

MINISTERIO DE EDUCACION PUBLICA
Escuela de Servicio Social
CONCEPCION



**Estudio comparativo sobre la alimenta-
ción de la familia obrera en
Concepción y Lota**

**Memoria de prueba para
optar al título de Asis-
tente Social del Estado**

MARTA EYZAGUIRRE CHARDIET

1942

Imp. Lit. "Emersida", Concep.

ocial

Trab. Social
E 98
1943
c-1

MINISTERIO DE EDUCACION PUBLICA
Escuela de Servicio Social
CONCEPCION



Estudio comparativo sobre la alimenta- ción de la familia obrera en Concepción y Lota



00162



Memoria de prueba para
optar al título de Asis-
tente Social del Estado

MARTA EYZAGUIRRE CHARDIET

1942

Imp. Lib. "Tamaritida", Concep.



UTENL50049267

UNIVERSIDAD DE CHILE
SEDE SANTIAGO ORIENTE
BIBLIOTECA CENTRAL

SUMARIO

En la presente memoria se tratará de dar a conocer una investigación de la alimentación obrera practicada en la Cía. Minera e Industrial de Lota y en diversas industrias de la ciudad de Concepción a fin de poder apreciar el estado de nutrición en que se encuentra nuestro pueblo.

Se ha tomado como sujetos de estudio a un grupo de 500 familias obreras de Concepción y otro grupo formado por 500 familias de Lota a fin de realizar un estudio comparativo de las condiciones de vida de estos obreros. La realización de este trabajo obedece a la necesidad de conocer en forma precisa la realidad del estado de nutrición de nuestros obreros, la influencia que la alimentación ejerce en la vitalidad del individuo.

El instrumento de medición utilizado fué una encuesta alimenticia que significó la investigación durante una semana completa, del material alimenticio comprado, la forma cómo fué preparado y la ración que correspondió a cada uno de los miembros de la familia. Se completó el estudio, analizando después de

una investigación detenida , los problemas de carácter social que presentaba cada grupo familiar.

Cada encuesta comprende los siguientes datos:

1.- Nombre del Jefe de familia; domicilio, industria en que trabaja.

2.- Informes sobre habitación: a) Tipo de vivienda
b) N de piezas
c) Dormitorios
d) Número de camas
e) Canon.

3.- Preguntas relativas al Jefe de hogar: Nombre
Domicilio
Sexo y edad
Ocupación
Industria
Situación dentro del establecimiento donde trabaja.
Salario diario.

4.- Indicaciones especiales sobre los niños:

a) Alimentación natural o artificial
b) especificaciones en harina, vegetales, azúcar, etc.

5.- Informe diario y durante siete días consecutivos sobre:

- a) productos alimenticios comprados, indicando cantidad de cada uno de ellos
- b) combustible y luz
- c) otros gastos
- d) alimentos producidos en casa
- e) Obtenidos por regalos.

6.- Indicación de la composición de las comidas hechas durante el día:

- a) Desayuno, indicando calidad, cantidad del alimento
- b) Almuerzo
- c) Once
- d) Comida

Este punto se desarrolla también durante 7 días consecutivos.

7.- Presupuesto total semanal:

- a) Aporte semanal del jefe de familia
- b) Entradas proporcionadas por la cónyuge
- c) Por otros miembros de la familia
- d) Proporcionadas por pensionistas
- e) Otras entradas
- f) Total de entradas en la semana
- g) Total de gastos en la semana

- h) Total de gastos alimenticios en la semana
- i) Promedio de gasto alimenticio diario por persona
- j) Informe comentario y soluciones propuestas por el encuestador y
- k) Informe sobre salud, instrucción y ambiente moral del grupo encuestado.

Las encuestas alimenticias se llevaron a efecto en Lota mediante la cooperación de Auxiliares Sanitarias de los Servicios de Salubridad Fusionados de esa localidad y en Concepción se contó con la colaboración efectiva de las alumnas de la Escuela de Servicio Social del Ministerio de Educación Pública.

La experiencia ha demostrado las grandes dificultades que ofrece la realización de una encuesta de esta naturaleza. A los encuestados se les hacía ver el objetivo de esta investigación a fin de facilitar la labor, pero, en muchos casos, hubo que vencer dificultades creadas por falta de comprensión, cooperación, ignorancia y, en otros casos, por un sentimiento infundado de vergüenza.

Durante este prolongado contacto con la familia con la familia se creó muchas veces un vínculo amistoso que permitió, mediante el ascendiente logrado, obtener una mayor colaboración de la familia a nuestra

laber y por otra parte, se benefició a ella con consejos, ayudas de índole diversa, desarrollando de esta manera, paralelamente a la tarea de investigación pura una labor social.

*****.

ALIMENTACION

"De una buena alimentación depende la energía física y moral del individuo y, por consiguiente, la fuerza de la nación en su conjunto"

E. Ruchet.-

Con frecuencia el hombre repite las cosas de sus mayores sin razonar ni averiguar si ellas son buenas o malas, ni medita si no sería posible hacerlas mejor; en general se trata de una costumbre inveterada, de un hábito de hacer las cosas por mera práctica. Una frase sintetiza todas estas ideas: "es la rutina de nuestros actos."

Desde el comienzo de la humanidad la alimentación ha quedado bajo el gobierno de la rutina. Parece lógico afirmar que el instinto es el mejor guía de la alimentación: comer cuando se tiene apetito lo que más agrade a los sentidos y hasta saciarse. Este criterio, el valor del instinto para gobernar la alimentación, ha sido uno de los más graves errores de los hombres, el que más funestas consecuencias ha tenido para la humanidad.

Ha quedado demostrado experimentalmente que el instinto es incapaz de aconsejar una alimentación correcta, aun en los casos en que el sujeto de experiencia tenga todo a su alcance. Nada extraña sino que medita las exigencias diferentes que tiene cada organismo en los diversos momentos de su evolución. Este hecho es tan efectivo que las enfermedades de la alimentación aparecen en todas las capas sociales: en los poderosos y en los míseros, que los primeros no se libran de las consecuencias de una mala alimentación, a pesar que pueden comer cuanto desean: el raquitismo, la anemia, la esclerosis, la tuberculosis y muchas otras afecciones más, aparecen lo mismo en los hijos de los ricos como también en los hijos de personas de escasos recursos.

La civilización nos aleja cada vez más de las condiciones naturales de alimentación, de manera que a medida que ella avanza, es mayor el déficit de la alimentación desde el punto de vista fisiológico: se va perdiendo el instinto del hombre primitivo, modificado por mil circunstancias, razones económicas, costumbres, etc., y no se reemplaza por un criterio de mayor base científica.

Los grandes errores en la alimentación producen enfermedades bien conocidas, pero los pequeños e-

errores, repetidos durante mucho tiempo, sin dar lugar a grandes alteraciones patológicas, que siembren la alarma, pueden producir trastornos que, no siendo en si mismos de gran importancia aparente, disminuyen las condiciones de resistencia orgánica frente a las condiciones de vida. Si a estos peligros generales del desconocimiento, se agrega en las clases más pobres el peligro de la alimentación escasa, como ocurre en la generalidad de los casos, el problema se complica cada vez más.

El estudio de la alimentación es de una complejidad tan grande, que interesa al biólogo, al higienista, al economista, al educador, al político, etc.

Así como es un problema del Estado en el aspecto colectivo, lo es también familiar e individual: de ahí que el concurso de toda la población en cada país es absolutamente indispensable.

Si el hombre puede prescindir de la casa y el abrigo, requisitos primordiales de la vida, no puede prescindir de la alimentación sin peligro de perderla.

Con una buena alimentación se puede mantener la salud en el peor de los conventillos, pero si existe déficit en la alimentación en relación a las necesidades orgánicas, no es posible conservar el estado de salud, aun cuando las condiciones de vivienda sean por demás higiénicas.

La capacidad orgánica de rendimiento tiene su origen en la energía producida en el metabolismo del alimento ingerido, de allí que debemos considerar como punto de vital importancia, la calidad alimenticia, desde el momento que no todas las sustancias ingeridas tienen el mismo valor nutritivo. Desgraciadamente la tendencia a elegir lo más agradable al paladar nos hace caer en carencia alimenticia, que va a repercutir lógicamente también en la capacidad de rendimiento del trabajo.

Por todo ello, el hambre es una consecuencia muy fácil de establecer en el hogar humilde, aun cuando existe la humana tendencia a ocultarla, ya que se le considera como un factor degradante en el aspecto social.

Si se considera por otra parte la repercusión que ella tiene en el rendimiento orgánico de trabajo del individuo, como también en el desarrollo normal del niño, será fácil explicarse la causa del aspecto de miseria humana que se encuentra en el hogar obrero.

Sólo una alimentación de base científica y en la que se considere el tipo de trabajo del obrero, ya sea de mayor esfuerzo físico o intelectual y que tenga como mínima base el de reintegrar el desgaste de

de energía ocasionado por las labores que ejecuta, podrá permitir que el factor humano rinda al trabajo el máximo de sus energías.

Si a la buena alimentación se añade techo adecuado, abrigo conveniente, medio ambiente estimulante del intelecto, y si, además hay probabilidades para los hombres de satisfacer sus ambiciones y los hombres actúan con fé en la posibilidad, se tiene el progreso, la civilización, el bienestar y se llega al ideal que debe perseguir la humanidad: "alargar las vidas, mejorando las normas de vida!"

El programa a llenar teóricamente es muy sencillo: valor alimenticio máximo y mejor por precio mínimo, pero en el terreno práctico las dificultades se presentan unas detrás de otras. Primero, las de orden científico para resolver el problema de cual es la dieta mejor, luego las de orden social, procurando que esta dieta científicamente establecida llegue a conocimiento de todos, en todo su valor, pero sin exageraciones y se imponga por raciocinio, por sus evidentes ventajas, no por la fuerza y, finalmente, las dificultades de orden pecuniario: procurar que los alimentos mejores no sean los más caros. Esto último es difícil; en cuanto a estas dificultades pecuniarias, resolverlas o, al menos aminorarlas, es una función del Estado.

Son múltiples las tentativas que se han hecho de dar una solución al problema de la alimentación, pero, desgraciadamente, la polarización de estos estudios hacen perder efectividad a estos esfuerzos, como también ^{la} escasa capacidad adquisitiva del obrero le impide mejorarla, ya que se ven reducidos lógicamente a la comida barata, que, desgraciadamente, no es siempre la más nutritiva.

II Capítulo

IMPORTANCIA DEL CONSUMO DE LOS DISTINTOS ALIMENTOS;
CARNE, LECHE, VERDURAS, LEGUMBRES Y FRUTAS Y PROPOR-
CION QUE DE ESTOS ALIMENTOS DEBE CONSUMIR DIARIA-
MENTE CADA COMPONENTE DEL GRUPO FAMILIAR.

El trabajo, considerado aisladamente desde el punto de vista fisiológico como la realización de un esfuerzo, exige que se cuide y se vigile el período de recuperación que ha de seguirle, para permitir a todas las funciones que lleguen al estado anterior al del esfuerzo. Por otra parte, tiene el trabajo mayores exigencias en el requerimiento calórico del día. Si no se cumple esta condición, se llega a la enfermedad. A fin de evitar que el obrero llegue a este estado, es preciso que se alimente en forma adecuada.

Se denomina alimento a una substancia en general, natural y compleja que, asociada con otros productos alimenticios en proporción conveniente, sea capaz de asegurar el funcionamiento normal y el ciclo regular de la vida de un individuo.

Los alimentos se dividen en dos cate-

gorías, según los elementos que pueden ofrecer al organismo. En primer lugar, tenemos aquellos con los cuales se fabrican los tejidos o se reponen las pérdidas que en estos produce el trabajo diario. Luego, debemos considerar aquellos que producen calor necesario para la vida. Como es sabido, el organismo tiene una temperatura inferior constante y para mantenerla es necesario que quemé combustible. Los primeros son los llamados plásticos o tisurales, los últimos, energéticos o dinamógenos.

Existe otra categoría de alimentos conocidos como reguladores de la nutrición, porque la reacción que producen es indispensable al organismo. Entre ellos se encuentran algunos minerales, como el P, el Fe, y, en general, las vitaminas.

Todos los individuos, sin distinción de edad ni sexo, necesitan de estas tres clases de alimentos para vivir en completa salud. Pero, el adulto necesita alimentos plásticos solamente para reponer el desgaste producido en los distintos tejidos: en cambio, el niño los utiliza además para la formación de los tejidos que le demanda su constante crecimiento.

Tenemos así que a la ración de mantenimiento, lo mismo para el niño que para el adulto, se debe agregar en aquél la ración de crecimiento. No es, por lo

tanto, infundada la expresión que dice que el niño come, comparativamente el doble que los mayores. Por lo demás es fácil deducir que si el hombre puede soportar por un lapso más o menos breve y sin desmedro una alimentación pobre en estos alimentos, el niño se resiente enseguida, no sólo en el aspecto relacionado con la reposición de tejidos, sino también en su crecimiento.

Todos los alimentos son igualmente importantes, no es posible suprimir ninguno de ellos, pero tienen una jerarquía diferente. La jerarquía de un alimento está dada por el tiempo de sobrevivencia que tiene el organismo, después de su supresión; así ella es de unos minutos si faltare el oxígeno, algunos días por la privación del agua, algunos meses por la no ingestión de proteínas, algunos años por carencia de Ca.

La alimentación normal debe ser suficiente, completa, armónica y adecuada. El individuo necesita una alimentación con una proporción calórica que esté de acuerdo con su sexo, edad, clase de actividad que desarrolla. De allí que las exigencias alimenticias sean clasificadas en determinados grupos, llamados regímenes, que son variados y cuya composición guarde estricta relación con las necesidades orgánicas.

Cada régimen tiene una finalidad diferente: la finalidad del régimen alimenticio de una mujer

embarazada es favorecer la gestación, poniéndola al abrigo de enfermedades, la de una madre que amamanta a su hijo, favorecer la secreción de leche normal, la de un niño, crecer y vivir al mismo tiempo, la de un obrero, permitirle un rendimiento normal en su trabajo, y así sucesivamente.

Un obrero, con un peso de 70 kilos, necesita diariamente para realizar un trabajo de mediano esfuerzo, 3.280 calorías. Su alimentación debe estar integrada por los siguientes alimentos:

<u>Protectores:</u>	Leche	250 gr.
	Carne	200 gr.
	Verduras	100 gr.
	Hortalizas de raíz	200 gr.
	Frutas crudas ...	100 gr.
	Papas	500 gr.
<u>Energéticos:</u>	Leguminosas	75 gr.
	Cereales	150 gr.
	Pan	300 gr.
	Azúcar	30 gr.

En las faenas pesadas que exigen mayor número de calorías, son los alimentos del grupo energético los que hay que aumentar, quedando los protectores casi sin variación, pero nunca deben ser disminuídos o faltar.

Hay obreros que necesitan más de 3.000 calorías por la naturaleza de su trabajo. Ellos deben recurrir, no como lo hacen generalmente, a la carne, huevos, etc., sino a los alimentos energéticos.- Deben usar ma-

por cantidad de cereales y grasas: pan, fideos, harina tostada, aceites, grasas, etc., pero como estos alimentos tienen siempre tendencia ácida, hay que neutralizarlos consumiendo proporcionalmente mayor cantidad de papas, verduras, frutas y aun azúcar.

La mujer adulta necesita 2.500 calorías, proporción que debe ser aumentada cuando se encuentra en estado de embarazo, porque la alimentación de la madre futura tiene importancia decisiva sobre la constitución del hijo que ha de venir.

Desde las revistas de divulgación científica, desde la cátedra y el consultorio, los médicos y pediatras se han ocupado hasta el cansancio del niño lactante y del niño en la primera infancia. El pensamiento que guía en general hacia los problemas de que los primeros años de vida son los que suponen las dificultades más enormes para sortear. Este hecho es tan efectivo que la madre que tiene un niño en edad escolar cree que ya puede vivir tranquila, que nada debe preocuparle ahora, después de los afanes pasados. He aquí una cómoda filosofía que no responde a la realidad. El niño escolar debe preocupar lo mismo que los demás a la madre consciente. Lo que sucede es que los errores que se cometen en esta edad, tienen un peligro que podemos calificar de inmediato a diferencia de los traspies en los lactantes que

implican una gravedad urgente e inmediata.

Es inexplicable el descuido del escolar, tanto más si se considera que un lactante, aunque su familia sea de condición modesta, siempre está bajo vigilancia médica y, la madre, está tan en contacto con el médico, que cualquier cambio, por sutil que sea, es notado enseguida y resulta motivo de reflexión para la familia. En cambio, un escolar no vive tan en contacto con sus familiares, lo que hace escapar a una observación directa de su madre.

El escolar de 13 años debe consumir:

Leche	600 gr	Vegetales verdes	150 gr
Quesó	40 gr.	Tomates
Carne	180 gr.	Frutas	300 gr.
1 huevo		Legumbres	100 gr

Debe hacerse notar que los alimentos, en general, no se suplen unos con otros, es decir, que no importa que no se tome leche si se come fruta. Esto es imposible porque el cuerpo toma los materiales necesarios en todos y cada uno de ellos.

Leche: Es un alimento completo por contener el máximo de sustancias necesarias al organismo. Según un autor inglés, la leche es la piedra angular de la salud. Es un alimento natural y completo para la primera infancia.

y que todavía en el adulto sigue formando parte de la dieta y ración alimenticia y, además, puede aun utilizarse como régimen en la enfermedad,

Es el alimento más completo de que disponemos por contener las proteínas de más alto valor biológico, vitaminas y sales, salvo el Fe que es escaso. Las proteínas de la leche no sólo tiene valor biológico por si mismas, desempeñan igualmente un papel suplementario considerable respecto a las demás proteínas, cuyo valor alimenticio acrecientan, siendo entonces mucho mejor utilizadas que cuando se consumen solas. No hay alimento que tenga más influencia sobre el crecimiento armónico del individuo que ella. Está probado que los pueblos de mejores condiciones físicas e intelectuales son grandes consumidores de leche.

Donde quiera que se ha hecho el ensayo de distribución de leche a los niños en las escuelas, se ha observado un aumento de peso, un desarrollo intelectual y moral más rápido, una mejor resistencia a las enfermedades.

Carne: Es un alimento de gran importancia en la alimentación por su contenido an albúminas, agua, P y Ca asimilable, y Fe.

La carne contiene más o menos 20 grs. de albúmina por ciento; por esto 150 gr. de carne que es la

cantidad que el individuo debe consumir diariamente contienen 32 grs. de proteína animal. Es de gran importancia el consumo de la carne por contener P asimilable, siendo la carne uno de los pocos medios que tenemos para suministrar este elemento, tan necesario para la formación de los núcleos, para la actividad muscular y para la función del aparato respiratorio.

Verduras: Son alimentos de escaso valor calórico, pero de un gran contenido en sales minerales y vitaminas. En general debe suministrarse de 1/4 a 1/2 kilo de verduras por 24 horas, pudiendo consumirse en mayores cantidades sin mayor peligro.

Legumbres: Las leguminosas, principalmente el poroto, forman parte principal en la alimentación de nuestro pueblo. En la composición del poroto encontramos tanta albúmina como en la carne (22%), la mitad de su peso es de hidratos de carbono, escasa cantidad de grasa. Por contener estos elementos tiene el poroto las características de alimento protector y energético a la vez.

Frutas: Es un alimento de vital importancia por su gran contenido vitamínico, tiene escasa cantidad de elementos energéticos. Desgraciadamente el alto costo de la fruta no permite a las clases más modestas su adquisición.

Capítulo III.

PROPORCION EN QUE LA FAMILIA OBRERA CONSUME EN
CONCEPCION Y LOTA: CARNE, LECHE, VERDURAS, LE-
GUMBRES Y FRUTAS.-

Después de estudiada en el Capítulo anterior la importancia del consumo de los distintos alimentos, corresponde en el presente dejar constancia de los resultados que arrojan las encuestas realizadas para establecer la proporción en que las familias obreras de Concepción y Lota consumen diversos alimentos, como leche, carne, verduras, legumbres y frutas y la comparación entre los consumos de esos mismos en una y otra región, a fin de estudiar los factores que influyen en las diferencias producidas.

Se tomó como sujetos de estudio a 500 familias obreras de Concepción y 500 familias de Lota. Cada encuesta alimenticia significa la investigación durante una semana completa del material alimenticio comprado, la forma cómo fué preparado y la ración que correspondió a cada uno de los miembros de la familia. Más aún, para completar el estudio, se analizó a través de una investigación detenida, los problemas de salud, de salario, de habitación y demás problemas de carácter social.

A fin de facilitar la comprensión de esta materia, se explica mediante un cuadro comparativo a continuación el total de personas que representan estas 1000 familias encuestadas.

TOTAL DE PERSONAS QUE FORMAN LAS 1000 FAMILIAS

	<u>Concepción</u>	<u>Lota</u>
Miembros de familia	2.135	2.529
Pensionistas	34	171
Totales:	2.169	2.700



Para los efectos de cálculo alimenticio se considera en este trabajo a los pensionistas como miembros integrantes de la familia.

Desde luego se observa que los grupos familiares están compuestos en Concepción de menor número de personas que en Lota. El número de personas que forman las 500 familias de Concepción representa solamente un 80, 25% del número de personas que representan las

las 500 familias de Lota. Hay, pues, una diferencia de un 19.74% en contra de las primeras.

DISTRIBUCION DE LAS FAMILIAS POR NUMERO DE PERSONAS QUE LAS COMPOENEN

N de personas	Concepción		Lota	
	N de casos	%	N de casos	%
1.-	8	1.6%	1	0.2%
2.-	79	15.8%	44	8.8%
3.-	109	21.8%	98	19.6%
4.-	108	21.6%	91	18.2%
5.-	65	13%	76	15.2%
6.-	63	12.6%	73	14.6%
7.-	33	6.6%	55	11%
8.-	19	3.8%	26	5.2%
9.-	10	2%	11	2.2%
10.-	4	0.8%	12	2.4%
11.-	2	0.4%	8	1.6%
12.-	-	----	2	0.4%
13.-	-	----	2	0.4%
14.-	-	----	1	0.2%

Término medio de personas por familia : Concepción: 4.027
Lota: 5.-

Se deja constancia que la distribución de personas por familia se ha hecho atendiendo exclusiva-

mente a los familiares, o sea, con exclusión de los pensionistas.-

COMPOSICION DE LAS FAMILIAS ATENDIENDO A LA EDAD DE SUS INTEGRANTES.

Edades	Concepción		Lota	
	N casos	%	N casos	%
Menores de 2 años	226.-	10.41%	223	8.25%
Mayores de 2 y menores de 14 años	671.-	30.93%	762.-	28.14 %
Adultos	1272.-	58.64%	1715.-	63.51%
Totales:	2169.-	100	2700.-	100.-

Del cuadro anterior resaltan las siguientes observaciones:

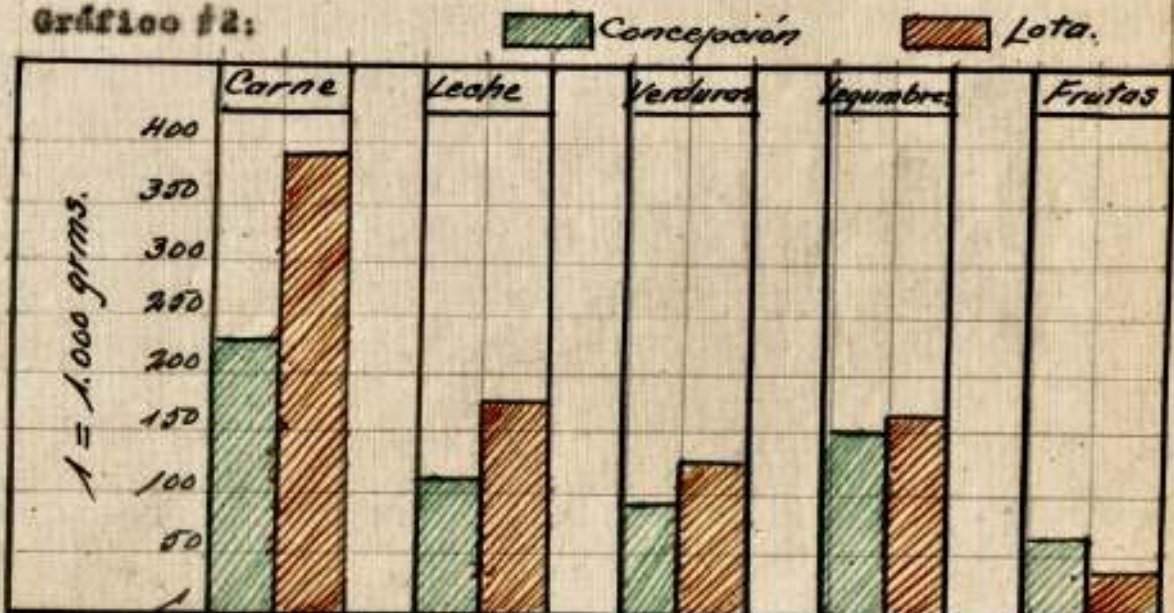
- a) Que en Concepción es mayor el número de niños menores de 2 años, en un 0.04% que en Lota;
- b) Que el número de niños menores de 14 y mayores de 2 años es en Concepción inferior en un 6.34% que en Lota y
- c) que el número total de niños menores de 14 años es en Concepción de 897 personas y en Lota, de 985; por lo tanto esta población es en Concepción inferior en un 9.4% a la de Lota.

CONSUMOS TOTALES ALIMENTICIOS

Los consumos totales de las 1000 familias encuestadas, o sea, 500 de Concepción y 500 de Lota, diarios, son los que se consignan en el cuadro comparativo siguiente:

Alimentos	Concepción Cantidad	Lota Cantidad	Total Cantidad
Carne	234.661 grs.	393.363 grs.	627.024 grs.
Leche	118.740 Lts.	175.895 lts.	294.635 lt.
Verduras	94.005 grs.	123.712 grs.	217.717 gr.
Legumbres	151.879 grs.	166.667 grs.	318.541 gr.
Frutas	67.121 grs.	38.180 grs.	106.301 gr.

Gráfico #2:



A fin de poder apreciar el consumo propor-

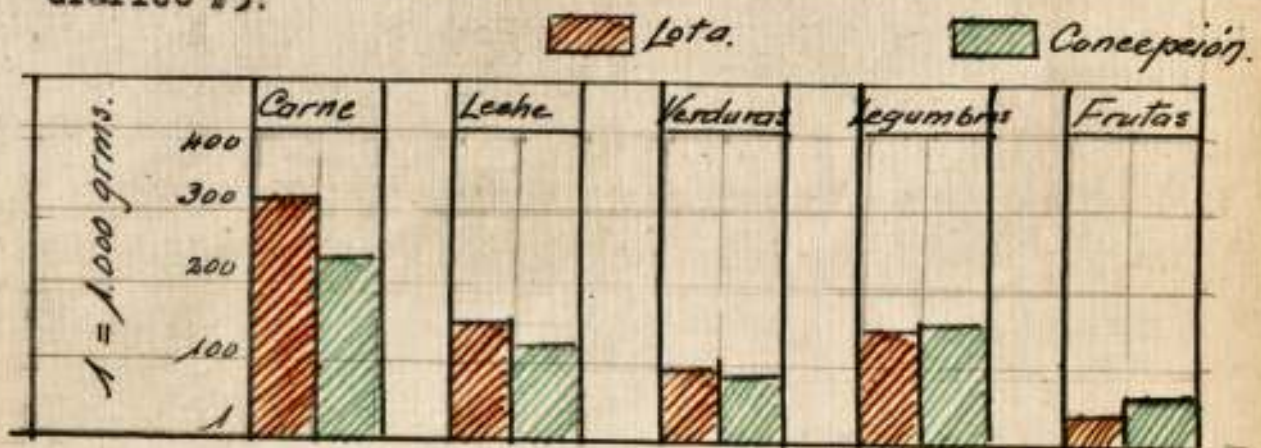
cional de cada uno de estos alimentos en Concepción y

Lota, dado que los consumos en la primera región son hechos por 2.169 personas, y en la segunda por 2.700, haremos primeramente una reducción proporcional de los consumos indicados en el cuadro anterior, en la parte correspondiente a Lota para 2.169 individuos, y de la comparación de este resultado con las cantidades consumidas por igual número de personas en Concepción, tendremos el porcentaje de diferencia a favor o en contra del consumo alimenticio de cada una de estas localidades.

COMPARACION DE CONSUMOS TOTALES.-

Alimentos.-	2.700 ind.Lota	2.169 ind.Lota	2.169 Conc.	Dif. %
Carne	392.363 grs.	<u>311.494</u> grs	234.661 grs	24.7%
Leche	175.895 "	<u>141.302</u> "	118.740 "	16.-%
Verduras	123.712 "	<u>99.640</u> "	94.005 "	4.4%
Legumbres	166.667 "	130.550 "	<u>151.879</u> "	14. %
Frutas	39.180 "	30.931 "	<u>67.121</u> "	53.9%

Gráfico #3:



El cuadro comparativo precedente proporciona las siguientes observaciones:

- a) El consumo proporcional de carne, leche y verduras es mayor en Lota que en Concepción en un 24.7%, 16% y 4.47% respectivamente;
- b) El consumo proporcional de legumbres y frutas, en cambio, es mayor en Concepción que en Lota en un 14.% y 53.9% respectivamente.

CONSUMOS PERSONALES

Para tratar esta materia la dividiremos en párrafos referentes a cada uno de los alimentos primordiales, en los que se estudiarán los consumos, tanto en Concepción como en Lota.

Carne.-

Concepción: El consumo total de carne del grupo de 500 familias de Concepción, compuesta de 2.169 personas, es de 234.661 grs diarios, lo que da un consumo nominal por individuo de 0.108 grs.

Decimos consumo nominal, porque para conocer el consumo efectivo es necesario rebajar del total de individuos que forman el grupo encuestado, los que no consumen carne, según el resultado de las encues-

tas realizadas, que son los menores de 2 años, que alcanzan a 226 niños, el 10% de los mayores de 2 años y menores de 14 que no comen o lo hacen insuficientemente, y el grupo de mayores que tampoco comen, según declaración propia, que ascienden a 26.

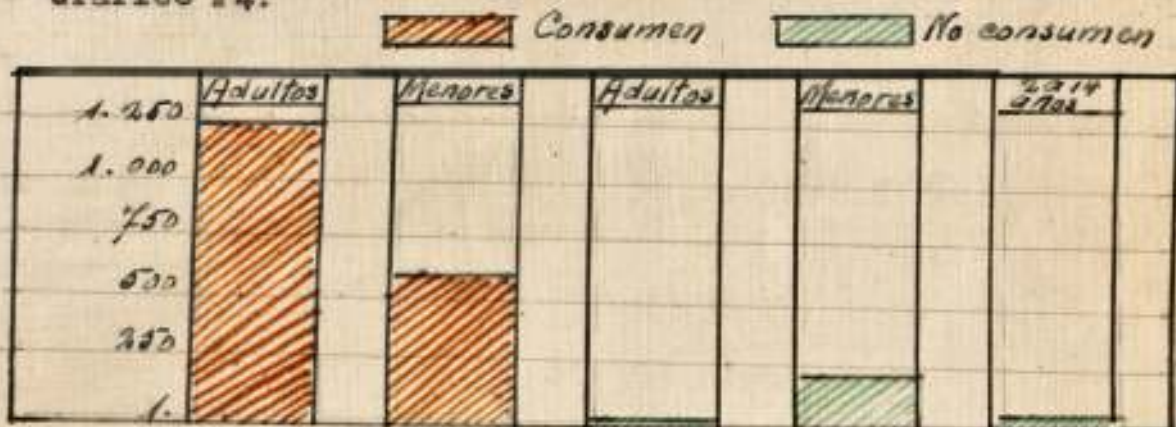
De acuerdo con lo anterior, puede hacerse el siguiente cálculo:

DISTRIBUCION DE LA POBLACION SEGUN CONSUMA O NO CARNE.-

Consumidores o no.-	N de casos	%
Adultos que consumen carne	1.246	57.44 %
Menores que consumen	604	27.844 %
Adultos que no consumen	26	1.198 %
Menores de 2 que no consumen	226	10.418%
Mayores de 2 y menores de 14 que no consumen	67	3.088 %

Total: 2.169 pers.

Gráfico #4:



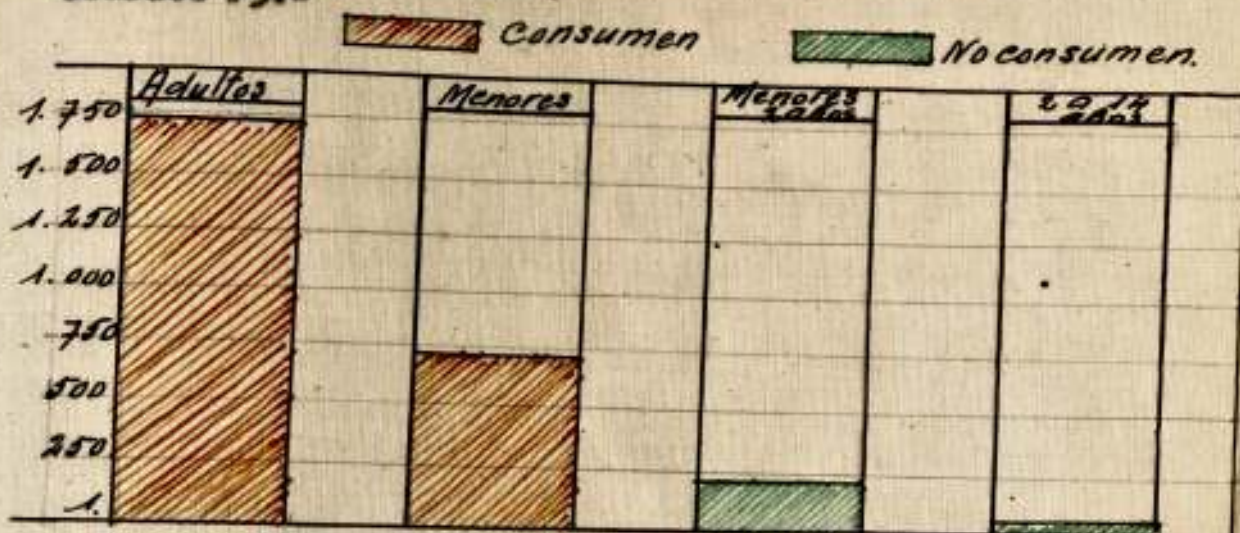
De lo anterior se desprende que los consumidores efectivos de carne son 1850 personas, y que el consumo efectivo medio de carne en este grupo es de 0.126grs por personas diario.

Lota: Según las encuestas, en esta región todos consumen carne. Las 2.700 personas habrían consumido en total 392.363 grs. diarios, lo que da un consumo nominal por individuo de 145 grs.

Para conocer el consumo medio efectivo de carne habría, lógicamente, que rebajar del total de individuos que forman este grupo el número de personas que en razón de su edad, no consumen carne o lo hacen en cantidad insignificante, como son los menores de 2 años y el 10% de los mayores de 2 y menores de 14 años, según lo expuesto en el párrafo anterior: lo que para este grupo da los resultados siguientes:

Consumidores o no	N de casos	%
Adultos que consumen carne	1715	63.455%
Menores que consumen "	686	25.383%
Menores de 2 años que no consumen carne	223	8.251%
Mayores de 2 y menores de 14 que no consumen	76	2.812%
Total:	2.700	

Gráfico 15.-



Los consumidores efectivos de carne en el grupo de Lota, ascienden, en consecuencia, a 2401 personas, lo que da para este grupo un consumo medio efectivo de 163 grs. por persona diarias.

El consumo medio de carne, en consecuencia, es inferior en Concepción a Lota en 43 grs. por persona.

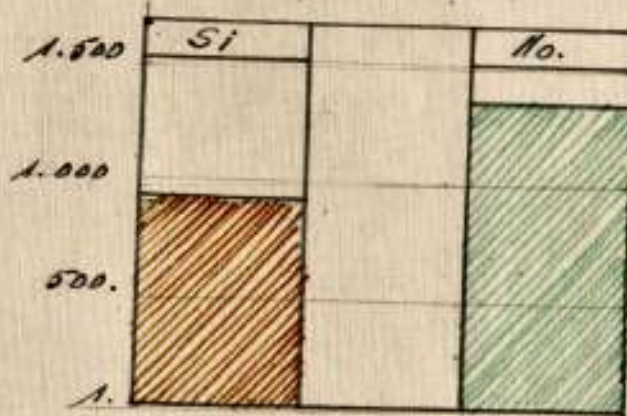
Leche.-

Concepción: El consumo total de leche del grupo de 500 familias de Concepción, compuesto de 2169 personas, es de 118,740 mlt. diarias, lo que da un consumo medio nominal de 0.054 lts. por persona diarias.

Según los resultados de las encuestas, las personas que forman este grupo, clasificadas entre consumidores o no de leche, se dividen como sigue:

Consumidores	Nº de casos	%
si	886	40.844%
no	1283	59.146%
Total:	2.169	

Gráfico #6: Seg



Según lo que consta de párrafos anteriores, en este grupo obrero de 500 familias de Concepción, con 2.169 personas, hay 897 niños menores de 14 años.

Como, según el cuadro que antecede, las personas que consumen leche alcanzan sólo a 886, resulta que hay 11 menores de 14 años que no consumen leche, y ningún adulto que alcance a consumirla.

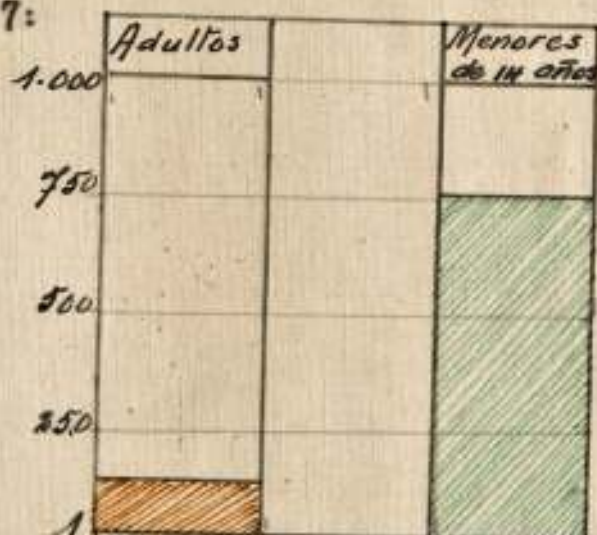
Pero, considerando que en todo grupo de personas hay siempre un porcentaje del 10% que consumen leche, en el total de consumidores que acusa la encuesta, según el cuadro anterior, habría que considerar a dichos adultos que alcanzarían a 127 personas; lo que rebaja

el número de menores que alcanzan a consumir leche a 759 personas, dando el siguiente resultado:

DISTRIBUCION DE CONSUMIDORES DE LECHE

Consumidores	N. casos	%
Adultos	127	14.325%
Menores de 14 años	759	85.615%
Total:	886	

Gráfico # 7:

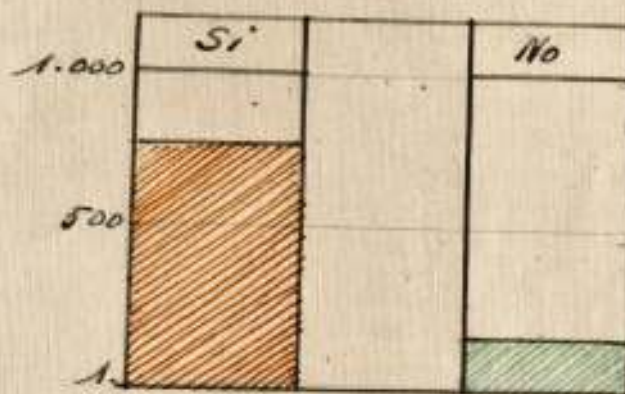


De los cuadros anteriores resulta para las 886 personas que consumen leche un consumo efectivo medio diario de 0.134 Lts. Pero, dado que existe un déficit en el consumo de la leche, lo más interesante es averiguar en qué proporción se hace este consumo por los menores de 14 años, que son los que más necesitan de este alimento y en quienes la deficiencia se traduce en perturbaciones graves. Concepción al respecto presenta los siguientes datos:

CONSUMO DE LECHE POR NIÑOS MENORES DE 14 AÑOS

Consumidores	N de casos	%
si	759	84.552%
no	138	15.373%
Total	897 niños	

Gráfico # 8:



Resalta a la vista el dato del 15% de niños que en la población obrera de Concepción no consumen leche. A esto hay que añadir el resultado de la investigación acerca de la cantidad de leche que consume cada individuo.

Según las encuestas realizadas, el consumo total de leche es de 118, 740 mlt. al día, los que se distribuyen, en consecuencia, entre los 886 consumidores, resultando, por lo tanto, un consumo diario por persona de sólo 134 mlt., en circunstancias que el obrero debe consumir diariamente 250 grs. de leche y el niño escolar, 600 grs., datos que vienen a demostrar

a qué grado llega la insuficiencia en la alimentación de nuestro pueblo.

Lota: El consumo total de leche de 500 familias de esta localidad, compuestas de 2700 personas, es de 175.895 grs., lo que da un consumo medio nominal de 0.065 lit. por persona diaria. Las encuestas, respecto a la cantidad de leche ingerida entre los 2700 individuos, da el siguiente resultado:

Consumidores	N. de casos	%
si	1537	56.969%
no	1163	43.031%
Total:	2700	100.-

Gráfico f 9:



En la población encuestada en Lota figuran 965 niños menores de 14 años; no se presenta, por lo

tanto , el problema de Concepción de existir más niños que consumidores de leche encuestados.

Según los resultados, la leche es consumida por 985 menores y, además, 552 adultos, como lo demuestra el cuadro siguiente:

DISTRIBUCION DE CONSUMIDORES DE LECHE.-

Consumidores	N de casos	%
Menores de 14 años	985	64.08%
Adultos	552	35.92%
Total:	1.537	100.-

Gráfico #10:



El término medio efectivo del consumo de leche entre estas 1537 personas es de 114 gra. por persona, cantidad que es insuficiente para las necesidades del organismo de los diferentes componentes del grupo familiar.

Verduras.-

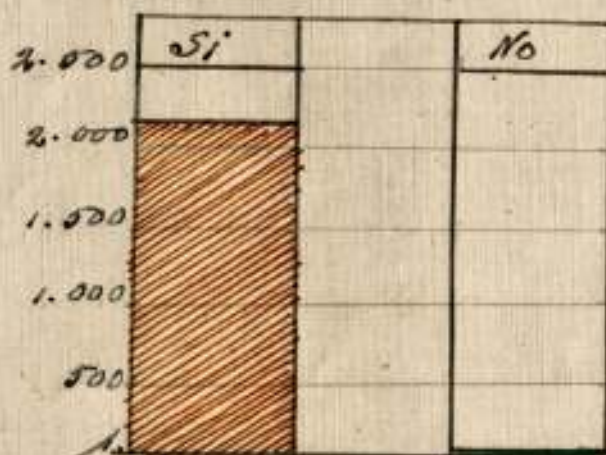
Concepción: Se ha comprobado que las 2169 personas que componen las 500 familias de Concepción consumen un total de 94.005 grs. de verduras, lo que da un término medio nominal de 43 grs. diarios por persona.

A fin de establecer el consumo efectivo es necesario investigar el número de consumidores.

Así tenemos los siguientes datos:

Consumidores	N de casos	%
Si consumen	2.135	98.433%
No consumen	34	1.567%
Total	2.169	100.-

Gráfico # 11:



Del cuadro anterior se desprende que de

las 2.169 personas, sólo 2.135 consumen verduras, resultando, en consecuencia, un término medio de 44 grs. diarios por personas

Lota: Se ha observado que las 2.700 personas componentes de las 500 familias de Lota consumen un total de 123.712 grs. de verdura, lo que da un término medio de 45 grs. diarios por persona.

Como el resultado anterior se refiere al consumo nominal, es necesario investigar el consumo efectivo, el que se deducirá del cuadro que a continuación se expondrá:

Consumidores	N de casos	%
Si consumen	2.684	99.408%
No consumen	16	0.592%
Total:	2.700	100.-

Gráfico # 12:



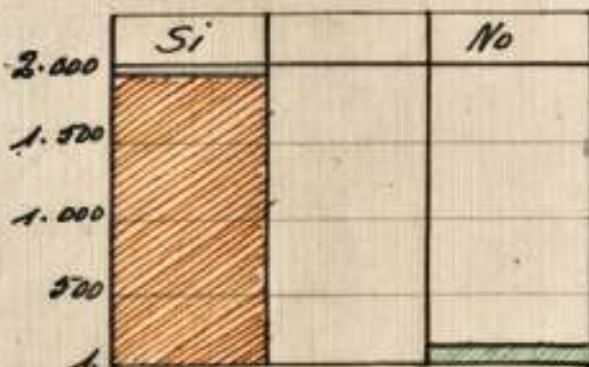
Legumbres

Concepción: Por la investigación practicada, se observa que las 2.169 personas consumen un total de 151.879 grs. de legumbre, lo que da un término medio nominal de 70 grs. diarios por persona.

Al calcular el consumo medio efectivo, se obtienen los siguientes resultados:

Consumidores	N de casos	%
Consumen	1.982	91.370%
No consumen	187	8.63 %
Total:	2.169	100.-

Gráfico #13:



De lo expuesto anteriormente, se deduce que el consumo efectivo de legumbres es realizado por

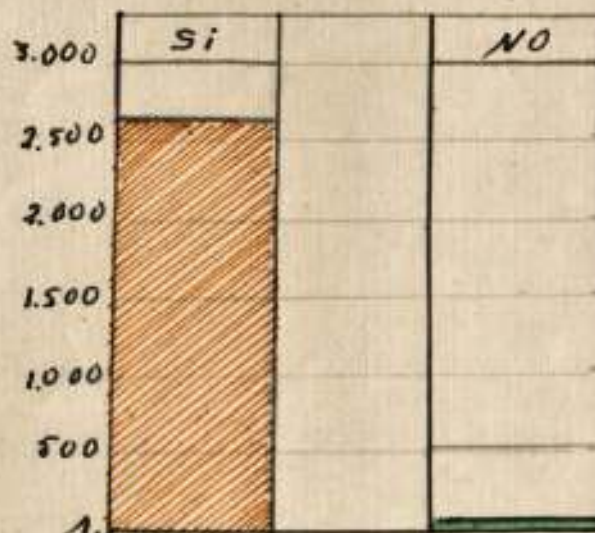
1982 personas, lo que da un término medio efectivo de 76 grs. diarios por persona.

Leta: El consumo total diario de legumbres, efectuado por 2700 personas en Leta, es de 166.667 grs., lo que da un término medio nominal de 61 grs. por persona. A fin de calcular el término medio efectivo, es necesario tomar en cuenta el número de personas que realmente consumen, cuadro que a continuación se expone y en el que se podrá apreciar este dato:

Consumidores	N de casos	%
Consumen	2.643	97.891%
No consumen	57	2.109%

Total: 2.700 100.-

Gráfico # 14:



Los consumidores efectivos de legumbres en Lota ascienden a 2.643, lo que da para este grupo un consumo medio efectivo de 63 grs. diarios por persona.

Frutas.-

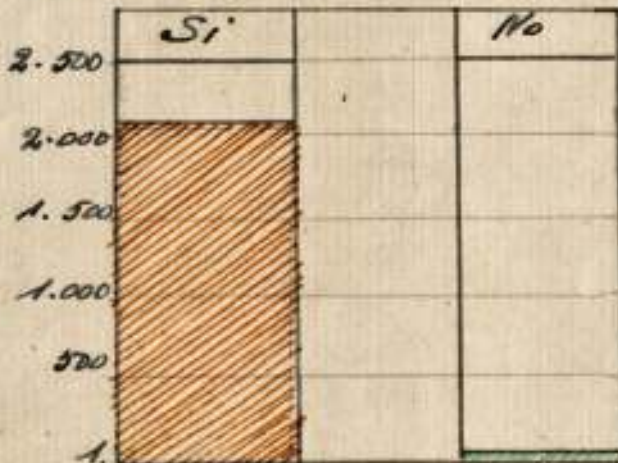
Concepción: Las 2.169 personas componentes del grupo de familias obreras encuestadas en Concepción, consumen nominalmente 67.121 grs. de fruta, lo que da un término medio nominal de 30 grs. diarios por persona.

Para obtener el término medio efectivo, es necesario calcular el número de personas de este grupo que realmente consumen frutas. Al respecto se establece el siguiente cuadro:

Consumidores	N de casos	%
Consumen	2.094	96.543%
No consumen	75	3.457%

Total: 2.169 100.-

Gráfico # 15:

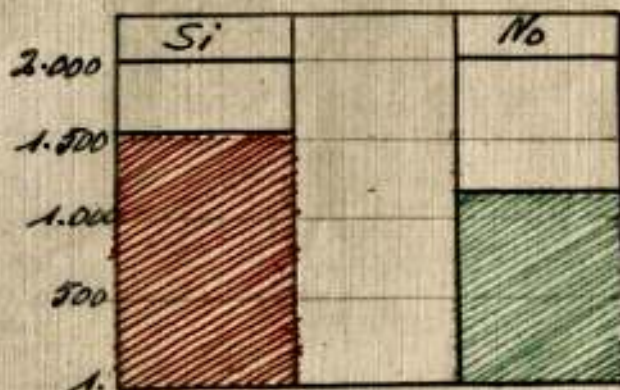


En consecuencia, el consumo efectivo de 67.121 grs. de fruta es realizado por 2.094 personas, lo que da un término medio efectivo de 32 grs. diarios por individuo.

Lota: De la investigación de las encuestas alimenticias correspondientes a 500 familias obreras de Lota, se ha comprobado que las 2.700 personas que integran estas familias, consumen un total de frutas de 39.180 grs, lo que da un término medio nominal de 14 grs. diarios por persona. Para conocer el consumo efectivo será preciso establecer el número de personas que realmente consumen frutas. Para ello se expone el cuadro siguiente:

Consumidores	N de casos	%
Consumen	1544	57.128%
No consumen	1156	42.872%

Total: 2700 100.-
Gráfico # 16:





En consecuencia, de las 2.700 personas, sólo un 57.12% consume realmente frutas, lo que da un término medio efectivo de 25 grs. diarios por persona.

A fin de poder formarse una idea acerca del consumo diario efectivo por persona, se establecerá un cuadro comparativo de dichos consumos en Concepción y Lota.

COMPARACION DE CONSUMOS DIARIOS EFECTIVOS DE LOS DISTINTOS ALIMENTOS POR PERSONA

Alimentos	Concepción Cantidad	Lota Cantidad
Carne	126 grs	<u>163 grs.</u>
Leche	<u>134 "</u>	114 "
Verduras	44 "	<u>46 "</u>
Legumbres	<u>76 "</u>	63 "
Frutas	<u>32 "</u>	25 "

Gráfico # 17:

 Concepción  Lota.



Como lo indica el cuadro anterior, el consumo de carne y verduras es mayor en Lota que en Concepción y, en cambio, la leche, legumbres y frutas es consumida en forma más apreciable en Concepción. Se deja constancia que en un cuadro anterior, al hacer una comparación de los consumos proporcionales alimenticios entre Concepción y Lota, se observó que el consumo de leche en Lota era mayor en un 16% al de Concepción, pero en esta comparación sólo se hizo mención a los consumos totales nominales, sin considerar que dentro de la población encuestada había un 543.031% que no consumía leche.

Como se puede apreciar, el consumo efectivo alimenticio por persona, es, desde todo punto de vista, insuficiente, ya que el individuo en ningún caso alcanza a consumir siquiera la dosis mínima establecida en la ración alimenticia normal de un individuo, que le proporciona 3.000 calorías diarias.

Es de suponer cuál será el estado de desnutrición de nuestro pueblo, más aún, cuando Rubner, una notabilidad en materia de alimentación, establece que el minero debe consumir alimentos que diariamente le proporcionen 4.476 calorías.

Capítulo IV

FACTOR ECONOMICO EN LA ALIMENTACION

El factor económico tiene una considerable importancia dentro de la alimentación obrera, dado que el gasto de alimentos constituye el rubro más importante del presupuesto de la familia.

Hay hiponutrición en todas aquellas colectividades privadas de bienestar y entre las cuales el costo de vida es excesivo. No hay otro factor más influyente sobre la morbilidad y mortalidad como la insuficiencia de los ingresos que castiga sobretodo a las clases más modestas de la sociedad. Está además decir cómo las razas y pueblos menos nutridos presentan características, no sólo somáticas, sino también morales e intelectuales inferiores a los pueblos bien nutridos.

La economía de la alimentación es a menudo imprescindible, dado el aumento constante del costo de vida. Cuanto menores son los ingresos, mayor es la cantidad proporcional destinada a gastos de alimentación; como nadie puede prescindir de alimentarse, se han de reducir los demás capítulos. Esta es otra injus-

ticia de la actual organización de la vida económica; mientras unos gastan escasamente la décima parte de su presupuesto en la alimentación, siendo esta abundante, variada y lujosa, quedándoles 9/10 partes para los demás gastos; otros, para mal nutrirse, gastan más de las 3/4 partes de sus ingresos y con la otra cuarta parte escasa, han de cubrir todo el resto del presupuesto.

Los primeros viven, lo segundos no hacen más que comerse continuamente su propio trabajo, sin ninguna satisfacción, y llevar al mundo hijos que, posiblemente llegarán ya en condiciones de inferioridad, que no podrán prepararse adecuadamente para la lucha por la vida y que continuarán la cadena de sus padres.

El aumento de los precios de los productos alimenticios carga especialmente sobre la clase obrera, ya que es el trabajo físico el que requiere una alimentación más abundante.

Se ha de tener en cuenta que, a igualdad de calidad, los pobres pagan más cara su alimentación que los ricos, por varios motivos: la necesidad de proveerse en la pequeña tienda de la vecindad, por falta de tiempo o de servicio para escoger entre varias casas, el hecho de ser estos pequeños almacenes proveedores a los que llegan las mercaderías después de pasar por 4 o 5 intermediarios, al contrario de los grandes estableci-

mientos que compran muchas veces directamente en los centros de producción, pudiendo mantener precios más bajos la adquisición de los alimentos en pequeñas cantidades por la falta de recursos, resultando así siempre más caros.

Además hay que tomar en cuenta que a menudo no pueden escoger entre una y otra tienda, porque están ligados por el crédito y las deudas a un vendedor, que, muchas veces, abusa de su situación.

Hay también una diferencia cualitativa entre lo que compra cada clase social por el mismo precio, ya que los más pobres tienen que hacer llegar su presupuesto hasta cubrir todos los gastos alimenticios, aun a expensas de la calidad.

Después de la investigación practicada, se logró obtener, respecto al salario diario percibido por el obrero un término medio de \$17.65 en Concepción y \$18.70 en Lota.

De estos salarios, el obrero invierte en Concepción un 76% para los gastos de alimentación y, en Lota, invierten un 83%, de lo que se deduce que el porcentaje restante, que es insignificante, es invertido en vestuario, habitación y recreaciones. Se hace la excepción de Lota en lo que se refiere a gastos de habita-

ción, por ocupar el personal minero una población, la que es cedida gratuitamente por la Cía. Minera e Industrial de Lota a sus obreros, en calidad de regalía. Es esta una de las razones por qué la familia obrera de Lota tiene una alimentación algo más abundante y variada que la de Concepción en algunos aspectos, pues el dinero que en Concepción se invierte en pago de arriendo, en Lota es destinado a alimentación.

PRESUPUESTO DIARIO DE ALIMENTACION

El cálculo efectuado para obtener el promedio de alimentación en Concepción, permite establecer la siguiente escala de porcentajes:

<u>N de casos</u>	<u>escala</u>	<u>%</u>
25	1.-	5.-%
112	2.-	22.40%
124	3.-	24.80%
87	4.-	17.40%
48	5.-	9.60%
46	6.-	9.20%
20	7.-	4.-%
14	8.-	2.80%
9	9.-	1.80%
4	10.-	0.80%
6	11.-	1.20%
2	12.-	0.40%

N de casos	Promedio \$	%
1.-	\$13.-	0.2 0%
1.-	14.-	0.20 %
1.-	15.-	0.20 %

PRESUPUESTO POR PERSONA

Las entradas totales para las 500 familias de Concepción durante la semana fueron de \$78.191,46 y como las 500 encuestas representan un total de 2.169 personas, cada persona tendrá un promedio de entradas de \$36.04 semanales. Establecido el presupuesto diario, tenemos \$5.14 para cada individuo.

Refiriéndonos a los gastos, tenemos que las 500 familias compuestas por 2.169 personas tienen un gasto de \$56.210,25 semanales, de donde se deduce que el presupuesto de gasto por persona es de 25,91 pesos semanales. Luego el presupuesto diario por persona es de \$3.70, cantidad que es invertida en alimentación, quedando un excedente de \$1.44 para ser destinado a los gastos de habitación, vestuario y recreación.

PRESUPUESTO POR PERSONA

Las entradas totales para las 500 familias de Lota durante la semana fueron de \$97.343,60. Como las 500 encuestas representan un total de 2.700 personas, podemos deducir que el presupuesto por cada persona es de \$36.05 semanales y si lo tratamos de establecer por día tenemos \$5.15 por persona.

En lo que se refiere a gastos, tenemos que las 500 familias de Lota, compuestas por 2.169 personas, tienen un gasto de \$88.175,04 semanales, de donde se deduce que el presupuesto de gasto por persona es de \$32.75 a la semana; luego, el presupuesto diario por persona es de \$4.67, cantidad que es invertida en alimentación, quedando un excedente de \$0.48 para ser destinado a los gastos de vestuario y recreaciones.

Según datos obtenidos por la Srta. Matilde Macher, cuya memoria versará sobre un estudio comparativo de los salarios de los 1.000 obreros que han servido de sujetos de estudio para la presente memoria, se ha podido comprobar que en el presupuesto de la familia obrera de Concepción hay un déficit que asciende a un 1.30% y en el presupuesto de la familia obrera de Lota hay un superávit que alcanza a un 2.6%, diferencia en la cual influyen factores de diversa índole que serán

indicados en los capítulos que a continuación se expon-
drán.

Sobre el factor económico en la alimenta-
ción, sólo resta decir que, como se le califica de ley
de bronce de la alimentación, es contradictorio el hecho
de que aumentando los salarabs se obtiene un mejoramien-
to en la nutrición de nuestro pueblo; por supuesto, con-
tribuye a él, pero es de lamentar que el costo de los
productos alimenticios aumenta en proporción a los sala-
rios, sin obtener de esta manera los resultados deseados.

Es, por lo tanto, acción del Estado velar
por el mejoramiento de la nutrición de los grupos in-
dustriales, lo que se traducirá en un aumento en el ren-
dimiento del trabajo, lo que va en beneficio directo de
la Economía de una nación.

No se abarcará otros aspectos de este ca-
pítulo por haber sido tomados por la Srta. Macher en
su Memoria sobre salarios.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

Capítulo V

DEFICIENCIAS DE LA ALIMENTACION OBRERA, FACTORES
QUE INFLUYEN EN ELLAS Y CONSECUENCIAS DE UNA A-
LIMENTACION DEFICIENTE

Como se ha dicho en capítulos anteriores, la base sobre la cual se construye toda sociedad y nación es el hombre físico. A la vitalidad de este elemento, a la adaptación al medio en que vive, están pues condicionados los resultados de su organización política, de su cultura y, en general, todas las formas de la vida civilizada.

El problema de la alimentación es algo vital en la organización de un país. La alimentación deficiente constituye un peligro para la estabilidad social, no permite al individuo el rendimiento normal de su trabajo, es un campo propicio para el desarrollo de las enfermedades infecciosas, lo que va en detrimento de la vitalidad de la población. Aparecen toda clase de enfermedades; es interesante observar cómo en la mayor parte de los casos el detrimento de la salud del individuo se debe a un juego gradual de causas más o menos permanentes, pero desapercibidas, más bien que a graves influencias de carácter accidental. Entre estas causas, una de

las causas de inferioridad en el desarrollo físico, de inestabilidad del sistema nervioso, de carencia de la facultad de recuperación y resistencia que acarrearán una acumulación de cansancio y una falta de resistencia a infecciones como la Tbc. y otras enfermedades, contra las cuales el organismo humano no crea fácilmente una inmunidad específica. Por lo tanto, la duración de la vida misma sufre en fuerte medida la influencia de un régimen alimenticio deficiente.

De la observación atenta de los cuadros anteriores, se desprende que el término medio de nuestra población obrera se alimenta en forma muy deficiente, no alcanzando a cubrir las necesidades que sus condiciones de trabajo y de vida le exigen.

Las deficiencias en la alimentación de la familia obrera se pueden clasificar en cualitativas y cuantitativas.

Cualitativas: Como el obrero y su familia desconocen en absoluto la calidad de los distintos elementos alimenticios, la alimentación peca en este sentido, pues los alimentos que consumen no reúnen en absoluto las cualidades nutritivas que son indispensables al individuo.

Cuantitativas: En la mayoría de los casos, la cantidad de alimentos que el obrero ingiere es absolutamente insuficiente y en algunos, ingiere más de lo conveniente,

pero de ninguna manera se crea que esta abundancia vaya a ir en beneficio de los individuos, pues, como se dijo anteriormente, la dueña de casa no sabe escoger los alimentos que son necesarios para una alimentación racional.

Muchas son las causas que intervienen en la mala o deficiente alimentación de nuestro pueblo. Tenemos, en primer lugar, la escasa remuneración que el obrero percibe, más bien dicho el alto costo de los medios de subsistencia, pues aun cuando el obrero obtenga un buen salario, el desmedido costo de los productos alimenticios le imposibilitan para llegar a un mejoramiento en la alimentación.

Enseguida tenemos la completa ignorancia de los obreros en lo que a este problema de alimentación se refiere, desconociendo cuáles son los alimentos que le convienen y en qué cantidad debe consumir los que le son de imprescindible necesidad.

Otra causa que influye poderosamente en la alimentación deficiente es la falta absoluta de preparación culinaria de la mujer del obrero; en la mayoría de los casos, un plato se repite durante los 7 días de la semana, sin la más mínima variación.

A fin de conocer el número de casos en que se incurre en la monotonía culinaria se explicará a continuación, mediante un cuadro, estos datos, indican

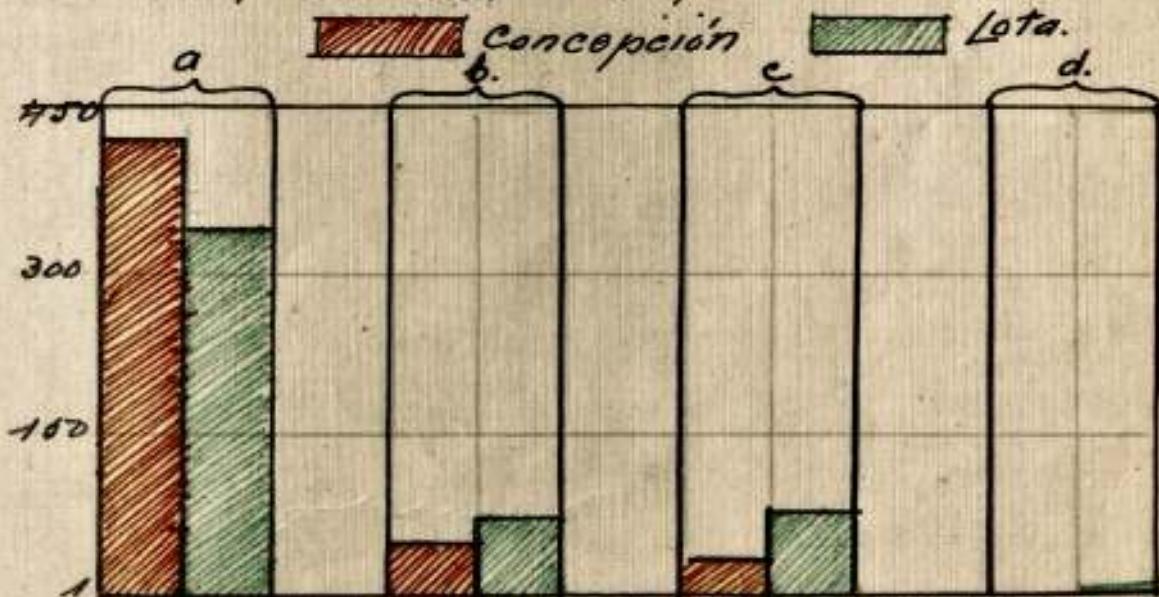
do además la causa del problema:

MONOTONIA CULINARIA

Tipos de alimentación	Concepción		Lota	
	N casos	%	N casos	%
Alimentación regularmente variada	437	87.40%	349	69.80%
Alimentación con monotonía culinaria por falta de preparación culinaria	34	6.80%	73	14.60%
Alimentación con monotonía culinaria por mala situación económica	29	5.80%	75	15.00%
Alimentación con monotonía culinaria por indolencia	---	---	3	0.60%
Totales:	500.-	100.-	500.-	100.-

Gráfico # 18:

Alimentación
 a.- Variada. b.- Monótona, falta preparación. c.- mala situación económica. d.- per indolencia.



Para la confección de este cuadro, se consideró una alimentación regularmente variada aquella

en que la alimentación al almuerzo es algo variada, aun cuando en la comida se utilice lo restante del almuerzo recalentado.

Como se puede apreciar en el cuadro precedente, un 12.60% en Concepción y un 30.20% en Lota de la población observa en su alimentación monotonía culinaria, la que se debe, en un 34 y 73% respectivamente a una manifiesta falta de preparación culinaria y en un 29 y 75% respectivamente a una mala situación económica.

En estos últimos casos, por contar con una familia numerosa y el jefe de hogar ~~contar~~ con una escasa remuneración, la madre, para evitar un mayor desequilibrio económico, se ve en la necesidad de repetir los platos que le resultan de un mínimo costo, sin pensar que por este mismo precio puede adquirir productos alimenticios variados que le sean de una mayor utilidad.

En Lota se observa que en 3 casos hubo monotonía culinaria por indolencia de parte de la dueña de casa.

La falta absoluta de preparación doméstica que posee la dueña de casa se debe, en primer lugar, a que la mayoría de ellas apenas han concurrido a la Escuela, o son analfabetas. Además en los programas de las Escuelas primarias se da una importancia mínima a Economía Doméstica. Por otra parte, las exigencias de la vida mis



ma impiden, por lo general, a la mujer de ~~terminar~~ terminar sus estudios de instrucción primaria.

Las dueñas de casa preparan las comidas sin tener la más mínima noción de la forma cómo debe hacerlas, tomando en cuenta el valor calórico, la composición química, ni siquiera el sabor que deben darle. De ahí que en el hogar se desperdicie con frecuencia el dinero y que la falta de iniciativa o de cuidado impida un mejor aprovechamiento de los recursos de que dispone. Los niños se habitúan así a un alimento monótono, vulgar y de escaso valor nutritivo.

Además de la insuficiencia de salarios y de la ignorancia hay que hacer notar las pésimas condiciones en que nace y se desarrolla la mayor parte de la población obrera. Son estas malas condiciones de vida los factores determinantes del vicio que constituye la más perjudicial de las plagas sociales: el alcoholismo. El obrero, para suplir las deficiencias de su alimentación, se entrega al vicio de la bebida, a manera de compensación por su alimentación insuficiente.

El obrero diariamente llega a su trabajo con cierta dosis de alcohol ingerido, que, estimulándolo, le elimina esa flojera propia del vicioso crónico. A la salida del taller no encuentra en el conventillo, sino un hogar estrecho e incómodo y una sociedad de per-

sonas que generalmente tienen el mismo vicio y alejándose de su hogar, llega a las cantinas, sitios iluminados llenos de animación y atracción, gastando allí el salario obtenido, o se crea una deuda pagadera a fin de semana.

El vicioso encuentra en el alcohol el excitante indispensable, sin el cual es un desdichado, lleno de melancolía, incapaz de todo esfuerzo físico y mental y presa de un desaliento indecible en el que la vida le es ingrata.

Todavía más, ese organismo totalmente intoxicado, dominado por sentimientos de odio y falta ya de instintos de superación, es una miseria humana que engendra en su mujer un hijo cuya vitalidad y condiciones de resistencia en la vida, son mínimas. Nace un ser tarado y débil congénito, que, lejos de ser el motivo de mayor enlace en la familia obrera, es el motivo de desaliento y sufrimiento constante para el padre y la madre, que influyen en la total pérdida del afecto al hogar y estimula su disociación.

Por las observaciones anotadas en las encuestas, se puede apreciar que el problema del alcoholismo aparece en menor escala en Lota que en Concepción, región que ha sido declarada zona seca. A pesar de ello hay venta clandestina de bebidas alcohólicas, pero en me

nor cantidad que en Concepción, donde el obrero trabaja en forma irregular por dedicarse al vicio de la bebida, descuidando en esta forma la alimentación diaria.

Otro factor muy importante que interviene en el establecimiento de la dieta de las clases obreras es el tiempo de cocción de los alimentos, exceso de tiempo que se traduce en un gastaminútil de combustible por una parte, y gran pérdida calórica, vitamínica y de sales minerales. Asintenemos que la dueña de casa desconoce el valor vitamínico de las verduras y frutas: deja cocer estos alimentos en forma ilimitada, creyendo que siempre conservarán los mismos elementos nutritivos, sin darse cuenta que que las verduras cocidas pierden todo su valor, quedando su contenido vitamínico y de sales minerales en el agua en que fueron cocidas, la que siempre es desperdiciada.

En muchos casos observados en Concepción sobre el tipo corriente de alimentación, se pudo apreciar que la comida era insuficiente y monótona en todos aquellos casos en los cuales, por escaso salario del padre, la madre se veía en la necesidad de abandonar su hogar para dedicarse a otras actividades que contribuyeran al mejoramiento económico de la familia.

Otro defecto de que adolece nuestra alimentación popular es el hecho por el cual la dueña de casa

ignora la forma en que debe condimentar y presentar las comidas; la manera de preparar y presentar los alimentos influye en su digestibilidad y utilización. De manera que el obrero, además de nutrirse con una alimentación inferior en cantidad y calidad a la de las clases superiores, la aprovecha menos, ya que se la dan, por lo general, peor condimentada y presentada.

El círculo del hambre se estrecha cada vez más, por factores diversos, dependientes todos de la menor potencialidad económica.

Para suplir parte de estas deficiencias en la alimentación de nuestro pueblo, el Gobierno se ha preocupado del problema, creando el Servicio de Restaurantes Populares.

Si bien los restaurantes populares pueden presentar menús más o menos variados, en cantidades tal vez suficientes y a precios económicos al máximo, no llenan ni cumplen el objetivo más apremiante. El problema de la alimentación no consiste en dar de comer barato al obrero en restaurantes confortables. Si el obrero puede beneficiarse con un almuerzo barato y evitar de concurrir hasta su casa a tal hora, sus cónyuges e hijos toman sus alimentos en sus domicilios, con la pobreza que su condición les impone. Es, pues, un beneficio unilateral.

La Junta de Auxilio Escolar ha dispuesto que en las distintas escuelas primarias se proporcione al alumnado desayuno escolar gratuito y almuerzo a los alumnos que la Escuela considere necesario.

El desayuno escolar gratuito no es más que una contribución a mejorar en algo las condiciones del alumnado, en lo que se refiere a alimentación, en esa época de su vida. No porque el niño tome un vaso de agua con harina, el niño estará racionalmente atendido en su alimentación. Si ese mismo niño, al volver a su casa, tiene que consumir una comida pobre, insuficiente, desarmonica con sus condiciones de salud y de desgaste físico e inadecuada en su preparación.

En lo que se refiere al almuerzo escolar, se puede observar que sólo en algunas escuelas se proporciona este beneficio. Además se da almuerzo a las alumnas que viven más lejos, descartando a las que viven cerca, aunque sus condiciones de alimentación deficiente sean manifiestas.

Todos los medios que se utilicen para obtener un mejoramiento en la alimentación popular serán siempre insuficientes, dado el grado de desnutrición completa en que se encuentra nuestro pueblo.



ESTUDIO DE CASOS

A fin de dar una mayor claridad para la comprensión de los tipos corrientes de alimentación en nuestro medio obrero, se pasará, a continuación, a exponer cinco casos en los que se pueda apreciar fácilmente el estado de nutrición deficiente de la familia obrera y los factores que tienen una influencia directa en su producción.

Caso # 1:

L. B. E., ayudante de carpintero

Familia: Integrada por su cónyuge, 6 hijos y 1 nieto

Menores de 2 años: 2

Mayores de 2 y menores de 14 años: 3

Habitación: constituida por una pieza de conventillo en pésimas condiciones de salubridad.

Situación económica: En la familia trabajan 2 personas: el padre y 1 hijo.

Entradas semanales: \$122.-

Gastos semanales: \$114.50

Saldo a favor: \$ 7.50

Alimentación:

Desayuno: Café puro todos los días

Almuerzo: Lunes: Legumbres

Martes: Caldo de corchero

Siércoles: Legumbres
Jueves: Pescado frito
Viernes: Sopa y legumbres
Sábado: Guiso de papas
Domingo: Legumbres

Onces: No toman

Comida: Lunes: aseo

Martes: legumbres

En el resto de los días de la semana no comieron.

Observaciones: La alimentación de este grupo familiar con puesto de 7 personas es, desde todo punto de vista deficiente, más aun cuando se toma en cuenta que hay 5 menores de 14 años.

La alimentación no contiene: leche, verduras ni frutas, lo que se debe a ignorancia de la madre para dar a su familia una alimentación más abundante y nutritiva y a que las entradas económicas son escasas, por dedicarse el jefe de familia a la bebida.

Caso # 2:

J.B., 25 años, carabinero

Familia: Integrada por su cónyuge, su madre y 1 hija

Menores de 2 años: 1

Habitación: Una pieza de conventillo en regulares condiciones de salubridad.

Situación económica: Personas que trabajan: 1

Entradas semanales: \$100

Gastos semanales: \$ 86.70

Saldo a favor: \$ 13.30

Alimentación:

Desayuno: Café puro y pan

Almuerzo: Lunes, Sopa de porotos
Verduras

Martes: Carbonada

Miércoles: Sopa y porotos

Jueves: Cazuela y porotos

Viernes: Carbonada y porotos

Sábado: Carbonada

Domingo: Carbonada

Cena: Café puro y pan

Cocida: Recalentada

Observaciones: La alimentación es más abundante que en el caso anterior. No figura en ella: leche y frutas. La verdura se encuentra en una mínima cantidad.

Las entradas con que cuenta el grupo familiar son suficientes para permitir una alimentación cuantitativa y cualitativamente mejor, más aun cuando la familia está compuesta sólo por 4 personas.

Asistencia

Caso # 3:

D.F., 67 años, obrero en la Escuela de Torpedos Tlno.

Familia: Integrada por su cónyuge y una hija de 2 años.

Habitación. No reúne las condiciones higiénicas mínimas.

Situación económica: Entradas semanales: \$110.-

Gastos semanales: \$109.-

Alimentación:

Desayuno: Café puro y pan

Almuerzo: Lunes: Cazuela y porotos

Martes: Sopa y porotos

Miércoles: Cazuela y lentejas

Jueves: Cazuela y lentejas

Viernes: Cazuela y porotos

Sábado: " "

Domingo: " "

Cenas: Café puro y pan

Comida: No comen.

Observaciones: La alimentación es deficiente, tanto en cantidad como en calidad. Ello se debe a falta de preparación culinaria de la dueña de casa, quien prepara diariamente comidas monótonas; además no sabe distribuir las entradas de que dispone, las que deben alcanzar para cubrir los gastos de comida.

La alimentación está preparada sólo a base de carne y legumbres, descartando leche, verduras y frutas.

Caso # 4:

G. H., 50 años, obrero en Fca. de Calzado Matías Coch.

Familia: Integrada por su cónyuge y 3 hijos.

Menores de 2 años: 1

Mayores de 2 y menores de 14 años: 1

Habitación: Ocupan 2 piezas en excelentes condiciones de salubridad.

Situación económica: Entradas semanales: \$ 130.-
Gastos semanales: \$ 213.20
Déficit: \$ 83.20

Número de personas que trabajan: 2

Alimentación: Desayuno: Café puro y pan

Almuerzo: Lunes: Gazuela

Martes: Gazuela

Miércoles: Legumbres

Jueves: Longanizas

Viernes: Gazuela

Sábado: Cochayuyo con papas

Domingo: Legumbres

Ceas: Café puro y pan

Comida: Recalentada.

Observaciones: La alimentación es insuficiente, tanto cualitativa como cuantitativamente. No contiene leche, verduras y frutas. Para la comida se recalienta lo que queda del almuerzo, por no tener la dueño de casa habilidad culinaria.

Caso # 5:

A. G., 75 años, obrero construcciones.

Familia: integrada por su cónyuge y 2 hijos.

Menores de 15 años: 1.-

Habitación: Un pieza de conventillo en regulares condiciones higiénicas.

Situación económica: Entradas semanales: \$40

Gastos semanales: 39.80

Alimentación: Desayuno: Café puro y pan

Almuerzo: Recada con papas y cebolles

Martes: Cazuela de pescado
Porotos

Miércoles: Porotos

Jueves: Caldo y porotos

Viernes: Caldo

Sábado: Sopa

Domingo: Sopa

Onces: Café puro y pan

Comida: Recalentada

Observaciones: La alimentación es insuficiente por faltarle leche y frutas; es además deficiente cuantitativamente. Para la comida se calienta lo quedado del almuerzo, lo que se hace por escasez manifiesta de entradas, debido al trabajo ocasional del jefe de hogar y cesantía de su hijo.

CONCLUSIONES

Por la investigación practicada sobre la alimentación obrera en Lota y Concepción, como lo han demostrado los capítulos precedentes, se pueden deducir las siguientes observaciones:

- 1) Que la población obrera, tanto en Concepción como en Lota se alimenta en forma muy deficiente, tanto cuantitativa como cualitativamente,
- 2) Que, considerando el consumo total alimenticio proporcional en ambas regiones, se observa que la cantidad de carne, leche y verduras que ingiere la población es mayor en Lota que en Concepción en un 24.7%, 16% y 4.4% respectivamente,
- 3) Que el consumo total alimenticio proporcional de legumbres y frutas, en cambio, es mayor en Concepción que en Lota en un 14% y 53.9% respectivamente,
- 4) Que el consumo alimenticio efectivo por persona diario es superior en carne y verduras en Lota que en Concepción y, en cambio, la cantidad de leche, legumbres y frutas es consumida en forma más apreciable en Concepción,

5) Que, por lo tanto, el consumo efectivo diario por persona es desde todo punto de vista insuficiente, ya que en ninguno de los casos anteriores alcanza a ingerir siquiera la dosis mínima establecida en la ración alimenticia de un individuo normal, problema que se ve agravado por necesitar el minero consumir alimentos que le proporcionen 4.476 calorías.

6) Que la familia obrera vive en pésimas condiciones de vida, lo que es demostrado por el hecho de que en Concepción el obrero destina para los gastos de alimentación un 76% de su salario, y en Lota, un 83%, quedando una escasa cantidad para invertirlos en gastos de habitación, vestuario y recreación entre los primeros y para gastos de vestuario y recreaciones entre los segundos, quienes no pagan arriendo, pues las viviendas que ocupan son cedidas gratuitamente por la Compañía a sus obreros en carácter de regalo.

7.- Que la familia obrera se alimenta en forma deficiente por diversos motivos: ignorancia o desconocimiento del valor nutritivo de los distintos alimentos, falta de preparación culinaria de la dueña de casa, escasa remuneración del obrero y demasiado costo de los productos alimenticios, necesidad de la dueña de casa de trabajar por entradas insuficientes proporcionadas por el jefe de

de hogar y familia dependiente numerosa.

8) Que la alimentación del niño es insuficiente, especialmente en Concepción, donde un 15% de la población infantil no alcanza a consumir leche y el 75% restante lo hace en forma muy deficiente.

9) Que la cantidad de alimentos que la Oficina del Niño proporciona a los menores de 2 años no alcanza a suplir las deficiencias de la alimentación de dichos menores.

10) Que el establecimiento del desayuno y almuerzo escolar han sido medidas acertadas para proteger la vitalidad de nuestra población infantil, pero es necesario que ellas se hagan extensivas a la totalidad de los escolares como medida tendiente a favorecer el desarrollo normal de los niños.

11) Que el establecimiento del Servicio de Restaurantes Populares no ha venido a llenar ni cumplir el objetivo de ayudar a la solución del problema de la alimentación insuficiente, por cuanto es un beneficio unilateral en la familia, ya que nunca el obrero ganará el salario suficiente como para poder llevar a su cónyuge e hijos numerosos, concurriendo él solo, hecho que trae consecuencias económicas, alimenticias y morales de importancia.

Ha llegado, por lo tanto, el momento de educar, de luchar y de luchar con ardor para aliviar a la humanidad de la pesada carga de males que una higiene alimenticia defectuosa ha acumulado durante tantos siglos.

SUGERENCIAS : Se debe enseñar al obrero el valor alimenticio de los distintos alimentos que debe consumir. No es en el terreno árido del hogar obrero actual, extenuado y agotado por la lucha diaria de la vida, donde esta semilla de enseñanza pueda germinar fácilmente. La mujer de casa del hogar obrero ya está acostumbrada a la entigüa rutina de la imprevisión y es tarea muy difícil hacer cambiar de hábitos y costumbres a una persona adulta.

Es en el origen, pero fecundo terreno del alumnado femenino de las escuelas públicas y también de los Liceos donde debe plantearse con toda tesón y con toda fe esta enseñanza y con sus maestras, los jardineros que deben cuidar y guiar el crecimiento de esta delicada planta que, en un futuro no muy lejano, puede darnos los más hermosos frutos en bien de la alimentación popular nacional.

No se debe aguardar indolentemente hasta que el pueblo enferme para acudir a él y hacerlo objeto de nuestras enseñanzas en materia de alimentación. Las Asistentes Sociales, en su carácter de readaptadoras del

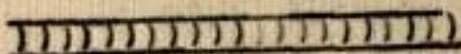
individuo a la sociedad, deben orientar a la familia entera en el goce de la más llana salud.

Para finalizar, terminaré diciendo como Jaime Pi-Suñer:

"HEREDITAMOS SOBRE ESTO; DEBE PROCURARSE UNA MEJOR NUTRICION PARA TODOS. DEBEN CUBRIRLO LAS CLASES MAS AFORTUNADAS, AUNQUE SOLO SEA POR CARIDAD; DEBEN CUBRIRLO LOS OBREROS, POR EGOTISMO Y POR SER UNO DE LOS CAMINOS PARA LLEGAR A LA TRANSFORMACION DE LA SOCIEDAD. DEBEMOS CUBRIRLO TODOS. ESTO NOS LLEVARA A UNA HUMANIDAD MAS SANA, Y QUE POR SER MAS SANA, SERA TAMBIEN MORALMENTE MEJOR"

UNIVERSIDAD DE CHILE
SEDE SANTIAGO ORIENTE
BIBLIOTECA CENTRAL

BIBLIOGRAFIA



- Lorenzini, Giovanni: Lecons sur l'alimentation.-
Paris, 1933.-
- Bigwood: Directives pour les enquetes
sur la nutrition des populations.
1939.-
- Otero, Francisco: Higiene del obrero.-
- Randoin, Lucie: Vues actuelles sur le probleme de
l'alimentation.
Paris, 1937.-
- Moreno, Teodoro: La leche.-
Buenos Aires, 1934.-
- Escudero: Trabajos y publicaciones. Insti-
tuto Nac. de Nutrición. B.Aires
1938.-
- Pi-Suñer, Jaime: El problema económico de la ali-
mentation. Revista Atenea #79 de
Septiembre de 1931.-
- Moena Gómez, Alberto: Memorias del Dpto. de Higiene
Industrial Servicios de Salubridad
Fusionados, correspondientes
a los años 1939, 1940 y 1941.
- Gómez, Virginio: Nociones fundamentales sobre ali-
mentación del obrero. Folleto, 1936
- Castro, Laura: Contribución a una alimentación
racional. Memoria de prueba para
optar al título de farmacéutica.
- Alimentación de la Familia en Bue-
nos Aires. Folleto 1939.-
- Revistas de Alimentación Popular:
1. de Octubre 1930
2. de Noviembre 1930
3. de Diciembre 1930
4. de Enero 1931
5. de Febrero 1931.

**Revista médico latino-americana.-
Abril de 1940.**

**Revista médica germano-ibero-americana.-
Septiembre y Octubre de 1935.-**

**Boletín Mensual Sociedad de las Naciones.
2 y 6 de Febrero y Junio 1936.-**

**Revista Hoy # 563, del 3 de Septiembre
de 1942.-**

**Conferencias sobre Alimentación.
Servicio de Restaurantes Populares del
Ministerio del Interior. Santiago, 1939.**

	Pág.
Comparación de las familias, atendiendo a la edad de sus integrantes	22
Consumos alimenticios totales	23
Comparación de consumos totales	24
Consumo personal efectivo de carne	25
Consumo personal efectivo de leche	28
Consumo personal efectivo de verduras	34
Consumo personal efectivo de legumbres	36
Consumo personal efectivo de frutas	38
Comparación de consumos personales efectivos	40
<u>Capítulo IV</u> .- Factor económico en la alimentación ...	42
Presupuesto diario de alimentación	45
<u>Capítulo V</u> .- Deficiencias de la alimentación obrera, factores que influyen en ella y consecuencias	50
Monotonía culinaria	53
Alcoholismo	55
Servicios creados para ayudar a la solución del problema de la alimentación deficiente	58
Estudio de casos	60
Conclusiones	66
Sugerencias	69
Bibliografía	71.