% de la ingesta energética total; estos siete grupos de alimentos concentran el 78.5% del consumo calórico de los hogares.

En el caso de los hogares con subconsumo moderado, la dieta de este tipo de unidades domésticas está compuesta por alimentos que pertenecen al grupo de los cereales que en 2014 aportaron el 30.8% del consumo calórico total, los productos de origen animal con el 20.4% de la ingesta, los cereales procesados con el 7.8%, los alimentos consumidos fuera del hogar con 7.6%, las bebidas procesadas 5.4%, y los alimentos preparados con el 4.7% del consumo energético total; cabe resaltar que estas seis categorías de alimentos aportaron el 76.7% de la energía total.

La dieta de los hogares en situación de hambre severa se encuentra constituida por los cereales que en 2014 aportaron el 32.5% del consumo calórico total, los productos de origen animal con 19.8% de la ingesta, los cereales procesados con 7.3%, los alimentos consumidos fuera del hogar con 7.2%, bebidas procesadas con 7.2%, y las verduras y tubérculos con el 4.5%; estos seis grupos de alimentos en conjunto aportaron el 78.5% de la ingesta energética total.



**Tabla 8.** Participación de las categorías de alimentos (composición de la dieta) en la ingesta promedio de energía de los hogares en situación de hambre en México, 2008-2014.

Categoría	Hambre o subconsumo leve				Hambre o subconsumo moderado				Hambre o subconsumo severo			
	2008		2014		2008		2014		2008		2014	
	%	Kcal/día	%	2014	%	Kcal/día	%	Kcal/día	%	Kcal/día	%	Kcal/día
<b>Cereales</b>	26.5	443.6	28.3	475.0	28.8	354.5	30.8	381.4	28.4	185.9	32.5	224.9
<b>Productos de origen animal</b>	20.8	348.2	20.4	341.9	21.9	269.8	20.4	252.2	21.0	137.6	19.8	137.3
<b>Cereales procesados</b>	9.3	156.6	8.7	146.0	8.7	106.7	7.8	96.1	8.1	53.2	7.3	50.2
<b>Alimentos fuera del hogar</b>	7.3	122.2	6.7	111.8	6.5	79.5	7.6	93.6	7.5	49.4	7.2	49.8
<b>Bebidas procesadas</b>	5.2	86.6	4.6	77.7	5.5	67.3	5.4	66.4	6.9	45.2	7.2	50.1
<b>Leguminosas</b>	5.1	85.5	4.5	75.2	5.2	64.6	4.2	52.1	5.4	35.3	4.4	30.2
<b>Verduras y tubérculos</b>	3.7	62.3	4.3	71.3	3.8	47.3	4.3	53.5	4.0	26.3	4.5	31.1
<b>Aceite y grasas</b>	4.9	82.3	4.3	72.4	4.2	51.2	3.1	37.8	3.9	25.3	2.1	14.9
<b>Alimentos preparados</b>	5.0	83.2	5.3	89.2	4.2	52.1	4.7	58.7	3.7	24.2	4.3	29.9
<b>Azúcar y miel</b>	2.8	47.2	2.6	44.0	2.5	31.0	2.4	29.5	3.0	19.8	2.3	15.7
<b>Carne procesada</b>	3.7	62.5	4.1	68.9	3.5	43.1	3.9	47.8	2.7	17.7	3.0	20.7
<b>Fruta fresca</b>	2.8	47.6	3.0	50.4	2.6	31.5	2.8	35.3	2.4	15.4	2.7	18.7
<b>Otros alimentos procesados</b>	1.6	26.4	1.8	30.9	1.6	19.6	1.7	20.6	1.8	11.7	1.8	12.1
<b>Otros alimentos frescos</b>	1.3	21.1	1.3	21.3	1.2	14.3	1.1	13.9	1.1	7.5	1.0	6.9

Fuente: Elaboración propia con datos de la ENIGH.

## Discusión

La crisis alimentaria que se expresó con el incremento del precio de los alimentos fue resultado de las fracturas provocadas por el modelo de mercado neoliberal, desregularizado y creador de desigualdades, provocando efectos negativos para gran parte de los hogares, entre los que se encuentra la agudización y prevalencia del hambre en la población, lo anterior permite visibilizar el problema de la subalimentación como un fenómeno de carácter multidimensional que incide de forma diferenciada en los miembros de la sociedad. Es importante destacar que las consecuencias nutricionales del régimen alimentario corporativo contemporáneo y de la volatilidad en el precio de los alimentos son severas en aquellos hogares con menor capacidad económica y de adaptación a los impactos de la crisis.

También es fundamental advertir que la crisis alimentaria ha tenido un impacto negativo en las condiciones del consumo de alimentos en la población

mexicana, con un efecto directo en la magnitud del problema del hambre, y que se expresa en el incremento absoluto del número de hogares con déficit en el consumo de energía y macro nutrientes.

Es importante destacar que entre las tres categorías de hambre (leve, moderada y severa) hay asimetrías en el consumo que se pueden observar de forma adecuada mediante el análisis de la ingesta en términos absolutos, las cifras relativas no advierten de forma clara esta situación. Al tomar como referencia los hogares con déficit severo, los datos indican que para 2014, el grupo de alimentos con la mayor desigualdad en el consumo fue el de los aceites y grasas con una ingesta 2.5 veces superior de los núcleos domésticos con hambre moderada respecto de los que tienen un déficit severo, otro grupo es el de las carnes procesadas cuya diferencia en el consumo es del doble (2.3 veces), por su parte la menor asimetría se registró en las categorías constituidas por las leguminosas así como por las verduras y los tubérculos, con un 72% de diferencia en la ingesta para ambos grupos.

Sobre la desigualdad que existe en el consumo de los hogares con déficit severo respecto de los que tienen un déficit leve, se observa que para 2014 el grupo de alimentos que presentó la mayor asimetría fue el de los aceites y las grasas con una ingesta 4.9 veces superior en favor de los núcleos domésticos con hambre leve, seguido por la categoría de las carnes procesadas en la cual se registró una diferencia en su ingesta del triple (3.3 veces), mientras que los grupos con la menor asimetría fueron los de las bebidas procesadas y los cereales. En este sentido, la información sobre la participación de las diferentes categorías de alimentos en la ingesta nutrimental total demuestra las profundas desigualdades en el consumo incluso entre los hogares con algún nivel de déficit, lo cual permite afirmar que los hogares con una mayor prioridad para su atención son los que se encuentran en una situación de déficit o hambre severa.

## Conclusiones

La crisis del precio de los alimentos acontecida en 2008 se caracterizó por el incremento acelerado en el precio de los alimentos que repercutió de forma negativa en gran parte de los hogares mexicanos. Sin embargo, sus consecuencias nutricionales han tenido mayor severidad entre los hogares que perciben menos ingresos en hogares pobres que, por lo regular, destinan entre el 40 y el 50% de sus gastos mensuales a la compra de alimentos y, por tanto, tienen una menor capacidad de afrontar los impactos de la crisis, como consecuencia de la insuficiencia de recursos y medios de sustento para cubrir una canasta alimentaria básica. Tal restricción se traduce en consumos menores de alimentos que se pueden asociar con la agudización de la situación de hambre.

Ante la precarización de las condiciones de vida (reducción en la generación de ingresos y aumento en el precio de todo tipo de satisfactores) ocasionadas por la presencia de las crisis económicas, los hogares mexicanos instrumentan estrategias con la finalidad de mantener el nivel de ingesta, modifican el patrón de consumo alimentario en época de crisis, en el que van incorporando alimentos procesados o ultraprocesados de bajo costo, lo que repercute en la disminución de la calidad y la variedad de la dieta, como consecuencia de las restricciones económicas para cubrir otros bienes y servicios indispensables en el hogar.

La imposición de patrones de consumo caracterizados por una alta proporción de productos procesados y ultraprocesados responde a que los alimentos industrializados se presentan en los medios a través de la publicidad como las mejores alternativas alimentarias, estimulando, por un lado, un proceso en la dieta cotidiana en que se incorporan los productos que se producen por las grandes empresas de alimentos; y, por otro, se han vuelto necesarios los alimentos empacados de fácil acceso que satisfacen el apetito dentro y fuera del hogar y que por lo regular cuentan con una gran cantidad de calorías, carbohidratos, sales, azúcares, endulzantes y conservadores, que aportan energía de manera rápida, pero carecen de nutrimentos esenciales.

Los efectos de la crisis alimentaria acontecida en 2008, provocó una restricción en el consumo de alimentos y aumentó el número de hogares en situación de hambre, como se ha mostrado a través de los resultados de esta investigación. Entre 2008 y 2014, contrariamente a lo esperado se observó una mayor prevalencia, en términos absolutos, de hogares clasificados en situación de hambre (con efectos diferenciados de acuerdo con la intensidad del déficit). Lo anterior se explica por la reducción en el ingreso real en todos los estratos y el aumento en general del costo de la canasta básica, especialmente el incremento en el precio de los alimentos, lo que a su vez impactó en el presupuesto y su distribución de los recursos para cubrir las distintas necesidades de los integrantes del hogar. ■

## Referencias

- Achaerandio, Luis. 2010. *Iniciación a la práctica de la investigación*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Bonilla, Elssy y Penélope Rodríguez. 1997. *La investigación en ciencias sociales. Más allá del dilema de los métodos*. Colombia: Ediciones Uniandes–Grupo Editorial Norma.
- Briones, Guillermo. 1996. *Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales*. Colombia: ICFES.
- Cázares, Laura et al. (1999). *Técnicas actuales de investigación documental*. México: Trillas.

- Comisión Independiente sobre Asuntos Humanitarios Internacionales (ICHI). 1986. *El hambre, una tragedia evitable: Informe de la comisión independiente sobre asuntos humanitarios internacionales*. España: Alianza Editorial.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval). 2014. *Metodología para la medición multidimensional de la pobreza en México*. México: Coneval.
- Cortés, Guillermo y Silvia García. 2003. *Investigación documental. Guía de autoaprendizaje: apuntes y ejercicios*. México: SEP.
- De Castro, Josué. 1975. *Geopolítica del hambre*. España: Ediciones Guadarrama.
- Figueroa, Héctor y Julio Boltvinik. 2016. Dos elementos metodológicos centrales para una medición rigurosa de la pobreza alimentaria. Aplicación al DF. *Acta Sociológica*, 70: 223-243.
- Hernández, Roberto *et al.* 2006. *Metodología de la investigación*. México: MacGraw-Hill.
- Herrero, Susana. 2014. *Evolución e impacto del hambre mundial*. Ecuador: UDLA.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). 2015. *Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares ENIGH 2014. Temas, categorías y variables*. México: INEGI.
- Melotti, Umberto. 1969. *Sociología del hambre. De la toma de conciencia del problema a una nueva estrategia para el desarrollo económico*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Millán, Patricio. 2014. *Terminar con el hambre: seis políticas públicas claves*. Argentina: EDUCA.
- Muñoz, Miriam *et al.* 2010. *Composición de alimentos. Valor nutritivo de los alimentos de mayor consumo*. México: McGraw-Hill.
- Negrete, Miguel. 2013. El hambre en México. *Revista Estudios*, XI (107): 71-111.
- National Institutes of Health (NIH). 2005. *Cómo las familias encuentran el equilibrio: Un manual para los padres de familia*. Estados Unidos de América: NIH.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). 2004. *Human energy requirements. Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation*. Roma: FAO.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). 2006. *El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2006. La erradicación del hambre en el mundo: evaluación de la situación diez años después de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación*. Roma: FAO.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Comisión Económica para América Latina (CEPAL) y Programa Mundial de Alimentos (PMA). 2007. *Hambre y cohesión social. Cómo revertir la relación entre inequidad y desnutrición en América Latina y el Caribe*. Chile: FAO.

- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Comisión Económica para América Latina (CEPAL) y Programa Mundial de Alimentos (PMA). 2015. *El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2015. Cumplimiento de los objetivos internacionales para 2015 en relación con el hambre: balance de los desiguales progresos*. Roma: FAO.
- Padua, Jorge. 1979. *Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Peltre-Wurtz, Jacqueline. 2004. *Luchar para comer: estrategias familiares para la alimentación en sectores populares*. Ecuador: Ediciones Abya-Yala – CEDEMI – IRD.
- Pérez, Ana. 2008. *Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes*. México: Fomento de Nutrición y Salud, A. C.
- Pérez, Félix. 2005. Panorama mundial del hambre. A medio lustro del siglo XXI un problema grave todavía pendiente: La humanidad hambrienta. En Real Academia Nacional de Medicina (ed.), *Anales de la Real Academia Nacional de Medicina*. España: Real Academia Nacional de Medicina.
- Programa Mundial de Alimentos (PMA). 2006. *Serie de informes sobre el hambre en el mundo 2006. El hambre y el aprendizaje*. Reino Unido: Earthscan.
- Programa Mundial de Alimentos (PMA). 2009. *Serie de informes sobre el hambre en el mundo. El hambre y los mercados*. Reino Unido: Earthscan.
- Popkin, Barry. 2002. An overview on the nutrition transition and its health implications: the Bellagio meeting. *Public Health Nutrition*, 5(1A): 93-103.
- Ramos, Esteban *et al.* 2007. Reflexiones sobre derecho, acceso y disponibilidad de alimentos. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 8(4): 1-11.
- Roldan, José Antonio *et al.* 2012. *El hambre como parte de la cultura en los hogares marginales de México. Los casos de la Huasteca Potosina y La Sierra Tarahumara*. Alemania: Editorial Académica Española.
- Rojas, Raúl. 2013. *Guía para realizar investigaciones sociales*. México: Plaza y Valdés.
- Salrach, Josep. 2012. *El hambre en el mundo: Pasado y presente*. España: Universitat de València.
- Torres, Felipe. 2013. El acceso a la alimentación como factor de desigualdad. En Leticia Cano (coord.), *Pobreza y desigualdad social. Retos para la reconfiguración de la política social*. México: UNAM-Ediciones Díaz de Santos.