

Preferencias alimentarias en tiempos de pandemia: El caso de personas mayores chilenas

Food preferences in times of pandemic. The case of Chilean older people

Claudia Troncoso-Pantoja¹,  Carolina Garrido-Ramírez², 
Camila Gatica-Quiroga³,  Cristina Salas-Moyano⁴ 

DOI: 10.19136/hs.a21n2.4859

Artículo Original

• Fecha de recibido: 30 de noviembre de 2021 • Fecha de aceptado: 18 de enero de 2022 • Publicado en línea: 8 de abril de 2022

Autor de Correspondencia

Claudia Troncoso-Pantoja. Dirección postal: Departamento de Salud Pública: Facultad de Medicina;
Universidad Católica de la Santísima Concepción Alonso de Ribera 2850. Concepción. Chile.
Correo electrónico: ctroncosop@ucsc.cl

Resumen

Objetivo: El aislamiento social originado por el COVID-19 ha potenciado modificaciones en los estilos de vida, afectando el bienestar de las personas mayores. Es por esto que el objetivo del estudio es el interpretar las influencias de factores emocionales y socioeconómicos en las preferencias alimentarias de personas mayores en Gran Concepción, Chile, en tiempos de pandemia.

Materiales y Métodos: Para el logro de los propósitos, se realizó una investigación que responde al paradigma cualitativo con enfoque fenomenológico interpretativo de Heidegger. Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo intencional en base a los criterios de selección y considerando como tamaño muestral el resultante del punto de saturación. El estudio incluyó a un total de 12 personas mayores, las que fueron entrevistadas de manera virtual; los datos resultantes, se codificaron, reagruparon y analizaron mediante técnica de análisis de contenido.

Resultados: Los platillos preferidos responden a los propios de la cultura local; por otra parte, aspectos emocionales y económicos no son reconocidos en la selección de alimentos y preferencias alimentarias. La comunicación lograda por el uso de redes sociales con sus familias es identificada como positiva y no influye en sus conductas alimentarias.

Conclusiones: Para este grupo de personas mayores, la vivencia de aislamiento social por COVID-19, no fue suficiente para modificar las preferencias alimentarias.

Palabras clave: Persona mayor; Preferencias alimentarias; Aislamiento social; Investigación cualitativa.

Abstract

Objective: The social isolation caused by COVID-19 has promoted changes in lifestyles, affecting the well-being of the elderly. Therefore, the objective of the study is to interpret the influence of emotional and socioeconomic factors in food preferences of older people of the Gran Concepcion, Chile, in times of pandemic.

Materials and methods: For the achievement of its purposes, an investigation was carried out that responds to the qualitative paradigm with the interpretive phenomenological approach of Heidegger. Participants were selected by intentional sampling based on the selection criteria and considering the sample size resulting from the saturation point. The study included a total of 12 elderly, who were interviewed virtually; the resulting data was coded, regrouped and analyzed using a content analysis technique.

Results: The favorite dishes respond to those of the local culture; on the other hand, emotional and economic aspects are not recognized in the selection of food and food preferences. The communication achieved using social networks with their families is identified as positive and does not influence their eating behaviors.

Conclusions: For this group of older people, the experience of social isolation due to COVID-19 was not enough to modify food preferences.

Keywords: Aged; food preferences; social isolation; qualitative research.

¹ Magister en gerontología, Profesora asociada, Centro de Investigación en Educación y Desarrollo (CIEDE-UCSC), Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile.

² Licenciada en Nutrición y Dietética; Carrera de Nutrición y Dietética, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile.

³ Licenciada en Nutrición y Dietética; Carrera de Nutrición y Dietética, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile.

⁴ Licenciada en Nutrición y Dietética; Carrera de Nutrición y Dietética, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile.



Introducción

El aislamiento social originado por el COVID-19 ha potenciado estilos de vida no saludables, como por ejemplo, ineducadas conductas alimentarias, inactividad física y modificaciones en el estado de ánimo, lo que afecta directamente al bienestar de la población en general¹, pero en especial, en las personas mayores, grupo humano en el que se fortaleció un estereotipo asociado al edadismo que los reconoce como personas de mayor riesgo y más vulnerables para el virus SARS-CoV-2, no solo por su edad cronológica, sino por la edad biológica^{2,3}, y que por lo mismo, se condicionan secuelas que se expresan en la aparición de enfermedades cardiovasculares o el mayor riesgo de presentar fragilidad⁴.

Se debe reconocer que el confinamiento, influyó en las trayectorias vitales, favoreciendo la modificación de algunos de patrones de estilos de vida, las formas de afrontamiento y el estrés que en sí acompañaron esta epidemia global⁵⁻⁷. Se reconoce, entre otros aspectos, un impacto económico y dificultades para cubrir con necesidades básicas que podrían repercutir en la seguridad alimentaria de la población mayor, en especial, en momentos en que se declaró cuarentena^{8,9}.

Entre las modificaciones en los estilos de vida reportadas en personas mayores y en general, en personas de todas las etapas del curso de vida, se reconoce una modificación en la alimentación, identificando un incrementado en el consumo de alimentos aportadores de nutrientes críticos y de alta densidad energética, además de la alteración en los tiempos de alimentación habituales^{10,11}.

Los cambios en las conductas y preferencias alimentarias en pandemia se han estudiado especialmente en población adulta¹², necesitando generar evidencia desde la vivencia de personas mayores. Es por esto que el objetivo del estudio es interpretar las influencias de factores emocionales y socioeconómicos en las preferencias alimentarias de personas mayores de la provincia de Concepción, Chile, en tiempos de pandemia.

Materiales y métodos

A través de un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico interpretativo de Heidegger, se profundizó en la experiencia que en pandemia condicionaron las preferencias alimentarias de personas mayores de comunas del Gran Concepción, región del Biobío, Chile. Según el censo del año 2017, las personas mayores equivalen al 16.2% de la población total, superando los 2 millones 800 mil habitantes y en donde la región del Biobío exhibe que es la segunda concentración poblacional en esta etapa del curso vital, correspondiendo a 352,637 habitantes¹³.

La investigación se inicia con el supuesto de que en la crisis sanitaria global por el COVID-19, las preferencias alimentarias en personas mayores son influenciadas por las emociones, aspectos sociales y económicos, como lo son las familias y la disponibilidad de recursos monetarios.

Para cumplir con sus propósitos, el estudio utilizó un muestreo de tipo intencional en base a los criterios de selección, los que incluían el ser mayor de 60 años, residentes del Gran Concepción y que quisieran participar en la investigación de manera voluntaria, firmando un consentimiento informado. Como exclusión solo se estimó problemas auditivos o cognitivos severos, que limitaran realizar la entrevista. El tamaño de la muestra se definió por punto de saturación, la que se obtuvo en la entrevista número 12.

La recolección de información fue realizada por tres estudiantes del cuarto nivel de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, capacitadas por la nutricionista investigadora con experiencia en estudios cualitativos de manera previa para esta actividad. Para la recolección de datos realizada durante el segundo semestre el año 2020, se utilizó una entrevista semiestructurada, instrumento elaborado en bases a conceptos teóricos por parte de investigadoras y sometido a juicio de expertos antes de ser aplicado (Tabla 1). Las entrevistas fueron realizadas usando plataformas virtuales (Zoom, Meet o videollamada WhatsApp), debido al confinamiento en que se encontraba la comunidad durante el tiempo de toma de muestra. Las conversaciones fueron grabadas y transcritas por las estudiantes para ser finalmente analizadas por el equipo ejecutor.

Como plan de manejo de datos, se utilizó la técnica de análisis de contenidos, sugerido por Cáceres para esta actividad¹⁴: se organizaron los datos desde las categorías teóricas (emociones y aspectos socioeconómicos); luego se reorganizó y reordenaron los datos, se identificaron códigos emergentes para ser finalmente sometidos a triangulación de investigadores por el equipo ejecutor del estudio.

El desarrollo de esta investigación contó con la autorización del Comité de Bioética de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, con el registro ordinario N° 45/2020.

Resultados

Participaron un total de 12 personas mayores (75% mujeres), con un promedio de edad de 73.3 años (+/- 2.5 años).

En cuanto a la interpretación de las respuestas y aunque declaran ciertas complicaciones propias originadas por el aislamiento social, esta situación no es percibida totalmente como una experiencia negativa, debido a que reconocen el

Tabla 1. Guía de preguntas aplicadas en la investigación

<p>Pregunta inicial</p> <p><i>¿Tiene algún plato o alimento preferido?</i> (Profundizando en cuál y por qué)</p> <p>Aspectos emocionales</p> <p><i>Sus preferencias alimentarias ¿Se han modificado en la pandemia?</i> (Profundizar en las emociones básicas)</p> <p><i>¿Cree que sus emociones influyen en sus preferencias alimentarias?</i> (Profundizar en la identificación de estas)</p> <p><i>¿Tiene preferencia por algún sabor cuando ha experimentado estas emociones?</i> (Profundizar en sabores y el por qué)</p> <p>Aspectos socioeconómicos</p> <p><i>En el distanciamiento social por COVID-19 ¿Considera que sus relaciones con amigos y/o familia influyen en sus preferencias alimentarias?</i> (Indagar de qué manera influyen (o en el por qué si no es así)</p> <p><i>¿Cómo cree que han influido sus ingresos en sus preferencias alimentarias?</i> (Ahondar en la percepción que tienen acerca de sus ingresos económicos)</p> <p><i>En el contexto actual ¿Ha tenido que priorizar la compra de algunos alimentos por sobre sus preferencias alimentarias?</i> (Indagar en cuáles)</p> <p>¿Algún otro comentario sobre lo conversado?</p>

Fuente: elaboración propia

sentirse cercanos a sus familias, esto último debido al uso de artefactos tecnológicos y aplicaciones móviles, como se ejemplifica en la siguiente cita:

“(Me siento) cercano en el sentido estricto de la palabra no, pero me he podido comunicar bien con ellos por Zoom, por las redes por internet”
[Entrevista 3, hombre 71 años]

De la alimentación, señalan como platos culinarios preferidos aquellos que pertenecen a las comidas típicas, que están en el imaginario colectivo de la comunidad en donde están insertos y que, además, están arraigados desde otras etapas de las trayectorias vitales como lo es la niñez.

“Porotos y cazuela porque me quedó el gusto de los que cocinaba mi mamá, era una mujer de campo y ella siempre cocinaba rico”
[Entrevista 8, hombre 67 años]

“Como sopa, cazuela, pollo (en momentos de confinamiento)”
[Entrevista 9, mujer 78 años]

Por otra parte, no se establece desde el discurso de los participantes, una marcada influencia de las emociones en sus preferencias alimentarias, por la situación específica de aislamiento social por la pandemia. Los relatos emitidos, sí permiten interpretar esta conexión emocional, pero direccionado por los estados de ánimo, la entrega de afectos en el momento de preparar o consumir algunos platillos, lo que sería independiente a la vivencia de confinamiento.

“No tengo preferencias (alimentarias), no tengo nada en especial; como cuando estoy alegre, triste”
[Entrevista 6, mujer 80 años]

“Ehh... es que yo no soy de esas personas así variables que andan un día bien otro día enojado, porque siempre mi yerno me dice: “suegra, está rica la comida” Bueno le digo yo ...hay que hacerla con amor po’, no llegar y tirarlo a las cosas ahí a la olla como quedó” (SIC)

[Entrevista 12, mujer 74 años]

“Emocionalmente las comidas no han influido en mí, me emocionaba cuando los demás comían. Las emociones se guardan”

[Entrevista 8, hombre de 67 años]

En cuanto a los aspectos sociales, la mayoría de los entrevistados refieren sentirse cercanos a su familia gracias las tecnologías, por lo que no condicionaron sus preferencias alimentarias. Lo mismo ocurre para la comprensión de la influencia de aspectos económicos, ya que han mantenido sus ingresos habituales o recibieron un soporte desde su grupo familiar, situación que se reconoce desde antes del confinamiento por COVID-19.

“No he tenido problema (en pandemia). Prefero gastar en lo que deseo comer que gastar plata a veces en ropa”

[Entrevista 1, mujer de 80 años]

“Bueno, ahora no. Bueno porque hace poco estoy viviendo con mi hija, antes yo con mi plata tenía...como todas las pensiones tenía que tirarla pa’ que alcanzara, comprar cosas así pocas pa’ que alcanzara. Pero ahora no, ahora estoy bien” (SIC)

[Entrevista 12, mujer de 74 años]

Discusión

De acuerdo con la interpretación de los discursos de las y los participantes en esta investigación, se puede reconocer que la vivencia de aislamiento social por COVID-19, no fue suficiente para modificar las preferencias alimentarias en las personas mayores del Gran Concepción.

Resultados de estudios previos en el que participan personas mayores, reconocen que la situación de pandemia ha influenciado en su bienestar¹⁵ y también en estilos de vida a nivel global, con modificaciones en la alimentación que direccionan a una reducción en el abastecimiento de alimentos¹⁶ y cambios en las conductas alimentarias como un incremento en la calidad y cantidad de alimentos consumidos, pero también en la elección de alimentos, prefiriendo aquellos de costos más bajos, como harina de trigo o pan¹⁷. Esta identificación en cambios en la alimentación en pandemia, no son descritos en los relatos de los participantes en este estudio, ya que sus preferencias alimentarias no estarían dadas por la vivencia de la situación sanitaria, sino por otras condicionantes que trascienden estos

hechos y que son independientes a la experiencia originada por esta crisis de salud. Resultados similares al pensar de los entrevistados en esta investigación, aunque incorporando a personas de otra etapa de la trayectoria vital, se observa en un estudio realizado por Poelman *et al.* en Noruega¹⁸ en donde se evaluó cambios en el comportamiento alimentario y de compras. Entre sus conclusiones, los participantes no modificaron mayormente sus conductas alimentarias ni los hábitos en las compras de alimentos por la pandemia. Se admite una persistencia en las conductas y hábitos de compras de alimentos durante el confinamiento, mencionando además que, a mayor edad de sus participantes, menores fueron las diferencias en el comportamiento alimentario, al comparar con la etapa anterior a la epidemia¹⁸.

Por otra parte, la realidad de nuestros participantes no responde a lo que se esperaría de un comportamiento alimentario en esta situación, en el que la selección y el consumo de alimentos estuviesen supeditadas a aspectos emocionales y sociales, además de los económicos¹⁹. Un estudio liderado por Shen *et al.* y realizado en Estado Unidos en donde participaron personas mayores²⁰, presentó como objetivo el comprobar si la alimentación emocional mediaba entre el estrés percibido y los motivos que orientan la selección de alimentos durante la pandemia. Entre sus resultados, los autores reconocen una correlación entre la alimentación emocional y algunos motivos que condicionan las preferencias o selección de alimentos, en el que se destacó, entre otros, el estado de ánimo, el valor de los alimentos o la familiaridad de estos últimos²⁰, situación que no es totalmente reconocida en los participantes de esta investigación.

De los aspectos económicos, se identifica que en pandemia, las compras de alimentos están condicionadas por los ingresos de los consumidores y la disponibilidad de alimentos, más que los conocimientos en alimentación o nutrición, reestructurando la organización de gastos y lugares en donde se adquieren los alimentos²¹. La interpretación que se realiza a los discursos de las y los participantes del estudio, no reconoce que la situación de pandemia pudiese en sí afectar sus preferencias o seguridad alimentaria, ya que posibles apremios económicos que condicionaran su alimentación podrían presentarse independiente de la crisis sanitaria.

Finalmente, la vivencia de la pandemia debería conllevar estresores sociales, en donde se destaquen el ajuste de las rutinas y la separación con los seres queridos²², sin embargo, y de acuerdo con nuestros resultados, es valioso comprender que las preferencias alimentarias no se ven afectadas para estas personas mayores, ya que se compensa con la comunicación virtual que se presenta con sus familiares o amistades, situación que se ha reportado en personas mayores en pandemia, en donde el uso de las tecnologías ha permitido mantener el contacto con sus seres queridos^{23,24}.

Esta situación debería ser considerada, en la práctica destinada a una promoción de estilos de vida saludable en personas mayores. Potenciando el uso de redes sociales para el logro de su bienestar.

Como limitaciones, se debe reconocer las propias asociadas al diseño de investigación utilizado, las que no permiten una extrapolación de sus resultados, pero generan la necesidad de profundizar en esta temática y la percepción de las vivencias en etapa de confinamiento. Por otra parte, la virtualidad en la recolección de datos podría generar una barrera en la comunicación efectiva, condición esencial en los estudios cualitativos, que supedita los relatos desde los significados que los entrevistados les entregaron a circunscripciones en sus preferencias alimentarias en la etapa de pandemia.

Conclusiones

Para las personas mayores participantes de esta investigación la vivencia de aislamiento social derivado de la pandemia por COVID-19, no fue lo suficientemente relevante como para modificar sus preferencias alimentarias.

Los resultados de esta investigación dan una oportunidad de seguir estudiando en los ambientes alimentarios domésticos, lugar en donde se originan las conductas alimentarias y en donde se reconoce la trascendencia de los saberes, las prácticas y preferencias que entregan las personas mayores en las trayectorias de vida.

Conflicto de interés

Se declara no presentar conflictos de interés.

Contribución de los autores

Conceptualización y diseño del trabajo: CGR, CGQ, CSM; metodología: CTP, CGR, CGQ, CSM; recolección de datos: CGR, CGQ, CSM; análisis e interpretación de datos: CTP, CGR, CGQ, CSM; redacción del manuscrito: CTP; preparación del borrador original: CTP; revisión crítica y edición del manuscrito: CTP, CGR, CGQ, CSM.

Financiamiento

No hubo financiación externa para la investigación.

Referencias

1. Romo A, Reyes CA, Janka M, Almeda-Valdés P. The role of nutrition in the coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Rev Mex Endocrinol Metab Nutr.* 2020; 7:132-143. doi: 10.24875/RME.20000060

2. Ayalon L, Chasteen A, Diehl M, Levy B, Neupert S, Rothermund K et al. Aging in Times of the COVID-19 Pandemic: Avoiding Ageism and Fostering Intergenerational Solidarity. *J. Gerontol.* 2021; 76(2): e49–e52. doi: 10.1093/geronb/gbaa051

3. Pinazo S. Psychosocial impact of COVID-19 on older people: Problems and challenges. *Rev Esp Geriatr Gerontol.* 2020; 55(5):249-252. doi: 10.1016/j.regg.2020.05.006

4. Bonanad C, García-Blas S, Tarazona-Santabalbina FJ, Díez-Villanueva P, Ayesta A, Sanchis J et al. Coronavirus: the geriatric emergency of 2020. Joint document of the Section on Geriatric Cardiology of the Spanish Society of Cardiology and the Spanish Society of Geriatrics and Gerontology. *Rev Esp Cardiol.* 2020; 73(7): 569-576. doi: 10.1016/j.rec.2020.05.001

5. Sepúlveda W, Rodríguez I, Pérez P, Ganz F, Torralba R, Oliveira D et al. Impact of Social Isolation Due to COVID-19 on Health in Older People: Mental and Physical Effects and Recommendations. *J Nutr Health Aging.* 2020; 24(9): 938-947. doi: 10.1007/s12603-020-1469-2

6. Van Bavel J, Baicker K, Boggio P, Capraro V, Cichocka A, Cikara M et al. Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nat Hum Behav.* 2020; 4(5): 460-471. doi: 10.1038/s41562-020-0884-z

7. Vardoulakis S, Sheel M, Lal A, Gray D. COVID-19 environmental transmission and preventive public health measures. *Aust N Z J Public.* 2020; 44(5): 333-335. doi: 10.1111/1753-6405.13033

8. Giebel C, Ivan B, Burger P, Ddumba I. Impact of COVID-19 public health restrictions on older people in Uganda: “hunger is really one of those problems brought by this COVID”. *Int Psychogeriatr.* 2020; 17:1-8. doi: 10.1017/S1041610220004081

9. Lloyd-Sherlock P, Ebrahim S, Geffen L, McKee M. Bearing the brunt of covid-19: older people in low- and middle-income countries. *BMJ.* 2020; 368 doi: 10.1136/bmj.m1052

10. Araneda J, Pinheiro AC, Pizarro T. Effects of COVID-19 pandemic on food insecurity perception in Chilean households. *Rev. Méd. Chile.* 2021; 149(7): 980-988. doi: 10.4067/s0034-98872021000700980

11. Visser M, Schaap LA, Wijnhoven HAH. Self-reported impact of the covid-19 pandemic on nutrition and physical activity behaviour in dutch older adults living independently. *Nutrients.* 2020; 12(12):3708. doi: 10.3390/nu12123708

12. Marty L, de Lauzon-Guillain B, Labesse M, Nicklaus S. Food choice motives and the nutritional quality of diet during the COVID-19 lockdown in France. *Appetite*. 2021; 157: 105005. doi: 10.1016/j.appet.2020.105005
13. Albala C. The aging of the Chilean population and the challenges for health and wellbeing of older people. *Rev. méd. Clín. Las Condes*. 2020; 31(1): 7-12. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2019.12.001>
14. Cáceres P. Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas*. 2003; 2:53-82. DOI: 10.5027/psicoperspectivas-vol2-issue1-fulltext-3
15. Plagg B, Engl A, Piccoliori G, Eisendle K. Prolonged social isolation of the elderly during COVID-19: Between benefit and damage. *Arch Gerontol Geriatr*. 2020; 89:104086. doi: 10.1016/j.archger.2020.104086
16. Rout N. Risks to the elderly during the coronavirus (COVID-19) pandemic 2019-2020. *JGCR*. 2020; 7(1): 27-28.
17. Gadzalo I, Sychevskiy M, Kovalenko O, Deineko L, Yashchenko L. Assessment of global food demand in unexpected situations. *Innovative Marketing*. 2020; 16(4): 91-103. [http://dx.doi.org/10.21511/im.16\(4\).2020.08](http://dx.doi.org/10.21511/im.16(4).2020.08)
18. Poelman MP, Gillebaart M, Schlinkert C, Dijkstra SC, Derksen E, Mensink F et al. Eating behavior and food purchases during the COVID-19 lockdown: A cross-sectional study among adults in the Netherlands. *Appetite*. 2020; 157: 105002. doi: 10.1016/j.appet.2020.105002
19. Troncoso C, Burdiles G, Petermann F. Significance of traditional meals for elder women in the province of Concepción, Chile. *Rev Esp Nutr Comunitaria* 2020; 26(1): 29-35
20. Shen W, Long L, Shih CH, Ludy MJ. A Humanities-Based Explanation for the Effects of Emotional Eating and Perceived Stress on Food Choice Motives during the COVID-19 Pandemic. *Nutrients*. 2020;12(9):2712. doi: 10.3390/nu12092712
21. Peter D, Xavier P. A review of the possible implication of COVID-19 lockdown on eating habits. *Int J Cur Res Rev*. 2020; 12(19): 56-60. DOI: <http://dx.doi.org/10.31782/IJCRR.2020.121921>
22. Martínez A. andemics, COVID-19 and Mental Health: What Do We Know Today? *Rev Cari Psicol*. 2020; 4(2): 143–152. <https://doi.org/10.37226/rpc.v4i2.4907>
23. Rao P, Joshi A. Design opportunities for supporting elderly in India in managing their health and fitness post-covid-19. *ACM International Conference Proceeding Series. Proceedings of the 11th Indian Conference on Human-Computer Interaction November 2020*: 34-41. <https://doi.org/10.1145/3429290.3429294>
24. Kasar K, Karaman E. Life in lockdown: Social isolation, loneliness and quality of life in the elderly during the COVID-19 pandemic: A scoping review. *J. Geriatr. Nurs*. 2021; 42(5): 1222-1229. doi: 10.1016/j.gerinurse.2021.03.010