

A close-up photograph showing a person's hands holding a sandwich. The sandwich is made with a piece of golden-brown, slightly charred flatbread. The person is wearing a blue denim jacket. The background is dark and out of focus.

¿Qué comen los estudiantes universitarios en Venezuela?

Venezuela

Julio, 2024

En 2018, los comedores de las universidades públicas de Venezuela comenzaron a cerrar sus puertas. Lo que fue una de las providencias de mayor impacto en la prosecución académica de las poblaciones más vulnerables y característica central del sistema de educación superior público venezolano desde la segunda mitad del siglo XX hasta la primera década del siglo XXI, prácticamente desapareció por completo. Los resultados de la progresiva política de supresión de los comedores -como se aprecia en la Encuesta de Condiciones de Vida de la Población Universitaria de Venezuela (Enobu 2023)-, son lamentables: el 96% de los estudiantes en el país no cuenta con este servicio.

Tras cuatro años de interrupción, a mediados de octubre de 2023 se reactivó el comedor estudiantil de la Facultad de Ingeniería de La Universidad del Zulia en Maracaibo. Desde entonces y durante seis meses, los estudiantes contaron con 450 bandejas diarias de una dieta contentiva de proteína, carbohidratos y ensaladas; pero, en abril pasado, el servicio se suspendió nuevamente, lo que obligó a los alumnos a volver a las prácticas alimenticias de aquellos cuatro años de cierre.

Si los que acuden a la Facultad de Ingeniería de Maracaibo, son los únicos con comedor, significa que el benefició solo llega al 1.9% de la matrícula de La Universidad del Zulia, estimada en 23.337 estudiantes distribuidos en los tres núcleos ubicados en Maracaibo, Cabimas y Punto Fijo (estado Falcón), según la secretaria de la institución, Marlene Primera, en declaración a los medios regionales. Esto es 47% menos de la media nacional estimada por el Observatorio de Universidades en 4% (Enobu, 2023).

Yeiner Reverol, cursa la carrera de Derecho en Maracaibo y es coordinador general del movimiento Soy Estudiante 98. Él conoce de cerca lo que significa no tener comedor. Reverol calcula que cerca de la mitad van a la Universidad sin desayunar y esperan hasta las 2 o 3 de la tarde para almorzar en su casa. “Otro aproximado de 40%, se alimenta con un “combita” de frituras (cuatro piezas pequeñas de empanadas, tequeños o “pastelitos”)

y un refresco que venden en los locales comerciales dentro de la misma casa de estudios al precio de un dólar. Solo una minoría -según sus cálculos-, tiene una dieta más balanceada porque traen las viandas de sus hogares”.

El alto consumo de grasas y harinas en los estudiantes de la región occidental de Venezuela destaca sobre el resto de la región. El 52% consume aceites y grasas de 5 a 7 días a la semana, 31% más que la media nacional. Las ventas de frituras (pastelitos, tequeños, empanadas) y perros calientes proliferan alrededor de las universidades y ante la ausencia de comedores y/o los costos que acarrea trasladarse a otro núcleo donde puede haber comedor, los estudiantes deciden comprar los “combos callejeros”.

Seguridad alimentaria comprometida

Al observar el consumo semanal de alimentos por tipo, la gran mayoría de los estudiantes del sector público se nutren a base de cereales (75,4%), fundamentalmente harina de maíz y de trigo ultraprocesada, Si bien adquieren calorías, acumulan grasa y no ayudan a la formación muscular. En relación con las proteínas, hay un bajo consumo de carnes (29,4%); lácteos y huevos, los más baratos, (48,1%). La fuente de proteínas vegetal, como los granos, sólo representa el 6,4% y a los vegetales y frutas (vitaminas y minerales), el consumo diario es inferior al 40%.

Los resultados de la última Encuesta de Condiciones de Vida de la Población Universitaria del Observatorio de Universidades (Enobu, 2023), contrasta con lo establecido por la FAO en torno a la seguridad alimentaria, definida como una situación en la que “...todas las

personas en todo momento tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo, para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias, con el objeto de llevar una vida activa y sana”. (Cumbre Mundial de Alimentación de 1996).

¿Quiénes comen peor?

En el sur de Venezuela (región Guayana) estudian los universitarios peor alimentados, 30.4% tiene un PCA entre pobre y limitado. Es decir, en esta región más de un tercio de los estudiantes o no pueden alimentarse o quienes lo hacen consumen alimentos con muy bajos niveles de calidad.

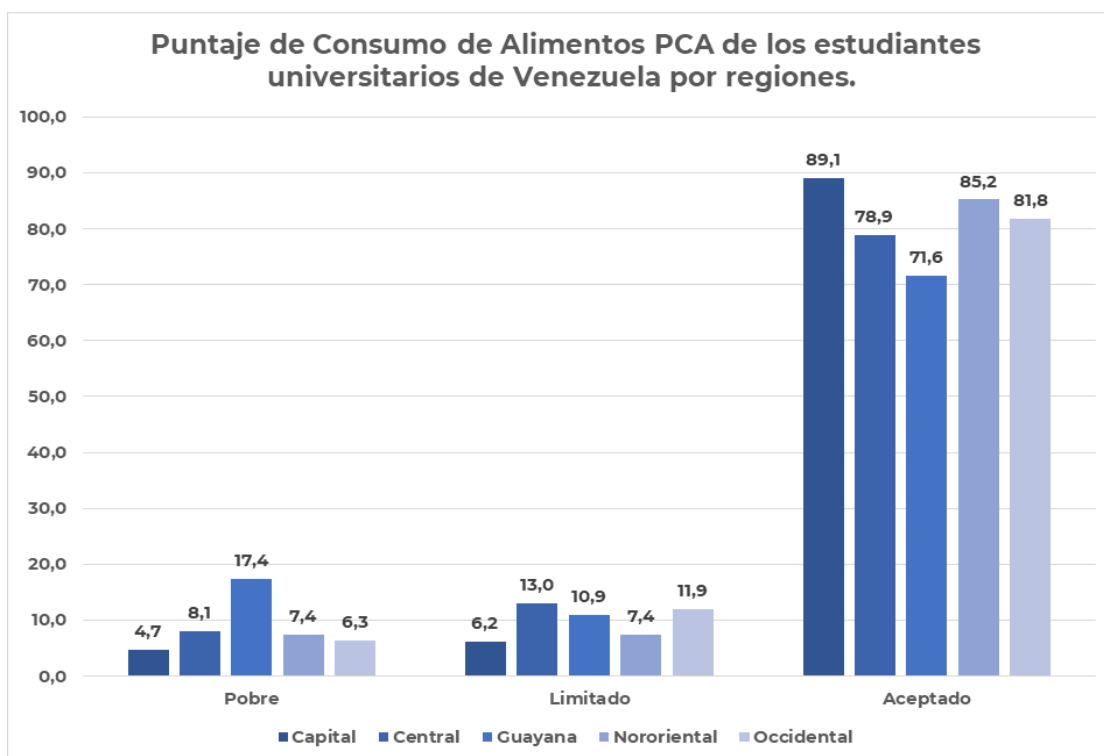
¹ El puntaje de consumo de alimentos (PCA – en inglés FCS) es un indicador de acceso a los alimentos. Se basa en la diversidad de la dieta, la frecuencia de consumo. Este tipo de métrica captura la cantidad de diferentes tipos de alimentos o grupos de alimentos que las personas comen y la frecuencia con la que los comen consumidos en los 7 días anteriores. Adicionalmente se recoge información sobre las fuentes de los alimentos.

El segundo lugar lo ocupa la región nororiental, con 19.1% de estudiantes con un PCA entre pobre y limitado. En la Universidad de Oriente (UDO), por ejemplo, la realidad es desalentadora. Desde hace unos seis años, esta casa de estudios no tiene comedor en ninguno de los cinco núcleos que cubren la región oriental del país. “Previo

a esos seis años, el servicio era bastante intermitente. Nunca vi que fuera algo constante. Los cafetines ayudaban a paliar la situación. El problema actual es peor, porque no tenemos comedor ni núcleo universitario”, destaca Luis Suárez, estudiante de la UDO en Cumaná.

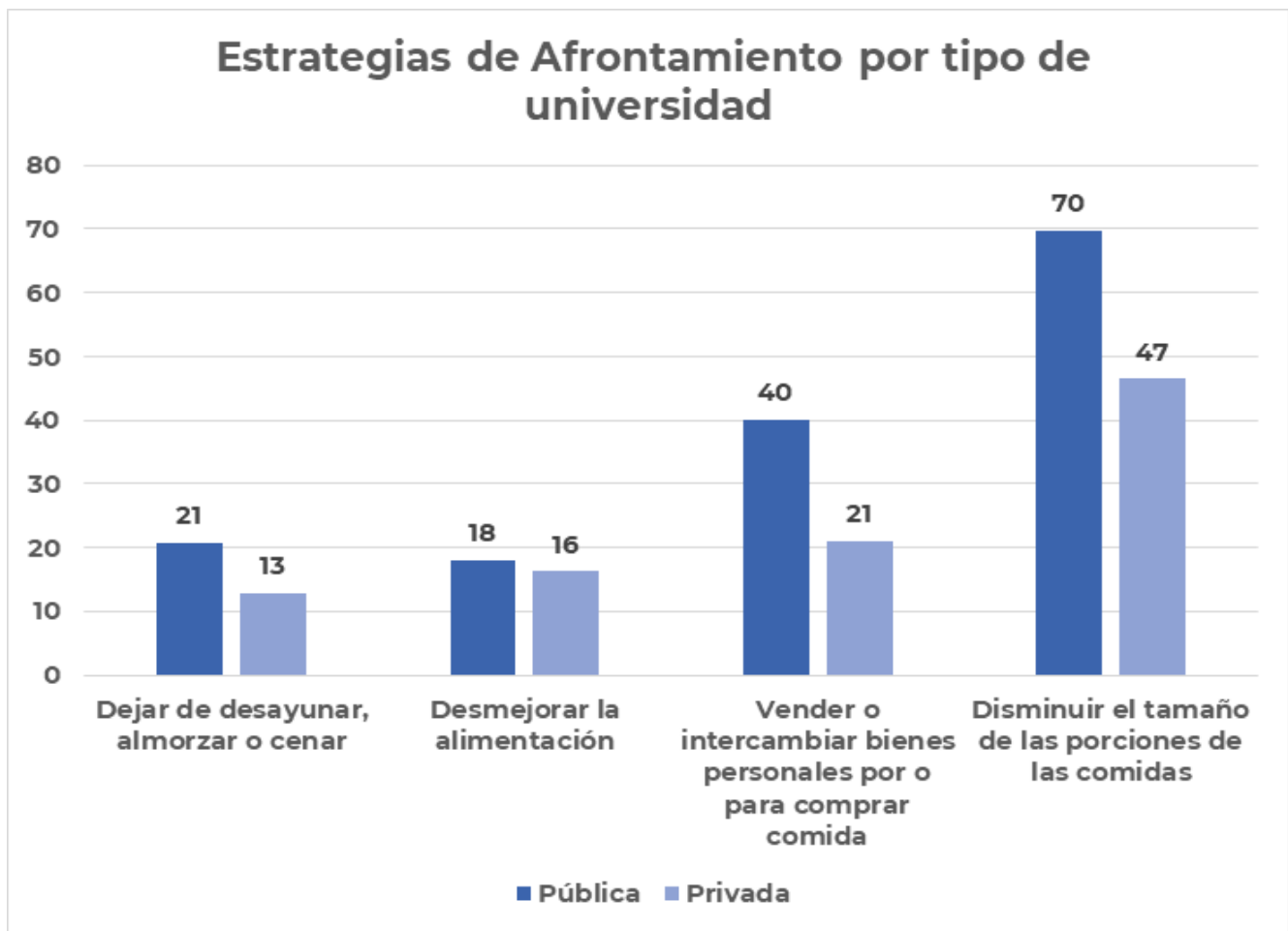
En los últimos meses se han hecho algunas obras en las aulas del núcleo Sucre, pero es muy poco, dado el grave deterioro producto del vandalismo y la falta de mantenimiento sostenida durante varios años. Suárez ha visto como sus compañeros afrontan la carencia del comedor. “Los estudiantes resuelven como pueden, traen de su casa la vianda de comida, una arepa, un pan. No se ve mucha proteína, la verdad. La mayoría se adecúa, comen cuando regresan a su casa y si tienen que volver a la Universidad, lo traen de su hogar. Pero eso tampoco es fácil, porque el servicio de transporte acá es complicado”.

“Hablar de desayunos, almuerzos y cenas completas, como en otros tiempos, es irreal. La dieta del estudiantado de hoy no es ni la mitad de lo que aspiramos. Hace un año, aproximadamente, instalaron un cafetín acá (Cumaná), eso ha ayudado a paliar la situación, un jugo, un tequeño, una empanada, nada adecuado. Los muchachos resuelven al día”. Afirma Suárez.



comen consumidos en los 7 días anteriores. Adicionalmente se recoge información sobre las fuentes de los alimentos.

Las desigualdades también se observan entre los estudiantes de las universidades públicas y privadas, sobre todo en la aplicación de estrategias de afrontamiento. Por cada 10 estudiantes, 4 de universidades públicas y 2,1 de las privadas han vendido o intercambiado bienes por comida. De igual forma, por cada 10 estudiantes, 7 de las universidades públicas y 4,7 de las privadas, han disminuido el tamaño de las porciones de comida.



“No conocí el comedor”

Erick Grovas estudia el último semestre de Desarrollo Humano en la Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado de Barquisimeto. Él no conoció el servicio de comedor durante su formación, sabe que en otros tiempos las instituciones de educación superior en Venezuela proveían diariamente de una alimentación lo más balanceada posible para sus alumnos; en varios casos, con desayuno almuerzo y cena. Como muchos, Grovas distribuye su tiempo entre el trabajo y su carrera, lo que implica costearse sus comidas y pasajes, si quiere mantenerse en la Universidad.

En 2014, comenzó la disminución de las raciones de alimentos universidades públicas venezolanas, sobre todo en las autónomas, a tal punto de que en 2018 -en el contexto de las protestas de calle-, muchos comedores dejaron de funcionar. “En los primeros años de mi carrera vi a varios de mis compañeros almorzar arroz con plátano, solo unos

pocos comían carne, la mayoría no tenía eso en la dieta. Los que vivían con una pareja, comían mejor, pero eso si uno de los dos trabajaba. Recuerdo que a una de las muchachas le cambió la situación cuando se casó, el esposo se fue al extranjero y le mandaba dinero, así empezó a comer mejor”, recuerda Grovas.

¿Cómo comen los universitarios en Venezuela?

De acuerdo con el Puntaje de Consumo de Alimentos (PCA), en Venezuela, el 27% de los docentes universitarios y el 18% de los estudiantes viven en hogares pobres y limitados por la frecuencia y calidad de los alimentos que consumen. Son datos registrados en el Informe de la última Encuesta de Condiciones de Vida de la Población Universitaria, levantada por el Observatorio de Universidades (Enobu, 2023).

El 32% de los profesores y el 21% de los estudiantes comió menos de tres veces al día. La medición, llevada a cabo en cinco regiones del país, también mostró que 94% de los docentes y 81% de los alumnos aseveraron que comieron “igual o peor” que en 2022.

La región nororiental del país es la de mayor incidencia de racionamiento alimenticio, con 41% de sus profesores que comen menos de tres veces al día, seguida por la región central con el 40% del total de docentes consultados. En lo que respecta a los estudiantes, en la región Guayana el porcentaje es de 30%, seguida del nororiente con 23% de los alumnos encuestados.

Otro detalle que resalta en la dimensión Seguridad Alimentaria de la Enobu, 2023, es que 45% de los profesores universitarios y 39% de los estudiantes, se vieron obligados a vender o intercambiar bienes para adquirir alimentos durante 2023. El 79% de los ingresos económicos de las familias de los profesores se destinó a la compra de comida, lo que les aleja de la posibilidad de cubrir la canasta básica, que incluye vivienda, salud, vestuario y calzado; transporte, equipamiento de la vivienda, educación y otros gastos.

¿Qué deberían comer los universitarios?

Lor

Solo 34% de los profesores y 40% de los estudiantes comen vegetales y frutas todos los días. En lo que respecta a cereales y azúcares en la dieta diaria, los porcentajes son 83% de los docentes y 90% de los alumnos. Del total de educadores universitarios, solamente el 24% afirmó consumir carne y granos, mientras que, de los estudiantes, el resultado fue de 35%.

Janeth Barbosa, nutricionista clínica, afirma que una persona entre 20 y 45 años de edad que no tiene una patología que le limite, debería incluir en su dieta diaria un gramo de proteínas por cada kilogramo de peso. “En condiciones normales, si pesa 70 kilos, debe ingerir 7 gramos de proteína, pero si hace alguna actividad física importante y quiere aumentar su masa magra, debe agregar medio gramo u otro gramo completo a sus comidas”, destaca la especialista.

Para la experta en materia alimenticia, el 50% de la dieta diaria debe ser de carbohidratos complejos como cereales integrales, granos, caraoatas, lentejas, garbanzos, y en lo que a fibra respecta, entre 20 y 25 gramos. “Estamos hablando en general, pero lo importante es que un especialista evalúe el estado nutricional de cada persona y que se haga su plan individualizado”, asevera Barbosa.

“En términos generales, la ingesta diaria debe ser un 15% de proteína de alto valor, granos integrales, 50% de carbohidratos (inteligentes no de paquete) y el resto en grasa, aceites saludables. Si es de maíz o granola, en 5%. Se recomienda consumir productos secos como almendras, nueces, pistachos, todos remojados y el aceite de oliva para aderezar los vegetales. En cuanto a las frutas, la Organización Mundial de la Salud establece que deben ser cinco al día, mínimo tres, a media mañana o a media tarde. Muy importante: el agua, 30 centímetros cúbicos por kilogramo de peso, hay que mantenerse hidratado siempre”, señala la nutricionista Barbosa.