Artículo Original / Original Article

Contribución de las organizaciones sociales “ollas comunes” a la alimentación de la población chilena en tiempos de pandemia por COVID-19

Contribution of social organizations “ollas comunes” to the Chilean diet during a COVID-19 pandemic

Bernardita Daniels¹. <https://orcid.org/0000-0003-3401-4374>
Claudia Lataste¹. <https://orcid.org/0000-0002-5198-608X>
Evelyn Bustamante¹. <https://orcid.org/0000-0003-1474-5962>
Sonia Sandoval¹. <https://orcid.org/0000-0003-3865-0079>
Karen Basfi-fer². <https://orcid.org/0000-0002-9824-0162>
Paola Cáceres^{2*}. <https://orcid.org/0000-0001-6310-9394>

1. Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de Medicina, Universidad de Chile, Santiago, Chile.

2. Departamento de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Chile, Santiago, Chile.

*Dirigir Correspondencia: Paola Cáceres.
Departamento de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.
Av. Independencia 1027, Independencia, Santiago, Chile.
Email: paolacaceres@uchile.cl

Este trabajo fue recibido el 30 de enero de 2021.
Aceptado con modificaciones: 24 de marzo de 2021.
Aceptado para ser publicado: 25 de mayo de 2021.

RESUMEN

Las “ollas comunes” (OC) son organizaciones sociales temporales que entregan alimentación gratuita en periodos de crisis. En Chile, resurgen el año 2020 a raíz de la pandemia del COVID-19, y si bien han aparecido en otros periodos de la historia, no ha sido cuantificada su contribución. El objetivo de este estudio fue determinar su contribución a la alimentación y nutrición de las/os chilenas/os, mediante la caracterización y análisis de su oferta alimentaria. Se realizó un estudio descriptivo mediante la aplicación de una encuesta online a voluntarias/os de todo el territorio nacional, la cual incluyó una caracterización del encuestado/a, de la OC que representa y de las preparaciones ofrecidas, en base a lo cual se obtuvo el aporte calórico y nutricional. Contestaron 117 OC (5,1% zona norte, 85,5% centro y 9,4% sur) cuya contribución principal fue con almuerzos (95,9%) con una mediana de 150 (p25: 100 - p75: 200) raciones diarias, compuestas por plato de fondo (95,9%), pan (80,5%) y ensalada (74,8%). Las preparaciones más prevalentes fueron legumbres (91,1%), arroz (78%) y fideos (77,2%). Estos almuerzos aportaron en promedio un 23% del requerimiento energético diario y aportan con el 35% del requerimiento de fibra, pero su aporte en vitamina B12, zinc y hierro fue bajo respecto del requerimiento y aporte esperado para el tiempo de comida. Hasta la fecha, estos datos son los primeros publicados sobre el tema, siendo útiles para determinar su aporte a la seguridad alimentaria del país en tiempos de crisis.

Palabras clave: Alimentación solidaria; Crisis sanitaria; Cultura alimentaria; Pandemia; Seguridad alimentaria.

ABSTRACT

“Communal Pots” (CP) are temporary social organizations that provide free food in times of crisis. In Chile, as a result of the COVID-19 pandemic, in 2020 the CP resurfaced and, although they have appeared in other periods of history, how they benefitted the population is unknown. The objective of this study is to determine the contribution of the CP to the diet and nutrition of Chileans, through the characterization and analysis of their food supply. For this, a descriptive study was carried out based on an online survey sent to volunteers from all over the country after signing the informed consent. The survey included characterization of the respondent and the CP they represented, the preparations offered by the CP, based on which the caloric and nutritional contribution was obtained. In total, 117 CP answered; 5.1% from the north, 85.5% from the center and 9.4% from the south of Chile. Their main contribution was providing lunches (95.9%) with a median of 150 (p25: 100 - p75: 200) daily rations, made up of a main entree (95.9%), bread (80.5%) and salad (74.8%). The most popular preparations were legumes (91.1%), rice (78%) and noodles (77.2%). These lunches provide an average of 23% of the daily energy requirement and 35% of the fiber requirement, but their contribution of vitamin B12 (2.5%), zinc (25%) and iron (28% req. woman) was low regarding the requirement and expected contribution for the meal time. To date, these data are the first published, to report on the real influence of this social movement in the country's food security in times of crisis.

Keywords: Food culture; Food safety; Health crisis; Pandemic; Solidarity food.

INTRODUCCIÓN

Las “ollas comunes” (OC) son organizaciones sociales autogestionadas que nacen de la organización popular en respuesta solidaria a carencias básicas de la población en periodos de crisis. Clarisa Hardy¹ las define en su publicación del año 1986 como “Organizaciones que agrupan a un número variable de familias que residen en una misma área y que, en razón de sus escasos y/o irregulares ingresos, deciden poner en común algunos recursos económicos, materiales y alimentos, pero principalmente su trabajo, esfuerzo e iniciativas personales, para cocinar en conjunto y satisfacer, en parte, sus necesidades alimenticias”. En Chile, existen registros de OC en distintos momentos históricos asociados tanto a conflictos sociales puntuales como huelgas obreras o tomas de terrenos, como a épocas específicas de crisis económicas, políticas² y/o sanitarias que afectaron a todo el territorio nacional. Hoy en día, estas organizaciones han resurgido con gran fuerza como una forma de afrontar la escasez alimentaria de los hogares, generada por la crisis socioeconómica derivada de la pandemia, ocasionada por el virus SARS COV-2³ presente en el país desde marzo de 2020⁴. Esta crisis ha acrecentado las desigualdades entre los distintos grupos socioeconómicos del país precarizando a la población de clase media, mientras que la población más vulnerable tanto económica como socialmente, se ha empobrecido aún más^{5,6}. Según el Instituto Nacional de Estadísticas (INE), la estimación de la tasa de desocupación nacional para el periodo mayo a junio del 2020 fue 12,2%, la más alta desde 2010⁷. Este nivel de desempleo podría explicar en parte, el aumento en el número de personas en “situación de hambre”⁸, el cual alcanzaría el millón de habitantes en el país. Al año 2017, según la encuesta de Caracterización Socioeconómica Nacional (CASEN), el 13,1% de los hogares del país presentaba inseguridad alimentaria⁹, mientras que en contexto de pandemia los hogares que presentan inseguridad alimentaria moderada o severa serían el 19,4% según la encuesta social COVID-19¹⁰. Es en este escenario donde las familias chilenas, al no poder satisfacer por ellas mismas y con sus propios recursos la necesidad básica de alimentarse,

se organizan en OC, las que aparecen como una alternativa válida y necesaria para garantizar la alimentación, contribuyendo al mismo tiempo a la nutrición y salud de sus comensales¹¹.

Según Hardy¹, las OC de los años ochenta estaban conformadas mayoritariamente por mujeres, residentes de los sectores vulnerables, quienes en base a un sistema de donaciones o cuotas, elaboraban un determinado número de raciones para ser servidas/distribuidas entre los/as vecinos/as de su comunidad. Las preparaciones realizadas correspondieron a platos caseros típicos de la comida chilena en base principalmente a cereales y leguminosas. Dependiendo de las donaciones, también se pueden incluir, acompañando al plato principal, preparaciones como ensaladas, postres y/o pan¹². Durante el 2020 se registraron voluntariamente un total de 245 ollas comunes en nuestro país, de las cuales la mayoría (65%) se concentró en la Región Metropolitana¹³. Si bien se presume que las OC actuales responden al mismo patrón que las emergidas en épocas anteriores, no hay información oficial ni representativa publicada que permita caracterizar su actual conformación, funcionamiento y/o contribución de las preparaciones entregadas, en cantidad y calidad, a la alimentación de las/os chilenas/os.

El objetivo de este estudio fue caracterizar a las ollas comunes participantes y analizar su oferta alimentaria, con el fin de visibilizar la posible contribución de estas organizaciones sociales a la alimentación y nutrición de las/os chilenas/os beneficiarios. Se espera que la información obtenida sea útil para sustentar iniciativas tendientes a apoyar su realización y/o gestión en el corto plazo, y a promover estrategias que permitan, a largo plazo, enfrentar de forma definitiva la inseguridad alimentaria del país.

MATERIAL Y MÉTODOS

Diseño y aspectos éticos

Estudio transversal exploratorio y descriptivo, no probabilístico, cuyo diseño fue aprobado por el Comité de Ética de investigación en seres humanos de la Facultad de Medicina de Universidad de Chile (Resolución 141-2020). Los participantes de esta investigación dieron su consentimiento informado y se

resguardó su confidencialidad en todo momento mediante un sistema de codificación en el análisis de sus datos.

Selección de los/las participantes

Al no existir estudios previos de OC con referencias para el cálculo del tamaño muestral, ni tampoco un registro oficial que ratifique la totalidad de OC existentes en el país, se utilizó como referencia el registro voluntario publicado en el sitio web “La Olla de Chile”, que agrupa y evalúa la veracidad de todas las OC del territorio nacional autorregistradas. Hasta agosto 2020, este sitio web tenía registradas 245 OC. Para lograr representatividad, se estimó un tamaño muestral mínimo del 10% del total registrado, es decir 25 OC, estratificando por macrozona geográfica (Norte, Centro y Sur) para contar con representatividad de todo el territorio nacional. A partir de los datos públicos de contacto de las OC de esta misma página web y de otras organizaciones que trabajan con las OC, se elaboró una base de datos para comunicarse con los/as representantes de cada OC e invitarlos a participar. Esta base de datos además contó con información propia de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Chile, sobre voluntarios/as con los cuales se había trabajado previamente, además de datos y contactos proporcionados por Municipalidades y otras organizaciones comunitarias, logrando en su conjunto, un total de 483 voluntarios, de ambos sexos, a los cuales se envió el link para acceder a la encuesta. Las personas invitadas cumplieron con los siguientes criterios de inclusión; ser mayores de 18 años, de cualquier sexo, género y nacionalidad, residentes en cualquier parte del territorio nacional, que participaran como voluntarios en una “olla común” activa o inactiva que haya surgido a raíz de la pandemia, y que pudieran acceder a contestar una encuesta online a través de Google Forms. Como criterio de exclusión se consideró el hecho que no respondieran a la definición de OC, tratándose más bien de comedores sociales (carácter permanente) o de puntos de recolección de donaciones.

Instrumento de recolección de datos

Se elaboró un cuestionario de auto-reporte de respuestas cerradas y abiertas, el cual fue enviado a través de correos electrónicos y/o redes sociales. El cuestionario se realizó en formato de Google Forms y contaba con 4 secciones principales: I) Identificación del encuestado/a (sexo, edad, nivel educacional, ocupación, región y comuna de residencia, dedicación de horas a la OC, función en la OC, capacitación en manipulación); II) Identificación de la “Olla común” (nombre, región, comuna y villa o sector donde se ubica, días en que funciona, tiempos de comida que entrega, N° de raciones, N° de personas que trabajan en la OC por turno y total, lugar donde preparan alimentos, tipo de equipamiento, donaciones y compras, tipo de entrega); III) Caracterización de alimentos y preparaciones culinarias (composición del almuerzo, frecuencias de preparación de alimentos, tipos de cocción, preparaciones típicas, tamaño de la ración, factores determinantes de la planificación del menú) y IV) Conocimientos sobre higiene y manipulación de alimentos (ítem IV, datos no mostrados: características del

lugar de preparación de alimentos, conocimientos de higiene y buenas prácticas de manufactura). Además, incluyó una sección de “comentarios adicionales” en caso de que los participantes quisieran agregar algo que el cuestionario no le haya permitido comentar. La encuesta podía ser respondida en cualquier día y horario, tenía una duración aproximada de 20 minutos, y fue aplicada durante septiembre a noviembre del año 2020. Una vez enviada, estuvo abierta un mes para la recolección de la información, y para aumentar la tasa de respuestas, se enviaron 3 recordatorios vía email, de forma semanal, a quienes no la hubiesen respondido aún.

Cálculo del aporte nutricional

Para determinar el aporte energético, en macro y micronutrientes de la oferta alimentaria promedio de las OC, se obtuvieron datos sobre alimentos y preparaciones típicas entregadas, además de la cantidad promedio servida, estimada mediante el uso de imágenes de referencia del instrumento “Atlas Fotográfico de la ENCA”¹⁴, para alimentos proteicos, acompañamientos y guisos. Para el caso de las preparaciones, estas se desglosaron en ingredientes de acuerdo con las recetas estandarizadas propuestas para preparaciones típicas chilenas¹⁵. En función del tipo y frecuencia de las preparaciones más mencionadas por los/las participantes y la composición del almuerzo que refieren entregar, se ejemplificaron dos almuerzos para el análisis nutricional: 1) “Guiso de porotos, ensalada de lechuga y pan” y 2) “Pollo con arroz, ensalada de lechuga y pan”. Se calculó el aporte energético de macro y micronutrientes aportado por cada plato por separado y por el promedio de ambos, el cual representaría un almuerzo típicamente ofertado por las OC. Estos datos fueron contrastados con los requerimientos nutricionales de un sujeto tipo, hombre adulto sano, 70 kg/1.70 m, exceptuando para el caso del zinc y hierro donde se muestra el porcentaje de adecuación al requerimiento separado por hombres y mujeres dada las diferencias existentes. Los aportes nutricionales fueron calculados mediante el software Food Processor SQL v. 10.10 que utiliza como referencia la información contenida en la base de datos del Department of Agriculture of the United States (USDA) y de la Tabla de Composición Química de alimentos chilenos (datos ingresados al programa).

Análisis estadístico

La base de datos de las respuestas se trabajó mediante una tabla dinámica en el software Microsoft® Excel 365. Los resultados sobre caracterización del encuestado, de la OC que representa y de las otras variables pesquisadas en la encuesta fueron presentados mediante estadística descriptiva como totales cuantitativos, valores porcentuales, medidas de tendencia central y de dispersión.

RESULTADOS

Se recibieron 124 respuestas, de las cuales se eliminó una por corresponder a una red de cooperación para ollas comunes y no a una OC en sí misma, quedando 123 respuestas válidas para el análisis de resultados. De éstas, hay 5 OC que tuvieron

representación de más de una persona, por lo que las respuestas recibidas representaban a un total de 117 OC diferentes de todo el territorio nacional, equivalentes al 47,7% del total de OC registradas voluntariamente hasta agosto del 2020.

Caracterización de los/as encuestados/as

La mayoría de los encuestados eran mujeres (78,9%), con un promedio $\pm$ DE de edad de $41,1 \pm 10,7$ años. Los datos sociodemográficos de los encuestados se muestran en la tabla 1, donde es posible apreciar que los encuestados tenían un buen nivel educacional; un 36,6% tenía educación media completa y otros 29,3 y 17,9% educación superior, ya sea finalizada o incompleta, respectivamente. Respecto de la ocupación, de los trabajadores con jornada completa, el 19,5% eran trabajadores independientes y otro 18,7% trabajadores dependientes. De las personas sin trabajo remunerado, el 17,9% eran dueñas de casa. Los encuestados residían principalmente en zonas urbanas (89,4%) y sólo 1 persona residía en una región distinta a la región donde se ubica la OC donde participa.

El 40,7% de los encuestados dedicaba más de 15 horas semanales a la OC, realizando de 4 (23,6%) a 5 funciones (34,1%) simultáneamente, estas correspondían principalmente a gestión y administración con un 82,1%. Sin embargo, más del 50% además realizaba funciones de compra y abastecimiento (74%), cocina y elaboración de preparaciones (66,7%), lavado y limpieza (60,2%) y distribución de las preparaciones (60,2%).

Caracterización de las ollas comunes

Se obtuvieron los datos de 117 OC, distribuidas en el país de la siguiente forma: 5,1% zona norte (Regiones desde Arica y

Parinacota hasta Coquimbo), 85,5% zona centro (Regiones de Valparaíso, Metropolitana, O'Higgins, Maule y Ñuble) y 9,4% zona sur (Regiones desde Biobío hasta Magallanes) destacando mayor presencia en las regiones Metropolitana (68,4%) y de Valparaíso (14,5%).

En la semana, las OC participantes funcionaban principalmente de uno a tres días (61%), aunque el 24,4% lo hace de 4 a 5 días, y un 14,6% de 6 a 7 días de la semana. Los días con mayor frecuencia de funcionamiento eran los miércoles (57,7%) y viernes (57,7%) mientras que los sábados (36,6%) y domingos (32,5%) eran los días de menor frecuencia. En las OC trabajaban en promedio $8,8 \pm 6,2$ personas en total y para un almuerzo se requerían $5,8 \pm 3,3$ personas en promedio $\pm$ DE. Un alto número de las OC funcionaban en un sólo lugar (88,6%), principalmente en sedes vecinales (49,6%) o casas particulares (39%) y operaban con equipamiento de uso doméstico (58,5%) o semi industrial (61,8%).

Oferta Alimentaria entregada

a. Número y composición de raciones

Según los datos obtenidos, la mediana (p25-p75) de raciones diarias de almuerzo /cena entregadas por las OC era de 150 (100-200) alcanzando en algunas 2.000 raciones. Treinta OC preparaban 120 (65-200) raciones como mediana (p25-p75). Sólo 12 OC indicaron perder raciones después de un almuerzo o cena, con una mediana (p25-p75) de 6 (5-11), siendo 100 raciones el máximo referido. En total, sumando almuerzo/cena y desayuno/once, las OC participantes entregaban

Tabla 1. Caracterización sociodemográfica de los/as participantes.

Aspectos sociodemográficos	n (%)
Sexo	
Femenino	97 (78,9)
Masculino	26 (21,1)
Edad	
< 30 años	17 (15,3)
31 a 60 años	89 (80,2)
> 60 años	5 (4,5)
Nivel educacional (completo e incompleto)	
Básica	7 (5,7)
Media	51 (41,5)
Superior	58 (47,2)
Postgrado	7 (5,7)
Ocupación	
Trabajador/a jornada completa	47 (38,2)
Trabajador/a jornada parcial	12 (9,7)
Sin trabajo remunerado	54 (43,9)
Estudiante	10 (8,1)

diariamente alimentación a 27.340 chilenos/as en situación de vulnerabilidad a lo largo de todo el país, perdiendo apenas 0,7% de las raciones.

Ninguna OC entregaba los cuatro tiempos de comida en un día, predominaba la entrega de uno (73,2%), y en algunos casos dos (26,0%) tiempos de comida. Así, el 95,5% de las OC preparaba almuerzo y un 19,5% preparaba

once, siendo ambos los tiempos de comida entregados con mayor frecuencia. Respecto de la composición de las raciones, éstas consistían en plato de fondo (95,9%), pan (80,5%) y ensalada (74,8%). La ración entregada de guisos era de 300 g (58,5%), de cárneos entre 50g (40,7%) a 100 g (50,4%) y de acompañamientos de 150 g (74,8%), tal como se observa en la tabla 2.

Tabla 2. Características de la oferta alimentaria de las OC.

Oferta alimentaria en las OC	n (%)
n° de tiempos de comida que entregan	
1	90 (73,2)
2	32 (26)
3	1 (0,8)
4	0 (0)
Tiempos de comida que entregan	
Desayuno	6 (4,9)
Almuerzo	118 (95,9)
Once	24 (19,5)
Cena	6 (4,9)
Oferta alimentaria en almuerzo o cena	
Sopa, crema o consomé	14 (11,4)
Ensalada	92 (74,8)
Plato de fondo	118 (95,9)
Postre	70 (56,9)
Pan	99 (80,5)
Jugo o bebida	20 (16,3)
Forma de preparación de los alimentos	
Al horno	65 (52,8)
A la olla	121 (98,4)
A la plancha	11 (8,9)
Al jugo	83 (67,5)
Fritas	42 (34,1)
Tamaño de la ración de guiso	
150g	14 (11,4)
300g	72 (58,5)
450g	37 (30,1)
Tamaño de la ración de alimentos proteicos (vacuno, ave, cerdo, etc.)	
50g	50 (40,7)
100g	62 (50,4)
150g	11 (8,9)
Tamaño de la ración de acompañamiento (arroz, fideos, papas, choclo, etc.)	
100g	7 (5,7)
150g	92 (74,8)
200g	24 (19,5)

b. Tipo y frecuencia de alimentos y preparaciones culinarias realizadas

En la figura 1 se muestran las preparaciones realizadas con mayor frecuencia por las OC: legumbres (91,1%), arroz (78%) y fideos (77,2%). Como alimento proteico de origen animal, el más preparado por las OC era el pollo (40%). Dentro de las preparaciones más comunes que realizaban, destacan los guisos de legumbres, el charquicán y la carbonada como representantes de las preparaciones típicas del país.

La frecuencia de los alimentos entregados en una semana se observa en la tabla 3, donde se destaca que un alto porcentaje de los/las participantes declaró que no preparaba en la semana pescados (53,7%), cerdo (61%) ni postres elaborados con o sin azúcar (65,9% y 74% respectivamente). Además, considerando los alimentos recomendados por las Guías Alimentarias para la Población Chilena (GABAS)¹⁶, es destacable que todas las OC preparaban legumbres al menos una vez semana, y el 11,4% de las personas participantes, indicaron que incluían frutas o verduras todos los días de la semana. Los principales factores que influían en la planificación de las preparaciones, según lo que señalaron los participantes, fueron los alimentos disponibles por donación (89,4%) y el dinero con el que cuentan (43,9%).

Respecto de los insumos que utilizaban, tanto alimentos como elementos de limpieza y desinfección para protección contra COVID-19 y para servir las raciones (envases desechables), los obtenían a través de donaciones y por compra directa.

c. Aporte nutricional de la oferta entregada

La alimentación entregada en base a almuerzos/cena, por las OC participantes, representó en promedio un 23% del requerimiento energético diario, siendo fuente de carbohidratos complejos y fibra, aportando para esta última el 35% del requerimiento, aunque fue carente en vitamina B₁₂ (2,5% del requerimiento), zinc (25% del requerimiento) y hierro, este último especialmente bajo para el caso de la mujer (28% del requerimiento), (Figura 2).

Como se ve en la figura 2, cuando el almuerzo/cena correspondía a un guiso de legumbres, este contribuyó más al requerimiento de energía que el pollo con arroz (27% vs 18%), fibra (61% vs 10%), zinc (32% vs 23% H/ 44% vs 32% M) y hierro (68% vs 59% H/ 30% vs 26% M). En cambio, cuando la oferta era de ítem principal (alimento proteico) más acompañamiento (amiláceos), esta situación resultó diferente ya que la ración de pollo con arroz contribuyó más al requerimiento, aunque de forma leve, de los macronutrientes; proteínas (33% vs 31%), carbohidratos (39% vs 34%), lípidos (11% vs 10%) y de vitamina B₁₂ cuya única fuente son los alimentos de origen animal. Ambas preparaciones tienen una frecuencia similar de 1 a 2 veces por semana (legumbres 86,1%, pollo 73,2% y arroz 83.7%) como se ve en la tabla 3, siendo a su vez las preparaciones más prevalentes en la oferta alimentaria de las OC (Figura 1).

Figura 1: Preparaciones más utilizadas por las ollas comunes.

Tabla 3. Frecuencia de preparación de alimentos por semana.

Frecuencia semanal de alimentos y preparaciones ofertadas por las Ollas Comunes.								
Alimento o preparación (n= 123)	Ninguna vez	1	2	3	4	5	6	7
Papas	0,8	52	28,5	8,9	4,9	4,1	0	0,8
Arroz	0,8	62,6	21,1	11,4	0,8	2,4	0	0,8
Fideos	4,1	70,7	19,5	3,3	0,8	0,8	0	0,8
Legumbres	0	59,3	26,8	10,6	1,6	0,8	0	0,8
Pollo o pavo	19,5	61	12,2	4,9	0,8	0,8	0	0,8
Vacuno	37,4	49,6	8,1	3,3	0,8	0	0	0,8
Hamburguesa, longaniza o vienesa	33,3	49,6	9,8	4,1	1,6	0,8	0	0,8
Cerdo	61	30,9	4,9	1,6	0	0,8	0	0,8
Pescado	53,7	42,3	1,6	1,6	0	0	0	0,8
Huevos	19,5	56,1	13,8	4,9	2,4	1,6	0,8	0,8
Verduras	1,6	30,1	26,8	14,6	6,5	10,6	1,6	8,1
Frutas	19,5	32,5	18,7	13,8	3,3	6,5	2,4	3,3
Postres elaborados con azúcar	65,9	18,7	7,3	2,4	1,6	3,3	0	0,8
Postres elaborados sin azúcar	74	16,3	4,9	1,6	0,8	1,6	0	0,8

Figura. 2: Porcentaje de adecuación al requerimiento de energía, macronutrientes y micronutrientes aportados típicamente por el almuerzo/cena entregado por las ollas comunes.

DISCUSIÓN

La pandemia ocasionada por el COVID-19 generó en Chile una crisis socioeconómica importante¹⁷, la cual afectó a gran parte de su población aumentando la cantidad de personas en situación de inseguridad alimentaria severa en el país¹⁸. Una situación de crisis modifica el comportamiento alimentario, a causa del menor acceso y disponibilidad de alimentos, pudiendo contribuir al aumento en la malnutrición al promover conductas alimentarias de riesgo¹⁹ o hábitos poco saludables, vulnerando de este modo, el derecho a una alimentación adecuada reconocido por el Pacto Internacional para los Derechos Económicos Sociales y Culturales de las Naciones Unidas²⁰. Ejemplo de ello es el aumento significativo en la prevalencia de obesidad²¹, lo cual se podría explicar en parte, por el hecho que durante las crisis y en tiempos de desempleo, disminuye el consumo de frutas y verduras, mientras que la necesidad de ahorrar dinero conlleva a la compra de alimentos más baratos, pobres nutricionalmente, pero altos en calorías, grasas y/o azúcares²². Sumado a esto, evidencias de crisis de otros países muestran que, para sobrellevar la pérdida del poder adquisitivo, los hogares realizan cambios en cantidad y calidad en su alimentación, así primero reducen el consumo de alimentos más costosos, generalmente alimentos de origen animal (carne, aves, huevos, pescado y leche), frutas y verduras, seguido por una reducción del tamaño y frecuencia de las comidas^{20,23,24,25}. En contraste, la crisis también puede producir cambios favorables en la conducta alimentaria como son la disminución de comidas fuera del hogar a favor de la preparación de comidas "caseras"²⁶, y el aumento de alimentos económicos pero densos nutricionalmente como son las legumbres. En este estudio se pudo apreciar ambos hechos, por una parte, la preparación más realizada por las OC fueron las legumbres (91,1%) con una frecuencia que va desde una hasta 4 veces por semana, hecho que favorece el cumplimiento de las GABAS, que recomiendan consumir legumbres al menos dos veces por semana¹⁶. Por otra parte, también se evidenció que las OC preparan mayormente guisos, lo cual coincide con lo mostrado por Castaño et al.²⁷, quienes mencionan que mujeres en situación de vulnerabilidad señalan al guiso como la preparación más elegida, tanto en el ámbito doméstico como en comedores comunitarios, destacando aspectos favorables para su inclusión como su bajo costo, variedad de ingredientes, carácter rendidor y llenador (saciedad) y el placer de sus sabores. Los guisos, incluyendo los elaborados en base a legumbres, son una alternativa saludable que permiten la incorporación a la dieta de diversos vegetales y agua, además de fomentar el consumo de preparaciones caseras típicas del país, las cuales, se han ido perdiendo con el paso del tiempo y el aumento de oferta de alimentos listos para el consumo y comidas fuera del hogar²⁸. Respecto de las cantidades entregadas, éstas cumplen con el gramaje recomendado para una porción de almuerzo, sin embargo, en aquellos platos compuestos de un ítem proteico más acompañamiento (por ej. Pollo con

arroz), existe un desbalance entre ambos, inclinándose a favor del cereal en desmedro del ítem proteico. Esto tiene lógica en la medida que los productos animales tienen un mayor precio mientras que los cereales, además de ser más baratos y rendir más, son densos energéticamente²⁹. No obstante, esta situación posibilita la baja contribución de la ración a los requerimientos de vitamina B₁₂, hierro y zinc, considerando que este tiempo de comida habitualmente es el que aporta estos nutrientes a la alimentación^{30,31,32}. Hay que recordar que la porción del ítem principal (producto cárnico) era de 100 ó 50 g, mientras que el acompañamiento en base a cereales tendía a ser predominante con 150 a 200 g (Tabla 2), por lo que este último es el que más contribuye al aporte nutricional de dicha ración. Al igual que en épocas anteriores, el almuerzo es el tiempo de comida con el cual mayormente contribuyen estas organizaciones sociales, el cual está compuesto no solo del plato principal, sino que además puede entregar pan y ensaladas, aumentando la densidad energética y el aporte de vegetales respectivamente. Considerando sólo este tiempo de comida, el aporte de las OC cubre en promedio más del 30% del requerimiento de fibra, componente alimentario beneficioso en la salud tanto a nivel local, en el intestino, como sistémico, previniendo enfermedades de tipo crónicas no transmisibles^{33,34,35}. Sin embargo, las preparaciones entregadas, si bien son equilibradas en su composición, variedad de alimentos y cantidad, tienen también algunas limitaciones nutricionales como, por ejemplo, el hecho que cubran el 23% de las necesidades energéticas de un adulto, cifra menor al 30% propuesto para este tiempo de comida. Además, presentan un bajo aporte promedio de vitamina B₁₂, zinc y hierro, nutrientes necesarios para el adecuado funcionamiento del organismo^{36,37,38,39} además de ser vitales en el desarrollo y crecimiento de los niños/as, los cuales, junto a las mujeres, son los más afectados en situaciones de crisis alimentarias⁴⁰. Para el caso del hierro, este hecho cobra más relevancia en la mujer, debido a que su requerimiento es aún mayor. Estas carencias son relevantes de considerar en aquellas familias donde lo entregado por las OC constituye su única fuente de alimentos del día, ya que su dieta se torna insuficiente e incompleta, poniendo en riesgo su adecuada nutrición. Pese a que, en total, las OC participantes contribuyen con 22.986 almuerzos/cenas y 4.354 desayunos/onces a la alimentación de los/as chilenos/as a lo largo del país, se requieren estrategias permanentes y a largo plazo que permitan a la población acceder al derecho básico de una alimentación adecuada en todo momento, independiente de los problemas socioeconómicos, políticos y/o sanitarios del país^{41,42}.

CONCLUSIÓN

Las organizaciones sociales OC estudiadas, surgidas con fuerza el 2020 a causa de la pandemia por COVID-19, contribuyen de forma importante a la alimentación de los/las beneficiarios/as, entregando, 117 de ellas, 27.340 raciones diarias entre almuerzo, cena, desayuno y once

a nivel nacional, las cuales, además de aportar energía, macronutrientes y fibra, contribuyen al cumplimiento de las GABAS en cuanto a variedad y frecuencia de alimentos saludables y a la recuperación y revalorización de las preparaciones culinarias tradicionales del país. Pese a ello, una ración promedio de almuerzo/cena entregada resultó ser insuficiente en energía y en algunos micronutrientes esenciales que deben ser aportados por estos tiempos de comida, por lo que es urgente la generación de otras estrategias, permanentes y a largo plazo, tendientes a enfrentar la inseguridad alimentaria en el país en tiempos de crisis. Considerando que habitualmente la alimentación de la población chilena presenta ciertas deficiencias nutricionales, queda pendiente investigar el aporte de otras políticas públicas coexistentes que puedan estar complementando la alimentación y nutrición de los chilenos y las chilenas.

Agradecimientos. Agradecemos a las/os voluntarias/os participantes por su disposición y seriedad al contestar la encuesta que dio fruto a este trabajo. También agradecemos a la “Olla de Chile” y a todas las organizaciones estatales y/o comunitarias que de una u otra forma están vinculadas a las OC y que nos colaboraron con datos de contacto de voluntarias/os.

Financiamiento. Esta publicación, y el estudio que le dio origen, no contaron con financiamiento externo de fondos concursables ni otros existentes. Los implementos y material de escritorio utilizado fueron aportados por la Escuela de Nutrición y Dietética y el Departamento de Nutrición de la Universidad de Chile.

REFERENCIAS

- Hardy C. *Hunger+dignity= Communal Pots: 1st ed. Collections of popular experiences.* Santiago, 1986.
- Castillo-Gallardo P, Peña N, Rojas C, Briones G. *The past of children: Memories of childhood and family in dictatorship (Chile, 1973-1989).* Psicoperspectivas. 2018; 17: 1-12.
- Public word. “Ollas comunes”: a lesson in resistance and solidarity in times of crisis. 2020. <http://palabrapublica.uchile.cl/2020/07/23/ollas-comunes-resistencia-solidaridad-crisis-2/>
- Digital library of the University of Chile. Academic Fernando Valiente due to the arrival of coronavirus in Chile and Latin America 2020. https://bibliotecadigital.uchile.cl/discovery/delivery/56UDC_INST:56UDC_INST/12202289750003936
- FAO. Food safety under the COVID-19 Pandemic. 2020. http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/rlc/docs/covid19/Boletin-FAO-CELAC.pdf
- Gil M, Undurraga EA. COVID-19 Has Exposed How ‘The Other Half’ (Still) Lives. *Bull Lat Am Res.* 2020; 39: 28-34.
- INE. Statistical Bulletin: Quarterly Employment. 2020. <https://www.ine.cl/docs/default-source/ocupacion-y-desocupacion/boletines/2020/país/boletín-empleo-nacional-trimestre-móvil-abril-mayo-junio-2020.pdf>
- Chaverra-Torres I, Cárdenas-Forero M, Castrillón-González C, Murcia-Quintero M, Popo-Tobar M, Hurtado A. *Hunger in times of COVID-19: Exacerbation of a hidden problem.* *Salutem Scientia Spiritus* 2020; 6: 174-180.
- Ministry of social development and family Chile. CASEN 2017. *Food Insecurity Synthesis of Results.* http://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/storage/docs/casen/2017/CASEN_2017_Inseguridad_alimentaria.pdf
- Ministry of social development and family Chile. Covid-19 Social Survey. <http://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/encuesta-social-ovid19#:~:text=Actualmente%2C%20se%20han%20realizado%20dos,segunda%20durante%20noviembre%20de%202020.>
- Gallardo B. *The rediscovery of the social character of the hunger problem: “Communal Pots”.* Latin American Faculty of Social Sciences. Santiago, 1985. 2020. <http://www.flacsochile.org/biblioteca/pub/publicos/1985/DT/000931.pdf>
- Fernández O. “Communal Pots”: The other side of the crisis. 2020 Jun 3; Available from: <https://www.latercera.com/nacional/noticia/ollas-comunes-otra-cara-de-la-crisis/YSEQOKXGKVH5XH5XUIQ4DICXFU/>
- The pot of Chile. 2020. <https://www.laolladechile.com/>
- University of Chile, Faculty Medicine, Department Nutrition. *Photographic atlas of typical Chilean food and preparations: 2010 national food consumption survey.* Santiago, 2010. 143 p. <http://172.16.1.100:8080/xmlui/handle/2015/902>
- Urteaga C. *Nutritional value of common culinary preparations in Chile.* University of Chile, Faculty Medicine, Santiago, 1995. p. 127.
- Ministry of Health Chile. Res Ex 328 2015 Approves technical standard graphic on GABAS. 2015. https://dipol.minsal.cl/wrdprss_minsal/wp-content/uploads/2016/06/RES-EX-328-2015-APRUEBA-NORMA-TECNICA-GRAFICA-GABAS.pdf
- Djekic I, Nikolić A, Uzunović M, Marijke A, Liu A, Han J, et al. Covid-19 pandemic effects on food safety - Multi-country survey study. *Food Control.* 2021; 122: 107800.
- Vildoso M, Rodríguez L, Weisstaub G. COVID-19 pandemic: Impact on food security of children and adolescents. *Rev Chil Pediatr.* 2020; 91: 857-859.
- Fonseca C, Patiño B, Herrán F. Malnutrition and food security: A multilevel study. *Rev Chi Nutr.* 2013; 40: 206-215.
- Antentas J, Vivas E. Impact of the crisis on the right to healthy and healthy food. *SESPAS Report* 2014. *Gac Sanit.* 2014; 28: 58-61.
- Rundle A, Park Y, Herbstman J, Kinsey E, Wang Y. COVID-19-related School closings and risk of weight gain among children. *Obesity.* 2020; 28: 1008-1009.
- Aulestia-Guerrero E, Capa-Mora E. A look at South American food insecurity. *Cien Saude Colet.* 2020; 25: 2507-2517.
- Hernández M, Pérez S, Ortiz-Hernández L. Food and nutritional consequences of food insecurity: The perspective of single mothers. *Rev Chi Nutr.* 2013; 40: 351-356.
- Díaz-Méndez C, García-Espejo I, Otero-Estévez S. Discourses on scarcity: Strategies for coping with food deprivation during the crisis. *Empiria.* 2018; 40: 85.
- Medina F, Aguilar A, Fornons D. Food, culture and social economy. The effects of the socioeconomic crisis on food in Catalonia (Spain). *Soc e Cult.* 2016; 18.
- Bracale R, Vaccaro CM. Changes in food choice following restrictive measures due to Covid-19. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2020; 30: 1423-1426.

27. Castaño V, Cormick M. Food and health: Contributions for the construction of community nutrition strategies in vulnerable groups. *Soc Conscienc Soc Work Digit Mag*. 2018; 2: 106-123.
28. Guerrero L, Durán-Agüero S. Legume consumption and its relationship with chronic non-communicable diseases. *Rev Chil Nutr*. 2020; 47: 865-869.
29. Lataste C, Sandoval S, Maturana D, Delgado C, Cajardo S, Cáceres P. Indicators of transformation of food consumed in Chile for use in menu planning. *Arch Latinoam Nutr*. 2020; 70: 8-19.
30. Moreno R, Fernández A, García J. Estimation of the daily distribution of nutrients in the standard diet in Spain. *Nutr Hosp*. 2015; 31: 2660-2667.
31. Durá T. Nutritional analysis of breakfast on rising and mid-morning snack in a college population. *Nutr Hosp*. 2013; 28: 1291-1299.
32. Durá T. The breakfast of the students of Compulsory Secondary Education (ESO). *Nutr Hosp*. 2002; 17: 189-196.
33. Cabrera J, Cárdenas M. Importance of dietary fiber for human nutrition. *Rev Cubana Med Gen Integr*. 2006; 22.
34. Matos R, Chambilla E. Importance of dietary fiber, its functional properties in human nutrition and in the food industry. *Rev Invest Cienc Tecnol Aliment*. 2010; 1: 4-17.
35. Escudero E, González P. Dietary fiber. *Nutr Hosp*. 2006; 21: 61-72.
36. López de Romaña D, Castillo C, Díaz D. Zinc in human health - I. *Rev Chi Nutr*. 2010; 37: 234-239.
37. Pizarro F, Olivares M, Kain J. Iron and zinc in the diet of the population of Santiago. *Rev Chi Nutr*. 2005; 32: 19-27.
38. Rubio C, González Weller D, Martín-Izquierdo R, Revert C. Zinc: Essential trace element. *Nutr Hosp*. 2007; 22: 101-107.
39. Brito A, Hertrampf E, Olivares M, Gaitán D, Sánchez H, Allen L, et al. Folate, vitamin B12 and human health. *Rev Med Chile*. 2012; 140: 1464-1475.
40. Food insecurity will be the sting in the tail of COVID-19. *Lancet. Global Health*. 2020; 8: e737.
41. Rodríguez L, Egaña D, Gálvez P, Navarro-Rosenblatt D, Araya B M, Carroza MB, et al. Let's avoid food insecurity in times of COVID-19 in Chile. *Rev Chi Nutr*. 2020; 47: 347-349.
42. Bakalis S, Valdramidis V, Argyropoulos D, Ahrne L, Chen J, Cullen P, et al. Perspectives from CO+RE: How COVID-19 changed our food systems and food security paradigms. *Curr Res Food Sci*. 2020; 3: 166-172.