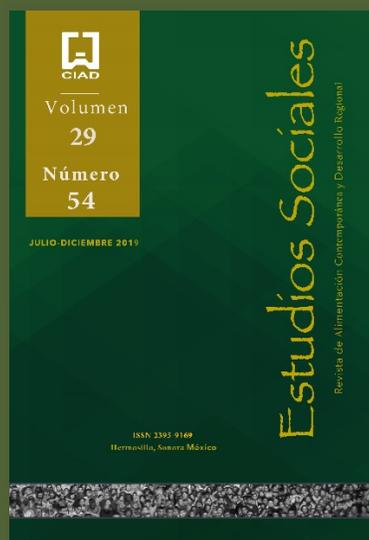


# Estudios Sociales

Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional  
Volumen 29, Número 54. Julio - Diciembre 2019  
Revista Electrónica. ISSN: 2395-9169



Duración y estructura  
de los eventos alimentarios:  
un análisis en Santiago de Chile

Duration and structure  
of eating events: an analysis  
in Santiago, Chile

DOI: <https://dx.doi.org/10.24836/es.v29i54.813>  
PII: e19813

Claudia Giacoman\*:  
<https://orcid.org/0000-0002-4527-625X>  
Pamela Ayala-Arancibia\*:  
<https://orcid.org/0000-0001-5400-4400>

Fecha de recepción: 25 de abril de 2019.  
Fecha de envío a evaluación: 09 de mayo de 2019.  
Fecha de aceptación: 22 de mayo de 2019.

\*Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile.  
Instituto de Sociología  
Av. Vicuña Mackenna 4860. Casilla 306.  
Correo 22, Macul, Santiago.  
Tel. 56 2 2354 4651  
Autora para correspondencia  
Claudia Giacoman  
Dirección: [cgiacoma@uc.cl](mailto:cgiacoma@uc.cl)

Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C.  
Hermosillo, Sonora, México.



## Resumen / Abstract

**Objetivo:** Analizar la relación entre la duración y la estructura de los eventos alimentarios. **Metodología:** Análisis estadístico bivariado y modelos de regresión jerárquica en dos niveles de la Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana (Chile, 2016). **Resultados:** Se identificó que las características individuales no tienen una asociación significativa sobre la duración de los eventos alimentarios, mientras que las características intrínsecas de su estructura sí tienen una influencia. **Limitaciones:** La duración de los eventos alimentarios es autoreportada. Además, la investigación es transversal y no permite ver los cambios en el tiempo y sus resultados solo se pueden extrapolar a los eventos alimentarios que ocurren en las estaciones de invierno y primavera. **Conclusión:** El respeto de las normas sociales que regulan la alimentación puede llevar a eventos alimentarios más largos porque su cumplimiento implica el respeto de convenciones sociales que conllevan más tiempo.

**Objective:** To analyze the relationship between the duration and structure of eating events. **Methodology:** Bivariate statistical analysis and hierarchical regression models in two levels using the Adult Commensality Survey of the Metropolitan Region (Chile, 2016). **Results:** It was identified that individual characteristics do not have a significant association over the duration of food events, while the intrinsic characteristics of their structure do have an influence. **Limitations:** The duration of food events is self-reported. In addition, the research is transversal and does not allow seeing the changes over time, and its results can only be extrapolated to the food events that occur in the winter and spring seasons. **Conclusion:** Respecting the social norms that regulate food can lead to longer food events because compliance implies respecting social conventions that take more time.

**Palabras clave:** alimentación contemporánea; comidas; tiempo; normas; gastro-anomía; Chile.

**Key words:** contemporary food; meals; time; norms; gastro-anomy; Chile.

## Introducción

**L**a duración de los eventos alimentarios es un indicador de la importancia de la alimentación en la vida cotidiana. Ello porque hace referencia al lugar que se le otorga al consumo de alimentos respecto a la realización de otras actividades: dedicar tiempo a comer implica un costo de oportunidad temporal para efectuar otras tareas (Giacoman, 2018). Algunas investigaciones muestran que el tiempo dedicado a la alimentación ha variado con los años. ¿Qué está detrás de este cambio? Una posible interpretación entregada a este fenómeno es el deterioro de las normas sociales que regulan la alimentación, conocido como gastro-anomia (Fischler, 1979). Subyacente a esta conjetura está la idea que en las sociedades contemporáneas primarían las decisiones individuales por sobre las regulaciones colectivas, de modo que los individuos actuarían independientes de las convenciones propias del grupo social al que pertenecen. Esta fragmentación de las prácticas alimentarias, sería fruto de un creciente proceso de individuación (Díaz-Méndez y García-Espejo, 2018).

Pese a que existen trabajos que han analizado el tiempo dedicado a la alimentación y las transformaciones que ha experimentado a largo plazo, no existen estudios que hayan analizado si efectivamente la cantidad de tiempo utilizado en comer y beber se encuentra influenciado por la modernidad alimentaria y el escenario gastro-anómico que preconiza. En este marco, este artículo tiene como objetivo analizar la relación entre la duración de los eventos alimentarios y su estructuración. Para ello se trabajará con los datos de la Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región

Metropolitana, aplicada en Santiago de Chile el año 2016 la cual cuenta con preguntas que permiten abordar el fenómeno en cuestión.

La hipótesis postulada en este artículo es que la duración de los eventos alimentarios está influida, principalmente, por sus características; son aquellos de tipo estructurados, es decir, los regidos por normas sociales, los que tendrían una mayor duración si se les compara con aquellos que no lo son. Es decir, la gastronomía implicaría eventos alimentarios más cortos, mientras que el cumplimiento de normas alargaría las comidas.

A continuación, se expone un marco teórico que aborda, en particular, la literatura en ciencias sociales sobre dos temas de relevancia para este trabajo: el tiempo dedicado a la alimentación y el concepto de estructura de los eventos alimentarios. Posteriormente, se detalla la metodología usada en el estudio para luego exponer los resultados, describiendo datos generales sobre la duración de los eventos alimentarios y detallando el análisis de modelos de regresión jerárquica utilizado para testear la hipótesis formulada. Se finalizará con una discusión de los hallazgos, conclusiones, y contribución al conocimiento sobre los eventos alimentarios.

## Marco teórico

### *El tiempo dedicado a comer y beber*

La dimensión temporal de las prácticas alimentarias ha sido un terreno fructífero de estudio para la sociología de la alimentación por dos motivos. Primero, porque en la regulación de los tiempos alimentarios puede verse la imposición de las constricciones sociales sobre las necesidades biológicas (Chiva, 1997). Segundo, porque la alimentación y sus tiempos influyen directamente en la definición de los ritmos de la vida social y la organización temporal de la sociedad (Aymard, Grignon y Sabban, 1993; Cheng, Olsen, Southerton y Warde, 2007; Southerton, Díaz-Méndez y Warde, 2012).

Uno de los aspectos relevante sobre la dimensión temporal de la alimentación, refiere a la cantidad de tiempo que los individuos dedican a comer. Específicamente, la duración de los eventos alimentarios es un indicador de la importancia de la

alimentación en la vida cotidiana. Ello porque hace referencia al lugar que se le otorga al consumo de alimentos respecto a la realización de otras actividades: dedicar tiempo a comer implica un costo de oportunidad temporal para efectuar otras tareas (Giacoman, 2018). Este tema también ha sido de interés en las ciencias de la salud, en la medida que la duración de los eventos alimentarios parece tener una relación con la cantidad de alimentos ingeridos. Por ejemplo, estudios han mostrado que la ingesta energética es menor en quienes comen más lento debido a que ayuda a maximizar la saciedad (Andrade, Greene y Melanson, 2008; Ferriday et al., 2015).

Los estudios en esta materia son escasos y la mayoría de ellos analizan el tiempo promedio diario dedicado por una persona al consumo de alimentos, con el fin de analizar las modificaciones o permanencias en las prácticas alimentarias a largo plazo. Los trabajos realizados en esta línea consideran que el tiempo destinado a la alimentación permite rastrear posibles cambios en las prácticas de alimentación de la población. Las encuestas de uso del tiempo aplicadas en diversos países han proporcionado material empírico longitudinal para poder observar estas posibles transformaciones en el consumo de alimentos (e.g. Díaz-Méndez y García-Espejo, 2014; Mestdag y Glorieux, 2009; Warde, Cheng, Olsen y Southerton, 2007). Los estudios realizados en distintos contextos muestran variaciones a lo largo de los años, pero la tendencia no es clara, pues en algunos países el tiempo consagrado a esta actividad ha disminuido mientras que en otros ha aumentado.

Entre los países en donde el tiempo de alimentación ha disminuido, encontramos al Reino Unido donde el promedio de minutos dedicados a comer y beber se redujo de 105 minutos en 1975 a 98 minutos el año 2000 (Cheng et al., 2007). Otros estudios más recientes han mostrado que, en ese país, quienes comen en casa redujeron el tiempo dedicado a dicha actividad de 81 a 92 minutos entre 2000 y 2015, mientras que quienes declaran comer afuera pasaron de 72 a 53 minutos entre los mismos años (Díaz-Méndez y García-Espejo, 2014). En el caso español los datos muestran que el tiempo comiendo en casa se mantuvo casi estable entre 2003 y 2010, éste ha sido de alrededor de 100 minutos por día, pero tal como sucedió con los británico, entre quienes declaran comer fuera el tiempo dedicado a dicha actividad se redujo de 101 minutos al día en 2003 a 80 minutos en 2010 (Díaz-Méndez y García-Espejo, 2014). En Bélgica la tendencia también es la disminución, si en 1966 se pasaban 1 hora 44 minutos comiendo un día de semana, en 1999 se pasaba comiendo 1 hora 20 minutos los día de semana (Mestdag y Glorieux, 2009).

Contrario a la tendencia británica, belga y española, en Francia entre los años 1986 y 2010 el tiempo promedio dedicado a alimentarse creció en 13 minutos, se llegó a dedicar 2 horas 2 minutos por día (De Saint Pol y Ricoch, 2012). A pesar de las diferencias en los cambios observados según los contextos nacionales, existen elementos que permiten pensar que éstas variaciones pueden deberse a modificaciones en las condiciones de vida de las ciudades modernas que habrían afectado, fuertemente, el uso del tiempo de alimentación (Aymard et al., 1993; Southerton, 2013), como podría visualizarse en que las personas coman más afuera (Warde y Martens, 2000), o en el hecho que la alimentación pase a ser una actividad secundaria en vez de una principal (Zick y Stevens, 2010).

Las transformaciones en los tiempos consagrados a comer y beber también podrían deberse a modificaciones en las normas sociales que constriñen las prácticas de alimentación. La teoría de la modernidad alimentaria señala que en las sociedades contemporáneas habría una disminución de las regulaciones sociales que pesan sobre la comida, de modo que la alimentación habría perdido su estructura (Contreras y Gracia, 2005; Fischler, 1979; Poulain, 2007): se comería cada vez más solo, *snack* al paso y sin horarios.

No obstante, ningún autor hace un vínculo explícito entre las variaciones en los tiempos dedicados a la alimentación y esta idea, así como y tampoco dicha interpretación se ha medido empíricamente.

### *La estructura de la alimentación*

La estructura de las comidas ha sido un tema clásico de la literatura en ciencias sociales sobre alimentación, pues tal como, tempranamente, remarcó George Simmel (1986), los humanos siguen reglas sobre cómo comer. Los eventos alimentarios, que tienen una estructura, son definidos en la literatura como comidas, las que se diferenciarían de ingestas como los *snacks* que estarían menos constreñidas por convenciones sociales (Douglas, 1979; Wansink, Payne y Shimizu, 2010; Warde y Yates, 2016).

Las convenciones, que dictan lo apropiado o lo inapropiado, respecto a las maneras de comer, son normas sociales porque imponen un deber ser aunque carezcan de carácter obligatorio (Higgs, 2015; Weber, 1996). Las normas que rigen la alimentación son denominadas por Claude Fischler (1995) como reglas culinarias. Éstas son definidas como aquellas regulaciones que circunscriben la preparación y consumo de alimentos (Contreras y Gracia, 2005): las reglas intrínsecas delimitan a la composición y preparación de los platos; las reglas extrínsecas delimitan los modos de consumo.

Algunos autores plantean que en las sociedades contemporáneas se está frente a un debilitamiento de las normas que rigen las prácticas de alimentación (Ascher, 2005; Fischler, 1979, 1995; Poulain, 2002, 2007). Fischler (1979) define esta situación como una gastro-anomia, pues se habría desdibujado el marco normativo que constriñe los comportamientos al comer, fruto del creciente individualismo, la sobreabundancia de alimentos y la cacofonía de discursos sobre la alimentación correcta que caracterizan a las sociedades modernas. El diagnóstico de la modernidad alimentaria y su crisis normativa cuenta con detractores, pues consideran que carece de asidero empírico, siendo más bien un fenómeno que caracteriza solo a algunos grupos sociales o contextos nacionales (Grignon, 2001; Murcott, 1997; Régnier, Lhuissier y Gojard, 2006).

Uno de los primeros estudios empíricos que intentó rebatir la tesis de la modernidad alimentaria fue el emprendido por Nicolás Herpin (1988), quien analizó la desestructuración de la alimentación moderna en el norte de Francia; buscaba demostrar que este fenómeno no estaba extendido. Para medir esto, empíricamente, operacionalizó la des-estructuración de los eventos alimentarios en cinco dimensiones: a) el grado de concentración, que hace referencia a la organización de las ingestas en comidas (desayuno, almuerzo, cena) en oposición a pequeñas ingestas menos institucionalizadas (*snack*); b) la implantación horaria que refiere a los horarios de alimentación; c) la sincronización social que es homologable a la comensalidad; d) la localización concierne a los lugares donde se consumen la ingestas; e) la ritualización que corresponde a las reglas que delimitan la alternancia de las comidas ordinarias y festivas. La investigación de este sociólogo identificó que las prácticas de alimentación en el caso estudiado denotaban una estructura (Herpin, 1988). Coincidente con lo planteado por Herpin (1988), Meiselman (2009) identifica, a su vez que las comidas son definidas por los siguientes criterios: delimitación horaria, su contenido energético y de nutrientes, interacción social,

combinación de alimentos, y criterios de orden entre los alimentos o platos que lo componen. Otros autores han seguido profundizando este análisis. En 1999, Jean Pierre Poulain (2002; 2000) identifica que, efectivamente, en Francia existe evidencia para cierta des-estructuración en lo referente a las prácticas, pero las normas que regulan la alimentación correcta siguen siendo bastante fuertes.

En España, los datos también apuntan a una persistencia de las comidas estructuradas, pues como María Isabel García Espejo señala que la alimentación cotidiana se organiza en tres comidas diarias realizadas con otros y en horarios fijos, generalmente, en el hogar (Díaz-Méndez y García-Espejo, 2013). Los datos españoles son bastante coincidentes con los encontrados en Santiago de Chile, donde, recientemente, un estudio ha constatado la realización de comidas estructuradas en lo que refiere a comensalidad, implantación horaria y localización (Giacoman y Devilat, 2019).

Existen, a su vez, varias investigaciones realizadas sobre aspectos específicos de estas normas como la comensalidad o la implantación horaria en distintos países. En dichos estudios también se evidencia que existe una tendencia a mantener la estructura de las comidas en la población, pese a que al mirar los datos desde una perspectiva de larga duración, se constata un leve debilitamiento de algunas normas (De Saint Pol y Ricroch, 2012; Lhuissier et al., 2013; Mestdag y Glorieux, 2009)

## Metodología

### *Instrumentos y muestra*

Para lograr el objetivo propuesto y testear la hipótesis formulada, se analizaron datos de la Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana realizada en Santiago de Chile el 2016,<sup>1</sup> donde se aplicó un cuestionario y un diario de autollenado a una muestra probabilística y representativa de 1.177 adultos de la capital chilena. Los diarios fueron entregados a todos los participantes, pero sólo fueron regresados por 637 casos. Se aplicó un ponderador al análisis para solucionar los posibles sesgos por atrición de la muestra. Cabe mencionar, a su vez, que la metodología de esta encuesta fue aprobada por un comité de ética y todos los participantes firmaron un consentimiento informado.

En este trabajo se analiza, principalmente, información obtenida de los diarios dado que permite caracterizar la duración de los eventos alimentarios y su estructura. Concretamente, en los diarios, los participantes registraban regularmente todos los eventos alimentarios realizados durante una semana, ingresando información de la hora de inicio y término de los eventos alimentarios, el lugar donde se efectuaron, el tipo, compañía y uso de dispositivos tecnológicos. La unidad de análisis en este artículo fueron los eventos alimentarios. Los encuestados reportaron una media de 3.8 eventos alimentarios al día, las que sumaron 14 849 eventos en total. Sin embargo, en este estudio, solo se analizaron aquellos realizados el primer día completado y quienes tuvieran información válida para la variable dependiente, lo que implica el análisis de 2 144 ingestas realizadas por 630 encuestados.

### *Variables*

A diferencia de otras investigaciones que trabajan con el tiempo total dedicado a la alimentación en un día, en este estudio la variable dependiente fue la duración de cada evento alimentario, la que fue calculada a partir del autoreporte realizado por los encuestados de la hora de inicio y final del evento alimentario. Esta decisión metodológica se debe a que en este trabajo se quiere ver la relación que tiene la duración de los eventos alimentarios con su estructura, de modo que esta variable es la más coherente con dicha finalidad. Por eventos alimentarios en este trabajo se entenderán como toda ocasión donde se ingiere algo (Mäkelä et al., 1999), incluyendo el consumo exclusivo de líquidos. Los líquidos fueron incluidos para lograr comparabilidad con datos internacionales (OECD, 2018), así como por el hecho que en la fase cualitativa aparecieron como elementos relevantes de alimentación especialmente colectiva, como lo son la cerveza con amigos o la pausa del café con compañeros del trabajo (Giacoman, 2016).

Para la construcción de la variable de duración se eliminaron los casos que no contaban con información suficiente para construirla, así como aquellos que mostraban inconsistencias o presentaban valores atípicos.<sup>2</sup> En términos generales, los eventos reportados por los encuestados tuvieron una duración media de 32 minutos con 26 segundos: fueron lo más común aquellos cuya duración fue de 30 minutos. Las variables independientes correspondieron a las características de los eventos alimentarios que denotan su estructura. Estos son el tipo de evento, los

círculos comensales,<sup>3</sup> el día de la semana, el lugar y el uso de tecnología simultáneo al consumo de alimentos. Dicha información fue recabada a partir de los diarios.

Parece necesario detenerse en la variable tipo de ingesta, dada la particularidad del caso de estudio. En el cuestionario se incluyeron todos los tipos de eventos alimentarios que aparecieron mencionados en la etapa cualitativa considerada en el diseño de este instrumento, de manera que se incluyeron los distintos nombres que en Chile se otorgan a diversas comidas ingeridas entre el atardecer y la noche (Giacoman y Devilat, 2019; Montecino, 2006): once u hora del té (que corresponde al consumo de una bebida caliente con pan, bocadillos o pasteles); comida de la noche o cena; once-comida (que corresponde a un evento alimentario cuyo contenido es más abundante que una once pero donde varios platos están simultáneos en la mesa siendo así menos estructurado que una cena).

Como variables de control se utilizaron variables sociodemográficas (sexo, edad, trabajo, estudios, clase social<sup>4</sup>, estado nutricional<sup>5</sup>), y variables relativa a los grupos familiares a los que pertenecen los individuos (estructura y presencia de hijos menores de edad). La información de estas variables se obtuvo a partir de los cuestionarios.

### *Análisis de datos*

Para analizar la influencia en la duración de los eventos alimentarios de las características de estos, así como de las variables sociodemográficas y familiares de los individuos, se utilizaron dos técnicas estadísticas. Primero, se ha realizado un análisis bivariado, lo que permitió analizar la distribución de la media según las distintas características sociodemográficas, familiares, y de los eventos alimentarios. Como técnica de inferencia estadística, se han calculado intervalos de confianza a un 95 por ciento.

En segundo lugar, como análisis multivariado, se han utilizado modelos de regresión jerárquica en dos niveles. Este tipo de modelos son pertinentes en la medida que los datos, naturalmente, poseen como una lógica de anidación jerárquica, esto es, eventos alimentarios anidados en individuos. En este sentido, existe más de una fuente de variación: la duración de los eventos alimentarios de los individuos puede variar en relación a ciertas características del contexto en el que acontecen (tipo, día, círculos comensales, lugar, uso de tecnologías), pero también



en relación a las características propias de los individuos que realizan dichos eventos (sociodemográficas y familiares).

Los modelos fueron construidos en dos niveles dado que, como se muestra en la Tabla 2, se ha identificado un efecto de pertenencia significativo de la duración de las ingestas a los individuos que realizan dichas ingestas, es decir, a partir del test de ANOVA es posible señalar que existe dispersión en la varianza a nivel de los individuos (Tabla 1).

Tabla 1.

*Test ANOVA para la pertenencia a los individuos (F)*

	F	Sig.
Ingestas anidadas en individuos	1.738	0.000

Fuente: Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana.

Los modelos se han estimado en cuatro bloques. El primero incluye solamente variables a nivel de los individuos (nivel 2), particularmente, características sociodemográficas; en el segundo modelo, también se incluyen variables a nivel de los individuos, pero se trata de características de sus núcleos familiares; en el tercer modelo, se incluyen variables relacionadas con características de las ingestas (nivel 1). En un cuarto modelo se introducen ambos grupos de variables.

De la estimación de los modelos, se obtiene la correlación intraclase para los distintos niveles (ingesta/individuo). Esta medición permite saber qué porcentaje de la varianza total corresponde al efecto grupo, en este caso, al hecho de que las ingestas están anidadas a nivel de individuo. Por su parte, los coeficientes de regresión de las covariables específicas de cada nivel de análisis corresponden al efecto fijo, y permiten saber si existe una correlación entre las variables y la duración de las ingestas.

## Resultados

### *Caracterización de la duración de las ingestas*

Los adultos de la Región Metropolitana dedican una media de 110 minutos diarios a ingerir alimentos, en otras palabras, están casi 2 horas diarias alimentándose. La duración total de las ingestas no parece variar por sexo, actividad que realizan los individuos (trabajar o estudiar), según el estado nutricional, ni características de los grupos familiares. Sin embargo, se observan diferencias por edad y clase social. Los jóvenes (18-30 años) y los adultos mayores (60 o más años) son quienes dedican menos tiempo diario para alimentarse, bordeando los 100 minutos al día. Por su parte, los individuos de la clase de servicios (clase alta) dedican alrededor de 20 minutos diarios más a la alimentación que los individuos de la clase trabajadora (clase baja).

Al observar la duración de los eventos alimentarios en sí mismos (Tabla 2), se advierte que éstos duran, en promedio, 32 minutos, con algunas variaciones según las características sociodemográficas. En especial, los más jóvenes (18-30 años) tienen ingestas más breves, bordeando los 28 minutos. Lo mismo sucede cuando se trata de quienes estudian (29.2 minutos). Por su parte, se destaca que no existen diferencias en la duración de los eventos alimentarios según clase social y tampoco existen diferencias importantes según las características de los núcleos familiares.

Tabla 2.

*Duración de los eventos alimentarios según características sociodemográficas (sexo, edad, trabajo, estudios, clase y estado nutricional) y grupos familiares*

Variables	Media	Intervalo al 95%		N
		LI	LS	
<b>Total</b>	<b>31.5</b>	<b>30.8</b>	<b>32.3</b>	<b>2.190</b>
<b>Duración según características sociodemográficas</b>				
Hombre	<b>31.3</b>	30.1	32.4	897
Mujer	<b>31.7</b>	30.7	32.8	1.411
Joven (18-30 años)	<b>28.0</b>	26.7	29.3	470
Adulto Joven (31-44 años)	<b>33.2</b>	31.6	34.8	439
Adulto (45-59 años)	<b>32.5</b>	31.1	34.0	636
Adulto Mayor (60 o más años)	<b>33.4</b>	31.6	35.2	763
No trabaja	<b>31.5</b>	30.5	32.6	1.157
Trabaja	<b>31.5</b>	30.5	32.6	1.151
No estudia	<b>32.0</b>	31.2	32.8	2.051
Estudia	<b>29.2</b>	27.4	31.1	257
Clase de servicios	<b>31.9</b>	30.0	33.9	255
Clase intermedia alta	<b>31.5</b>	30.0	33.0	513
Clase intermedia baja	<b>33.6</b>	31.9	35.3	756
Clase trabajadora	<b>30.2</b>	29.0	31.4	784
Bajo peso o Normal	<b>31.1</b>	29.9	32.3	855
Sobre peso	<b>31.8</b>	30.5	33.0	938
Obesidad	<b>32.1</b>	30.4	33.8	447
<b>Duración según características de los grupos familiares</b>				
Hogar sin niños menores de edad	<b>31.2</b>	30.3	32.1	1.721
Hogar con niños menores de edad	<b>32.6</b>	31.1	34.1	587
Hogar Unipersonal	<b>31.4</b>	29.2	33.7	213
Hogar Monoparental con hijos	<b>30.5</b>	28.4	32.6	315
Hogar Biparental con hijos	<b>33.2</b>	31.6	34.9	584
Hogar de pareja sin hijos	<b>32.8</b>	30.8	34.7	420
Hogar Extendido	<b>30.2</b>	29.0	31.3	776

Fuente: Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana.

Las diferencias más importantes en la duración de los eventos alimentarios se identifican a nivel de las características de estas (Tabla 3). Respecto a las comidas, se observa que el almuerzo es la más larga, alcanza 42.5 minutos en promedio, mientras que la más breve es el desayuno, que alcanza una media de 26.6 minutos. Los eventos alimentarios que no se constituyen como una comida en sí, es decir, los refrigerios, colaciones o *snack*, son los que tienen una menor duración, alcanzan una media de 16 minutos. Por su parte, los eventos alimentarios realizados los fines de semana son más extensos, siendo en promedio casi 6 minutos más largos que aquellos realizados durante un día de semana. Se destaca que el mismo tipo de evento puede ser más largo el fin de semana. Ejemplo destacado de ello es el almuerzo de sábado o domingo, el cual es al menos 10 minutos más largo que el que se realiza en la semana.

Tabla 3.

*Duración de los eventos alimentarios según tipo, día, círculos comensales, lugar, y uso tecnologías*

Variables	Media	Intervalo al 95%		N
		LI	LS	
Total	<b>31.5</b>	30.8	32.3	2.190
<b>Duración según tipo de ingesta</b>				
Desayuno	<b>26.6</b>	25.5	27.7	598
Almuerzo	<b>42.5</b>	41.1	43.9	585
Once o Té	<b>35.7</b>	33.9	37.4	381
Once comida	<b>37.8</b>	34.6	41.0	132
Cena o comida de la noche	<b>37.4</b>	33.8	41.0	121
Refrigerio, colación o snack	<b>15.8</b>	14.7	16.9	330
Sólo consumo de líquidos	<b>21.3</b>	17.9	24.8	93
Otro tipo	<b>21.6</b>	16.0	27.1	28
<b>Duración según día de la semana</b>				
Fin de semana	<b>36.3</b>	34.6	38.1	562
Día de la semana	<b>30.1</b>	29.3	31.0	1.746
<b>Duración según tipo de ingesta y día de la semana</b>				
Desayuno en día de semana	<b>25.9</b>	24.7	27.1	450
Desayuno en fin de semana	<b>29.0</b>	26.7	31.3	148
Almuerzo en día de semana	<b>40.3</b>	38.7	41.9	439
Almuerzo en fin de semana	<b>50.1</b>	46.9	53.2	146
Once o té en día de semana	<b>34.3</b>	32.3	36.2	280

Once o té en fin de semana	<b>40.1</b>	36.3	43.8	101
Once comida en día de semana	<b>36.9</b>	33.2	40.5	100
Once comida en fin de semana	<b>41.2</b>	34.2	48.1	32
Cena o comida de la noche en día de semana	<b>36.5</b>	32.5	40.6	88
Cena o comida de la noche en fin de semana	<b>40.5</b>	32.0	49.0	33
<b>Duración según círculos comensales</b>				
Solo	<b>24.6</b>	23.6	25.6	947
En compañía	<b>36.3</b>	35.3	37.3	1.361
Solo	<b>24.6</b>	23.6	25.6	947
Con amigos o compañeros	<b>32.6</b>	29.8	35.3	187
Con familia y amigos y compañeros	<b>48.8</b>	42.5	55.1	59
Con familia exclusivo	<b>36.3</b>	35.3	37.4	1.115
<b>Duración según lugar</b>				
Comedor de la casa	<b>35.2</b>	34.2	36.2	1.232
En la cocina	<b>28.1</b>	26.0	30.1	292
En el living/sillón	<b>27.5</b>	23.9	31.1	107
En la habitación	<b>22.8</b>	21.0	24.5	218
Otro lugar de la casa	<b>27.0</b>	22.2	31.9	63
Lugar de estudio/trabajo	<b>26.8</b>	24.7	28.8	282
En tránsito o transporte	<b>16.2</b>	11.5	21.0	19
Restorán o local de comida	<b>44.1</b>	37.6	50.7	36
Otro	<b>37.0</b>	26.1	47.8	13
<b>Duración según uso de tecnología</b>				
No usa	<b>31.9</b>	30.5	33.4	783
Usa	<b>31.3</b>	30.4	32.2	1.525
<b>Duración según tipo de tecnología</b>				
Televisión	<b>32.4</b>	31.3	33.4	1.083
Radio	<b>32.2</b>	29.8	34.7	247
Computador	<b>23.8</b>	21.1	26.4	102
Libros, revistas o diarios	<b>26.4</b>	21.2	31.6	36
Teléfono o Smartphone	<b>29.2</b>	27.2	31.1	246
Tablet o Ipad	<b>36.9</b>	29.2	44.7	10

Fuente: Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana.

Los eventos alimentarios que se llevan a efecto en compañía también son más largos que aquellos en solitario, son, en promedio, 12 minutos más extensos. En particular, aquellos realizados con familia y amigos y compañeros (48.8 minutos), o solo la familia (36.3 minutos), son los eventos alimentarios que tienen una mayor duración. Respecto al lugar en el que se realizan los eventos alimentarios hay una distinción entre los que son efectuados en el hogar y los que se hacen fuera de éste. De los primeros, los realizados en el comedor (lugar dispuesto para comer) son los de mayor duración. De los segundos, destacan los eventos realizados en restaurantes o locales de comida con alta duración (44.1 minutos) y los en tránsito con una muy baja duración (16.2 minutos), pero ambos tienen una baja frecuencia.

#### *La influencia de la estructura de los eventos en su duración*

Para analizar la influencia de la estructura de los eventos alimentarios en su duración, controlando por otros factores, se realizaron modelos de regresión jerárquicos.

En la Tabla 4 se exponen los coeficientes de los modelos de regresión jerárquica (efectos fijos) que predicen dicha duración. Un primer modelo expone del efecto de las variables del nivel 2, en particular, las características sociodemográficas de los individuos. En este nivel, la única característica que resulta relevante es la edad, en particular, los jóvenes tienen eventos alimentarios casi 6 minutos más extensas que los adultos mayores, al controlar por el resto de las características sociodemográficas. Las características individuales que dicen relación con los grupos familiares de los individuos no tienen una influencia significativa, es decir, ni la estructura familia, ni la presencia de niños en el hogar se relacionan con la duración de los eventos alimentarios (Tabla 4).

Tabla 4.  
*Modelo de Regresión Jerárquica prediciendo la duración de las ingestas (Efectos Fijos)*

	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3	Modelo 4
<b>Sociodemográficas</b>				
Mujer (Ref: Hombre)	-0.38			0.21
Joven (Ref: A. Mayor)	-5.67 ***			-5.57 ***
Adulto Joven (Ref: A. Mayor)	-1.31			-1.71
Adulto (Ref: A. Mayor)	-0.66			-1.04
Trabaja (Ref: No trabaja)	0.30			0.38
Estudia (Ref: No estudia)	-1.09			0.46
Clase de servicio (Ref: Clase trabajadora)	1.13			1.06
Clase intermedia alta (Ref: Clase trabajadora)	1.06			1.15
Clase intermedia baja (Ref: Clase trabajadora)	1.02			0.81
Bajo peso (Ref: Obesidad)	-0.88			-0.65
Sobrepeso (Ref: Obesidad)	-1.09			-0.80
<b>Grupos familiares</b>				
Hogar unipersonal (Ref: Hogar biparental con hijos)		-0.44		1.41
Hogar monoparental con hijos (Ref: Hogar biparental con hijos)		-2.34		-1.47
Hogar de pareja sin hijos hijos (Ref: Hogar biparental con hijos)		0.17		-0.70
Hogar extendido (Ref: Hogar biparental con hijos)		-2.22		-2.22 *
Hogar con menores de 18 años (Ref: Hogar sin menores de 18 años)		1.48		0.89
<b>Eventos alimentarios</b>				
Desayuno (Ref: Otro)			6.50 ***	6.10 ***
Almuerzo (Ref: Otro)			20.47 ***	20.47 ***
Té. Once o Cena (Ref: Otro)			14.73 ***	14.58 ***
Come en compañía (Ref: come solo)			6.91 ***	7.01 ***
Día de semana (Ref: fin de semana)			-5.30 ***	-5.16 ***
Come en un lugar no estructurado (Ref: come en lugar estructurado)			-3.21 ***	-3.26 ***
Usa tecnología (Ref: no usa tecnología)			0.52 ***	0.56
<b>Constante</b>				
N (ingestas)	34.53 ***	33.02 ***	21.9 ***	24.14 ***
N (personas)	2.078	2.138	2.091	2.035
Test de Wald	25.02 ***	6.49	687.54 ***	758.37 ***
Log pseudolikelihood	9052.73	-9327.34	-8715.21	-8450.50

\*\*\* p<0.001 \*\*p<0.05 \*p<0.1

Fuente: Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana.

En el Modelo 3, expuesto en la Tabla 4, se exponen las covariables de nivel 1 (características de los eventos alimentarios), las que resultan ejercer una importante influencia sobre la duración de estas. Como ya se observó en el análisis bivariado anterior, los tres tipos de eventos alimentarios principales (desayuno, almuerzo, y té-once-cena), tienen una duración más extensa que los eventos ocasionales (*snack*, colación, bebestibles, otros). El almuerzo marca una diferencia importante, siendo una comida que tiene una duración casi 20 minutos más extensa que otras (como colación, *snack* o bebidas). Si el evento alimentario es una comida de la tarde (té, once o cena), o un desayuno, también tendría una mayor duración que si es otro tipo de evento alimentario.

Los círculos comensales también ejercen una influencia relevante, ya que los eventos alimentarios realizados en compañía también tienen una mayor duración, siendo casi 7 minutos más extensos que los que se realizan de forma solitaria. El día de la semana en que se realiza el evento alimentario, también influye. Así, aquellos realizados un día de semana son 5 minutos más breves que los realizados durante el fin de semana.

Comer en un lugar no estructurado también se relaciona negativamente con la duración de los eventos alimentarios, siendo 3.2 minutos más breves que aquellos efectuados en lugares estructurados, es decir, en el comedor. Finalmente, el uso de tecnologías en general no parece ser relevante a la hora de comprender la duración de las ingestas.

En el Modelo 4, en el cual se incorporan tanto variables de nivel 1 (individuales) como de nivel 2 (ingestas), se observa que la influencia de las características de los eventos alimentarios es robusta ya que es significativa al controlar por las características individuales (variables sociodemográficas y familiares).

En la Tabla 5 se exponen los efectos aleatorios para estos cuatro modelos, más el modelo ANOVA (o sin variables explicativas). Estos datos permiten el cálculo de la Correlación Intraclase (ICC por su sigla en inglés), que nos indica la proporción de la varianza total que se explica por el efecto grupo. En el caso del modelo ANOVA para la duración de los eventos alimentarios, es posible señalar que un 21 % de la variabilidad total del modelo se explica por las características de los individuos (nivel 2). Con la introducción de variables explicativas de nivel 1 (características de los eventos alimentarios), la ICC aumenta notoriamente, lo que implica que una mayor proporción de la variabilidad de la duración de los eventos se ve explicada por las variables introducidas al modelo. El análisis de la ICC aporta bastante al análisis de

los efectos fijos antes expuesto, dando cuenta de que la duración de los eventos alimentarios se explica en mayor medida por variables asociadas al tipo de comida, los círculos comensales, el día de la semana o el lugar, más que por características de los individuos.

Tabla 5.  
*Modelo de Regresión Jerárquica prediciendo la duración de las ingestas (Efectos Aleatorios).*

Componentes de la varianza		Modelo 0 (Sin covariables)	Modelo 1 (Covariables individuales I)	Modelo 2 (Covariables individuales II)	Modelo 3 (Covariables de Ingestas)	Modelo 4 (Covariables individuales e ingestas)
Nivel 2 - Individuo	Intercepto	66.91	59.75	65.10	58.96	52.49
	Residual	249.43	252.26	249.60	156.28	157.27
Correlación Intraclase		0.21	0.19	0.21	0.27	0.25

Fuente: Encuesta de Comensalidad en Adultos de la Región Metropolitana

## Discusión

Los datos de esta encuesta revelan que en la capital chilena los adultos dedicarían un tiempo elevado para comer y beber, pues en esta actividad pasan 1 hora 50 minutos, lo que los sitúan notoriamente sobre la media de los países de la OECD que es 1 hora 31 minutos (OECD, 2018). En este marco, aunque Santiago está por debajo de Francia (De Saint Pol y Ricoch, 2012), el tiempo que los santiaguinos dedican a comer está por sobre el de Reino Unido y Bélgica (Mestdag y Glorieux, 2009; Warde et al., 2007).

El hecho que los adultos en Santiago dediquen un tiempo elevado a la alimentación, puede ser producto de la importancia que le atribuyen a las comidas como eventos sociales. Estudios cualitativos realizados en esta población revelan que en Santiago las comidas son altamente valoradas, especialmente porque se asocian con un momento de encuentro con la familia o los pares, que permite compartir,

conversar y relajarse, a la vez que son vistas como espacios de socialización en reglas alimentarias y sociales (Giacoman, 2016).

Los resultados obtenidos evidencian que comer respetando las normas sociales que rigen la alimentación tiene un impacto en el tiempo que se pasa comiendo. Un primer elemento que destacar es el hecho que las comidas tengan una duración significativamente más alta que los snacks. Esto puede interpretarse a partir de la distinción realizada por Mary Douglas entre ambos tipos de eventos alimentarios, pues las comidas se caracterizan por ser ingestas de alimentos realizadas siguiendo una estructura mientras que los snacks carecen de ésta (Douglas, 1979). La puesta en práctica de convenciones sociales asociadas a las comidas, conllevan una mayor utilización de tiempo, derivando con ello en una mayor duración.

En el caso de Chile, la comida que tiene una estructura más definida y ritualizada es el almuerzo (Montecino, 2006). Esto es el elemento que podría explicar porque ésta es la comida que tiene una mayor duración. Por el contrario, el desayuno que es la comida con menor duración, a su vez, es aquella con un menor peso normativo (Montecino, 2006), puede ser consumida en solitario y en lugares diversos.

En línea con lo planteado en el punto anterior, las comidas de los fines de semana también se consideran como estructuradas respecto a las realizadas los días de semana, pues como señala Nicolás Herpin se definen por una mayor ritualización (Herpin, 1988). Investigaciones cualitativas en Santiago también revelan que las comidas de los fines de semana tienen un mayor peso normativo y que se encuentran más ritualizadas, especialmente cuando son realizadas con la familia (Giacoman, 2016). Esta mayor ritualización es el elemento que parece influir en la mayor duración de las comidas de los fines de semana respecto a los días de la semana, pues como se observa en los datos de este estudio, en promedio un almuerzo del sábado o el domingo puede llegar a durar 50 minutos, lo que es bastante superior a la duración de los eventos alimentarios en promedio. La mayor duración de las comidas de los fines de semana respecto a los días de semana encontrada en Santiago, es a su vez coincidente con los resultados obtenidos en otros contextos nacionales, como por ejemplo el caso belga (Mestdag y Glorieux, 2009).

La presencia de otros al comer también mostró tener una relación con la duración de los eventos alimentarios. Aunque no hay estudios precedentes que establezcan un vínculo directo entre ambas variables, esta relación ha sido estudiada en investigaciones que han analizado el papel que juega la comensalidad como un facilitador de mayores ingestas alimentarias. Ello, porque se considera que comer

con otros implica comidas de mayor duración debido a la interacción social que se produce (Redd y de Castro, 1992; Sobal, 2000), es uno de los factores que puede incidir en que se consuman alimentos en mayor cantidad (Bell y Pliner, 2003; Herman, Roth y Polivy, 2003; Pliner, Bell, Hirsch y Kinchla, 2006). El hecho de que la presencia de otros prolongue las comidas, dice, por lo tanto, la relación con que es visto como un espacio para encontrarse con otros y conversar (Sobal, 2000), además de comer, lo que llevaría a que el tiempo dedicado a alimentarse sea realizado paralelamente con actividades de sociabilidad (Giacoman, 2018).

El lugar de consumo también presentó una relación estadísticamente significativa con la duración, pues aquellos lugares asociados a eventos estructurados como el comedor de la casa o restaurantes, tuvieron una mayor duración que las comidas realizadas en el lugar de trabajo o al paso. Esto puede interpretarse porque las comidas realizadas en dichos lugares se asocian con detenerse y tomarse con ello un tiempo para el consumo, distinto a cuando la alimentación se realiza simultáneamente con otras actividades o rápidamente para continuar su camino o trabajando.

Por su parte, la duración de los eventos alimentarios no tuvo relación con el uso simultáneo de tecnología, tales como ver televisión, escuchar radio o el uso de teléfonos celulares. Este dato es interesante, porque aunque otros estudios indican que comer viendo televisión influye en una alimentación poco saludable (Hetherington, Anderson, Norton y Newson, 2006; Swinburn y Shelly, 2009; Vik et al., 2013), los resultados obtenidos muestran que no existe incidencia, incluso cuando se analiza de forma desagregada, según el tipo de dispositivo en cuestión. Una interpretación posible, es que ello se debe a que la tecnología influye más bien en el tipo de evento alimentario más que en la duración de éstos, pues otros estudios indican que por ejemplo, ver televisión, aumenta las chances de consumir *snacks* (Gore, Foster, DiLillo, Kirk y Smith, 2003).

Cabe mencionar que el hecho de que en Santiago las variables sociodemográficas no hayan tenido un peso en la duración de los eventos alimentarios parece ser un rasgo característico del caso de estudio. Otras investigaciones realizadas también en este contexto sobre la sincronización horaria muestra una evidencia similar (Giacoman, Leal y Rivera, 2017), de modo que es posible que en lo referente a la dimensión temporal de la alimentación, estas variables tengan poca relevancia. Los resultados contrastan con los obtenidos en otros países, donde sí se encuentran diferencias en esta materia (De Saint Pol y Ricroch, 2012; Warde et al., 2007).

Finalmente, es preciso destacar algunas limitaciones metodológicas de este estudio. En primer lugar, la duración de los eventos alimentarios se conforma en función de la declaración de la hora de inicio y fin de cada evento, esto conlleva dos problemas: el redondeo de la hora en que se realizaron dichos eventos; y la posible sub o sobre declaración asociada de este tipo de eventos por quienes tienen bajo peso, sobrepeso u obesidad. En segundo lugar, existe una limitación asociada a la estacionalidad. Este estudio fue realizado entre los meses de junio y noviembre, esto es, en invierno y primavera. Y, en tercer lugar, algunos elementos de las rutinas diarias de los individuos no fueron captados en este estudio, como lo es las horas que pasan fuera de casa, o incluso aspectos de las rutinas de quienes viven en el mismo hogar. Sin lugar a dudas, esto podría estar asociado a ciertas dinámicas alimentarias dentro del hogar.

## Conclusión

Los resultados presentados en este artículo muestran que las características intrínsecas de los eventos alimentarios parecen ejercer una importante influencia sobre su duración, mientras que, por el contrario, las variables sociodemográficas y familiares muestran no tener incidencia. Tales resultados proporcionan cierta evidencia a favor de la hipótesis planteada en este trabajo, que postula que la estructura de los eventos alimentarios se vincula con una mayor duración de los eventos alimentarios. El hecho que en Santiago los adultos dediquen un tiempo relativamente alto a alimentarse y que la duración de sus eventos alimentarios esté influida por la estructura de éstos, permite conjeturar que la tesis de la modernidad alimentaria tiene poca cabida en este contexto, situación que es similar a lo encontrado en el caso de España y Francia (Díaz-Méndez y García-Espejel, 2018; Lhuissier et al., 2013). Por el contrario, lo que se observa es que en este contexto existen prácticas alimentarias regidas por convenciones sociales y que éstas conllevan una mayor dedicación temporal.

La relación entre normas y duración de los eventos alimentarios también da luces sobre las interpretaciones que se han realizado sobre las variaciones en el tiempo dedicado a comer y beber en distintas sociedades. Efectivamente, se ha observado que las comidas desestructuradas son más cortas que las estructuradas, de modo que es posible conjeturar que en aquellas sociedades donde el tiempo dedicado a la

alimentación se ha reducido posiblemente existan escenarios más gastro-anómicos que aquellos donde el tiempo de alimentación no ha variado. Lamentablemente, los datos disponibles en este estudio no permiten profundizar en esta idea, de modo que queda abierta la pregunta sobre la variación o mantención de la duración de los eventos alimentarios en el tiempo. Este artículo llena un vacío en la literatura al estudiar si la cantidad de tiempo utilizado en comer y beber se encuentra influenciado, efectivamente, por la modernidad alimentaria y la gastro-anomía. Esta relación que es en general, conjeturada en la literatura ahora es probada, empíricamente, entregando así una contribución sustantiva en el ámbito de la sociología de la alimentación. A su vez, este estudio realiza una contribución al analizar la duración de los eventos alimentarios en sí mismos y no desde la perspectiva del tiempo total. En conclusión, se puede señalar que en un contexto global caracterizado por el apremio y la falta de tiempo (Southerton, 2003), la alimentación de los santiaguinos parece seguir estando regida por normas sociales que demandan tiempo e imponen una mayor pausa.

Notas al pie:

<sup>1</sup> El trabajo en terreno fue realizado entre los meses junio y noviembre de 2016, esto es, en la temporada de invierno (junio-septiembre) y primavera (septiembre-noviembre), excluyendo el período de fiestas (segunda quincena de septiembre).

<sup>2</sup> Valores que estaban a 3 o más rangos intercuartílicos del percentil 75.

<sup>3</sup> Es decir, si estos eventos alimentarios se realizan en soledad o en compañía, y si es en compañía, se destaca la relación que se tiene con dicha compañía.

<sup>4</sup> Construida a partir de la clasificación propuesta por Erikson, Golthorpe y Portocarero (1979).

<sup>5</sup> El estado nutricional fue construido utilizando la clasificación del Índice de Masa Corporal según los umbrales propuestos por la Organización Mundial de la Salud para población adulta (World Health Organization, 2000).

## **Agradecimientos**

Este artículo fue financiado por el Fondo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONICYT FONDECYT de Iniciación N°11140407). Los autores del artículo tuvieron acceso completo a toda la información del estudio y la responsabilidad final del envío a publicación del artículo.



## Bibliografía

- Andrade, A. M., Greene, G. W. y Melanson, K. J. (2008). Eating slowly led to decreases in energy intake within meals in healthy women. *Journal of the American Dietetic Association*, 108(7), 1186-1191. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2008.04.026>
- Ascher, F. (2005). *Le mangeur hypermoderne: une figure de l'individu éclectique*. Paris: Odile Jacob.
- Aymard, M., Grignon, C. y Sabban, F. (1993). A la recherche du temps social. En: M. Aymard, C. Grignon, y F. Sabban (Eds.), *Le temps de manger. Alimentation, emploi du temps et rythmes sociaux*. (pp. 1-40). Paris: Éditions de la Maison des sciences de l'homme.
- Bell, R. y Pliner, P. L. (2003). Time to eat: The relationship between the number of people eating and meal duration in three lunch settings. *Appetite*, 41(2), 215-218. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0195-6663\(03\)00109-0](https://doi.org/10.1016/S0195-6663(03)00109-0)
- Cheng, S. L., Olsen, W., Southerton, D. y Warde, A. (2007). The changing practice of eating: Evidence from UK time diaries, 1975 y 2000. *The British Journal of Sociology*, 58(1), 39-61. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2007.00138.x>
- Chiva, M. (1997). Cultural aspects of meals and meal frequency. *British Journal of Nutrition*, 77(Supplement S1), S21-S28. DOI: <https://doi.org/10.1079/BJN19970101>
- Contreras, J. y Gracia, M. (2005). *Alimentación y cultura: Perspectivas antropológicas*. México: Editorial Ariel.
- De Saint Pol, T. y Ricroch, L. (2012). Le temps de l'alimentation en France. *Insee Première*, (1417), 1-4.
- Díaz-Méndez, C. y García-Espejo, I. (2013). La organización de la alimentación cotidiana. En: *Hábitos alimentarios de los españoles, Madrid, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente* (pp. 11-46). Madrid: Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
- Díaz-Méndez, C. y García-Espejo, I. (2018). Homogeneidad y fragmentación en los hábitos alimentarios de los españoles. Una respuesta a través del análisis de los horarios, las relaciones y las normas alimentarias. *Revista Internacional de Sociología*, 76(3), 102. DOI: <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.3.17.360>
- Díaz-Méndez, C. y García-Espejo, I. (2014). Eating practice models in Spain and the United Kingdom: A comparative time-use analysis. *International Journal of Comparative Sociology*, 54(1), 24-44. <https://doi.org/10.1177/0020715213519657>
- Douglas, M. (1979). Les structures du culinaire. *Communications*, 31(1), 145-170.

- Erikson, R., Goldthorpe, J. H., y Portocarero, L. (1979). Intergenerational Class Mobility in Three Western European Societies: England, France and Sweden. *The British Journal of Sociology*, 30(4), 415-441. DOI: <https://doi.org/10.2307/589632>
- Ferriday, D., Bosworth, M. L., Lai, S., Godinot, N., Martin, N., Martin, A. A., Brunstrom, J. M. (2015). Effects of eating rate on satiety: A role for episodic memory? *Physiology & Behavior*, 152(Pt B), 389-396. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2015.06.038>
- Fischler, C. (1979). Gastro-nomie et gastro-anomie. *Communications*, 31(1), 189-210.
- Fischler, C. (1995). *El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Anagrama.
- Giacoman, C. (2016). The dimensions and role of commensality: A theoretical model drawn from the significance of communal eating among adults in Santiago, Chile. *Appetite*, 107, 460-470. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.08.116>
- Giacoman, C. (2018). Eating time in Santiago, Chile: A trade-off between norms and biological and social requirements. *Time y Society*, 0961463X18783361. DOI: <https://doi.org/10.1177/0961463X18783361>
- Giacoman, C. y Devilat, D. (2019). La estructura y las características socio-demográficas de los eventos alimentarios en Santiago de Chile. *Revista Chilena de Nutrición*, 46(2).
- Giacoman, C., Leal, D. y Rivera, V. (2017). Daily rhythms of eating in Santiago, Chile. *British Food Journal*, 119(6).
- Gore, S. A., Foster, J. A., DiLillo, V. G., Kirk, K. y Smith, D. (2003). Television viewing and snacking. *Eating Behaviors*, 4(4), 399-405. DOI: [https://doi.org/10.1016/S1471-0153\(03\)00053-9](https://doi.org/10.1016/S1471-0153(03)00053-9)
- Grignon, C. (2001). Commensality and social morphology: An essay of typology. En: P. Scholliers (Ed.), *Food, drink and identity: Cooking, eating and drinking in Europe since the Middle Ages* (pp. 23-33). Oxford: Berg.
- Herman, C. P., Roth, D. A. y Polivy, J. (2003). Effects of the presence of others on food intake: A normative interpretation. *Psychological Bulletin*, 129(6), 873-886. DOI: <https://doi.org/10.1037/00332909.129.6.873>
- Herpin, N. (1988). Le repas comme institution: Compte rendu d'une enquête exploratoire. *Revue Française de Sociologie*, 29(3), 503-521. <https://doi.org/10.2307/3321627>
- Hetherington, M. M., Anderson, A. S., Norton, G. N. M. y Newson, L. (2006). Situational effects on meal intake: A comparison of eating alone and eating with others. *Physiology y Behavior*, 88(4), 498-505. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2006.04.025>
- Higgs, S. (2015). Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite*, 86, 38-44. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.10.021>

- Lhuissier, A., Tichit, C., Caillavet, F., Cardon, P., Masullo, A., Martin-Fernandez, J., Chauvin, P. (2013). Who still eats three meals a day? Findings from a quantitative survey in the Paris area. *Appetite*, 63, 59-69. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.12.012>
- Mäkelä, J., Kjaernes, U., Ekström, M. P., Fürst, E., Gronow, J. y Holm, L. (1999). Nordic meals: Methodological notes on a comparative survey. *Appetite*, 32(1), 73-79.
- Meiselman, H. L. (2009). Dimensions of the meal: A summary. En: Herbert L. Meiselman (Ed.), *Meals in science and practice: interdisciplinary research and business applications* (pp. 1-15). Retrieved from DOI: <http://www.cabdirect.org/abstracts/20093157497.html>
- Mestdag, I. y Glorieux, I. (2009). Change and stability in commensality patterns: a comparative analysis of Belgian time-use data from 1966, 1999 and 2004. *The Sociological Review*, 57(4), 703-726. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.2009.01868.x>
- Montecino, S. (2006). *Identidades, mestizajes y diferencias sociales en Osorno, Chile: lecturas desde la antropología de la alimentación*. Netherlands: Leiden University, Leiden.
- Murcott, A. (1997). Family meals—a thing of the past. En: P. Caplan (Ed.), *Food, health and identity* (pp. 32-49). London: Routledge.
- OECD (2018). Gender-OECD. *Balancing paid work, unpaid work and leisure*. Recuperado de: <http://www.oecd.org/gender/balancing-paid-work-unpaid-work-and-leisure.htm>
- Pliner, P., Bell, R., Hirsch, E. S. y Kinchla, M. (2006). Meal duration mediates the effect of “social facilitation” on eating in humans. *Appetite*, 46(2), 189-198. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2005.12.003>
- Poulain, J. P. (2000). *Manger aujourd'hui : attitudes, normes et pratiques*. París: Privat.
- Poulain, J. P. (2002). The contemporary diet in France: “de-structuration” or from commensalism to “vagabond feeding.” *Appetite*, 39(1), 43-55. DOI: <https://doi.org/10.1006/appe.2001.0461>
- Poulain, J. P. (2007). *Sociologies de l'alimentation*. París: PUF.
- Redd, M. y de Castro, J. M. (1992). Social facilitation of eating: Effects of social instruction on food intake. *Physiology y Behavior*, 52(4), 749-754. DOI: [https://doi.org/10.1016/0031-9384\(92\)90409-U](https://doi.org/10.1016/0031-9384(92)90409-U)
- Régner, F., Lhuissier, A. y Gojard, S. (2006). *Sociologie de l'alimentation*. París: La Découverte.
- Simmel, G. (1986). Sociología de la comida. En: G. Simmel, *El Individuo y La Libertad: Ensayos De Crítica De La Cultura* (pp. 263-270). Barcelona: Península.
- Sobal, J. (2000). Sociability and meals: Facilitation, commensality, and interaction. En: H. L. Meiselman (Ed.), *Dimensions of the meal : The science, culture, business and art of eating* (pp. 119-133). Aspen: Gaithersburg.

- Southerton, D. (2003). 'Squeezing Time' Allocating Practices, Coordinating Networks and Scheduling Society. *Time y Society*, 12(1), 5-25. DOI: <https://doi.org/10.1177/0961463X03012001001>
- Southerton, D. (2013). Habits, routines and temporalities of consumption: From individual behaviours to the reproduction of everyday practices. *Time y Society*, 22(3), 335-355. DOI: <https://doi.org/10.1177/0961463X12464228>
- Southerton, D., Díaz-Méndez, C. y Warde, A. (2012). Behavioural change and the temporal ordering of eating practices: A UK-Spain comparison. *International Journal of Sociology of Agriculture and Food*, 19(1), 19-36.
- Swinburn, B. y Shelly, A. (2009). Effects of TV time and other sedentary pursuits. *International Journal of Obesity*, 32(S7), S132-S136. DOI: <https://doi.org/10.1038/ijo.2008.249>
- Vik, F. N., Bjørnarå, H. B., Øverby, N. C., Lien, N., Androutsos, O., Maes, L., Bere, E. (2013). Associations between eating meals, watching TV while eating meals and weight status among children, ages 10-12 years in eight European countries: The ENERGY cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 58. DOI: <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-58>
- Wansink, B., Payne, C. R. y Shimizu, M. (2010). "Is this a meal or snack?" Situational cues that drive perceptions. *Appetite*, 54(1), 214-216. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.09.016>
- Warde, A., Cheng, S.-L., Olsen, W. y Southerton, D. (2007). Changes in the Practice of Eating. A Comparative Analysis of Time-Use. *Acta Sociologica*, 50(4), 363-385. DOI: <https://doi.org/10.1177/0001699307083978>
- Warde, A. y Martens, L. (2000). *Eating out: Social differentiation, consumption and pleasure*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Warde, A. y Yates, L. (2016). Understanding eating events: Snacks and meal patterns in Great Britain. *Food, Culture y Society*, 0(0), 1-22. DOI: <https://doi.org/10.1080/15528014.2016.1243763>
- Weber, M. (1996). *Economía y sociedad*. México, D. F: Fondo de Cultura Económica.
- World Health Organization. (2000). *Obesity: Preventing and managing the global epidemic*. Ginebra: World Health Organization.
- Zick, C. D. y Stevens, R. B. (2010). Time spent eating and its implications for Americans' energy balance. *Social Indicators Research*, 101(2), 267-273. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9646-z>