

**SATISFACCIÓN CON LA ALIMENTACIÓN Y LA VIDA,
UN ESTUDIO EXPLORATORIO EN ESTUDIANTES DE LA
UNIVERSIDAD DE LA FRONTERA, TEMUCO-CHILE***

*SATISFAÇÃO COM A ALIMENTAÇÃO E A VIDA,
UM ESTUDO EXPLORATÓRIO EM ESTUDANTES DA
UNIVERSIDADE DE LA FRONTERA, TEMUCO-CHILE*

*SATISFACTION WITH FOOD AND LIFE, AN EXPLORATORY STUDY
AMONG STUDENTS IN LA FRONTERA UNIVERSITY, TEMUCO-CHILE*

**Berta Schnettler Morales, Horacio Miranda Vargas,
José Sepúlveda Maldonado y Marianela Denegri Coria**
Universidad de La Frontera, Temuco, Chile

RESUMEN

Con el objetivo de explorar la relación entre la alimentación, como dominio de la vida, y el bienestar subjetivo en estudiantes universitarios, se aplicó una encuesta a una muestra no probabilística de 112 estudiantes universitarios. El cuestionario incluyó las escalas SWLS (Satisfaction with Life Scale), SWFL (Satisfaction with Food-related Life) y la frecuencia de consumo de distintos alimentos. Ambas escalas presentaron adecuados niveles de consistencia interna y la existencia de un solo factor para el total de los ítems. Se detectaron diferencias asociadas a los hábitos de consumo de carne, bebidas gaseosas, aceite, mantequilla y margarina. Al considerar sólo las categorías satisfecho y no satisfecho, se obtuvo asociación con la etnia, lugar de residencia y trabajo del principal ingreso del hogar. Es posible sugerir que los hábitos de alimentación de estudiantes universitarios se relacionan con la satisfacción con la vida y con la satisfacción en relación a su alimentación.

Palabras clave: alimentación; bienestar subjetivo; etnia.

RESUMO

Com o objetivo de explorar a relação entre a alimentação, como domínio da vida, e o bem estar subjetivo em estudantes universitários, se aplicou uma enquete a uma amostra não probabilística de 112 estudantes universitários. O questionário incluiu as escalas SWLS (Satisfaction with Life Scale), SWFL (Satisfaction with Food-related Life) e a frequência de consumo de distintos alimentos. Ambas as escalas apresentaram adequados níveis de consistência interna e a existência de um só fator para o total dos itens. Detectaram-se diferenças associadas aos hábitos de consumo de carne, refrigerantes, óleo, manteiga e margarina. Ao considerar só as categorias satisfeito e não satisfeito, se obteve associação com a etnia, lugar de residência e trabalho do principal ingresso do lar. É possível sugerir que os hábitos de alimentação de estudantes universitários se relacionam com a satisfação, com a vida e com a satisfação em relação a sua alimentação.

Palavras-chave: alimentação; bem estar subjetivo; etnia.

ABSTRACT

In order to explore the relationship between feeding, as a domain of life, and subjective welfare in university students, a survey was applied to a non probability sample of 112 university students. The questionnaire included the SWLS (Satisfaction with Life Scale) and SWFL (Satisfaction with Food-related Life) scale, and the frequency of consumption of certain types of food. Both scales presented appropriate levels of internal consistency and the existence of a single factor for all the items. Differences were found to be associated with habits in the consumption of meat, soft drinks, oil, butter and margarine. When only two categories are considered, satisfied and not satisfied, association was obtained with ethnic group, place of residence and type of work providing the principal income of the household. It may be suggested that the feeding habits of university students are related to satisfaction with life and their food-related life.

Keywords: feeding; subjective well-being; ethnic group.

Introducción

Desde la perspectiva de la psicología, la percepción subjetiva de la calidad de vida se representa en el concepto de Bienestar Subjetivo (BS). El Bienestar Subjetivo es la evaluación que hacen las personas acerca de su propia vida, incluye felicidad, emociones placenteras, satisfacción vital y relativa ausencia de estados emocionales de displacer (Diener & Biswas-Diener, 2000), incluyendo aspectos cognitivos y emocionales de la experiencia.

El componente cognitivo del bienestar sería la satisfacción vital, ya sea de manera global o por dominios específicos, y el componente afectivo se refiere a la presencia de sentimientos positivos, lo que algunos autores denominan felicidad (Arita, 2005). El concepto de satisfacción vital ha sido definido como la valoración positiva que la persona hace de su vida en general, o de aspectos particulares de ésta (familia, estudios, trabajo, salud, amigos, tiempo libre) (Diener, 1994; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; García-Viniegras & González, 2000; Liberalesso, 2002). Así, las personas evalúan su estado actual con las expectativas de futuro que tienen para sí mismas dónde la satisfacción es la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y logros (García-Viniegras & González, 2000; Veenhoven, 1994). La satisfacción sería un estado psicológico resultante de la transacción entre el individuo (personalidad), y su entorno micro social (estado civil, familia, participación social, satisfacción laboral, apoyo social), y macro social (ingresos, cultura) (Díaz, 2001; García-Viniegras & González, 2000).

En general, la literatura muestra que el bienestar subjetivo estaría asociado positivamente con variables como el grado de educación (Ross & Van Willigen, 1997); la salud (Roysamb, Tambs, Reichborn-Kjennerud, Neale, & Harris, 2003), el empleo (Frey & Stutzer, 2002), la estructura de la familia (Chen, 2001; Rojas, 2007; Yan, 2003), el ingreso (Chen, 2001; Diener & Oishi, 2000; Yan, 2003).

La aproximación teórica hacia el BS no cuenta con una única teoría explicativa, sino que hay varias teorías que enfatizan diferentes aspectos: La Teoría de la Autodeterminación (SDT) propuesta por Ryan y Deci (2000), parte del supuesto que las personas pueden ser proactivas y comprometidas o bien, inactivas o alienadas y que ello dependería en gran parte como una función de la condición social en la que ellos se desarrollan y funcionan. El Modelo Multidimensional del BS, basado en la literatura sobre desarrollo humano (Ryff 1989a, 1989b; Ryff & Keyes, 1995) propone que el funcionamiento psicológico estaría conformado por una estructura de seis factores: autoaceptación, crecimiento personal, propósitos de vida, relaciones positivas con otros, dominio medio ambiental y autonomía. El Modelo de Acercamiento a la Meta considera las diferencias in-

dividuales y los cambios de desarrollo en los marcadores de bienestar. El modelo plantea que los marcadores del bienestar varían en los individuos dependiendo de sus metas y sus valores (Oishi, 2000). La premisa de la meta como un modelo moderador es que la gente gana y mantiene su bienestar principalmente en el área en que ellos le conceden especial importancia y esto en la medida en que los individuos difieren en sus metas y valores, ellos diferirán en sus fuentes de satisfacción. Finalmente, la Teoría del Flujo de Csikszentmihalyi (1999) indica que el bienestar estaría en la actividad humana en sí y no en la satisfacción o logro de la meta final.

El estudio y medición del bienestar subjetivo ha generado gran interés en los últimos 15 años, pero se ha enfocado especialmente en medir los resultados del cuidado de la salud y de los servicios sociales (Moons, Budts, & De Geest, 2006), por lo que existe aún escasa investigación en torno a otras dimensiones de las necesidades básicas vinculadas a la construcción subjetiva de lo que las personas evalúan como satisfacción con la vida. Dentro de estas necesidades, la alimentación humana constituye uno de los temas principales de discusión dentro del ámbito científico dado que además de la evidente relación entre la alimentación y la salud, el consumo de alimentos se encuentra mediado por muchos factores al margen de los estrictamente nutricionales. La elección de los alimentos ha sido reconocida como un proceso que conlleva motivaciones psicológicas, sociales, culturales, económicas y biológicas (Bisogni, Connors, Devine, & Sobal, 2002; Fischler, 1998; Rozin, 1980). Desde esta perspectiva, el comportamiento de consumo de alimentos presenta dimensiones evolutivas, integra datos cognitivos y es fruto del razonamiento hipotético-deductivo, pero al mismo tiempo, es mediado por los afectos, motivaciones, experiencias personales hedónicas, pensamiento mágico, etc. A la vez, la alimentación es en sí misma uno de los vehículos más importantes de socialización y de identificación del individuo, siendo imposible separar el alimento de una noción de placer. La alimentación como dominio engloba aspectos críticos, debido a que las actitudes hacia los alimentos incluyen preferencias y valores (Rozin, 1997). Durante la historia humana, la obtención de alimentos adecuados y placenteros ha sido considerada como una actividad que determina los eventos diarios rutinarios pero también eventos de gran significancia en la vida, constituyéndose en una de las mayores fuentes de placer pero también de dolor y preocupación (Rozin, 1997). En esta misma línea, el uso que se da a los alimentos ha sido reconocido como una forma de construcción y expresión de identidad, por ejemplo en el tipo de alimentos preferidos o rechazados y la forma de preparación (Fischler, 1998; Mennell, Murcott, & Van Otterloo, 1992), lo que implica que además de su función utilitaria de resguardo del funcionamiento de los siste-

mas corporales, los alimentos actúan como un producto hedónico y de construcción social que lleva a una auto definición de la persona (Hausman, 2005).

De acuerdo a lo expuesto, es posible esperar que la selección y consumo de alimentos pueda ser una fuente de satisfacción o insatisfacción en la vida diaria, por ello el objetivo de este estudio fue explorar la relación entre la alimentación, como dominio de la vida, y el bienestar subjetivo, tomando como muestra estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco, Chile.

Método

Participantes

Se trabajó con una muestra no probabilística constituida por 112 estudiantes de la Universidad de La Frontera, todos participantes voluntarios, con una edad promedio de 22 años; 56,6% hombres y 43,4% mujeres; 81,1% residente un entorno urbano; 17,0% de etnia mapuche. Cabe señalar que los mapuche constituyen el grupo aborigen más grande de Chile. Si bien habitan en todo el territorio nacional, se concentran principalmente en la Región de La Araucanía (33,6%) y en la Región Metropolitana de Santiago (30,3%). A pesar de su origen rural en el sur de Chile, la migración de las generaciones más jóvenes hacia las ciudades ha llevado a que la población mapuche actual sea mayoritariamente urbana (aproximadamente 75%) y se enfrente a un proceso de aculturación colectiva hacia la cultura chilena mayoritaria. La población mapuche presenta índices de pobreza superiores a la población no mapuche, por lo cual dichas migraciones se realizan principalmente en busca de mejores condiciones de ingreso o para acceder a la educación secundaria o universitaria (MIDEPLAN, 2005).

Los criterios de inclusión en la muestra fueron: (a) ser estudiante de la Universidad de La Frontera con situación de matrícula actual, (b) estar cursando entre el 2° al 9° semestre de la carrera; (c) aceptar ser partícipe de la investigación, firmando consentimiento informado. Se excluyeron de la muestra a estudiantes que registrarán situaciones complejas de salud o situaciones graves de rendimiento académico por el posible impacto en su percepción de satisfacción con la vida.

Instrumento

Se utilizó un cuestionario construido ad hoc que incluyó las escalas SWLS (Satisfaction with Life Scale) y SWFL (Satisfaction with Food-related Life). La SWLS, desarrollada por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985) es una escala que consta de 5 ítems que evalúa juicios cognitivos globales acerca de la propia

vida. La escala cuenta con satisfactorios datos normativos, buena validez de convergencia con otras escalas, y capacidad de diferenciar cambios en la satisfacción con la vida en el curso de intervenciones clínicas (Pavot & Diener, 1993). Ha sido usada, entre otros, por Cuadra y Florenzano (2003), Mella et al. (2004), Moyano y Ramos (2007). La SWFL fue propuesta y probada por Grunert, Dean, Raats, Nielsen, y Lumbers (2007) en ocho países europeos, mostrando adecuados niveles de consistencia interna (0,83) y la existencia de una sola dimensión que agrupa los cinco ítems que contiene la escala.

El cuestionario además incluyó preguntas mixtas sobre el consumo en el hogar de ocho grupos de alimentos y bebidas, adaptadas de los grupos de gasto que utiliza el Instituto Nacional de Estadísticas (INE) en las Encuestas de Presupuestos Familiares (INE, 2007): cereales y pastas; carne; pescado y mariscos; leche, queso y huevos; aceite, mantequilla y margarina; frutas; verduras y tubérculos y bebidas gaseosas (No consume, diariamente, dos a tres veces por semana, una vez a la semana, ocasionalmente, otra frecuencia).

Procedimiento

Los estudiantes fueron contactados en sus clases habituales de la universidad y una vez que aceptaron voluntariamente participar, se les solicitó firmar consentimientos informados previo a su aplicación.

El cuestionario fue aplicado colectivamente por uno de los co-investigadores del proyecto, en una sola sesión sin interrupciones y todos durante la misma semana.

Análisis estadístico

Los resultados de frecuencia de consumo de distintos tipos de alimentos fueron analizados con Tablas de Contingencia según el grado de satisfacción con la vida y con la alimentación, y el estadístico χ^2 de Pearson (Pérez, 2005). El mismo análisis se realizó para detectar diferencias asociadas a las características demográficas de los estudiantes encuestados. Con la finalidad de acotar el análisis del significado de las escalas SWLS y SWFL, sus evaluaciones fueron recodificados en las categorías satisfecho y no satisfecho y fueron analizadas mediante la técnica de segmentación jerárquica con el objetivo de identificar aquellas variables sociodemográficas que más influyen sobre la satisfacción con la vida y la satisfacción con la propia alimentación. Estas jerarquías se construyeron mediante el algoritmo C&RT o CART, que reproduce árboles binarios de manera que los datos comprendidos dentro de cada subconjunto son más homogéneos que en el conjunto anterior (Breiman, Friedman, Olshen, & Stone, 1984; Escobar, 1992).

Se usó el programa SPSS 16.0 en español para Windows y el programa JMP 7.0.

Resultados

Ambas escalas presentaron adecuados niveles de consistencia interna y existencia de un solo factor para el total de los ítems. La correlación de Pearson entre ambas escalas fue de 0,287 ($p \leq 0,01$) (Tabla N° 1). Se obtuvo que el 56,2% de la muestra está satisfecho y el 25% extremadamente satisfecho con su vida. Respecto a la satisfacción con la alimentación, el 46,4% está satisfecho y el 35,7% extremadamente satisfecho.

Tabla 1

Frecuencia de alumnos de la Universidad de La Frontera (%) según grado de satisfacción con la vida y con alimentación. Temuco, Chile. Junio de 2009.

	Vida	Alimentación
Insatisfecho	3,6	1,8
Medianamente satisfecho	15,2	16,1
Satisfecho	56,3	46,4
Extremadamente satisfecho	25,0	35,7
Varianza explicada (%)	50,5	40,3
α Cronbach	0,81	0,75

Los resultados de la muestra total indican que los estudiantes encuestados consumen mayoritariamente en forma diaria aceite, mantequilla y margarina. El consumo de leche, queso y huevos; frutas y verduras es principalmente diario o dos a tres veces por semana, mientras que las comidas que incluyen cereales y pastas y algún tipo de carne se producen en mayor medida dos a tres veces por semana. Distinta es la situación del consumo de pescados y mariscos que sólo se produce en forma ocasional, mientras los resultados de los hábitos de consumo de bebidas gaseosas son dispersos (Tabla N° 2). En la misma tabla se observan diferencias significativas en la satisfacción con la propia alimentación y los hábitos de consumo de carne ($p \leq 0,001$) y aceite, mantequilla y margarina ($p \leq 0,05$). En el caso de la carne, las diferencias se deben a la mayor proporción de personas extremadamente satisfechas con su alimentación que consume carne en forma diaria (33,3%), mientras que las personas satisfechas con su alimentación en mayor proporción consumen carne dos a tres veces por semana (67,3%). Respecto al aceite, mantequilla y margarina, fue superior la proporción de personas extremadamente satisfechas con su propia alimentación que consume estos alimentos en forma diaria (87,2%).

Tabla 2

Frecuencia de consumo (%) de grupos de alimentos de las EPF en la muestra total y según grado de satisfacción con la alimentación de alumnos de la Universidad de La Frontera. Temuco, Chile. Junio de 2009.

Muestra	Diaria	2-3 veces/sem	1 vez/sem	Ocasional	P
Cereales y pastas	12,8	59,6	22,0	5,5	
Insatisfecho	50,0	50,0	0	0	
Medianamente satisfecho	11,8	52,9	29,4	5,9	0,369
Satisfecho	14,0	52,0	30,0	4,0	
Extremadamente satisfecho	10,0	72,5	10,0	7,5	
Carne	19,4	56,3	15,5	8,8	
Insatisfecho	50,0	0	0	50,0	
Medianamente satisfecho	12,5	37,5	31,2	18,8	0,000
Satisfecho	10,2	67,3	14,3	8,2	
Extremadamente satisfecho	33,3	52,8	11,1	2,8	
Pescados y mariscos	3,1	5,2	26,0	65,6	
Insatisfecho	0	0	0	100	
Medianamente satisfecho	0	9,1	9,1	81,8	0,458
Satisfecho	0	4,3	32,6	63,1	
Extremadamente satisfecho	8,1	5,4	24,3	62,2	
Leche, queso, huevos	50,9	33,3	11,1	4,6	
Insatisfecho	100	0	0	0	
Medianamente satisfecho	52,9	23,5	23,5	0	0,207
Satisfecho	38,8	40,8	12,2	8,2	
Extremadamente satisfecho	62,5	30,0	5,0	2,5	
Aceites, mantequilla y margarina	74,5	14,2	1,9	9,4	
Insatisfecho	50,0	0	0	50,0	
Medianamente satisfecho	68,8	25,0	0	6,2	0,000
Satisfecho	67,3	20,4	4,1	8,2	
Extremadamente satisfecho	87,2	2,6	0	9,9	

Frutas	44,4	37,0	5,6	13,0	
Insatisfecho	50,0	50,0	0	0	
Medianamente satisfecho	56,2	18,8	6,2	18,8	0,773
Satisfecho	38,0	38,0	8,0	16,0	
Extremadamente satisfecho	47,5	42,5	2,5	7,5	
Verduras y tubérculos	56,0	32,1	4,6	7,3	
Insatisfecho	50,0	50,0	0	0	
Medianamente satisfecho	37,5	37,5	12,5	12,5	0,194
Satisfecho	51,0	31,4	5,9	11,8	
Extremadamente satisfecho	70,0	30,0	0	0	
Bebidas gaseosas	25,7	29,7	15,8	28,7	
Insatisfecho	0	50,0	0	50,0	
Medianamente satisfecho	14,3	21,4	35,7	28,6	0,339
Satisfecho	25,5	25,5	12,8	36,2	
Extremadamente satisfecho	31,6	36,8	13,2	18,4	

Respecto a la relación entre el consumo de los alimentos consultados y el grado de satisfacción con la propia vida (Tabla N° 3), se observaron diferencias significativas en los hábitos de consumo de carne y de bebidas gaseosas ($p \leq 0,05$). Así, las personas extremadamente satisfechas con su vida indicaron en mayor proporción consumir carne en forma diaria (44,0%) y

aquellos satisfechos lo hacen en mayor cuantía dos a tres veces por semana (71,2%). En el caso de las bebidas gaseosas, las personas extremadamente satisfechas con su vida en superior porcentaje consumen este producto en forma diaria (48,0%), mientras que aquellos medianamente satisfechos en mayor proporción sólo consumen bebidas gaseosas una vez a la semana (46,7%).

Tabla 3

Frecuencia de consumo (%) de grupos de alimentos de las EPF en la muestra total y según grado de satisfacción con la vida de alumnos de la Universidad de La Frontera. Temuco, Chile. Junio de 2009.

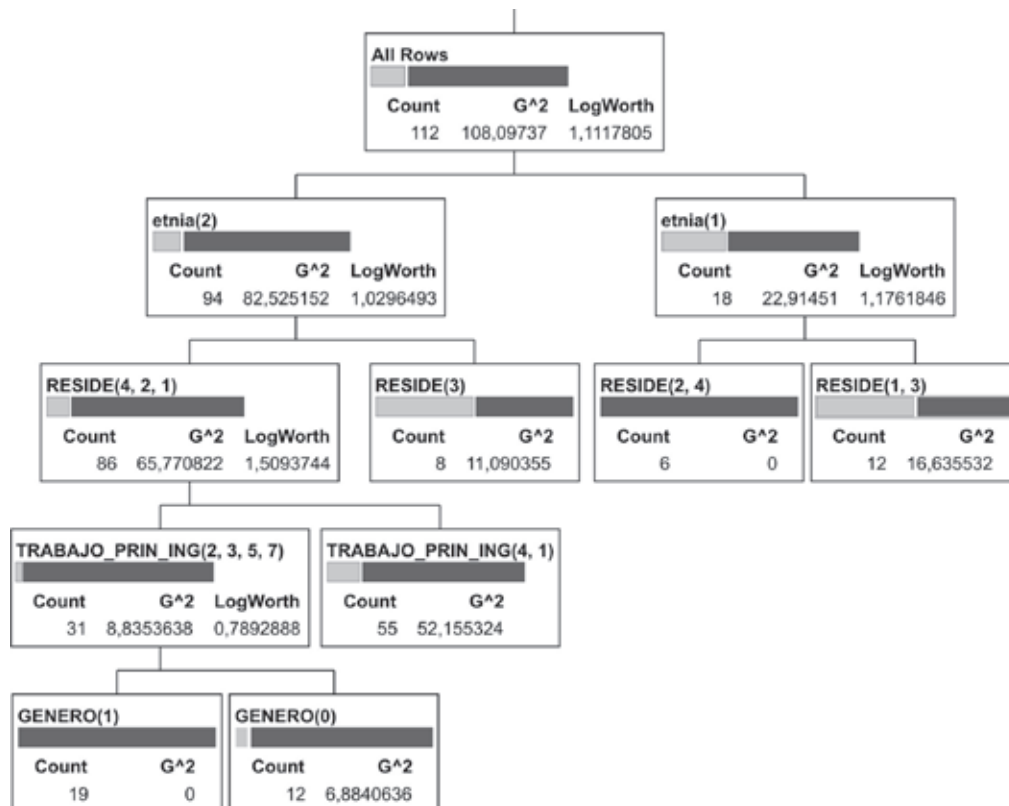
Muestra	Diaria	2-3 veces/sem	1 vez/sem	Ocasional	P
Cereales y pastas	12,8	59,6	22,0	5,5	
Insatisfecho	0	50,0	25,0	25,0	
Medianamente satisfecho	11,8	58,8	23,5	5,9	0,519
Satisfecho	9,8	59,0	24,6	6,6	
Extremadamente satisfecho	22,2	63,0	14,8	0	
Carne	19,4	56,3	15,5	8,8	
Insatisfecho	33,3	33,3	0	33,3	
Medianamente satisfecho	18,8	50,0	31,2	0	0,001
Satisfecho	8,5	71,2	15,3	5,1	
Extremadamente satisfecho	44,0	28,0	8,0	20,0	
Pescados y mariscos	3,1	5,2	26,0	65,6	
Insatisfecho	0	0	0	100,0	
Medianamente satisfecho	6,7	6,7	40,0	46,7	0,864
Satisfecho	1,9	3,7	24,1	70,4	
Extremadamente satisfecho	4,2	8,3	25,0	62,5	
Leche, queso, huevos	50,9	33,3	11,1	4,6	
Insatisfecho	0	25,0	50,0	25,0	
Medianamente satisfecho	52,9	17,6	23,5	5,9	0,116
Satisfecho	50,0	38,3	10,0	1,7	
Extremadamente satisfecho	59,3	33,3	0	7,4	
Aceites, mantequilla y margarina	74,5	14,2	1,9	9,4	
Insatisfecho	50,0	25,0	0	25,5	
Medianamente satisfecho	82,4	5,9	0	11,8	0,728
Satisfecho	70,7	19,0	1,7	8,6	
Extremadamente satisfecho	81,5	7,4	3,7	7,4	

Frutas	44,4	37,0	5,6	13,0	
Insatisfecho	75,0	0	0	25,0	
Medianamente satisfecho	50,0	31,2	0	18,8	0,666
Satisfecho	42,6	36,1	6,6	14,8	
Extremadamente satisfecho	40,7	48,1	7,4	3,7	
Verduras y tubérculos	56,0	32,1	4,6	7,3	
Insatisfecho	50,0	50,0	0	0	
Medianamente satisfecho	58,8	29,4	5,9	5,9	0,937
Satisfecho	58,8	29,4	5,9	5,9	
Extremadamente satisfecho	63,0	25,9	7,4	3,7	
Bebidas gaseosas	25,7	29,7	15,8	28,7	
Insatisfecho	0	0	33,3	66,7	
Medianamente satisfecho	0	26,7	46,7	26,7	0,003
Satisfecho	24,1	36,2	10,3	29,3	
Extremadamente satisfecho	48,0	20,0	8,0	24,0	

En cuanto a los resultados de los árboles de decisión jerárquica para la SWLS (Figura N° 1), la variable que más asocia con el estado de satisfacción con la propia vida corresponde a la etnia, con una mayor proporción de sujetos de la etnia mapuche insatisfechos con su propia vida respecto a los sujetos no mapuche. En ambos grupos, mapuche y no mapuche, la segunda variable de mayor influencia fue el lugar de residencia del sujeto, más específicamente para el grupo mapuche la insatisfacción con la propia vida estuvo asociada a

la residencia en una gran ciudad (igual o mayor a Temuco) y en pueblos rurales, mientras que para el grupo no mapuche sólo estuvo asociada a la residencia en un pueblo rural. La tercera variable en importancia correspondió al tipo de trabajo que desempeña quien aporta el principal ingreso al hogar, pero sólo para el grupo de sujetos no mapuche, que viven en una gran ciudad, en una pequeña ciudad o en el campo. En este subgrupo, la insatisfacción con la vida estuvo relacionada a empleos en el sector público y trabajos independientes.

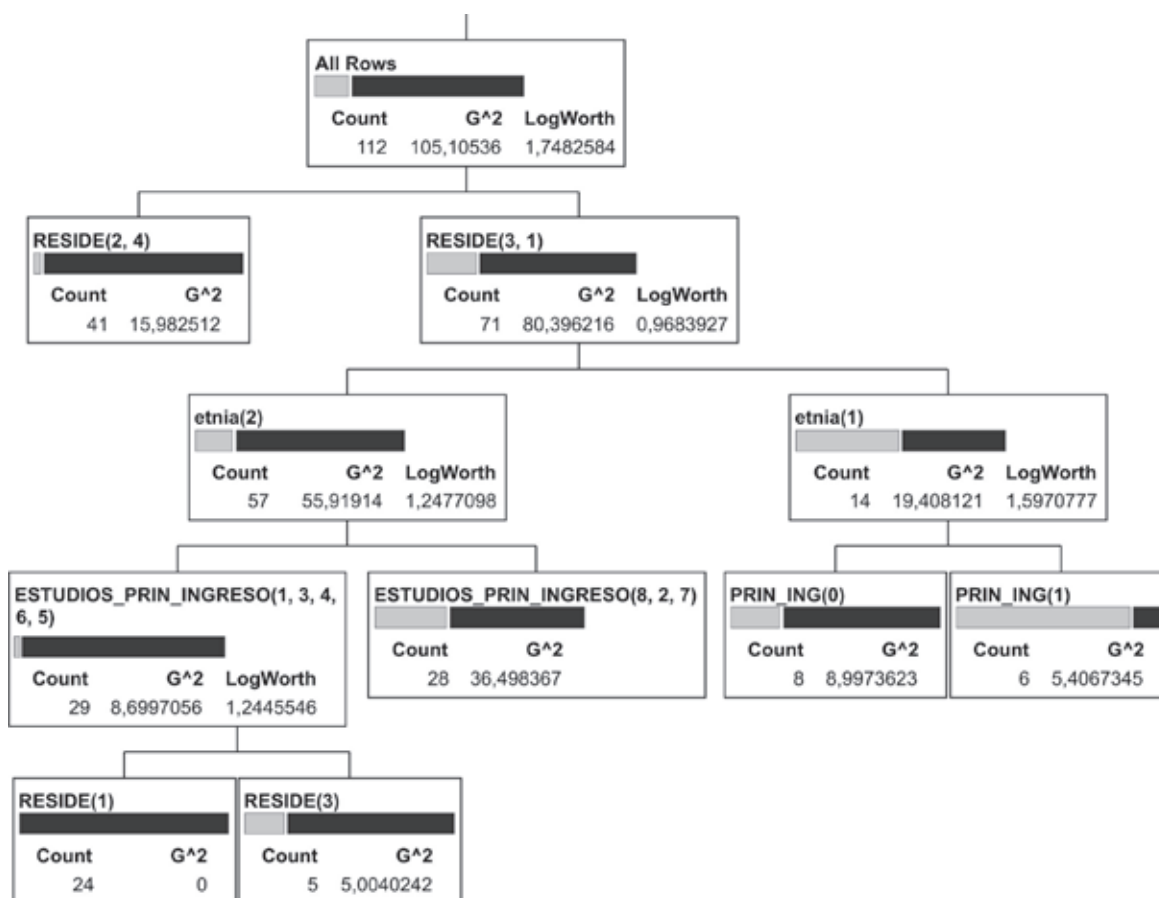
Figura 1
Árbol de decisión jerárquica para la SWLS.



La variable que más se asocia con el estado de satisfacción con la propia alimentación (escala SWFL, Figura N°2) fue el lugar de residencia, donde existe una mayor proporción de sujetos insatisfechos con la propia alimentación que residen en una gran ciudad igual o mayor a Temuco o en un pueblo rural. En el subgrupo de sujetos que residen en una pequeña ciudad o en el campo, no se aprecian variables asociadas a la satisfacción con la propia alimentación. Dentro del subgrupo de residentes en una ciudad igual o mayor a Temuco o en pueblos rurales, surge como segunda variable asociada a la satisfacción con la propia alimentación, la etnia de los encuestados, debido a que existe una mayor proporción de sujetos que declararon pertenecer

a la etnia mapuche y que se encuentran insatisfechos con la propia alimentación. En el subgrupo mapuche, la insatisfacción con la propia alimentación está asociada a sujetos pertenecientes a hogares en que la persona que aporta el principal ingreso económico es de género femenino, mientras que en el subgrupo de sujetos no mapuche surge el nivel de estudios de quien aporta el principal ingreso económico en el hogar del encuestado como variable asociada a la satisfacción con la propia alimentación. Aquí, habría una mayor proporción de sujetos que no habrían completado su educación básica, aquellos con educación técnica completa, universitaria incompleta y universitaria completa o más, asociados a la insatisfacción con la propia alimentación.

Figura 2
Árbol de decisión jerárquica para la SWFL.



Discusión

Un primer elemento que se destaca de los resultados de este estudio exploratorio son los altos niveles de satisfacción con la vida que declaran sentir los estudiantes participantes, (56,2% satisfecho y 25% extremadamente satisfecho), lo que da cuenta de un nivel de bienestar

subjetivo positivo. Similares conclusiones se obtienen al observar los niveles de satisfacción con la alimentación (46,4% satisfecho y 35,7% extremadamente satisfecho). Si bien en este último punto también se evidencia un alto nivel de bienestar subjetivo en relación a los hábitos alimentarios, también podría constituirse en una dificultad para eventuales estrategias de intervención en esta área.

Los resultados obtenidos permiten sugerir en forma preliminar, que los hábitos de alimentación de estudiantes universitarios del sur de Chile, se relacionan con la satisfacción con la propia vida y con la satisfacción en relación a su alimentación. En estos sujetos de estudio, la satisfacción con la vida y con la alimentación estarían asociadas con motivos hedonistas (deseo de consumir alimentos sabrosos), más que con motivos nutricionales (necesidades de energía y nutrientes tales como grasas, proteínas, hidratos de carbono, minerales, oligolementos, vitaminas) o motivos de salud (alimentación sana, incluido el consumo de alimentos con un nivel bajo de calorías). Estos resultados concuerdan con lo obtenido por Dean et al. (2008) en relación a que la alimentación no sólo se vincula con la salud, sino que además se asocia a la capacidad de disfrutar los alimentos y al significado hedónico que éstos tienen. En esta línea, se observa que aquellos jóvenes que muestran mayores niveles de satisfacción con su alimentación son aquellos que consumen diariamente carne, mantequilla, margarina y aceite en comparación con aquellos que los consumen con otra frecuencia. Esto se hace más evidente si lo relacionamos con el grado de satisfacción con la propia vida, donde nuevamente los estudiantes que reportan mayor satisfacción con la vida son aquellos que señalan consumir carne diariamente, vinculándose además en este caso el consumo de bebidas gaseosas. Evidentemente en este caso, nos encontramos ante hábitos alimentarios donde claramente no predomina un patrón racional de análisis nutricional, el cual sería negativo ante este tipo de nutrientes, sino más bien hedónico y probablemente vinculado a las significaciones afectivas y sociales que se asocian al consumo de estos alimentos.

En cuanto a la satisfacción global con la propia vida, llama la atención que la variable pertenencia étnica sea la que muestre mayor nivel de asociación y es especialmente preocupante la constatación de una mayor proporción de estudiantes mapuche insatisfechos con su propia vida respecto a los sujetos no mapuche. En esta misma línea va el mayor grado de insatisfacción de los sujetos mapuche vinculado a su lugar de residencia, donde coexisten sentimientos de insatisfacción vinculados tanto a residir en una gran ciudad como en pueblos rurales lo que permitiría hipotetizar una sensación de insatisfacción más bien generalizada que asociada a componentes territoriales específicos. Es probable en este aspecto, tal como lo señalan Clemente, Molero y González (2000), que la satisfacción con la vida esté vinculada a las expectativas, las aspiraciones y los objetivos conseguidos por el sujeto (en este caso su status de estudiante universitario) como a la calidad de vida que percibe para sí mismo pero también para su grupo de referencia, en este caso su etnia de pertenencia y su situación cultural y de inserción en la sociedad mayoritaria

donde ésta valoración implica que el sujeto considere la distancia que existe entre su condición actual (estudiante universitario perteneciente a una etnia históricamente discriminada) y aquella que se desea lograr como parte de sus reivindicaciones culturales (Quidel, 2000). Evidentemente ésta es una hipótesis que será necesario contrastar en investigaciones posteriores.

Otra variable que se asocia con el sentimiento global de satisfacción con la vida correspondió al tipo de trabajo que desempeña quien aporta el principal ingreso al hogar, pero sólo para el grupo de sujetos no mapuche, que viven en una gran ciudad, en una pequeña ciudad o en el campo. En este subgrupo, la insatisfacción con la vida estuvo relacionada a empleos en el sector público y trabajos independientes, aspecto que ya había sido reportado en otros estudios que vinculan la calidad del empleo con la percepción de bienestar subjetivo (Frey & Stutzer, 2002) y que probablemente se relaciona, por una parte, con la calidad del trabajo y por otra, con la sensación de estabilidad y posibilidad de proyección, aspecto que es bastante incierto en el caso de los trabajos independientes.

En relación a las variables asociadas con la satisfacción con la propia alimentación destaca el lugar de residencia, donde existe una mayor proporción de sujetos insatisfechos con la propia alimentación que residen en una gran ciudad igual o mayor a Temuco o en un pueblo rural. Dentro del subgrupo de residentes en una ciudad igual o mayor a Temuco o en pueblos rurales, vuelve a tener relevancia la pertenencia étnica como variable asociada a la satisfacción con la propia alimentación, debido a que existe una mayor proporción de sujetos que declararon pertenecer a la etnia mapuche y que se encuentran insatisfechos con la propia alimentación. En el subgrupo mapuche, la insatisfacción con la propia alimentación está asociada a sujetos pertenecientes a hogares en que la persona que aporta el principal ingreso económico es de género femenino lo que concuerda con lo reportado por los estudios previos que han vinculado la estructura de la familia (Chen, 2001; Rojas, 2007; Yan, 2003) con el bienestar subjetivo. Desde esta perspectiva, la presión psicológica involucrada al desempeño de la jefatura de hogar en conjunto con el cumplimiento de los roles culturalmente asociados al género femenino y con la responsabilidad de la madre en la mantención o ruptura de las prácticas culturales alimentarias, podría ser una variable a la base de estos resultados que habría que explorar en otros estudios.

Conclusiones

Los resultados obtenidos permiten sugerir en forma preliminar, que los hábitos de alimentación de estudiantes universitarios del sur de Chile, se relacionan

con la satisfacción con la propia vida y con la satisfacción en relación a su alimentación. En estos sujetos de estudio, la satisfacción con la vida y con la alimentación estarían asociadas con motivos hedónicos vinculados al disfrute (deseo de consumir alimentos sabrosos) y a la asociación simbólica de ciertos alimentos con ocasiones sociales de disfrute colectivo (carne=asados y bebidas gaseosas), más que con motivos nutricionales (necesidades de energía y nutrientes tales como grasas, proteínas, hidratos de carbono, minerales, oligoelementos, vitaminas) o motivos de salud (alimentación sana, incluido el consumo de alimentos con un nivel bajo de calorías). Este es un aspecto importante a considerar para el diseño de estrategias de intervención en relación a patrones de consumo alimentario saludable.

Por otra parte, se concluye que la variable pertenencia étnica ejerce una asociación fuerte con el mayor o menor nivel de bienestar subjetivo global (satisfacción general con la vida) como específico en relación con la alimentación, resultado que deberá seguirse profundizando en investigaciones posteriores.

Nota

* Agradecimientos a FONDECYT: trabajos financiados por el Proyecto Fondecyt 1100611.

Referencias

- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126.
- Bisogni, C., Connors, M., Devine, C., & Sobal, J. (2002). Who we are and how we eat: A qualitative study of identities in food choice. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 34, 128-139.
- Breiman, L., Friedman, J., Olshen, R., & Stone, C. (1984). *Classification and regression trees*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Chen, C. (2001). Aging and life satisfaction. *Social Indicators Research*, 54, 57-79.
- Clemente, A., Molero, R., & González, F. (2000). Estudio de la satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de Psicología*, 16(2), 189-198.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 54(10), 821-827.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.
- Dean, M., Grunert, K., Raats, M., Nielsen, N. A., Lumbers, M., & Food in Later Life Team. (2008). The impact of personal resources and their goal relevance on satisfaction with food-related life among the elderly. *Appetite*, 50(2-3), 308-315.
- Díaz, G. (2001). El bienestar subjetivo, actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina Integral*, 17(6), 572-579.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. Intervención psicossocial. *Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 3(8), 67-113.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being research: The cutting edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27, 21-33.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E. & Oishi, S. (2000). Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being Across Nations. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Cross-cultural psychology of subjective well-being* (pp.185-218). Boston: MIT Press.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Escobar, M. (1992). *El análisis de segmentación: concepto y aplicaciones*. Centro de Estudios avanzados en Ciencias Sociales, Instituto Juan March de Estudios e Investigaciones, Estudio/Working Paper 1992/31. Conectado el 8 de enero, 2010, en http://www.march.es/ceacs/publicaciones/working/archivos/1992_31_es.pdf
- Fischler C. (1998). Food, self and identity. *Social Science Information*, 27, 275-292.
- Frey, B. & Stutzer, A. (2002). What can economists learn from happiness research? *Journal of Economic Literature*, 40(2), 402-435.
- García-Viniegras, C. & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico, su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina Integral*, 16(6), 586-592.
- Grunert, K., Dean, D., Raats, M., Nielsen, N., & Lumbers, M. (2007). A measure of satisfaction with food-related life. *Appetite*, 49(2), 486-493.
- Hausman, A. (2005). Hedonistic rationality: the duality of food consumption. *Advances in Consumer Research*, 32, 404-405.
- Instituto Nacional de Estadísticas de Chile. (2008). *Resultados. Encuesta de Presupuestos familiares. Nov. 2006-oct. 2007*. Conectado el 10 de diciembre, 2008, en http://www.ine.cl/canales/chile_estadistico/encuestas_presupuestos_familiares/2008/resultados_EPF_2006_2007_080708a.pdf.
- Liberalesso, A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y la vejez: hacia una psicología positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1-2), 55-74.
- Mella, R., González, L., D'Appolonio, J., Maldonado, I., Fuenzalida, A., & Díaz, A. (2004). Factores Asociados al Bienestar Subjetivo en el Adulto Mayor. *Psyche*, 13(1), 79-89.
- Mennell, S., Murcott, A., & van Otterloo, A. H. (1992). *The sociology of food: Eating, diet and culture*. London, England: Sage.
- MIDEPLAN. (2005). *Encuesta de caracterización socioeconómica nacional y población indígena. Casen 2003*. Conectado en mayo, 2007, en <http://www.mideplan.cl/casen/pdf/casen2003poblacionindigena.pdf>
- Moons, P., Budts, W., & De Geest, S. (2006). Critique on the conceptualization of quality of life: A review and evaluation of different conceptual approaches. *International Journal of Nursing Studies*, 43, 891-901.
- Moyano, E. & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum*, 22(2), 177-193.
- Oishi, S. (2000). Goals as Cornerstones of subjective well-being: Linking individuals and cultures. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp. 87-112). Cambridge, MA: MIT Press.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Pérez, C. (2005). *Técnicas estadísticas con SPSS 12. Aplicaciones al análisis de datos*. Madrid: Prentice Hall.
- Quidel, J. (2000). Las relaciones interétnicas desde la perspectiva mapuche. In T. Durán, E. Parada, & N. Carrasco (Eds.), *Acer-*

- camientos metodológicos hacia pueblos indígenas. Una experiencia reflexionada desde La Araucanía, Chile* (pp. 115-122). Temuco, Chile: Editorial Universidad Católica de Temuco.
- Rojas, M. (2007). The complexity of well-being: a life-satisfaction conceptions and a domains-of-life approach. In I. Gough & A. McGregor (Eds.), *Researching well-being in developing countries* (pp. 259-280). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Ross, C. E. & Van Willigen, M. (1997). Gender, parenthood, and anger. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 572-599.
- Roysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M. C., & Harris, J. R. (2003). Happiness and health: Environmental and genetic contributions to the relationship between subjective well-being, perceived health, and somatic illness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(6), 1136-1146.
- Rozin, P. (1980). Human food selection: Why do we know so little, and what can we do about it? *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 4(4), 333-337.
- Rozin, P. (1997). Towards a psychology of food and eating: from motivation to module to model to marker, morality, meaning and metaphor. *Current Directions in Psychological Science*, 55(1), 18-24.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well – being. *American Psychologist*, 55, 68 – 78.
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1989b). In the eye of the beholder: Views of psychological well-being in middle and old-aged adults. *Psychological and Aging*, 4(2), 195-210.
- Ryff, C. D., & Keyes, L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, 87-116.
- Yan, B. (2003). A study on the factors influencing college students' subject well-being. *Journal of South China Normal University (Natural Science)*, 2, 189-195.

Recebido em: 12/04/2010

Revisão em: 17/08/2010

Aceite em: 08/09/2010

Berta Schnettler Morales es Profesora del Depto. de Producción Agropecuaria, Facultad de Cs. Agropecuarias y Forestales. Universidad de La Frontera. Dirección: Universidad de La Frontera, Casilla 54-D, Temuco, Chile.
Email: bschnett@ufro.cl

Horacio Miranda Vargas es profesor del Depto. de Producción Agropecuaria, Facultad de Cs. Agropecuarias y Forestales. Universidad de La Frontera. Temuco, Chile.

José Sepúlveda Maldonado es alumno del Magíster en Psicología del Depto. de Psicología, Facultad de Educación, Ciencias Sociales y Humanidades. Universidad de La Frontera. Temuco, Chile.

Marianela Denegri Coria es profesora del Depto. de Psicología, Facultad de Educación, Ciencias Sociales y Humanidades. Universidad de La Frontera. Dirección: Universidad de La Frontera. Temuco, Chile.

Como citar:

Schnettler, B., Miranda, H., Sepúlveda, J., & Denegri, M. (2011). Satisfacción con la alimentación y la vida, un estudio exploratorio en estudiantes de la Universidad de la Frontera, Temuco-Chile. *Psicología & Sociedade*, 23(2), 426-435.