



**INSTITUTO LATINO-
AMERICANO DE ECONOMIA, SOCIOLOGIA
E POLITICA (ILAESP)**

**DESARROLLO RURAL Y
SEGURIDAD ALIMENTAR
(DRUSA)**

**HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES, ANTES Y
DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY-
ESCOBAR, PARAGUAY.**

LETICIA DIANA MOLINAS BOGADO

Foz do Iguaçu

2022

**HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES, ANTES Y
DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY-
ESCOBAR, PARAGUAY.**

LETICIA DIANA MOLINAS BOGADO

Trabajo de Conclusión de Curso presentado al Instituto Latino-Americano de Economía, Sociedad y Política, de la Universidad Federal de la Integración LatinoAmericana, como requisito parcial a la obtención del título de Bachiller en Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria.

Orientador: Prof. Dr; Régis da Cunha Belem

Foz do Iguaçu

2022

LETICIA DIANA MOLINAS BOGADO

HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES, ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY-ESCOBAR, PARAGUAY.

Trabajo de Conclusión de Curso presentado al Instituto Latino-Americano de Economía, Sociedad y Política, de la Universidad Federal de la Integración LatinoAmericana, como requisito parcial a la obtención del título de Bachiller en Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Dr; Régis da Cunha Belem
UNILA

Prof. Dr. Valdemar João Wesz Junior
UNILA

Prof^a. Dr^a.Erika Marafon Rodrigues Ciacchi

Foz de Iguazú, 13 de diciembre de 2022

TERMO DE SUBMISSÃO DE TRABALHOS ACADÊMICOS

Nome completo do autor(a): Leticia Diana Molinas Bogado

Curso: Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria.

	Tipo de Documento
(..x..) graduação	(.....) artigo
(.....) especialização	(..x..) trabalho de conclusão de curso
(.....) mestrado	(.....) monografia
(.....) doutorado	(.....) dissertação
	(.....) tese
	(.....) CD/DVD – obras audiovisuais
	(.....)

Título do trabalho acadêmico: HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES, ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY- ESCOBAR, PARAGUAY.

Nome do orientador(a): Prof. Dr; Régis da Cunha Belem

Data da Defesa: 13/ 12/ 2022

Licença não-exclusiva de Distribuição

O referido autor(a):

a) Declara que o documento entregue é seu trabalho original, e que o detém o direito de conceder os direitos contidos nesta licença. Declara também que a entrega do documento não infringe, tanto quanto lhe é possível saber, os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade.

b) Se o documento entregue contém material do qual não detém os direitos de autor, declara que obteve autorização do detentor dos direitos de autor para conceder à UNILA – Universidade Federal da Integração Latino-Americana os direitos requeridos por esta licença, e que esse material cujos direitos são de terceiros está claramente identificado e reconhecido no texto ou conteúdo do documento entregue.

Se o documento entregue é baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não a Universidade Federal da Integração Latino-Americana, declara que cumpriu quaisquer obrigações exigidas pelo respectivo contrato ou acordo.

Na qualidade de titular dos direitos do conteúdo supracitado, o autor autoriza a Biblioteca Latino-Americana – BIUNILA a disponibilizar a obra, gratuitamente e de acordo com a licença pública *Creative Commons Licença 3.0 Unported*.

Foz do Iguaçu, 13 de dezembro de 2022.

Assinatura do Responsável

Dedico este trabajo a mi familia, quienes han sido mi principal amparo en mis momentos de debilidad, con sus consejos, guía y paciencia me han apoyado incondicionalmente para llegar a la meta.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, a Dios por ser mi guía y fortaleza en todo momento y con su bendición llena siempre mi vida.

Agradezco a mis padres, Antonio y Norma. Siempre han sido el motor que impulsa mis sueños y esperanzas, a ustedes gracias por ser mis mejores guías de vida, gracias por la entrega, sacrificio y amor incondicional de siempre, estoy orgullosa de ser su hija, todo lo que soy es gracias a ustedes.

A mi esposo Diego, gracias por el apoyo incondicional a lo largo de esta etapa, brindándome paciencia y sabiduría para culminar con éxito mis objetivos.

También agradezco a mis hermanas, Gloria, Noelia Diana, Mónica, mi hermano Elías y sobrina Victoria. Por acompañarme en todo momento, estar siempre en los lugares y momentos correctos de mi vida.

A mis cuñados, Marcelino y Gabriel por la motivación y apoyo en este proceso de lucha desde el principio de la carrera.

A nuestro hogar “Larcinho Paraguayo”, Mónica, Diana y Yanina, a ustedes que estuvieron desde el comienzo, noches de estudio, rondas de tereré, por el acompañamiento incondicional y estar presente durante este camino.

A la UNILA por la oportunidad de poder estudiar mi carrera, que me formó y me vio crecer, por permitirme vivir esta experiencia de muchos aprendizajes en sus diferentes espacios. A los profesores del curso por compartir sus conocimientos y experiencias a lo largo del proceso.

A mis queridos compañeros de curso, por el cariño, amistad y apoyo durante el camino de estudio, han contribuido bastante en mi vida tanto personal como profesionalmente, me llevo muy gratos recuerdos.

A mi orientador, Prof. Dr; Régis da Cunha Belem, por la guía, no solamente en la elaboración de este trabajo, sino a lo largo de mi carrera universitaria por brindar su sabiduría para crecer profesionalmente. Así también y no menos importante agradezco a mi Banca Examinadora.

A todos ustedes, ¡MUCHAS GRACIAS!

“Abusamos de la tierra porque la tratamos como si fuese nuestra. Cuando la veamos como una oportunidad a la que pertenecemos, puede que la tratemos con amor y respeto”. **Aldo Leopold**

MOLINAS BOGADO, Leticia Diana. **Hábitos alimentarios de los agricultores familiares, antes y durante la pandemia covid-19 en la comunidad de Ybyraty-Escobar, Paraguay.** 2022. 52 pág. Trabajo de Conclusión de Curso (Graduación en Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria) – Universidad Federal de la Integración Latino-Americana, Foz de Iguazú, 2022.

RESUMEN

La llegada de la pandemia conocida por la enfermedad de coronavirus (COVID-19) fue un evento sorprendente para toda la población, generando diversos cambios a nivel mundial, alterando la vida diaria de las personas, su comportamiento, actividades y principalmente referente a los hábitos alimentarios, llevando a reflexionar sobre diversas dimensiones. Teniendo en cuenta la importancia de una buena práctica alimentaria saludable, el objetivo principal de este trabajo es conocer los hábitos alimentarios de los agricultores familiares antes y durante la pandemia en la comunidad de Ybyraty (Escobar – Paraguay), percibiendo si hubo cambios entre periodo y, en caso afirmativo, averiguando cuáles fueron esas modificaciones. Para el estudio, se realizó una revisión integrada de la literatura de carácter cualitativa, la toma de datos se empleó a partir de una entrevista por medio de un guion de preguntas semiestructuradas, la población de muestra fue seleccionada específicamente a ocho familias agricultores. Los resultados obtenidos muestran un conjunto de diferencias y cambios de hábitos alimentarios entre periodos antes y durante la pandemia en la comunidad. Estos cambios sugieren algunos patrones alimentarios para seis familias durante la pandemia, como el consumo de variedad de alimentos típicos de la localidad, cambios en el acceso y calidad de alimentos, adoptando diferentes prácticas para la alimentación. Sin embargo, el impacto para dos familias en la comunidad con la llegada de la pandemia no mostró cambios. Aun así, las modificaciones reflejadas en este estudio evidencian un mayor interés en volver a producir alimentos de calidad, revalorización del campo y mantener una dieta más saludable.

Palabras clave: Hábitos alimentarios. Pandemia (COVID-19). Agricultores familiares. Comunidad rural.

MOLINAS BOGADO, Leticia Diana. **Hábitos alimentarios de los agricultores familiares, antes y durante la pandemia covid-19 en la comunidad de Ybyraty-Escobar, Paraguay.** 2022. 52 pág. Trabajo de Conclusión de Curso (Graduación en Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria) – Universidad Federal de la Integración Latino-Americana, Foz de Iguazú, 2022.

RESUMO

A chegada da pandemia conhecida como doença do coronavírus (COVID 19) foi um acontecimento surpreendente para toda a população, gerando diversas mudanças em todo o mundo, alterando o cotidiano das pessoas, seu comportamento, atividades e principalmente no que diz respeito aos hábitos alimentares, levando à reflexão sobre várias dimensões. Levando em conta a importância de uma boa prática alimentar saudável, o objetivo principal deste trabalho é conhecer os hábitos alimentares dos agricultores familiares antes e durante a pandemia na comunidade de Ybyraty (Escobar - Paraguai), percebendo se houve mudanças entre os períodos e, em caso afirmativo, descobrir quais foram essas modificações. Para o estudo, foi realizada uma revisão integrada da literatura de natureza qualitativa, a coleta de dados foi utilizada a partir de uma entrevista por meio de um roteiro de perguntas semi-estruturadas, a amostra populacional foi especificamente selecionada oito famílias agricultoras. Os resultados obtidos mostram um conjunto de diferenças e mudanças nos hábitos alimentares entre os períodos antes e durante a pandemia na comunidade. Essas mudanças sugerem alguns padrões alimentares para seis famílias durante a pandemia, como o consumo de alimentos variados típicos da localidade, mudanças no acesso e na qualidade dos alimentos, adotando práticas alimentares diferenciadas. No entanto, o impacto para duas famílias da comunidade com a chegada da pandemia não mudou. Mesmo assim, as modificações refletidas neste estudo mostram um maior interesse em voltar a produzir alimentos de qualidade, revalorizar o campo e manter uma alimentação mais saudável.

Palabras-clave: Hábitos alimentares. Pandemia (COVID-19). Agricultores familiares. comunidade rural.

MOLINAS BOGADO, Leticia Diana. **Hábitos alimentarios de los agricultores familiares, antes y durante la pandemia covid-19 en la comunidad de Ybyraty-Escobar, Paraguay.** 2022. 52 pág. Trabajo de Conclusión de Curso (Graduación en Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria) – Universidad Federal de la Integración Latino-Americana, Foz de Iguazú, 2022.

ABSTRACT

The arrival of the pandemic known as the coronavirus disease (COVID 19) was a surprising event for the entire population, generating various changes worldwide, altering the daily life of people, their behavior, activities and mainly regarding eating habits. , leading to reflection on various dimensions. Taking into account the importance of a good healthy eating practice, the main objective of this work is to know the eating habits of family farmers before and during the pandemic in the community of Ybyraty (Escobar - Paraguay), perceiving if there were changes between period and , if so, finding out what those modifications were. For the study, an integrated review of the literature of a qualitative nature was carried out, the data collection was used from an interview through a script of semi-structured questions, the sample population was specifically selected eight farming families. The results obtained show a set of differences and changes in eating habits between periods before and during the pandemic in the community. These changes suggest some eating patterns for six families during the pandemic, such as the consumption of a variety of foods typical of the locality, changes in access and quality of food, adopting different eating practices. However, the impact for two families in the community with the arrival of the pandemic showed no change. Even so, the modifications reflected in this study show a greater interest in producing quality food again, revaluing the field and maintaining a healthier diet.

Key words: Eating habits. Pandemic (COVID-19). Family farmers. Rural community.

LISTA DE FIGURA

Figura 1 – Distrito-Escobar, ubicada en el departamento Paraguarí- Paraguay.....18

LISTA DE GRÁFICO

Gráfico 1 – Distribución de las personas por rangos de edad..... 19

LISTA DE TABLA

Tabla 1 – Uso del suelo 20

Tabla 2 – Hábitos alimentarios de los Agricultores Familiares antes y durante la pandemia Covid-19.....34

LISTA DE ABREVIATURAS Y SIGLAS

COVID-19	Coronavirus
MSPBS	Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social
GEPAL	Grupo de Estudio y Pesquisa en Agricultura Familiar en América
DGEEC	Dirección General de Estadísticas, Encuestas y Censos
ONG	Organizaciones no gubernamentales
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
UNILA	Universidade Federal da Integração Latino-Americana
ALC	América Latina y Caribe
OMS	Organización Mundial de la Salud
SAa	Sistemas Agroalimentarios

SUMARIO

1	INTRODUCCIÓN	13
2	CONTEXTO LOCAL.....	17
2.1	COMUNIDAD RURAL YBYRATY- ESCOBAR	17
2.2	CARACTERÍSTICAS DE LAS FAMILIAS Y LA UNIDAD DE PRODUCCIÓN... ..	18
3	HÁBITOS ALIMENTARIOS: PERCEPCIONES, CONCEPTOS E IMPACTOS DE LA PANDEMIA DE COVID-19.	21
4	HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY.....	24
5	EL PAPEL DE LAS MUJERES EN TIEMPOS DE COVID-19 EN LA COMUNIDAD.	35
5.1	RESCATE DE LAS PLANTAS MEDICINALES EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY- ESCOBAR	37
6	CONSIDERACIONES FINALES	39
	REFERENCIAS.....	42
	APENDICE A	47
	APENDICE B.....	48

1 INTRODUCCIÓN

La llegada de la pandemia conocida por la enfermedad de coronavirus (COVID-19) fue definitivamente un evento sorprendente para toda la población, generando diversos cambios a nivel mundial, alterando la vida diaria de las personas, su comportamiento y actividades, llevó a reflexionar sobre diversas dimensiones y principalmente los hábitos alimentarios. Dicha enfermedad según el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSPBS), se da a conocer el primer caso en Paraguay el día 7 de marzo de 2020 (INSFRÁN, 2021).

El trabajo tiene como objetivo general conocer los hábitos alimentarios de los agricultores familiares antes y durante la pandemia en la comunidad de Ybyraty (Escobar – Paraguay), percibiendo si hubo cambios entre periodo y, en caso afirmativo, averiguando cuáles fueron esas modificaciones. Como objetivos específicos: I) conocer los hábitos alimentarios de los agricultores familiares antes de la pandemia en la comunidad; II) analizar los hábitos alimentarios de los agricultores familiares durante la pandemia en la comunidad; III) mostrar las diferencias de los hábitos alimentarios antes y durante la pandemia en la comunidad; IV) Identificar el rol de las mujeres frente a la pandemia en la comunidad.

En ese sentido, “los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales” (FUNDACIÓN ESPAÑOLA DE LA NUTRICIÓN, 2014), las mismas pueden verse limitadas por factores genéticos, biológicos, entre otros. Cabe resaltar que este desarrollo de conquista de estilos de vida se origina en el entorno familiar, donde la alimentación ejerce lo más importante como la unión social dentro de una comunidad y/o sociedad.

Conforme se destaca en una investigación: “Los agricultores reiteran que su principal contribución a la sociedad está relacionada con la producción de alimentos, así es como reconocen su lugar en el mundo: el lugar de quienes producen los alimentos” (MENASCHE, 2008).

La agricultura familiar es un sector clave para garantizar la seguridad alimentaria de las personas, y en este sentido, los agricultores familiares son los principales productores de alimentos diversificados, de calidad y que replica directamente con los hábitos. Sin embargo en el ámbito de las constantes

transformaciones productivas, económicas, sociales y culturales que se vienen desarrollando en las comunidades de las familias campesinas, en este caso en los cambios en cuanto al acceso y calidad de los alimentos frente a la pandemia Covid-19, conduciendo a las personas a adquirir nuevos hábitos alimentarios, influenciadas por varias circunstancias: falta de acceso a un pedazo de tierra para cultivar alimentos de calidad, al agua, por recursos económicos u otras herramientas necesarias para producir.

Para alcanzar los objetivos de esta investigación se realizó una revisión integrada de la literatura de carácter cualitativa, que permite contextualizar y aprender de las experiencias de otros y manifestar las temáticas a ser desarrolladas de acuerdo con los objetivos propuestos. Para recopilar los datos, el muestreo se llevó a cabo a partir de una entrevista con preguntas semi estructuradas, elaboradas a base de un estudio bibliográfico ya existente intitulado como “*Entrevista semiestructurada: análisis de objetivos y guiones*” (MANZINI, 2004).

La población de muestra fue seleccionada por una comunidad local (Ybyraty-Escobar), específicamente ocho familias agricultores, compuesto por cinco hombres y tres mujeres, realizada de forma aleatoria para la selección del entrevistado/a, calculada con base a la experiencia de una investigación previa en el marco de la pesquisa “*Fuentes de Renta de las familias latinoamericanas*”, desarrollada por el Grupo de Estudio y Pesquisa en Agricultura Familiar en América Latina (GEPAL), en el cual participan estudiantes de distintas nacionalidades de la Universidad Federal de Integración Latinoamericana (UNILA), realizado en la misma localidad en el año 2019, a partir de ello fueron utilizados los datos relacionados a la caracterización y perfil de las familias, teniendo en cuenta la relación directa con la producción agrícola, los cultivos y los alimentos. Posterior a eso, se aplicaron las entrevistas de manera presencial en cada domicilio y a un representante de cada familia directamente con el agricultor/a, en el mes de septiembre, los días 22, 23 y 24, realizando dos a tres entrevistas cada día.

Para aplicar la entrevista y obtener las respuestas de cada participante, las conversaciones fueron grabadas por medio del aparato celular para ser transcritas posteriormente en Software Microsoft Word, esto de primer momento fue informado a cada entrevistado para realizar de acuerdo con su libre consentimiento, aceptando ser partícipes y así también proteger de manera anónima la identidad como el uso de los datos. Después de realizar las entrevistas, se realizó la transcripción de las respuestas,

traducidas del idioma guaraní al español para presentar los resultados. Los representantes entrevistados de cada grupo familiar son identificados como Juan, Patricio, Ángel, Walter, Norma, Juana, Librada, José¹ presentadas de acuerdo con la estructura del guion de preguntas abiertas indicadas en el anexo y acentuando las respuestas claves del tema.

Teniendo en cuenta las actividades agrícolas, la comunidad de Ybyraty-Escobar se caracteriza por el trabajo arduo en la producción de alimentos tanto para el autoconsumo como para el mercado (ferias locales), solamente dependiendo de la cantidad disponible de los productos. Por tanto, frente a esta nueva realidad de la pandemia, los agricultores buscan la mejor manera de sobrellevar cualquier situación en el campo y poder alcanzar el poder adquisitivo, asimismo existen casos que trajo consigo de manera positiva este virus en las comunidades, como la implementación de estrategias de producción, el aumento de la cantidad de cultivos y valor económico, además del impacto social relevante.

De igual manera, frente a las medidas sanitarias adoptadas en el país, se evidenció una escasez de fuente de trabajo que redujo la compra de alimentos, donde los agricultores familiares no se detuvieron, teniendo en cuenta la experiencia y el conocimiento del buen hábito alimentario, la importancia de la producción y consumo de los propios alimentos, sus beneficios para contrarrestar enfermedades y de otras índoles como la desnutrición. Es aquí que se abre una interrogativa a la investigación; ¿En qué dimensión los hábitos alimentarios de los agricultores familiares se vienen transformando, comemos como comíamos antes o qué prácticas diferentes se han incorporado frente a la pandemia covid- 19?.

Se puede señalar inclusive, que muchas veces no damos importancia a lo que comemos, de dónde viene la comida o cómo son producidos, es necesario un camino alimenticio donde exista una relación sólida sin distinción de clases en el entorno natural. Por ello, este trabajo pretende esbozar y conocer los hábitos alimentarios antes y durante la pandemia en la comunidad, las diferencias, las alternativas adoptadas e importancia de una buena alimentación.

Cabe resaltar también que, en Paraguay debido a malas prácticas de hábitos alimenticios se fueron implementando varios programas para una nutrición adecuada.

¹ Los nombres de las personas entrevistadas que aparecen en los resultados son ficticios para poder identificar a cada agricultor participante, protegiendo la identidad de las personas.

Considerando que la buena práctica de manera a cuidar la salud de las personas es un estado propicio y esencial para el crecimiento de la población, una de esas implementaciones es por medio del programa apoyado para el uso de las Guías Alimentarias del Paraguay, disponibles en las plataformas digitales del Gobierno Nacional, ese material está adaptada acorde a las peculiaridades productivas de las comunidades como también los hábitos alimentarios de la población. Las Guías Alimentarias del Paraguay son un instrumento educativo que facilita a la población la selección de una dieta saludable (ARAUJO; ACOSTA, 2013), las mismas abarcan doce recomendaciones, direccionadas a promocionar los hábitos alimentarios de forma más saludable, promover un cambio en el estilo de vida y con el objeto de evitar enfermedades graves.

Es por todo lo expuesto hasta aquí, que despertó la necesidad de realizar este proyecto, siendo una temática muy actual y de impacto en la población, además un desafío por ser oriunda de la comunidad tengo el compromiso y motivación, poder estudiar a mi propia comunidad y a la vez aportar desde mi formación, pudiendo observar que los hábitos alimentarios de muchas familias se han venido deteriorando, la sociedad en general se encuentra con una inquietud por la seguridad alimentaria frente al modelo de producción actual (modificación de los productos alimenticios).

La investigación es un aporte importante para revalorizar aún más el campo, en especial las prácticas de la agricultura en todas sus ramas y contribuciones para la alimentación, la crisis en la pandemia abre la oportunidad de pensar y debatir sobre la relevancia social, sin duda es el elemento fuerte para el proceso, donde se establecen lazos de ayuda mutua entre los agricultores, esenciales para lograr de forma recíproca un camino alimenticio adecuado entre las familias y por supuesto reforzando algunas tradiciones en la comunidad.

El trabajo está estructurado en cuatro partes, además de la Introducción, Consideraciones finales y el Apéndice. En el primer capítulo se aborda el contexto local de estudio y caracterización de las familias; en el segundo se abordan las percepciones y definiciones principales sobre los hábitos alimentarios, así como el impacto de la pandemia de COVID-19 con base en informaciones de algunos autores; en el tercer capítulo se presentan los factores referente al acceso a la alimentación, producción local y abastecimiento alimentario de los agricultores familiares, considerando la cultura y su relevancia social. Por último, en el cuarto capítulo se muestra el papel de las mujeres en tiempos de covid-19 en la comunidad.

2 CONTEXTO LOCAL

El presente capítulo presenta una descripción de las principales características y unidad de producción del local de estudio abordada en la investigación.

2.1 COMUNIDAD RURAL YBYRATY- ESCOBAR

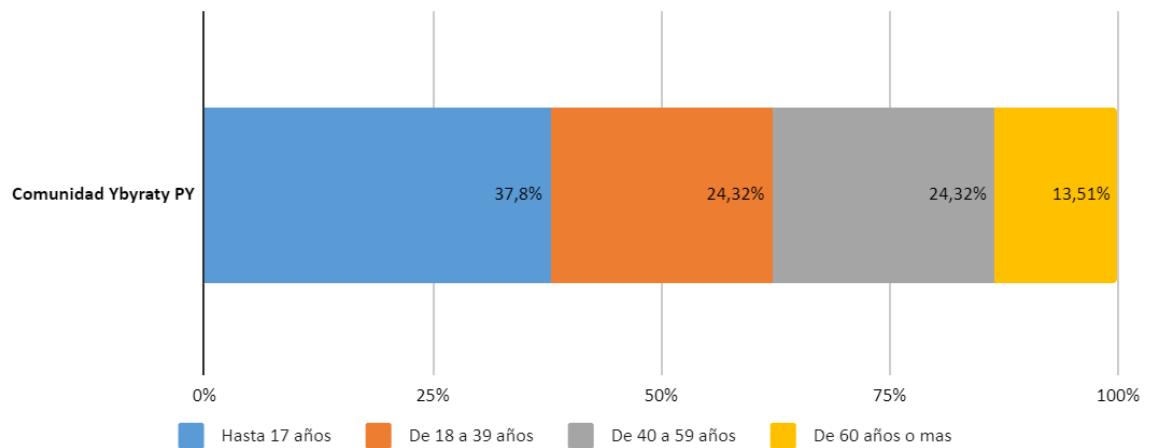
Escobar es un distrito correspondiente al departamento de Paraguari-Paraguay, ubicado aproximadamente a 12 kilómetros de la capital departamental, a 78 kilómetros de la capital del país, Asunción (Figura 1). Escobar tiene una subdivisión en pequeñas comunidades rurales, una de ellas, es la compañía Ybyraty, ubicada sobre la zona alta de Escobar, a unos 8 kilómetros del sector urbano. Se sitúa a una altura de 121 metros sobre el nivel del mar. La temperatura promedio es de 21°, sin embargo, en época de verano puede alcanzar una máxima de 39° y en invierno una mínima de 2°.

Según la Dirección General de Estadísticas, Encuestas y Censos (DGEEC), en su proyección poblacional, el distrito Escobar en el 2020 cuenta con una población de 8.725 habitantes de los cuales 4.608 son hombres y 4.117 mujeres. (DGEEC, 2016).

Entre las actividades económicas desarrolladas en Escobar, predominan la agricultura y ganadería. La comunidad de Ybyraty se dedica principalmente al cultivo de la mandioca, poroto, maíz y sus variedades, algodón, caña de azúcar, arveja. Además de la producción avícola, esto ocupa un lugar importante en la producción, como la cría de gallinas y pavos.

Por otro lado, el departamento de Paraguari, que representa un área más urbanizada, se dedica principalmente a los cultivos de arroz, maíz, papa, cebollas, jety (batata), bananas y variedad de frutas, como naranjas, tanto dulces como agrias, además del cultivo de tomates. Esto en mayor medida es directamente comercializada en el centro comercial local.

Gráfico 1 - Distribución de las personas por rangos de edad.



Fuente: Elaboración propia a partir de información recopilada a través del Grupo de Estudios e Investigaciones sobre la Agricultura Familiar en América Latina (GEPAL).

Sin embargo, entre las personas entrevistadas, las ocho familias agricultores en total son compuestas en media por cuatro personas, el representante de cada familia entrevistada se encuentra en el rango de edad de 40 a 60 años, este número fue una muestra aleatoria para no obtener redundancia en las respuestas.

Para el cultivo, la tenencia de la tierra y superficie determina la capacidad de producir alimentos, tanto para el consumo e ingreso, así como la capacidad de poseer una huerta familiar.

Al analizar los datos obtenidos en el año 2019, por medio del Grupo de Estudio y Pesquisa en Agricultura Familiar en América Latina (GEPAL), las propiedades en la comunidad de Ybyraty, cuentan con un área promedio de 3,9 hectáreas, la extensión de las fincas varía de 1 a 16 hectáreas, sin embargo, solo una finca cuenta con un área de más de 10 hectáreas, todas estas fincas tienen derechos de uso de la tierra.

En cuanto al apoyo técnico, económico, la mayoría de las familias están asociadas principalmente a organizaciones no gubernamentales (ONG), como asociaciones de productores y comités. Según los entrevistados en el mismo año (2019), la producción agropecuaria se enfoca principalmente en la comercialización, y en segundo lugar el autoconsumo. En las tareas productivas, utilizan ante todo la mano de obra familiar y en ocasiones la fuerza de trabajo externa. En cuanto al uso de la tierra, 39 hectáreas ocupando el área total de las familias, que representan el

34,6% de los cultivos anuales (poroto, maíz, etc.), el 23,1% por pastos naturales, el 16,7% por cultivos fijos, el 12,8% en florestas plantadas, 10,3% en bosques naturales y áreas de preservación, por último, un 2,6% en tierras no aptas para la agricultura (Tabla 1).

Tabla 1 - Uso del suelo.

Comunidad rural	Cultivos temporales	Cultivos permanentes	Pastos naturales o cultivados	Bosques nativos o áreas de preservación	Floresta plantada	Tierras inap. e degradadas	Otro	Área total
Comunidad Ybyraty	34,6%	16,7%	23,1%	10,3%	12,8%	2,6%	0%	100%

Fuente: Elaboración propia a partir de información recopilada a través del Grupo de Estudios e Investigaciones sobre la Agricultura Familiar en América Latina (GEPAL).

Conforme a los datos obtenidos por medio de la investigación de campo en el año (2019), se puede notar considerando el caso de rentas agropecuarias para comercialización, las familias desarrollaban usos de suelo con predominio de cultivos temporales (cultivos de crecimiento menos de un año) y de pasturas, estas áreas son utilizadas para la alimentación del ganado propio de las familias. En este sentido, las ventas de los productos en Ybyraty fueron muy importantes, debido al cultivo en cadenas cortas, para ser comercializadas en los mercados locales, como en ferias y otras ciudades cercanas.

Esta forma de comercialización permitió que las familias vendan sus productos y al mismo tiempo suministren productos que no obtienen de sus propias chacras, sino que son producidos por sus vecinos, creando así tratos mutuos y desarrollo conjunto, teniendo en cuenta que las autoridades locales del Municipio no ofrece iniciativas o proyectos que apoyen la agricultura familiar. Así mismo, los agricultores familiares prefieren la producción para el autoconsumo.

3 HÁBITOS ALIMENTARIOS: PERCEPCIONES, CONCEPTOS E IMPACTOS DE LA PANDEMIA DE COVID-19.

En este capítulo se abordan las percepciones y definiciones principales sobre los hábitos alimentarios, así como el impacto de la pandemia de COVID-19 con base en informaciones de algunos autores.

La categoría de “hábito alimentario” ha sido un concepto tradicional en Antropología de la alimentación, fue introducido y usado por precursores como Guthe, Mead, Passin, Bennett, Douglas, comprenden como formas de comportamiento alimentario bien establecido en el modo de vida de los miembros de una cultura (MUNÁRRIZ; DE LUIS, 2009).

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, [20--], p. 130), los hábitos alimentarios se conceptualizan como el “conjunto de costumbres que condicionan la forma de cómo los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen sus alimentos, influidas por la disponibilidad de éstos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos”. Por su parte, Contreras y Arnaiz (2005, p. 405), sujeta que para comprender los comportamientos alimentarios de una población resulta preciso considerar las interacciones complejas entre alimentación, sociedad y cultura, en este sentido los autores como Amon y Menasche (2004), sostiene que la comida es esencial para la existencia humana, pero su aspecto cultural es enfatizado por las actividades sociales.

Así también, Munárriz y De Luis (2009), aborda que “los hábitos alimentarios se pueden describir como patrones rutinarios de consumo alimentario, son tendencias a elegir y consumir unos determinados alimentos y a excluir otros”, es decir, refleja en nuestra conducta alimentaria, cada comunidad tiene su modo de alimentación. De esta manera, comprendiendo como menciona Amón y Menasche (2004) la conservación, consumo, preparación y exclusión de los alimentos son procesos contruidos socialmente, que también engloban prácticas y significados, se acentúa que la comida ejerce diferencias identitarias que pueden ser clases, grupos, géneros, etc.

Por tanto, cuando hablamos de hábitos alimentarios también hace mención de lo que se consume en un lugar, comunidad o región, incluidos los diferentes tipos de alimentos existentes en todas sus versiones, así como su forma de preparación.

Con relación al impacto actual de la alteración alimentaria, la agricultura, las zonas rurales y los sistemas alimentarios Latinoamericanos y Caribeños, ya han enfrentado cambios antes de la pandemia del COVID-19, con nuevas tendencias que afectan directamente a la alimentación y las dietas. El creciente aumento de la demanda que afecta a la dieta alimentar derivada del incremento poblacional y el aumento de la pobreza global, requiere de sistemas alimentarios que produzcan no solo más alimentos en agregado, sino también la producción incremental de algunos alimentos de alta demanda, derivados de cambios en la dieta global: como aceites, lácteos, frutas, verduras, etc (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Según datos (CEPAL; FAO; IICA, 2021), el impacto en la nutrición antes de la pandemia, aproximadamente 60,5 millones de personas en la región no pueden permitirse una dieta rica en nutrientes, es decir, una dieta que proporcione las calorías adecuadas más niveles mínimos de todos los nutrientes principales. Así también menciona que, en 2020, se estima que este número aumentará en 17 millones de personas, llegando a más de 77 millones de personas desnutridas. A medida que la economía se recupere, más personas podrán pagar la dieta nuevamente, en el año 2022 se esperaba un aumento proyectado de 800 000 a 2,8 millones de personas con desnutrición (CEPAL; FAO; IICA, (2021).

Con esto, también la CEPAL, FAO y IICA (2021) en el mismo apartado mencionan, la nutrición inadecuada fue una de las principales causas de las enfermedades no transmisibles que afectan la salud de millones de personas, agotando los recursos de los sistemas de salud. Desde el comienzo de la pandemia, las personas con condiciones preexistentes (enfermedades de base), algunas principalmente relacionadas con la dieta y la inseguridad alimentaria o la desnutrición crónica, se han visto muy afectadas.

Para América Latina y Caribe (ALC), las diferentes restricciones provocaron cambios significativos también en las preferencias de los consumidores, principalmente por consecuencias de ingreso económico (reducción en el empleo reflejada en la masa salarial) como resultado de efectos de sustitución (precios de alimentos relativamente variables para reflejar problemas logísticos y cambios en la demanda) (CEPAL; FAO; IICA, 2021). Esto, sumado al alto valor de los alimentos más nutritivos en comparación con los alimentos no saludables, siendo así la región más afectada a diferencia de otros, colocando en evidencia la flaqueza de los sistemas alimentarios (SA). Es importante mencionar, que muchas familias y agricultores al no

tener recursos económicos para la compra de alimentos en tiempos de pandemia, recurren al consumo de alimentos de bajo costo como los embutidos y alimentos fritos, los cuales no representan valor nutricional alguno (DE LA SERNA, 2020).

4 HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS AGRICULTORES FAMILIARES ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY.

En esta sección, se abordan factores referentes al acceso a la alimentación, producción local y abastecimiento alimentario de los agricultores familiares, considerando la cultura y su relevancia social. Teniendo como base las informaciones recopiladas, a partir de la revisión de estudios y las entrevistas aplicadas.

Se obtuvo algunos patrones alimenticios diferentes antes y durante la pandemia en la comunidad de Ybyraty- Escobar (Tabla 2), identificándose diferentes razones, tales como: la exclusión de varios alimentos típicos antes de la pandemia, sobre todo por la practicidad y facilidad de acceso a los alimentos, el alto valor económico de los productos y mismo para producir el propio alimento. Sin embargo, con la llegada de la pandemia este hábito se incluyó nuevamente en la vida cotidiana. Al respecto, para América Latina y Caribe:

El consumo, la retracción de los ingresos se traduce en cambios en los hábitos alimentarios (por ejemplo, la reducción en el número de comidas o de calorías y la compra de alimentos de menor calidad nutricional). Esto ha llevado a un aumento del hambre y de otras formas de inseguridad alimentaria y desnutrición (incluidos el sobrepeso y la obesidad). El acceso a los alimentos, en particular a los de mejor calidad nutricional, también se ha visto afectado en algunos países por el incremento de los precios. (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Las familias en la comunidad resaltan la importancia de la alimentación, incluyendo la necesidad de diferenciar lo que es comida y alimento, esto, hace parte del patrón alimentario, así como mencionan los entrevistados, Norma, José y Librada, estas terminologías representan significados muy diferentes, cuando se trata de la calidad del consumo de cada familia y principalmente la agricultura. La mayoría de las veces las personas comen solamente para llenar el estómago y no para nutrir el cuerpo, por ejemplo, compras unas papas fritas, a pesar de no ser una necesidad, hace parte de una comida. Tal como sustenta Menasche (2008), el alimento no es solamente comido, también es pensado, con ello el acto de comer envuelve un valor representativo. Por eso la distinción entre alimento (naturaleza) y comida (cultura), también como la constituye Da Matta en el mismo trecho y en su análisis del caso brasileño: "todo nutriente es alimento, pero no toda comida es comida".

Con la llegada de la pandemia (COVID-19), a nivel global se implementaron varias medidas con el fin de reducir la propagación del virus, así como la cuarentena y el distanciamiento social. En este sentido, se explican algunos cambios principales que trajo consigo la pandemia, donde sustentan que “el inicio de la pandemia generó temores de interrupciones en los sistemas de distribución que podrían afectar el abastecimiento de productos alimenticios; estas situaciones no se materializaron en la región, al menos no en una intensidad que pudiera generar una crisis alimentaria como se pensaba” (DA SILVA *et al.*, 2021).

Por esto, el impacto generado por la pandemia con relación a los hábitos alimenticios ponen en evidencia la problemática en esta investigación, pudiéndose destacar en la comunidad de estudio algunos patrones alimenticios obtenidas de acuerdo a los entrevistados, en la cual, Juan, Ángel, Walter, Norma, Juana y José sostienen que antes de la pandemia las familias ya presentaban cambios en los hábitos con respecto a la calidad y acceso de los alimentos, era más fácil comprar comidas rápidas de una tienda o supermercado, productos enlatados y ultra procesados, ya no se aprovechaba más la tierra para producir, inclusive una de las entrevistadas expresó:

Nadie cuidaba más su finca, contaminaban la tierra y el aire, eso influye fuertemente en la alimentación, no es igual comer una fruta que sea de una tierra fértil, va a seguir siendo fruta, va a producir, pero no va a tener la cantidad de vitaminas, minerales, etc, porque si la tierra es fértil también será la planta, aunque poseas una pequeña tierra no será lo mismo (JUANA, 2022, información verbal).

Las familias optaban por dietas menos nutritivas y menos frescas, que incluye la pérdida de muchos alimentos en sus hábitos culinarios, como por ejemplo se mencionó la pérdida de producción de la batata y el maní que tienen un valor nutritivo muy importante para la comunidad.

Así también, mencionan la necesidad de implementar diferentes prácticas alimenticias, como volver a cultivar, produciendo en pequeñas huertas para el autoconsumo (Fotografía 1), principalmente la producción de variedad de verduras (Fotografía 2) como el perejil, lechuga, repollo pepino, tomate cherry, cebolla, cebollita, locote, zanahoria, además de algunas frutas (Fotografía 3), como la naranja, naranja lima, banana, mandarina, durazno, maracuyá. Así también, la cría de animales

domésticos, como gallinas, cerdos, vacas, etc. Se recurrió nuevamente a los alimentos totalmente “nuestros” lo que se refiere a la culinaria cultural típica, se volvió a preparar los alimentos tradicionales, mejorando nuevamente el hábito alimentar de las familias. Conforme relatan los agricultores familiares:

El hábito alimentario, para nuestro plato diario antes de la pandemia se caracterizaba principalmente por comprar la mayor parte de los alimentos, incluso frutas y verduras, cuando llegó la pandemia empezamos a reactivar principalmente la huerta que teníamos en casa y a partir de eso garantizar nuestra soberanía y seguridad alimentaria (WALTER, 2022, información verbal).

Antes de la pandemia se optaba por consumir más comida rápida, todo lo que se podía comprar como parte del consumo diario, tales como: pollo, embutidos en general, salchichas, enlatados procesados como ensaladas envasadas o verduras precortadas. Pero durante la pandemia esto cambió, porque con el aislamiento, sin acceso a los supermercados no permite obtener tales productos, por lo que se recurrió a preparar una pequeña huerta, en un espacio disponible en el rincón del hogar para producir los alimentos como verduras variadas de crecimiento rápido, lechuga, pimientos, apio, zanahorias, tomates, criar animales para proveer huevos, leche, queso. Consiguientemente a preparar los alimentos totalmente nuestros, saludables, preparar los alimentos tradicionales, durante la pandemia la familia se alimentó mejor (NORMA, 2022, información verbal).

Fotografía 1. Huerta familiar



Fuente: La autora.

Fotografía 2. Cosecha de verdeos



Fuente: La autora.

Fotografía 3. Cosecha de Frutas



Fuente: La autora.

Con respecto, Da Silva *et al* (2021, p. 19) indica “la crisis sanitaria y las medidas adoptadas para contener la propagación del virus han afectado todos los elementos y actividades relacionadas con la producción, agregación, distribución, preparación y el consumo de alimentos”, impactando negativamente sobre los hábitos alimentarios de las comunidades y agricultores familiares. Más, para algunas familias abrieron nuevas posibilidades de recursos, acceso y aprovechamiento de los alimentos que ya disponían desde hace tiempo, para comercializar. Sin embargo, para ALC, a pesar de algunas interrupciones puntuales en cadenas de suministro integradas a sectores fuertemente afectados por la pandemia, como hoteles y restaurantes, los Sistemas Agroalimentares han sido capaces, por el momento, de responder bien a los desafíos sanitarios y logísticos de la crisis de la pandemia de COVID-19 (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Cabe destacar también que, durante la pandemia con las restricciones adoptadas en el país como el aislamiento, cierre de supermercados, recorte de empleos en la población, como consecuencia la escasez de alimentos a nivel global y nacional, fueron una de las grandes dificultades para las familias con trabajos informales, con esto, dejaron de obtener ingresos y dificultando garantizar una alimentación adecuada, colocando en riesgo la seguridad alimentaria de las familias. En este sentido, las economías campesinas priorizaron la producción de subsistencia como implementación de la huerta, otorgándoles el importante valor de la autonomía en el suministro de alimentos. Así también, considerando estudios para regiones de América Latina, sustentada de la siguiente manera:

El impacto de la pandemia en el desempleo y el subempleo ha sido elevado en el mundo y en ALC, resultando en pérdidas de ingresos importantes para ciertos grupos de trabajadores, entre los que se destacan los trabajadores informales y con baja calificación, sobre todo mujeres, y un aumento en la incidencia de la pobreza extrema como no se había visto en las últimas dos décadas en ALC (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Para las familias en la comunidad, resulta esencial convertirse en los agentes principales de la transformación de los sistemas agroalimentarios, garantizar los derechos de tenencia, el acceso equitativo a los recursos y los activos productivos (FAO, 2022), al término de alimentarse de forma nutritiva y adecuada.

No obstante, se resalta que, para dos familias como Patricio y Juana, no generó gran impacto en sus hogares, siguen un hábito alimentar diferenciado, antes y durante la pandemia estas familias continúan produciendo sus propios alimentos para el autoconsumo principalmente y en menor medida para el mercado (ferias). Por su parte, Sergio Schneider, en una entrevista para la FAO (2022) menciona que la agricultura familiar juega un papel central en la producción y el suministro de alimentos de los pueblos y con esta crisis, está claro que el enfoque principal de toda la agricultura y el sistema alimentario debe ser el suministro del mercado interno: cada país debe poder alimentar a su gente y tener seguridad alimentaria, sin eso no hay soberanía.

Con base a esto, también los agricultores familiares como Juan, Ángel, Norma y Librada testifican que antes de la pandemia preferían comprar los alimentos de los supermercados, por la facilidad de acceso y condiciones económicas para sostener el hogar, y en menor medida por la falta de un pedazo de tierra para producir sus propios alimentos. Por otro lado, más bien durante la pandemia se vio la necesidad de producir para el consumo, se valoró nuevamente la tierra y lo que ofrece para producir alimentos saludables, todo esto en base a las informaciones mostradas en diferentes fuentes de redes sociales con relación a las diferentes prácticas y hábitos alimentarios que se puede emplear, ya que la economía se veía afectada, por ello se optó por estrategias como de una pequeña huerta agroecológica, la rotación de cultivos, producción para el autoconsumo y menos dependencia de mercados externos para la alimentación. Conforme Graziano (DA SILVA *et al.* 2021, p. 4), refiriéndose que antes de la pandemia “ya habían alertado que la región de América Latina y Caribe (ALC) enfrentaba un importante problema de salud relacionado con la dieta y acompañado de enormes costos económicos y sociales”. Así, como sustentan los propios agricultores familiares:

Los alimentos que consumimos desde la pandemia principalmente vienen de nuestra huerta y de la chacra también, como los animales que tenemos en la finca familiar, era necesario volver a producir porque ya casi no teníamos para comprar los alimentos y sabemos lo que significa producir para el sustento y aprovechando nuestra tierra (NORMA, 2022, información verbal).

Nosotros cultivamos todo lo que la extensión de nuestra tierra nos proporciona, la cría de animales para la producción de leche, huevo, queso,

la plantación de legumbres y verduras en general, pocas cosas tuvimos que comprar de los almacenes (despensas) cercanos que aún tenían cosas para vender durante la pandemia, además de cuidar nuestra alimentación con alimentos orgánicos que nosotros mismos producimos (ANGEL, 2022, información verbal).

Se nota claramente la vivencia de las familias agricultores en el campo y sus hábitos, referente a la producción algunos que ya tenían o estaban preparados, afectó muy poco la pandemia en su hábito alimentario, inclusive algunos sacaron beneficios, había un momento de escasez de alimentos a nivel global y no solamente en Paraguay, escasez de producción de alimentos, ya sea granos , carne, huevo, leche y los agricultores no tenían como para sostenerse, las personas estaban en un sistema o un modelo económico que dependía de un jornal o un salario mínimo, para alcanzar ese poder adquisitivo, el que trabaja para el día a día y gran parte de eso es destinada a un supermercado, porque las personas tienen que comer, no va comprar combustible pero si compra aceite. Como se había mencionado anteriormente, para las personas que ya estaban preparadas la pandemia fue una oportunidad, se demostró primero la fortaleza para la familia e inclusive se abrió un sistema de mercado, porque la prioridad era el alimento, teniendo en cuenta también que Paraguay no es un país muy industrializado, depende directamente de la producción diaria.

Por otro lado, según la totalidad de las familiares entrevistados como Juan, Patricio, Ángel, Walter, Norma, Juana, Librada, José, sostuvieron que el hábito alimentar diario de las familias es preferentemente el consumo de la carne vacuna; carne de cerdo; carne de gallinas criollas; huevos; productos lácteos, leche y sus derivados; legumbres (Fotografía 4) y verduras, en su mayoría obtenidas de la finca. Conforme el testimonio de algunos agricultores familiares:

Los principales productos consumidos son carne vacuna que una parte es de la finca, carneamos y guardamos, sacamos de apoco, carne de cerdos criados también en la finca, así como las gallinas y otras aves de corral, como pavos, codornices, y legumbres como el poroto, manteca, arvejas y maíz, además los que son retiradas de la huerta, las verduras como repollo, lechuga, zanahoria, tomates, apio, pimientos (PATRICIO, 2022, información verbal).

Diariamente consumimos, huevo, leche, carne de gallina, de cerdo y ganado vacuno, así como sus menudencias, aparte de eso, choclo, legumbres, almidón y verduras en general (JUANA, 2022, información verbal).

Fotografía 4. Producción de legumbres



Fuente: La autora

También una cuestión muy importante y relevante es mencionar sobre la cultura, el nexo de los agricultores familiares con las comidas tradicionales en la comunidad, donde la totalidad de los entrevistados arrojaron que existen 8 alimentos típicos y que hacen parte de los hogares como; Bori bori², rora³, locro, poroto con pata⁴, maní con cocido, chipa manduví⁵, chipa so'o y la chipa tradicional (de almidón de mandioca), consumidos sobre todo por las propiedades nutritivas, genera el buen crecimiento,

² El nombre de este plato es guaraní, uno de los dos idiomas oficiales de Paraguay, y designa las bolitas de maíz que se encuentran en el caldo, según cuenta la tradición, tiene la cualidad de curar los resfriados (MARIA JOSÉ, 2020).

³ El rora es la harina de maíz pisada, molida y tostada. Se consume en recetas de rora kamy (con leche) o rora Kyra (NATALIA ALVAREZ, 2010).

⁴ Es una comida típica del Paraguay, hecha con una variedad de ingredientes, principalmente el poroto y la pata de vaca, además de las verduras para brindar el sabor y los nutrientes necesarios para un almuerzo rico y completo.

⁵ Chipa Manduví, es una receta típica de Paraguay que lleva variedad de ingredientes como la manteca o grasa, almidón de mandioca, maní tostado y molido, etc. Este alimento es tradicional en épocas de Semana Santa.

sustento y buena defensa, asimismo estos preparados configura los hábitos alimentares en la comunidad porque son consumidos en la vida cotidiana y la mayoría de los ingredientes son productos de la comunidad. Conforme los agricultores:

Lo más consumido es el bori bori, poroto, locro, arroz, pasta de vez en cuando y chipa manduví. Somos una familia que trata de mantener la tradición y también comer sano ya que nosotros producimos la mayor parte de nuestros alimentos (PATRICIO, 2022; NORMA, 2022; LIBRADA, 2022, información verbal).

Bori, sopa, poroto chipa, locro, reviro, rora (te da fuerza y un buen crecimiento) mbeju, manduví cocido (más inteligente y sano), culturalmente se dice que si nos alimentamos bien tenemos buena defensa NORMA, 2022; JOSE, 2022, información verbal).

La escasez de las semillas nativas también hizo referencia en la comunidad, desde mucho antes la comunidad no contaba con ellas para reproducir y obtener los alimentos, debido al progresivo avance de la agroindustria y las tecnologías en las últimas décadas, así como destaca en este apartado: “Ante el avance del agronegocio, la conservación de las semillas autóctonas es una forma fundamental de resistencia que realizan productores campesinos para garantizar la producción y el arraigo de sus familias” (BASEIS, [20--], p. 1), frente a esto y con la llegada de la pandemia se reflejó esa crisis y las personas, específicamente casi la totalidad los agricultores familiares de la comunidad sintieron la necesidad de volver a la culturalidad, retomar, reservar, producir los alimentos y preparar recetas ancestrales. En este sentido, las personas de la ciudad y oriundos del campo ya no tenían la forma de sobrevivir, tenían que volver a labrar la tierra y empezar de nuevo a buscar semillas para reproducir (Fotografía 5), porque el tema principal durante la pandemia fue los alimentos. Acerca de eso se sustenta:

Las semillas son el insumo esencial de nuestro sistema alimentario. Sin embargo, sabemos muy poco sobre cómo los sistemas de semillas locales se están ajustando a la pandemia de Covid-19. La cobertura de los medios de comunicación tiende a ignorar la producción de semillas y dirigir la atención a nuestro consumo de alimentos. Sin embargo, los productores de semillas tienen la capacidad de adaptarse ante esta crisis, teniendo en cuenta el conocimiento sobre la importancia de las implicaciones de las semillas para

la agrobiodiversidad, seguridad y soberanía alimentaria (GARCÍA; GREENWOOD, 2020).

Fotografía 5. Variedad de Semillas Nativas conservadas en la comunidad.



Fuente: La autora.

Asimismo, señalaron que la demanda de semillas nativas en esta situación es bastante positiva, ya que puede reflejar un amplio cambio en los intereses y la conciencia de los consumidores para cultivar su propio alimento. Resaltando que en este periodo algunas comunidades promovieron espacios comunitarios, para intercambio de semillas (GARCÍA; GREENWOOD, 2020).

Por tanto, el autor Víctor Imas (2020, p. 4) afirma que “la pandemia proyectó una revalorización particular del campo, al ser un área menos peligrosa para la expansión del COVID-19, por la menor densidad de la población”, también argumenta que el beneficio es mayor por las prácticas de la agricultura familiar para la seguridad alimentaria de las comunidades.

Con todo lo expuesto anteriormente cabe notar que, las recetas ancestrales, los platos tradicionales y cotidianos, los productos locales, las variedades autóctonas y todos los instrumentos que construye la cultura implica en la producción y consumo

de alimentos, y esos cambios citados durante la pandemia ha sido fundamentada en una mayor ingesta de verduras, frutas, legumbres y en menor medida el consumo de productos enlatados o comidas rápidas. De igual manera, en un estudio realizado en Chile con relación a los hábitos alimentarios, señalan una proporción importante de los hogares que ha cambiado sus patrones de consumo, aumentando la ingesta de alimentos saludables y frescos (leche, huevos, fruta, verduras, agua), de esa forma disminuye el consumo de alimentos no saludables, como los embutidos, y bebidas azucaradas (ARANEDA; PINHEIRO; PIZARRO, 2021).

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda consumir por lo menos 400 g diarios de frutas y verduras para obtener sus beneficios tanto para la salud y nutricionalmente (FAO, 2021); igualmente se observa las acciones asociadas con la conducta alimentaria, tal como se expone en estas líneas; es un “sistema alimentario” que también se “recoge”, formando una forma de vida y unas determinadas ideas sobre el mundo” (MENASCHE, 2013), esto se ve reflejada según los agricultores familiares en el acto de comer en casa y con la familia generando beneficios importantes para cada hogar.

Tabla 2 – Hábitos alimentarios de los Agricultores Familiares antes y durante la pandemia Covid-19.

Antes de la pandemia:	Durante la pandemia:
<ul style="list-style-type: none"> • El abandono de variedad de alimentos típicos de la localidad; • Énfasis en la practicidad y facilidad de acceso a los alimentos, destacándose el alto valor económico de los productos. 	<ul style="list-style-type: none"> • La mayoría de las familias adoptaron diferentes prácticas de producción. • Para dos familias la llegada de la pandemia no generó gran impacto. • Se resalta el rol de las mujeres y el rescate de las plantas medicinales frente a la pandemia COVID-19.

Fuente: La autora.

5 EL PAPEL DE LAS MUJERES EN TIEMPOS DE COVID-19 EN LA COMUNIDAD.

La compleja desigualdad social y la brecha de género existentes en el país afectan particularmente a las mujeres que residen en zonas rurales (BRITOS, A; RODRÍGUEZ, C, 2021), observando como resultado de las grandes transformaciones en las últimas décadas, ante la mudanza drástica en el uso del suelo y la emancipación de la población, así como el avance del agronegocio.

Alrededor del mundo, las mujeres campesinas producen alimentos, sustentan la reproducción de la vida, la fuerza de trabajo y son las principales cuidadoras de otras personas (DECIDAMOS, 2018). Sin embargo, hablar de mujeres en tiempos de pandemia, en Paraguay, es hablar de muchos rostros invisibles y solidarios, de corazones, manos y cuerpos enteros de mujeres que, desde la experiencia de maternidad no sólo biológica, sino ampliada conocen lo que se siente al tener hambre, estar sin trabajo y vivir en un tiempo totalmente incierto (MYRIAN BENEGAS, 2020) , además son caracterizadas por ser mujeres luchadoras y creativas, desempeñan tareas productivas en la agricultura familiar y construyen el presente.

Con la llegada de la pandemia se produjeron importantes cambios en los hábitos alimentarios de los agricultores familiares en la comunidad de Ybyraty. El rol de las mujeres ha sido fundamental para el desarrollo de la producción, acceso y abastecimiento de alimentos, tanto en las huertas familiares como en las comunitarias (DIANA GARCÍA, 2021), además de otros roles que protagonizan, como canales que satisfacen necesidades básicas, especialmente de salud y educación durante la pandemia.

Pudiendo destacarse así el papel de la mujer, en este sentido según la totalidad de los agricultores familiares entrevistados, en la comunidad se retornó nuevamente a la creatividad de las personas, llegó un tiempo en que eran totalmente dependiente, es decir; mejor voy a comprar la comida preparada y ya tengo listo, durante la pandemia esto dio otro giro, se volvió a lo tradicional, volver a las actividades que hacían nuestros ancestros, se volvió a preguntar a los abuelos, a los padres como era elaborado cada alimento para que dure más tiempo y sus respectivos beneficios nutricionales, ya se fueron perdiendo muchas culturas y alimentos desde mucho antes y con la creatividad de las mujeres se volvió a conservar, mantener y almacenar para garantizar la alimentación, así también de la necesidad

surgió la conciencia de incentivar a los jóvenes dentro del hogar, porque ya no estaban aportando con mano de obra, al menos se pudo ver que los jóvenes estaban volviendo a alimentar a las gallinas, puercos etc, que significa un incentivo para la familia.

La pandemia ha tenido un impacto positivo, con respecto a la comensalidad (reunión de la familia a la hora de preparar y comer la comida), son situaciones muy relevantes para los agricultores familiares. Según señala Myrian Benegas en la página *Vaticannews* 2020, “han sido muestra de la capacidad de las mujeres paraguayas de hacer frente a la pandemia de la indiferencia y la inercia, para hacer aquello que saben hacer: cocinar, preparar un rico plato, gestionar los recursos, hacer lista de víveres necesarios e ir repartiéndose según la necesidad de cada familia”, se vio reflejada en las acciones comunitarias de las familias, al preparar algunos platos denominado como “olla popular”, pudiendo llegar a muchas familias y garantizar la alimentación de la comunidad. Conforme destaca:

Por ejemplo mi vecina me llamó, ven vamos a comer poroto con pata de vaca que no cualquiera hace, su simbología representa algo muy nutritivo, forma de tradición muy rica, sabemos la calidad que tiene, muy bajo costo y en cantidad, en una olla completa puedes darle de comer a 20 personas que no es problema, no afecta en el impacto económico y aparte de la tradición y cultura que nosotros tenemos, es una característica paraguaya que se estaba perdiendo y de apoco estamos recuperando, antes ya nadie te invitaba a comer en sus casas para compartir, no importa la cantidad que tenga sino el modo de compartirlas. (PATRICIO, 2022, información verbal).

Las mujeres agricultoras han revivido la cultura de la comunidad, pudiendo conservar y reproducir semillas criollas para la mesa y así también la de muchas familias. Según Edit López (2022), en el distrito de Caazapá en Paraguay también se resaltó el rol de las mujeres y su participación en la economía en tiempos de pandemia, las ventas de productos agrícolas se han reducido severamente debido a la cuarentena y el distanciamiento, conforme la autora incluso los acopiadores han reducido sus operaciones y el acceso a los principales mercados, sin embargo la crisis ha traído recuerdos de las costumbres de la comunidad, que ya estaban casi olvidadas y las mismas que mantienen la economía de los establecimientos desde mucho antes, son situaciones muy positivas para las familias y poder contrarrestar la crisis, donde se pueden implementar nuevamente la autoproducción de los alimentos como; “una

buena huerta diversificada, aves de corral, un jardín de frutales diversos (banana, mburukuja, cítricos, etc., en orden de importancia), una lechera (vaca o cabra), una parcela de mandioca, son claves para reducir los costos de alimentación en un porcentaje muy alto” (EDITH LOPEZ, 2022).

5.1 RESCATE DE LAS PLANTAS MEDICINALES EN LA COMUNIDAD DE YBYRATY- ESCOBAR

En Paraguay, las plantas medicinales suelen utilizarse para tratar diversas enfermedades o como una forma preventiva. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el uso de las plantas medicinales constituye una terapia más natural, más inocua, efectiva, de un costo racional y asequible a las poblaciones, para ello es importante tener conocimientos previos en cuanto a la distinción taxonómica de cada variedad de plantas y posteriormente darle uso (SORIA; RAMOS, 2015). Por otro lado, otros autores consideran el conocimiento sobre propiedades medicinales y sus usos, constituye un cuerpo vivo de conocimientos creado, mantenido y transmitido de generación a generación dentro de una comunidad y con frecuencia forma parte de su identidad cultural o espiritual, que constituye un tipo de bien común (FOGEL, et al,2016).

En este sentido, una novedad muy importante también que se dio durante la pandemia fue en cuanto al rescate de las plantas medicinales, ya se estaba perdiendo de manera paulatina según afirman los agricultores familiares, como bien es sabido en un principio , para la enfermedad del Covid-19 no había una cura y frente a ésta las familias realizaron algo preventivo utilizando plantas medicinales de la comunidad (Fotografía 6), se empezó a revalorar el conocimiento que ya se tuvo desde hace tiempo, se acudió de nuevo junto a personas que preparan remedios naturales, con respecto a los conocimientos empíricos que se tenían como también de las plantas, se empezó a cultivar de nuevo y también fue labor de la mujer, los hombres se dedican más a la producción y el campo, pero el sustento económico siempre va ser el valor de la mujer como en la educación. De manera más generalizada, fue más grande la necesidad económica familiar, y lo que trajo consigo la educación y el uso de la tecnología, porque en el aparato celular llegaban las tareas todos los días, la única que asume todo esto es la mujer, la mamá se convirtió en una médica, un sustento

económico y profesora al mismo tiempo, se encargó de los desafíos más fuertes durante la pandemia, sumando la sobrecarga de trabajo.

Fotografía 6. Plantas medicinales



Fuente: La autora

Las personas del campo, en este caso en la comunidad de Ybyraty optaron por consumir alimentos de calidad, remedios caseros, es decir de la huerta a la mesa, incluso se resaltó la emoción de los agricultores, al momento de consumir algún plato típico, al tener conocimiento de donde viene la comida y cuando compartes con un grupo de personas es emocionante, te da fortaleza, sobre todo seguridad y soberanía alimentaria.

Es importante destacar que el conocimiento tradicional de las comunidades indígenas y locales está relacionado con el uso y aplicación de las plantas y esto juega un papel importante en la economía global. Se plantea el uso de las plantas y la producción agrícola como alternativa natural para el tratamiento de enfermedades, convirtiéndose en una vía importante para el desarrollo económico de las comunidades rurales y su contribución al desarrollo (GUADALUPE; ALBERTO, 2020).

6 CONSIDERACIONES FINALES

Teniendo en cuenta el objetivo general de la investigación, de conocer los hábitos alimentarios de los agricultores familiares antes y durante la pandemia en la comunidad de Ybyraty (Escobar – Paraguay), percibiendo si hubo cambios entre periodo y, en caso afirmativo, averiguando cuáles fueron esas modificaciones. Se obtuvieron como resultados un conjunto de procesos de cambios en los hábitos alimentarios entre periodos antes y durante la pandemia en la comunidad. Observándose así, algunos patrones alimentarios por medio de los agricultores, como la exclusión de variedad de alimentos típicos de la localidad, el acceso y calidad de alimentos antes de la pandemia, frente a esto durante la pandemia se adoptaron diferentes prácticas de producción, como la implementación de huertas, rotación de cultivos, autoconsumo y menos dependencia de mercados externos.

Por otro lado, para algunas familias la llegada de la pandemia no generó gran impacto, en vista de que siguen un hábito alimentar diferenciado, con suficiente producción para garantizar la alimentación familiar.

Con relación a los patrones alimentarios identificadas, las razones alegadas por los agricultores familiares para la exclusión de los diferentes platos típicos de la comunidad, se vieron reflejadas en factores como, en menor medida por la falta de un pedazo de tierra para producir , sino pérdidas en la producción de insumos necesarios para la elaboración de la comida tradicional, alimentos cada vez más suplidas por otras, además del alto costo de materia prima, se fueron perdiendo paulatinamente el control sobre el comportamiento de producción y consumo.

Se puede rescatar que la pandemia trajo consigo cuestiones positivas con relación a las prácticas alimentarias, las familias retornaron a las actividades de producir alimentos sanos, frescos para nutrir el cuerpo, dando importancia al valor nutritivo de cada producto, volviendo a conservar saberes y métodos de producción y así un interés en mantener viva la agricultura. Frente a esto, las guías alimentarias del Paraguay pueden servir como base para obtener saberes para la comunidad, donde pueden adoptar una dieta completa y equilibrada, que les permita lograr buena salud, crecimiento y nutrición a cada familia.

Se enfatizan otras características del proceso del sistema alimentario de los agricultores familiares, como la capacidad de recuperarse y lograr cambiar principalmente los hábitos alimentarios, reafirmando de esta manera la importancia de

una alimentación saludable, el consumo adecuado de los alimentos y por supuesto garantizando la seguridad y soberanía alimentaria de las familias.

Otro tema importante para destacar es la agricultura familiar, esto se enfoca en el acceso a la tierra, el trabajo soberano de los agricultores y cómo cada familia recibe y proporciona alimentos para sus miembros. En este sentido, los agricultores familiares resaltan el rol de las mujeres de la comunidad de Ybyraty durante la pandemia, siendo las principales protagonistas para las acciones relacionadas a la producción y suministro de alimentos para el hogar, como los diferentes canales que satisfacen las necesidades básicas, salud y educación.

Así también, resaltando la creatividad de las mujeres para volver a realizar actividades tradicionales, preparar algunas recetas, cómo almacenar y conservar semillas para reproducir, garantizando la seguridad como la soberanía alimentaria, la recuperación de las plantas medicinales, destacando sus usos y manteniendo la cultura.

Las modificaciones en el consumo de alimentos evidencian un mayor interés para el consumo de las frutas, verduras y legumbres, de esta manera un menor consumo de alimentos ricos en grasas, azúcar y poder llevar una dieta más saludable. También es necesario desarrollar programas de intervención para los agricultores familiares, y políticas públicas que puedan ayudar a la comunidad a mejorar y mantener sus hábitos alimentarios, que se estimule la producción local, así como una financiación que ayude con soluciones basadas justamente para la producción y el autoconsumo. Con relación a eso:

El Estado debería comprometerse a la realización de aquellas acciones que son indelegables, como invertir en sistemas de innovación agrícola, conectividad, bioseguridad e infraestructura, para impulsar el crecimiento sostenible de la productividad y mejorar la resiliencia, estos además de ser fundamentales, son canales clave para garantizar la seguridad alimentaria, medios de vida viables y el uso sostenible de los recursos (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Con relación a eso “La idea preponderante es crear condiciones sociales, económicas y legales que fomenten el desarrollo sostenible, incorporando mecanismos que aseguren la conservación, ordenación y aprovechamiento de los recursos naturales, al mismo tiempo que mejorar los medios de vida de las

poblaciones” (TEJO, 2004), es importante construir conexiones reales para el beneficio del sector rural.

Por otra parte, para hacer más seguros llevar una alimentación saludable se deben promover buenas prácticas en los sistemas agroalimentarios (SAa), con el fin de asegurar la calidad e inocuidad de los alimentos, así como de disminuir su desperdicio. Son acciones necesarias a largo plazo y poder contribuir a un desarrollo rural de nuestros pueblos, así como invertir y promover buenas prácticas de manejo sostenible, restauración y regeneración de los suelos. (CEPAL; FAO; IICA, 2021).

Es sumamente importante destacar la mayor difusión de la educación alimentaria, principalmente comenzando en las instituciones educativas y centros comunitarios de la localidad, para un mejor aprovechamiento de la tierra y como tales productos agrícolas, finalmente dando la continua conservación de las tradiciones culinarias rurales.

REFERENCIAS

AMON, Denise; MENASCHE, Renata. Comida como narrativa da memória social. **Sociedade e cultura**. v. 11, n. 1, p. 13-21, 2008.

ARANEDA, Jacqueline; PINHEIRO, Anna Christina; PIZARRO, Tito. Inseguridad alimentaria y hábitos alimentarios durante la pandemia de COVID-19 en hogares chilenos. **Revista médica de Chile**. vol. 149, no 7, p. 980-988, 2021.

ANGEL. **Entrevista IV**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

ARAUJO, R. Villalba; ACOSTA, A. Dávalos. Nivel de conocimientos y hábitos alimentarios pre y post capacitación en las Guías Alimentarias del Paraguay para niños mayores a 2 años, en familias de zona urbana y rural. **Rev. salud pública Parag**, p. 14- 22, 2013. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-964681>. Acceso el: 06 dic. 2022.

BASEIS. **Las semillas nativas son fuente de vida**: Avance del agronegocio amenaza con acabar con semillas autóctonas. [20--]. Disponible en: <https://www.baseis.org.py/las-semillas-nativas-son-fuente-de-vida/>. Acceso el: 20 nov 2022.

BRITOS, A; RODRÍGUEZ, C. Tierraviva a los Pueblos Indígenas del Chaco. Situación de las Mujeres Rurales en Paraguay. **Informes/país**, 2021. Disponible en: <http://www.mujertierrayterritorio.org/wp-content/uploads/2021/01/Informe-Paraguay-Actualizado.pdf>. Acceso el: 20 oct 2022.

CONTRERAS, Jesús; ARNAIZ, Mabel Gracia. **Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas**. Barcelona: Ariel, 2005.

CEPAL; FAO; IICA. **Perspectivas de la Agricultura y del Desarrollo Rural en las Américas: una mirada hacia América Latina y el Caribe 2021-2022**. San José, C.R.: IICA, 2021.

COSTAS, Duarte V, Alfonzo-Maciél F, Serafini Melgarejo M, Flores-Alatorre JF. Caracterización Alimentaria nutricional de adolescentes de la comunidad campesina del Barrio Ybyraty de Paraguarí. **Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud**.:22-31, 2020.

DA MATTA, R. Sobre o simbolismo da comida no Brasil. **O Correio da Unesco**. 15, 7: 22-23. Rio de Janeiro, 1987.

DA SILVA, J. Graziano *et al.* **Sistemas alimentarios en América Latina y el Caribe.Desafíos en un escenario pospandemia**. Panamá, FAO y CIDES, 2021.

DECIDAMOS. **Mujeres rurales y autonomía económica**. 2018. Disponible en: <https://www.decidamos.org.py/wp-content/uploads/2020/01/Mujeres-rurales-y-autonomi%CC%81a-econo%CC%81mica.pdf> . Acceso el: 20 oct 2022.

DE GARINE, Viatcheslav. **Antropología de la alimentación**. Guadalajara: Universidad de Guadalajara, 2016. Disponible en: http://www.publicaciones.cucsh.udg.mx/ppperiod/esthom/pdfs/antropologia_de_%20la_alimentacion.pdf . Acceso el: 06 dic. 2022.

DE GARINE, I. Alimentação, culturas e sociedades. **O Correio da Unesco**. v. 15, n. 7. Rio de Janeiro, 1987.

DE LA SERNA, Juan Moisés. **Aspectos psicológicos del Covid-19**. Litres, 2020.

DIRECCIÓN GENERAL DE ESTADÍSTICA, ENCUESTAS Y CENSOS. **Atlas Cartográfico del Paraguay, 2012**, Fernando de la Mora: DGEEC, 2016. Disponible en: <https://www.ine.gov.py/Publicaciones/Biblioteca/atlas-cartografico/Atlas%20Cartografico%20del%20Paraguay,%202012.pdf> . Acceso el: 06 dic. 2022.

FAO. **Hábitos Alimentarios**: Glosario de Términos. [20--]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>. Acceso el: 20 dic 2021.

FAO. **Frutas y Verduras**: Esenciales para una vida saludable. 2021. Disponible en: <https://www.fao.org/3/cb2395es/online/src/html/frutas-y-verduras.html>. Acceso en: 20 nov, 2022.

FAO. **COVID-19: Expertos reflexionan acerca del escenario de la agricultura familiar, el algodón y la seguridad alimentaria**. 2022. Disponible en: <https://www.fao.org/in-action/programa-brasil-fao/noticias/ver/es/c/1271456/> . Acceso el: 22 nov. 2022.

FUNDACIÓN ESPAÑOLA DE LA NUTRICIÓN. **Hábitos Alimentarios**. 2014. Disponible en: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/> . Acceso el: 21 dic. 2021.

FOGEL, Ramón, *et al.* **Propiedades medicinales de plantas**: conocimiento tradicional y patentes. Asunción: CERI, 2016.

GARCÍA, Diana. **Mujeres rurales en pandemia**: su rol contra la pobreza y el hambre. Asunción: CADEP, 2021.

GARCÍA, Valeria; GREENWOOD, David. **Semillas de Esperanza en Tiempos Inciertos**. 2020. Disponible en: <https://nacla.org/produccion-semillas-coronavirus>. Acceso el: 19 nov. 2022.

GUADALUPE, Sarauz; ALBERTO, Luis. Conhecimento ancestral de plantas

medicinais na comunidade de Sahuangal, freguesia de Pacto, Pichincha, Ecuador. **Vive Revista de Salud**, vol. 4, no 10, p. 72-85, 2021.

IMAS, Víctor. **Agricultura Familiar, ODS y Recuperación Económica post pandemia**. Asunción: CADEP, 2020. Disponible en: <http://www.cadep.org.py/uploads/2019/11/Agricultura-Familiar-OBS-y-la-recuperaci%C3%B3n-econ%C3%B3mica-post-pandemia.-Imas-2020.pdf> . Acceso el: 06 dic. 2022.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA. **Paraguay: proyección de la población por sexo y edad, según distrito, 2000-2025**: Revisión, 2015. 2015. Disponible en: <https://www.ine.gov.py/default.php?publicacion=2>. Acceso el: 20 dic 2021.

INSFRÁN, Julio Mazzoleni. Salud Pública en tiempos de COVID-19 en Paraguay. marzo 2020/2021. **Revista de salud pública del Paraguay**. 2021, vol. 11, n. 1, p. 7-10.

JOSÉ. **Entrevista VI**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

JUAN. **Entrevista VIII**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

JUANA. **Entrevista I**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

LA VÍA CAMPESINA. **Paraguay**: Las mujeres del campo suman sus luchas y sueños en el Día de la Mujer Trabajadora. 2018. Disponible en: <https://viacampesina.org/es/paraguay-las-mujeres-del-campo-suman-sus-luchas-y-suenos-en-el-dia-de-la-mujer-trabajadora/#:~:text=Son%20las%20principales%20responsables%20de,miles%20de%20paraguayos%20y%20paraguayas>. Acceso el: 15 nov 2022.

LIBRADA. **Entrevista VII**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

LIMA, Evely Rocha, *et al.* Implicações da pandemia de COVID-19 nos hábitos alimentares de brasileiros: revisão integrativa. **Research, Society and Development**. vol. 10, n. 4, p. 1-10, 2021.

LOPEZ, Edit. **La mujer campesina y su participación en la economía en tiempos de pandemia**. COVID-19, Economía, Economía en tiempos de Pandemia, mujeres, producción de alimentos, trueques. 2020. Disponible en: <https://www.cde.org.py/tiempodecoronavirus/2020/09/28/la-mujer-campesina-y-su-participacion-en-la-economia-en-tiempos-de-pandemia/> . Acceso en: 27 oct 2022.

MANZINI, E. Entrevista Semi-Estructurada: análise de objetivos e de roteiros. In:

Seminário Internacional sobre Pesquisa e Estudos Qualitativos, 2, 2004, Bauru. **A Pesquisa Qualitativa em debate**. Anais. Bauru: USB, 2004. Disponible en: https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Manzini_2004_entrevista_semi-estruturada.pdf. Acceso el: 05 set 2022.

MARIA JOSÉ. DAP. **Borí borí con pollo, receta tradicional paraguaya**.2020. Disponible en: <https://www.directoalpaladar.com/recetas-de-carnes-y-aves/bori-bori-con-pollo-receta-paraguaya>. Acceso el: 18 dic 2022.

MENASCHE, R; MARQUES, F; CHARÃO; Zanetti, C. Autoconsumo e segurança alimentar: a agricultura familiar a partir dos saberes e práticas da alimentação. **Revista de Nutrição**, Campinas, 21: 145-158, 2008.

MENASCHE, Renata. Cuando la comida se convierte en patrimonio: puntualizando la discusión. In: Jose Luis Mingote Calderón (Org.). **Patrimonio inmaterial, museos y sociedad**: Balances y perspectivas de futuro. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte de España, 2013. Disponible en: <http://www.ufrgs.br/pgdr/publicacoes/producaotextual/renata-menasche/menasche-renata-cuando-la-comida-se-convierte-en-patrimonio-puntualizando-la-discusion-in-jose-luis-mingote-calderon-org-patrimonio-inmaterial-museos-y-sociedad-balances-y-perspectivas-de-futuro-madrid-ministerio-de-educacion-cultura-y-deporte-de-espana>. Acceso el: 06 dic. 2022.

MUNÁRRIZ, Luis Álvarez; DE LUIS, Amaia Álvarez. **Estilos de vida y alimentación**. **Gazeta de Antropología**, vol. 25, no 1, Artículo 27, 2009.

NATALIA ALVAREZ. Tembi'ú Paraguay. **Rora**. 2010. Disponible en: <https://www.tembiuparaguay.com/recetas/rora/>. Acceso el: 18 dic 2022.

NORMA. **Entrevista III**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

PATRICIO. **Entrevista V**. [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

SORIA, Nélica; RAMOS, Pasionaria. **Uso de plantas medicinales en la atención primaria de salud en Paraguay: algunas consideraciones para su uso seguro y eficaz**. Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud, vol. 13, no 2, 2015.

TEJO, Pedro. **Políticas públicas y agricultura en América Latina durante la década del 2000**. CEPAL, 2004.

VATICANNEWS. Paraguay. **Rostros de mujeres en tiempos de pandemia**. 2020. Disponible en: <http://www.vaticannews.cn/es/mundo/news/2020-05/los-banados-paraguay-rostros-mujeres-tiempos-pandemia-covid19.html>. Acceso el: 18 nov 2022.

WALTER. **Entrevista II.** [entrevista dada a] Leticia Diana Molinas Bogado. Escobar: 2022. 1 archivo .mp3.

APENDICE A

GUIÓN DE ENTREVISTA

Para empezar a desarrollar las entrevistas se les mencionó primeramente sobre el objetivo principal de la investigación, para dar inicio a base del guion de preguntas semiestructuradas (entrevista abierta).

1. Perfil del entrevistado. Cuál es su edad - Agricultor; y la caracterización de la familia.
2. Con relación al Hábito Alimentar antes y durante la pandemia: ¿Cómo era antes el hábito alimentar? ¿Esto cambió con la llegada de la pandemia? ¿Se come igual que antes o qué prácticas diferentes se han incorporado frente a la pandemia?
3. Con relación al acceso de alimento: ¿Ustedes cultivan sus alimentos o de donde vienen los productos para su consumo?
4. ¿Puedes citar cuales son los principales productos consumidos diariamente?
5. Culturalmente: ¿Cuáles son los principales platos consumidos habitualmente? y cuál es el significado de ello? ¿por sus propiedades nutritivas o por qué?

APENDICE B

PRODUCTORES ENTREVISTADOS Y COSECHAS

Todas las imágenes fueron autorizadas por los participantes.

Fotografía 1: Feria local durante la pandemia COVID-19



Fotografía 2: Cosecha de manduví (maní)



Fotografía 3. Cultivo de frutilla



Fotografía 4. Cosecha de papa



Fotografía 5. Cosecha de Cebolla



Fotografía 6. Cultivo de repollo y Cebollita



Fotografía 7. Producción de poroto.



Fotografía 8. Comida típica: Chipa tradicional



Fotografía 9. Cultivo de Maiz.



Fotografía 10. Producción de lechuga

