

Prácticas alimentarias durante los fines de semana en hogares de Montevideo-Uruguay

Sena. G; Simoncelli. M; Defféminis. M; Britz. M.

Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Uruguay.

Objetivo: Conocer las prácticas alimentarias realizadas habitualmente los fines de semana en hogares montevideanos.

Métodos: Estudio descriptivo, de corte transversal, muestra no probabilística de 732 hogares de Montevideo. La información fue relevada en mayo 2017, mediante el método de encuesta, aplicando un formulario semiestructurado a personas responsables de preparar la comida del hogar. Se indagaron las preparaciones consumidas habitualmente durante la cena del sábado y el almuerzo del domingo así como aspectos de la comensalidad.

Resultados: 49% eran hogares integrados por 2-3 personas, 80% de los encuestados tenían 20 a 59 años siendo $\frac{3}{4}$ partes mujeres evidenciando el liderazgo de la misma en la alimentación familiar. En 98,5% de los hogares se realizan estos dos tiempos de comida. En 54% de los hogares se transmiten los conocimientos culinarios a los jóvenes.

En 4 de cada 10 hogares se compran los alimentos listos para consumir durante la cena del sábado destacándose el consumo de comidas rápidas. Las preparaciones habituales fueron: pizza y faina (47%), preparaciones a base de carne vacuna y pollo (23%) y en tercer lugar empanadas y tartas (19,4%). Las razones mencionadas fueron: hábito, costumbre (36%), sabor (36%) y facilidad en su preparación (13%).

En el almuerzo del domingo se destaca la influencia de varias culturas (española, italiana y criolla) al señalar el consumo de pastas simples o rellenas (45,5%) y preparaciones a base de carne (42%) especialmente asado a la parrilla mencionado por las $\frac{3}{4}$ parte de los encuestados; preferentemente con ensalada de lechuga y tomate. El 85,6% de estas preparaciones se elaboran en el hogar. Las razones de su consumo fueron: hábito o costumbre (56%); sabor (20%) y facilidad de preparación (8%).

Ambos tiempos de comida se realizan en compañía especialmente por la familia (81% cena y 89% almuerzo), en la cena del sábado en 10% de los hogares junto a amigos. Sólo un 6% almuerza los domingos sin compañía.

Conclusión:

Las prácticas alimentarias observadas podrían responder a factores culturales, destacándose la tradición como resultado de la influencia de la inmigración en nuestro país durante la primera mitad del siglo XX, así como de la cocina criolla.