

margen N° 118 - setiembre de 2025

Determinantes socioculturales en la seguridad alimentaria en mujeres participantes del Programa Sembrando Vida en Ahome

Por Luz Mercedes Verdugo Araujo, Margarita Báez Bringas y Leonor Tereso Ramírez

Luz Mercedes Verdugo Araujo. Docente Investigadora de la Facultad de Trabajo Social Culiacán de la Universidad Autónoma de Sinaloa. (México).

Margarita Báez Bringas. Docente Investigadora de la Facultad de Derecho Mochis de la Universidad Autónoma de Sinaloa. (México).

Leonor Tereso Ramírez. Docente Investigadora de la Facultad de Trabajo Social Culiacán de la Universidad Autónoma de Sinaloa. (México).

La seguridad alimentaria -o seguridad alimentaria y nutricional- existe cuando una persona tiene acceso a los alimentos inocuos y nutritivos necesarios para satisfacer sus necesidades nutritivas, mediante un respaldo económico, físico y social que se lo permita (Torres, 2016). Asimismo, existen factores socioculturales que influyen en el desarrollo de una vida nutricional sana. Estos pueden ser tanto simbólicos (ideas, valores, género o religión de la cual procede una persona) o materiales, como la disponibilidad de alimentos y su preparación, siendo estos factores determinantes en la vida dietética desde una persona hasta una comunidad (Monterrosa, Frongillo, Dresnowski y Vandevijvere, 2020).

Abordar las determinantes socioculturales en la seguridad alimentaria en las mujeres implica el análisis de elementos objetivos y subjetivos que determinan sus prácticas alimentarias. Las determinantes socioculturales de la alimentación son condicionantes que intervienen en la alimentación y que se reconfiguran de manera constante relacionadas con factores estructurales, pero también simbólicos: como el acceso físico y económico, disponibilidad, estilos de vida, aspectos culturales como; creencias, tradiciones, preferencias, género, religión, inocuidad y preparación de alimentos, entre otros que se dan en el seno de las interacciones sociales.

De manera paradójica y por su condición de género, las mujeres de manera tradicional han sido las que se han encargado de la organización y preparación de los alimentos en los hogares; sin embargo, son las que más sufren y padecen la inseguridad alimentaria.

Respecto a lo anterior, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO (2020) señala que la inseguridad alimentaria en el mundo afecta en mayor medida a las mujeres que a los hombres. En 2019, la prevalencia de inseguridad alimentaria moderada o grave en América Latina fue del 32,4% en mujeres (76.2 millones) y del 25,7% en hombres (57.1 millones), es decir que entre los afectados hay casi 20 millones más de mujeres que hombres. En este sentido, la FAO (2019) menciona que los roles de género, la zona de residencia, el nivel de instrucción, el acceso a los servicios sociales, la situación de pobreza y el nivel de ingresos de los hogares determinan de manera significativa la diferencia en los niveles de inseguridad alimentaria entre hombres y mujeres.

Al interior de las comunidades las mujeres tienen un rol protagónico en el establecimiento de estrategias de seguridad alimentaria. Desde los años noventa ya se consideraban pieza clave, tal como señala la FAO (1995) al establecer que son las mujeres las mayores productoras de alimentos en el mundo, culturalmente son las encargadas de la preparación de los alimentos y son actrices principales en el desarrollo de estrategias comunitarias para garantizar la subsistencia de la unidad familiar. Los estudios de la FAO confirman que la mujer es pilar de la agricultura de pequeña escala, del trabajo campesino y de la cotidiana subsistencia familiar, pero tienen mayores dificultades que el hombre a la hora de acceder a recursos como la tierra y el crédito y los insumos y servicios que aumentan la productividad.

Debido al papel central que tienen las mujeres en la seguridad alimentaria, pero también por sus conocimientos en la comunidad, es que ha llevado a los implementadores de políticas sociales a considerarlas como sus operadoras principales, sobre todo para los programas sociales de alimentación. En este sentido, el papel al interior de estos programas las convierte en quienes implementan el programa social, pero a su vez también son beneficiarias de ellos. Por tanto, es necesario precisar de qué manera dichos programas retomaran las determinantes socioculturales de las mujeres para mejorar su situación alimentaria.

Diversos estudios han mostrado que, a través de los programas sociales, las mujeres han sido agentes de cambio en sus comunidades y han desarrollado grados de autonomía; sin embargo, algunas veces los programas refuerzan el rol de cuidadoras, sobre todo en los programas alimentarios en los que son las mujeres las encargadas de los comedores comunitarios. Al respecto, Lescano (2019) señala que, a través de los programas sociales, mujeres beneficiarias desarrollan ciertas dimensiones de autonomía tales como la capacidad de negociación y toma de decisiones en el hogar y el acceso a nuevas oportunidades. Sin embargo, también refuerza patrones tradicionales de género, fortaleciendo el rol de las mujeres como madres y responsables de la esfera de cuidado, así como relaciones asimétricas de poder a través de sus operadores locales.

Actualmente, el principal programa social para que las mujeres puedan lograr mejorar su situación de seguridad alimentaria en las comunidades rurales en México es el programa Sembrando Vida, el cual se encuadra en los llamados “programas para el bienestar”, impulsados por el gobierno con la finalidad de que las y los campesinos puedan cubrir sus necesidades alimenticias básicas con la producción que obtengan de su tierra.

Sembrando Vida otorga apoyos económicos y va dirigido en especial a personas mayores de edad que habitan en localidades rurales cuyos municipios se encuentran con niveles de rezago social y que son propietarios o poseedores de 2.5 hectáreas disponibles para ser trabajadas en un proyecto agroforestal. En 2025, el programa llegó a una cobertura de 1.139.372,5 hectáreas distribuidas en 24 entidades del país, entre ellas el Estado de Sinaloa.

Las personas derechohabientes reciben un pago mensual de \$ 6.450 pesos entregados de manera directa a través de la tarjeta del banco del bienestar, además de poder recibir apoyos adicionales en especie, como semillas, plantas, herramientas u otros insumos. El programa otorga apoyo para la instalación y manutención del vivero comunitario, biofábricas y centros de formación en los que se ofrece capacitación e intercambio de experiencias. Una parte esencial de este programa son las Comunidades de Aprendizaje Campesino (CAC), en las que los beneficiarios se integran y cumplen con un plan de trabajo acordado por el personal técnico del programa. Actualmente existen en el país más de 18.500 comunidades (Gobierno de México, 2025).

Proceso metodológico

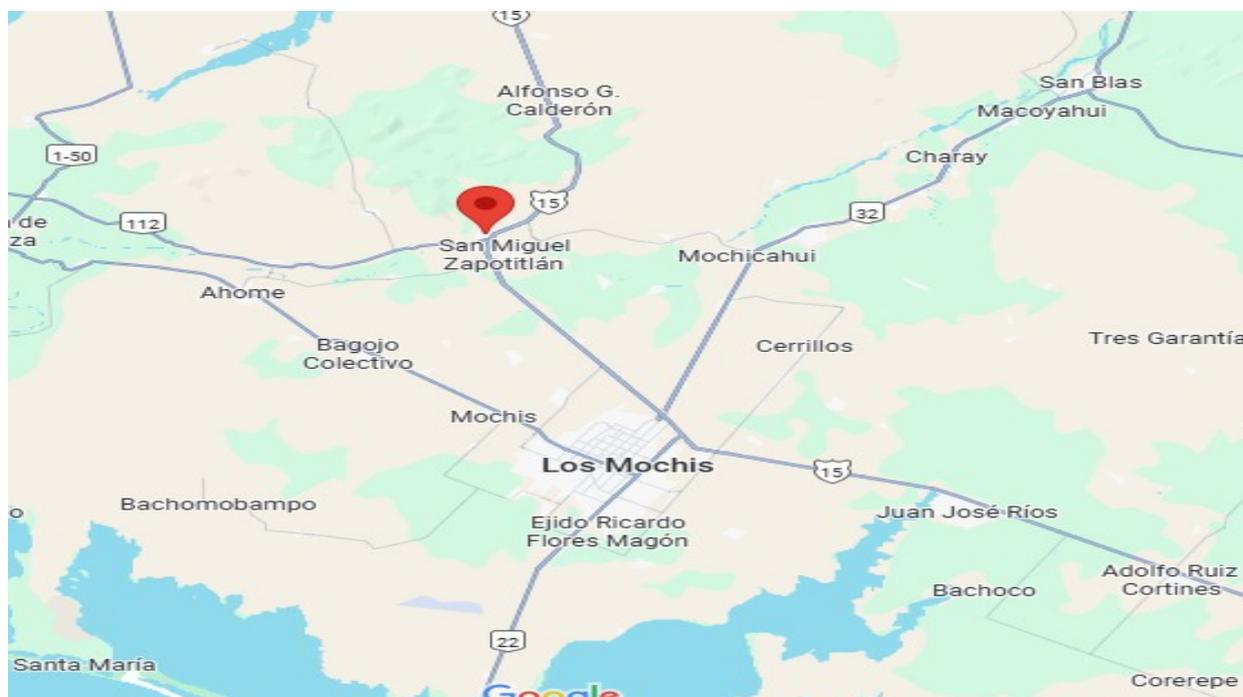
El proceso metodológico del presente estudio corresponde a un enfoque cualitativo, utilizando un método fenomenológico a través de la técnica de grupos de discusión en los que participaron 13 mujeres integrantes de una Comunidad de Aprendizaje Campesino (CAC) de Nuevo San Miguel, Ahome, Sinaloa. El método fenomenológico se centra en la descripción, análisis e interpretación de los hechos y acciones sociales a partir de la experiencia vivida. Su relevancia radica en comprender la vida cotidiana de las personas, aportando conocimiento empírico sobre lo social con el fin de orientar la intervención profesional y favorecer la transformación social (Ramírez, 2020).

En este sentido, el método fenomenológico permitió conocer la experiencia vivida de cada una de las mujeres participantes para conocer las determinantes socioculturales relacionadas a la seguridad alimentaria, esto mediante grupos de discusión, técnica que funciona mediante la agrupación de personas para debatir un problema en específico, bajo la dirección de un mediador o moderador, quien de forma activa mantiene la conversación centrada en el tema a tratar (Zastrow, 2008).

La comunidad de Nuevo San Miguel Ahome -unidad de análisis de este estudio- se encuentra ubicada en el municipio de Ahome, en el Estado de Sinaloa, México. Se sitúa aproximadamente a 19.6 kilómetros al sur de la ciudad de Los Mochis.

Figura 1

Ubicación de la comunidad Nuevo San Miguel, Ahome, Sinaloa



Fuente: Google Maps, 2025. <https://www.google.com/maps?q=25.96589,-109.05592>

Las características de las participantes se pueden apreciar en la siguiente tabla:

Tabla 1

Datos sociodemográficos de las participantes

Código	Edad	Escolaridad	Empleo	Años viviendo en la comunidad	Tiempo en el programa	Lengua indígena
B-1	48	Primaria	Jornalera	33	3 y medio	Si
B-2	46	Preparatoria	Proyectos productivos saludables	49	4 años	Si
B-3	53	Secundaria	Empleada	34	4 años	No
B-4	48	Secundaria	Ama de casa	32	5 años	No
B-5	46	Secundaria	Ama de Casa	32	5 años	No
B-6	39	Primaria	Jornalera	33	5 años	No
B-7	50	Primaria	Ama de casa	33	5 años	Si
B-8	49	Primaria	Comerciante	49	4 años	No
B-9	55	Preparatoria terminada	Ama de casa	30	4 años	No
B-10	39	Secundaria	Jornalera	39	4 años	No
B-11	34	Secundaria	Ama de casa	33	5 años	No
B-12	37	Preparatoria	Ama de casa	37	4 años	No
B-13	35	Preparatoria	Comerciante	28	4 años	No

Fuente: elaboración propia, 2025.

Nota: los códigos (B1, B2, etc.) significan: B (beneficiario) y luego el número de la participante.

Tal como se muestra en la tabla, las participantes tienen estudios básicos de primaria a preparatoria y sus edades oscilan entre los 34-55 años. La mayoría de ellas son amas de casa, empleadas, comerciantes y jornaleras agrícolas; son parte de un programa social y en el caso de una de ellas, también tiene un proyecto productivo. El tiempo que tienen viviendo en la comunidad oscila de 28 a 49 años, la mayoría de ellas vivió en la comunidad desde que nació y ahí mismo se casó y se estableció a vivir con sus familias. Asimismo, solo 3 de ellas hablan lengua indígena Yoreme.

Análisis y discusión de resultados

Las determinantes socioculturales utilizadas para este estudio son el acceso físico y económico a los alimentos, los elementos culturales relacionados con la creencia, tradiciones y preferencias alimentarias, aspectos de salud con la prevalencia de enfermedades y estilos de vida y aspectos relacionados con el género como el rol de cuidados.

Acceso físico y económico

El acceso físico y económico representa las formas como las mujeres acceden a los alimentos, ya sea el nivel de disponibilidad física como también los ingresos económicos que cuentan para poder comprar:

“Los alimentos los compramos en mercados y otros cultivamos en los viveros que tenemos como parte del programa Sembrando Vida y otras mujeres tienen algunos sembrados en sus hogares: chile, tomate, cebolla, productos que podemos usar para el diario para consumo personal para nuestros hogares o para intercambiar entre nosotras” (B-1).

“Dentro de mi hogar tengo cría de animales para el como gallinas y vacas, lo cual representa un consumo sano y saludable libre de químicos y puedo tener pollo y carne fresca, además en el vivero tengo algunas hortalizas como cebolla, cilantro, lechuga y tomate” (B-2).

“Comprados en establecimientos comerciales todo aquello que no se siembra en predio y en el vivero, el vivero es de mucha ayuda pueda la mayoría de las mujeres que estamos en este programa no tenemos recursos y esta representa una ayuda para el consumo y para la venta pues a veces vendemos y obtenemos algo de dinero” (B-9).

Como se puede observar, el consumo de alimentos está representado por aquellos que pueden adquirir con los recursos que se obtienen de la venta de los productos del vivero y estos forman parte importante de su alimentación y que sirven al consumo familiar así como al intercambio comunitario.

Por otra parte, algunas han buscado la forma de sembrar algunas hortalizas en sus hogares y sumar la cría de animales. En este sentido, Lara, Caso, Aliphat y Ramirez (2013) señalan que los huertos representan una estrategia productiva que implica un amplio conocimiento de las especies y del ambiente en el que se desarrollan. Todas las especies aprovechadas son una fuente de alimentos y de ingresos monetarios que circulan en la economía campesina local, sobre todo por el manejo de especies definidas con propósitos comerciales, lo que lo hace que estas actividades sean muy productivas.

Si bien el programa representa una ayuda considerable para sus ingresos familiares y para poder tener acceso a alimentos, la mayoría reconocieron que en ocasiones han tenido problemas económicos que les ha dificultado la alimentación:

“En ocasiones no nos alimentamos bien cuando se dificulta la economía, ya que no alcanza el dinero para comprar los suficientes alimentos para preparar” (B-3).

“Si, por que el dinero no alcanza para poder tener una alimentación variada, en ocasiones tenemos verduras, pero tenemos que tener carne, pollo y huevos y a veces el dinero no estira lo suficiente, más cuando tenemos que pagar recibos de agua, luz y cosas de la escuela, la alimentación se sacrifica” (B-4).

Si bien el programa les ha permitido obtener algunos alimentos, las mujeres señalan que en ocasiones existen otros gastos de bolsillo que les genera dificultades económicas para poder tener una alimentación variada. Estudios como el de Torrez, Chávez y Gonzales (2021) -al citar el plan de educación alimentaria en México- mencionan la importancia del aspecto económico para la seguridad nutricional en la vida de los mexicanos. Refieren a la dimensión económica de la seguridad alimentaria como la propiedad para contar con los recursos necesarios para adquirir alimentos y tener una alimentación nutritiva, dado que, en un caso contrario, las carencias económicas favorecen mayores tasas de enfermedades como por ejemplo la obesidad.

Elementos culturales: creencias, tradiciones y preferencias alimentarias

Existen alimentos que son parte de sus tradiciones alimentarias, algunos representativos del pueblo Yoreme al que algunas pertenecen, por lo que consideran que estas prácticas alimentarias se han ido perdiendo debido a que los gustos de los más jóvenes están relacionados con comidas rápidas y grasosas, tales como como hamburguesas y sushis, entre otros. Sin embargo, a manera de resistencia algunas de ellas lo siguen cocinando y degustando cuando algunas de ellas visitan a sus madres u otros miembros de su linaje familiar. Respecto a esas prácticas alimentarias tradicionales señalaron lo siguiente:

“Se prepara mucho wakabaqui y gallina pinta (B-3).

“Tortillas, café, tamales, pozole, y wakabaqui” (B-5).

“Es muy variada, tamales, pozole, tortillas de nixtamal, café tradicional” (B-7).

“Preparamos platillos como pozole de maíz, tortillas hechas a mano, café tostado y molido” (B-9),

“Aquí se acostumbra a preparar platillos de la región como tamales, café tostado, gallina pinta, maíz y frijol, atoleche, wakabaqui, aunque personalmente no acostumbro prepararlos si los consumo en casa de mi mamá” (B-13).

Como muestran los testimonios, las participantes consideran que el Wakabaqui es una comida tradicional, el cual consiste en carne de res con verduras y especias, además frijol con hueso al que se llama gallina pinta y Atoleche, que es una bebida espesa y dulce con harina de mezquite disuelta en agua o leche. Cabe resaltar la importancia de los platillos tradicionales no sólo por su valor nutrimental sino por su valor cultural, funcionando como representativo étnico de una región (Cano y Ramos, 2015). La mayoría de ellas considera que son alimentos muy significativos porque:

“Son alimentos que nos enseñaron nuestros padres y abuelos cocinados con verduras que ellos mismos cosechaban” (B-9)

“Es una alimentación especial por que viene de nuestros antepasados” (B-10).

Dentro de sus preferencias alimentarias están:

“De preferencia los huevos por la mañana acompañado de mi café, pero a mediodía mis caldos, acompañado de mi jugo de frutas o una coquita bien helada y en la noche leche y pan” (B-4).

“Si, en mi casa comemos de todo yo trato también de darles comida tradicional, pero ellos ya no quieren y es que hay mucho alimento procesado en el mercado y comida chatarra y a veces los hijos quieren comer sushi, hamburguesas, comida china y esas cosas y hasta uno come con ellos” (B-7).

“Me gustan los mariscos por encima de los demás, todo lo de mar son de mis alimentos preferidos.” (B-13).

Se puede precisar cómo sus preferencias alimentarias están medidas por sus prácticas alimentarias tradicionales, pero también por prácticas relacionadas con los gustos de otros miembros de las familias.

Aspectos de salud: enfermedades y estilos de vida

Respecto a si consideran que los alimentos que consumen son saludables, ellas consideran lo siguiente:

“Si porque es alimento sin químico, pero no puedo negar que a veces los fines de semana a veces el consumo cambia y optamos por otro tipo de alimentación más grasosa y dañina” (B-1).

“Si consumo saludable porque me baso en consumir alimentos libres de pesticidas y químicos porque yo los cultivo y crio, lo que si es un poco difícil es poder hacer entender a los hijos que consuman más hortalizas más cuando van a las escuelas les ofrecen otro tipos de alimentos” (B-2).

“Trato de que así sea variado los alimentos porque es muy importante dar a nuestra familia alimentos saludables, además los lavamos, desinfectamos y en caso que sea necesario los cocemos (B-3)

“Si, tratando de comer frutas y verdura, sin embargo, estos a veces no son parte de las preferencias de algunas personas en la familia y tenemos que hacer labor de consentimiento” (B-4).

Como muestran las expresiones, las mujeres en sus hogares son las encargadas de la elaboración y preparación de los alimentos y existen esfuerzos significativos por ofrecer en sus hogares alimentos variados, preparados con inocuidad y calidad. Asimismo, son orientadoras alimentarias y se sienten reponsables de que los alimentos que ofrecen no representen riesgos para sus familias.

En cuanto a si padecían enfermedades crónico degenerativas que requieran cuidados alimentarios, solamente tres entrevistadas señalaron tenerlas, ya que una de ellas era hipertensa y otras dos tenían diabetes, lo cual requería cierto tipo de cuidados:

“Tengo diabetes y me tengo que estar monitoreando constantemente en el centro de salud e ir por mis medicamentos, y cuidar muchísimo mi alimentación” (B-3).

En sus discursos señalaron que son las cuidadores principales de sus hogares y que este trabajo se refuerza aún más cuando algún integrante de la familia se enferma, pues necesita cuidados especiales de alimentación, pero también se tienen que cuidar a sí mismas para poder hacer frente a las diversas actividades que realizan.

Roles de género y cuidados

Dentro de los roles de género y cuidados la mayoría de ellas expresó que en ocasiones tienen que hacer esfuerzos considerables para tener que conciliar todas las actividades del hogar, las actividades del vivero y los empleos informales que tienen:

“Es importante organizar el tiempo y delegar a cada miembro de la familia en ayuda mutua, porque el tiempo no alcanza para todas las actividades, llevar los hijos a la escuela, las tareas del hogar, preparar los alimentos con anticipación, trabajo en el vivero, a veces es muy complicado, comemos a la carrera” (B-2).

“Estableciendo horarios y organizando los tiempos para hacer el alimento, limpiar, y asistir a los trabajos a vivero” (B-6).

“Levantándome temprano para lograr sacar adelante todas las labores cotidianas” (B-8).

“Me organizo como puedo, regularmente el día no alcanza, pero trato de dar prioridad a tener cocinado a mis hijos cuando llegan de la escuela, además cuidando también que doy de comer porque mi esposo tiene colitis y gastritis y tengo que cuidar que va comer” (B-13).

Sobre lo anteriormente mencionado, Tala, Vásquez y Plaza (2020) refieren cómo el rol de la madre de familia adquiere un valor principal en el desarrollo de la seguridad nutrimental de una familia, ya que las pautas y hábitos alimentarios se adquieren en la infancia y son transmitidos en parte dentro del hogar. En este sentido, culturalmente las mujeres consideran que al ser madres de familia se deben responsabilizar del cuidado alimentario y otras tareas domésticas, las cuales tienen que conciliar con el trabajo en el vivero del programa social y los trabajos informales que algunas realizan. En ocasiones, estas tareas las hacen sentirse cansadas, al tener que darse tiempo para todo y, en ocasiones, dejan su cuidado como tarea secundaria. Asimismo, el cuidado alimentario que realizan está cualificado con relación a los gustos de cada integrante pero también con las enfermedades de estos, porque lo que también tienen que encargarse de que los alimentos que preparen no represente un riesgo a la salud y pueda derivar en enfermedades crónicas.

Conclusiones

Las determinantes socioculturales de las mujeres participantes de la CAC del programa Sembrando Vida de Nuevo San Miguel Ahome, México, están determinadas por diversos elementos. Si bien el programa representa un recurso valioso, pues a través de los viveros pueden acceder y disponer de alimentos para el consumo y el intercambio, existen obstáculos para la seguridad alimentaria.

Las determinantes relacionadas con el ingreso, los roles de género, así como las preferencias alimentarias les dificultan una alimentación completa. En el aspecto económico, en algunas ocasiones las mujeres presentan limitaciones para poder acceder a alimentos variados, debido a los ingresos limitados de sus familias. En el aspecto de género, las mujeres consideran que los cuidados les corresponden a ellas, priorizando el cuidado de los demás; esto implica una serie de actividades realizadas con organización y anticipación.

Los alimentos que ofrecen varían de acuerdo a las preferencias y cuidados que requiere cada integrante de la familia y en la consideración de que estos no representen un riesgo a la salud, por lo que los preparan con inocuidad y calidad, dejando en un papel secundario su autocuidado.

En el aspecto cultural, la mayoría de ellas conoce qué alimentos han sido los que han pasado de generación en generación, pero estos no son parte de las preferencias alimentarias de los integrantes de sus familias, por lo que si bien en ocasiones los preparan en sus hogares, mejor deciden comerlos cuando interactúan con otros familiares, como las madres de estas mujeres que aún siguen preparando estas comidas tradicionales.

En sus testimonios se muestra cómo la alimentación de la mujeres se ha modificado de manera constante, siendo una fusión entre sus preferencias y sus tradiciones. Por otra parte, si bien el programa representa una forma de acceder y disponer de alimentos sanos y nutritivos, también en ocasiones los recursos disponibles son limitados, por lo que tienen que realizar estrategias considerables para garantizar la alimentación en sus hogares.

Referencias

- Cano, J. M. M., & Ramos, A. J. S. (2015). Personas de la tercera edad de comunidades rurales y la cocina tradicional de Tabasco, México. *Rev Esp Nutr Comunitaria*, 21(1), 29-33. <https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Web%20RENC%202015-1-art%205.pdf>
- FAO - Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (1995). *Las contribuciones de la mujer a la producción agrícola y la seguridad alimentaria: estado actual y perspectivas*. <https://www.fao.org/3/x0222s/x0222s02.htm>.
- (2019). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía*. <https://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>
- (2020). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe. Seguridad alimentaria y nutricional para los territorios más rezagados*. Recuperado de: <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>.
- Gobierno de México (2025). *Programas para el bienestar. Sembrando Vida*. <https://programasparaelbienestar.gob.mx/sembrando-vida/>

- Lescano Ponce, L. (2019). *Influencia del Programa nacional de apoyo directo a los más pobres "JUNTOS" a mujeres beneficiarias del distrito de Paiján- 2018*. Perú: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Ciencias Sociales: Escuela Profesional de Trabajo Social. <https://dspace.unitru.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f9e5dd99-05e6-432d-aaae-e06e8afb0e0b/content>
- Monroy Torres, R., Castillo Chávez, Á. M., & Ruiz González, S. (2021). Inseguridad alimentaria y su asociación con la obesidad y los riesgos cardiometabólicos en mujeres mexicanas. *Nutrición hospitalaria*, 38(2), 388-395. <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v38n2/0212-1611-nh-38-2-388.pdf>
- Monterrosa, E. C., Frongillo, E. A., Drewnowski, A., de Pee, S., & Vandevijvere, S. (2020). Sociocultural influences on food choices and implications for sustainable healthy diets. En: *Food and Nutrition Bulletin* 2020, Vol. 41(2S). <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0379572120975874>
- Falla Ramírez, U. (2020). La fenomenología social, horizonte de posibilidades para el Trabajo Social. En: Gil Claros, M. F. (Ed. Científica). *Pensando la Intervención Social*. (pp. 25-38). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. <https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/view/131/346/5314>
- Tala, Á., Vásquez, E., & Plaza, C. (2020). Estilos de vida saludables: una ampliación de la mirada y su potencial en el marco de la pandemia. *Revista médica de Chile*, 148(8), 1189-1194. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v148n8/0717-6163-rmc-148-08-1189.pdf>
- Torres, R. M. (2016). Nutrición ambiental y seguridad alimentaria: Un laboratorio y una línea de investigación integradas para un abordaje de los problemas nutricionales. *Directorio*, 5(5), 16. <https://www.redicinaysa.ugto.mx/index.php/REDICINAYSA/article/view/475/458>
- Zastrow, C. H. (2008). *Trabajo social con grupos*. Ediciones Paraninfo, Madrid.