



ESTUDIO DEL CONSUMO DE LA GASTRONOMÍA VEGETARIANA EN LA CIUDAD DE GUAYAQUIL PROVINCIA DEL GUAYAS

⁽¹⁾**Alex Antonio Hanna Ruiz**

Magister en Administración de Empresas

Docente Pregrado

Universidad de Guayaquil - Licenciatura en Gastronomía

ahanna.ruiz@gmail.com

⁽²⁾**Segundo Francisco Sánchez González**

Egresado

Licenciatura en Gastronomía

Universidad de Guayaquil

franciscossanchezg@hotmail.com

⁽³⁾**Marina Arteaga Peñafiel**

Magister en Conservación y Procesamiento de Alimentos

Docente Pregrado

Universidad de Guayaquil – Licenciatura en Gastronomía

marina.arteagap@ug.edu.ec

⁽⁴⁾**Alejandra Victoria Cifuentes Rivadeneira**

Licenciada en Gastronomía

alejandra_ec_92@hotmail.com

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Alex Antonio Hanna Ruiz, Segundo Francisco Sánchez González, Marina Arteaga Peñafiel y Alejandra Victoria Cifuentes Rivadeneira (2018): "Estudio del consumo de la gastronomía vegetariana en la ciudad de Guayaquil Provincia del Guayas", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (febrero 2018). En línea:

[//www.eumed.net/2/rev/caribe/2018/02/gastronomia-vegetariana-guayaquil.html](http://www.eumed.net/2/rev/caribe/2018/02/gastronomia-vegetariana-guayaquil.html)

RESUMEN

Se realizó una investigación con el objetivo de analizar la situación de la gastronomía vegetariana en la ciudad de Guayaquil mediante acercamiento a consumidores, proveedores y profesionales en el área de salud. Se plantea la recolección de información correspondiente a las razones del consumo de la gastronomía vegetariana, determinar los tipos de vegetarianos que existen en la ciudad de Guayaquil, los factores a tomar en cuenta al momento de elegir un establecimiento gastronómico vegetariano, y los tipos de preferencia en la elección de la gastronomía vegetariana correspondiente a regiones del mundo y su preparación. El análisis del estudio cualitativo y cuantitativo permitió identificar y verificar la información general del vegetarianismo; además de responder las preguntas planteadas en los objetivos determinando que no todos los consumidores de gastronomía vegetariana son "vegetarianos" y comprobando que existe un gran aumento en población vegetariana siendo ésta mayoritariamente jóvenes que debido motivos de salud y respeto a los derechos a los animales optan por esta dieta. Se determinó que entre las clases de vegetarianos que mayor presencia tienen; se pueden encontrar los ovo-lacto-vegetarianos dejando en una minoría a los veganos, además se constató que la gastronomía con más aceptación de entre de los comensales es la gastronomía típica Ecuatoriana y la Oriental, no obstante al momento de elegir un establecimiento también existe factores a tomar en cuenta como lo son el precio, el sabor y la variedad del menú.

Palabras claves: Vegetarianismo, Salud, Gastronomía.

ABSTRACT

An investigation was carried out with the objective of analyzing the situation of vegetarian gastronomy in the city of Guayaquil by approaching consumers, suppliers and professionals in the health area. The gathering of information corresponding to the reasons for the consumption of vegetarian gastronomy, determining the types of vegetarians that exist in the city of Guayaquil, the factors to be taken into account when choosing a vegetarian gastronomic establishment, and the types of preference are considered. In the choice of vegetarian cuisine corresponding to regions of the world and their preparation. The analysis of the qualitative and quantitative study allowed to identify and verify the general information of vegetarianism; In addition to answering the questions raised in the objectives determining that not all consumers of vegetarian cuisine are "vegetarians" and proving that there is a large increase in the population of vegetarians, this being mostly young people due to reasons of health and respect for animal rights. for this diet. It was determined that among the classes of vegetarians that have the greatest presence; you can find the ovo-lacto-vegetarians leaving a minority to the vegans, it was also found that the gastronomy with more acceptance among diners is the typical Ecuadorian and Oriental cuisine, however when choosing an establishment there is also factors to take into account such as the price, taste and variety of the menu.

Keywords: Vegetarianism, Health, Gastronomy.

INTRODUCCIÓN

El vegetarianismo comprende un estilo de vida sin el consumo de carne en la dieta diaria y aunque esta forma de alimentación ya existe desde hace varios siglos; en la actualidad ha tenido un gran auge gracias a factores como la lucha de los derechos de los animales, el bienestar y la salud, la religión, moda, y diversos factores personales que llevan a la elección de este tipo de alimentación.

Este estudio tiene como objetivo presentar una investigación sobre las razones que impulsan a los ciudadanos de Guayaquil a alimentarse basados en los lineamientos de una dieta vegetariana; con qué frecuencia se la consume, que tipo de oferta gastronómica existe en el mercado e identificar los puntos básicos de representatividad tales como edad, sexo, ocupación, frecuencia de consumo que nos permitan conocer el perfil de las personas que optan por consumir esta dieta.

1. Planteamiento del problema

El vegetarianismo se definió como una dieta de alimentos derivados de las plantas, con o sin productos lácteos, huevos y/o miel, en pro del vegetarianismo se han creado organizaciones como La Sociedad Vegetariana del Reino Unido fundada el 30 de septiembre de 1847 que fue la primera creada con fines vegetarianos y La Unión Vegetariana Internacional (IVU) fundada en 1908 en Dresde, Alemania (Union Vegetariana Internacional, 2017).

El vegetarianismo forma parte de la cultura gastronómica mundial y se la encuentra en la mayoría de los países del mundo; siendo esta adoptada en algunos casos por salud, religión, y protección de los derechos de otras especies. En el 2012 se realizó un estudio que arrojó datos de preferencia en los que un 9 % de los encuestados optaba por comida vegetariana cuando salen a restaurantes, mientras que un 31% elige comida típica y un 23% elige parrilladas o asaderos, además como dato importante se cita que el 76% de los ciudadanos Guayaquileños desconocen la ubicación de restaurantes vegetarianos (Toledo & Figueroa, 2015).

Con el fin de obtener información sobre los factores que influyen en el consumo de la gastronomía vegetariana, su clasificación y preferencias se planea recolectar información de los consumidores de esta dieta y dueños de restaurantes vegetarianos para proporcionar información sobre la importancia de la gastronomía vegetariana en la sociedad Ecuatoriana.

Al realizar este estudio se desea aumentar los datos correspondientes a la gastronomía vegetariana en la ciudad; ya que el desconocimiento de las razones que conllevan a adoptar esta dieta y las características de los tipos de consumidores asociados; referenciados a aspectos como etnias, culturas, salud y principios es muy alto (Ortega Toledo & Suárez Figueroa, 2015).

1.1. Justificación del Problema

Este estudio tiene como fin la aportación de datos actualizada en la ciudad de Guayaquil sobre la población vegetariana detallando los aspectos que intervienen en su demanda. También se plantea analizar los puntos de vista de los dueños de restaurantes y las preferencias de sus comensales, además de obtener datos sobre qué requisitos tangibles e intangibles que debe ostentar un restaurante de este tipo para captar a su clientela.

1.2. Objetivos del Plan de Investigación

1.2.1 Objetivo General.

- Estudiar la situación de la gastronomía vegetariana en los consumidores de la ciudad de Guayaquil.

1.2.2 Objetivos Específicos.

- Determinar las razones que influyen en la elección de consumo de gastronomía vegetariana dentro de la urbe guayaquileña.
- Obtener datos específicos sobre el perfil de los consumidores de comida vegetariana de la Ciudad de Guayaquil; basados en preferencias y patrones de consumo
- Obtener información específica del vegetarianismo; mediante entrevistas a expertos

1.3 Vegetarianismo

1.3.1 Vegetarianismo.

El vegetarianismo se lo define como la abstinencia del consumo de carne de origen animal y tener una dieta basada en frutas, granos, legumbres, verduras y semillas (Departamento de Salud de la Universidad Brown, 2015).

1.3.2 Tipos de vegetarianismo.

El vegetarianismo se ha desarrollado por diferentes tipos de razones; salud personal, la empatía y derecho de los animales, creencias religiosas que adoptan el vegetarianismo en su ámbito alimenticio. Este se clasifica dependiendo del grado de aceptación de productos que tienen procedencia animal en el consumo de su dieta diaria; vegano, ovo-lacto-vegetariano, lacto-vegetariano, ovo-vegetariano, semi-vegetariano (López González, 2004).

Tabla #1
Tipos de vegetarianismo

Tipo	Enunciación
Vegano	Vegetarianos que consumen exclusivamente alimentos de origen vegetal
Ovo-lacto-vegetariano	Vegetarianos que consumen alimentos de origen vegetal, incluyendo productos lácteos y huevos.
Ovo-vegetariano	Vegetarianos que consumen alimentos de origen vegetal incluyendo huevos.
Lacto-vegetariano	Vegetarianos que consumen alimentos de origen vegetal y productos lácteos.
Semi-vegetariano	Define a las personas que consumen carnes excepto carnes rojas

1.3.3 Origen e historia del vegetarianismo.

El término vegetariano se comenzó a utilizar por primera vez en el siglo XIX por la Asociación Vegetariana Británica en el año 1847 la cual intentaba expresar la ideología del consumo de alimentos de origen vegetal cuyo objetivo era mantener a las personas sanas. En el año 1960 Felipe Torres y Besóla proponen los primeros escritos sobre nutrición vegetariana en el cual hacen referencia en la historia a algunas personalidades como vegetarianos entre esos; Hipócrates, Platón, Celso, Leonardo Da Vinci Gandhi, etc. (Cayllante Cayllagua, 2014).

El vegetarianismo data desde épocas tempranas en el continente occidental en el siglo sexto A.C. con Pitágoras” El padre del vegetarianismo” en la cual fundo una comunidad religiosa en el sur de Italia en la que se suponía que una de las reglas de vida de este lugar era ser vegetariano. Esta forma de vida se dio debido a la doctrina de transmigración de almas en la tradición órfica; en la cual

se describía que el espíritu humano reencarnaba en otras criaturas, además designaba que matar un animal era como matar a un humano y que comerlo era equivalente a cometer canibalismo (Salazar, 2012).

En los primeros siglos de la era cristiana Ovidio y Plutarco repudiaron el sacrificio de animales para comer, entre sus argumentos estuvieron frases como; “¡crueldad horrible!”, “privar a un alma del sol y la luz y de aquella proporción de vida y de tiempo con la que había nacido en el mundo” solo “para hacer disfrutar a alguien con pequeño bocado de carne”, el ensayo de Plutarco fue uno de los más cuidadosos en cuestionar la dieta convencional de comer carne en el Renacimiento. Plutarco argumentaba que la carne era causante de algunos males en el ser humano concerniente a la salud causando estos dolores intestinales, enfermedades y pesadez en el cuerpo (Sabaté, 2005; Salazar, 2012).

Hasta el siglo XVII no existió otro aporte significativo al vegetarianismo hasta cuando llegan los escritos de Thomas Tryron y su estudio sobre las virtudes de una dieta sin carne. Thomas Tryron fue un promotor de la vida recta tanto el aspecto físico como moral, en sus primeras explicaciones indicaba que la carne era dañina ya que esta era sumamente putrescible y de la inmoralidad al matar animales para alimentarse (Sabaté, 2005).

En el siglo XVIII se dieron frecuentes disputas argumentales entre la medicina y la moral para el vegetarianismo, las primeras fueron a finales del siglo XVII en la que Frances Rene Descartes postulaba a los animales como simple seres autómatas y que estos no podían sufrir carentes de conciencia y sensaciones, pero fue hasta el siglo XVIII que estudios de los fisiólogos de esa era revelan similitudes estructurales entre los humanos y otros mamíferos en su sistema nervioso (Sabaté, 2005).

En 1809 con experiencias personales y clínicas se mostró que el consumo de carne no era necesario y que su supresión podía mejorar el estilo de vida y a la salud de aquellos que se apegaran a un régimen sin carne en su dieta, esto fue gracias al médico inglés George Cheyne en el siglo XVIII que al haber alcanzado un peso de 180 kilogramos optó por dejar la carne y así recuperar su peso normal, también eliminó ciertas dolencias que le aquejaban. William Lambe, médico londinense al tener una larga enfermedad que lo acongojaba siguió el régimen vegetariano eliminando la carne de su dieta, esta tuvo tanto éxito que también la ofreció a sus pacientes curando así enfermedades como asma, tuberculosis, etc. (Sabaté, 2005).

El vegetarianismo fue llevado a Estados Unidos en el año 1890 por un mensajero de la iglesia cristiana William Melcalfe, aunque una de las primeras organizaciones modernas en hacer al vegetarianismo una obligación para pertenecer a esta fue por el ministro William Cowherd del culto swedenborgiano, siendo los fundadores del vegetarianismo moderno Melcalfe, Lambe y Cowherd (Sabaté, 2005).

En 1847 se da una la sociedad vegetariana se toma el término vegetariano del latín “vegetus” que significaba animado, vigoroso; con el fin de promover y difundir el tema con ensayos, conferencias y tratados, dos años después la sociedad lanza su revista The Vegetarian Messenger (el mensajero vegetariano) con 800 miembros entre los cuales se encontraban médicos y cirujanos, en 1850 se inaugura la sociedad Americana Vegetariana y promoviéndose en Europa con tratados. En 1870 durante esa década se abrieron las puertas de restaurantes vegetarianos en América y Europa, finalmente en 1907 fue lanzada la primera organización internacional “La Unión Vegetariana Internacional” (Toledo & Figueroa, 2015).

En el siglo XX Elmer McCollum descubridor de las vitaminas; afirma su importancia en la dieta y que afirmaba que la dieta de las familias americanas carecía de muchos de estos nutrientes, por lo que inició lo que él llamaba una reforma dietética a la dieta tradicional implementando “alimentos protectores” esto aportó cimientos en los argumentos de los vegetarianos. Los derechos de los animales son uno de los grandes puntos por los cuales muchas personas optan por el vegetarianismo y el veganismo en una era del crecimiento acelerado y el maltrato hacia los animales de granja lleva a los activistas a tomar acciones legales contra las grandes empresas y protesta pasiva eliminando la carne de las dietas (Sabaté, 2005).

1.3.4 Asociaciones vegetarianas.

Las primeras asociaciones vegetarianas nacieron en el siglo XIX en diferentes países, durante el desarrollo del vegetarianismo a la actualidad con el fin de realizar y promover congresos y aportes literarios del vegetarianismo;

- **The Vegetarian society:** la primera asociación vegetariana de origen británica fundada en 1847 y aportadora del concepto moderno de vegetarianismo.
- **American Vegetarian Society:** la primera asociación vegetariana del continente americano fundada en 1850.
- **German Natural Living Society:** Eduard Baltzer fundó en la primera asociación alemana vegetariana en 1867 "*Deutscher Verein für natürliche Lebensweise*".
- **Austrian Vegetarian Society:** Fue fundada en 1878 dando origen a la primera asociación vegetariana de Austria "Vienna Vegetarian Club" en 1879.
- **Vegetarian Societies of France:** Tuvieron origen en 1879 en Niza fue una de las primeras sociedades en pro del vegetarianismo, frecuentada por médicos.
- **Société d'Hygiène Générale et de Vegetarisme:** En 1880 se formó la primera asociación vegetariana de Suiza. Esta tenía como fin ampliar conocimientos de higiene y el vegetarianismo.
- **Canterbury Dietetic Reform Association:** Fue la primera asociación relacionada a la salud, el 9 de octubre de 1943 se formó la sociedad vegetariana de Nueva Zelanda.
- **Hungarian Vegetarian Society:** La primera sociedad vegetariana húngara se fundó el 16 de diciembre de 1883 en Budapest.
- **Australian Vegetarian Society:** Esta sociedad fue formada el 16 de junio de 1886, en "Thistle Company's Luncheon Rooms" el primer restaurante vegetariano de la ciudad de Melbourne, esta tenía los mismos objetivos de la **The Vegetarian society** de Inglaterra proporcionar información del vegetarianismo y fomentar la abstinencia de aves, carnes rojas y pescado.
- **Punjab Vegetarian Society:** Una de las primeras sociedades vegetarianas en la India según la IVU existió otra antes, aunque su información se perdió en la historia. Esta fue creada en 1889 y uno de sus mayores promotores fue Mohandas K. Gandhi quien se unió al comité de la "London Vegetarian Society" en 1890-1891 aportando la perspectiva hindú con artículos en la revista "The Vegetarian".
- **The Irish Vegetarian Union:** Teniendo influencia de la LVS se fundó en marzo de 1890 en la ciudad de Belfast, en 1878 existió otra asociación en la misma ciudad "Belfast Vegetarian Association" como rama de la asociación vegetariana de Manchester en Irlanda.
- **Czech & Slovakian Vegetarian Societies:** Salomon von Friedberg registró esta sociedad, previamente conocida como Unión de Curanderos de la Naturaleza "Union of Nature Healers" en 1890 en la que fue Checoslovaquia.
- **La Sociedad Valparaíso:** Existió hasta 1889 que se fundó la sociedad vegetariana de Valparaíso y su disolución en 1900.
- **The Nederlandschen Vegetariërs-Bond:** es la primera asociación vegetariana holandesa formada por Herr. A. Verschoor en 1894.
- **The Danish Vegetarian Society:** La primera sociedad escandinava fue fundada por JL Saxon en 1895, luego la danesa en el 1896 por Dr. Michael Larsen para que en 1903 sea fundada la Sociedad Vegetariana Sueca. Por JL Saxon.
- **Danish Vegetarian Society:** La primera sociedad vegetariana danesa fundada el 1 de noviembre de 1896 por el Dr. Michael Larsen.
- **Société Belge pour l'étude de La Réforme Alimentaire:** fue fundada en 1897 con su órgano Vegetarische Bode con el fin del estudio de la dieta alimentaria y la creación de una revista "La Réforme Alimentaire". Posteriormente cambió su nombre a Sociedad vegetariana de Bélgica "Société végétarienne de Belgique".
- **L'Associazione Vegetariana Italiana:** fue fundada el 12 de septiembre de 1952 en Perugia por Aldo Capitini con el nombre de "Società Vegetariana", en un artículo de la revista "Vegetarian Messenger" en 1899 informo que en Milán se conformó una sociedad vegetariana.

- **St. Petersburg Vegetarian Society:** El 14 de diciembre de 1901 fue aprobada por el ministerio del interior de Rusia y se fundó la primera sociedad vegetariana de San Petersburgo.
- **Norski Vegetariski Forening:** La sociedad vegetariana Noruega fue formada en 1903 en Christiania.
- **Sociedad vegetariana española:** Esta asociación fue fundada en 1905. Dando paso a nuevas sociedades vegetarianas en España, como la liga vegetariana de Cataluña en 1908.
- **Athena Hygeia Humane Diet Society:** fundada en Grecia en 1906 su orientación se basó en la higiene esta existió 4 años, aunque se desconoce sus razones por las cuales dejaron de funcionar.
- **Unión Vegetariana Internacional (IVU):** en 1908 se dio su primer congreso con varios representantes de asociaciones vegetarianas de diversos países, se formó un comité provisional encargado de crear al base legal conformados por el Sr. Selss (Alemania), el Sr. Broadbent (Inglaterra), el Sr. Meyroos (Holanda) representantes de las asociaciones de sus países de origen.
- **Internacia Unuigo de Esperantistaj Vegetaranoj:** fue fundada en 1908 posteriormente se convirtió en Tutmonda Esperantista Vegetarana Asocio (TEVA) la asociación vegetariana de esperantistas.
- **Finnish Vegetarian Union:** la sociedad vegetariana finlandesa tuvo su interacción con las otras sociedades vegetarianas desde el año 1909.
- **Portuguese Vegetarian Society:** En 1911 se da la primera regencia de la sociedad vegetariana de Portugal.
- **Sociedad Vegetariana Brasileña:** se dio una charla "20 argumentos a favor del vegetarianismo" auspiciada por la sociedad vegetariana brasilera en 1921
- **Bulgarian Vegetarian Union:** La unión vegetariana búlgara se reportó de su existencia en 1923.
- **Calgary Vegetarian Society:** Es la primera sociedad canadiense vegetariana conformada en 1943 y posteriormente la **Toronto Vegetarian Association** en 1945 (Unión Vegetariana Internacional, 2017).

1.3.5 Postura de la población vegetariana mundial.

En el 2002 la Revista Times y la CNN realizó un estudio en el que muestra datos donde el 32% de las personas se vuelven vegetarianas por salud, el 21% por la defensa y respeto a los animales, un 15% por la presencia de aditivos y hormonas en las carnes, un 13% por rechazo al sabor de la carne, un 6% por razones religiosas y un 4% por preocupación hacia el planeta (Expreso, 2013).

Durante los últimos años se ha visto un desarrollo del vegetarianismo concerniente a los derechos animales y mejorar la salud, y para prevenir enfermedades cardíacas relacionadas al peso y aumentar las defensas. También se aprecia un aumento de la oferta de productos vegetarianos para sustituir el género cárnico de procedencia animal, en Estados Unidos la empresa británica Mintel International Group Ltd. desarrollo un estudio con el cual comprobó que del año 1998 al 2005 hubo un aumento de productos lácteos alternativos y comida vegetariana en un 113% equivalente a \$1.6 mil millones de dólares (Alvarado Chunga, 2012).

En el 2014 La coordinadora de la unión vegetariana internacional (I.V.U.) en América Latina y el Caribe indican que hay un crecimiento mundial del vegetarianismo. En la India el 40% de la población es vegetariana, en Estados Unidos el 13 % de la población, en Inglaterra el 47% de la población se considera vegetariana y en Brasil el 28% de la población busca reducir el consumo de carne. El Empirical Social Studies (I.F.E.S.) realizó una encuesta en Austria bajo petición de la organización de derechos animales Verein Gegen Tierfabrik (V.G.T.), el estudio indicó que el 9% de la población austríaca un total de 760.000 personas, se alimenta de forma vegetariana o vegana (Toledo & Figueroa, 2015).

En Australia se estima que un 8% de la población es vegetariana en datos proporcionados por la unión vegetariana alemana (Vegetarier Bund Deutschland), en China un 4 a 5% de la población es vegetariana, en Taiwán el 13% de la población es vegetariana, el 2004 en Israel el ministerio de salud indicó que los jóvenes el 11 varones y 20 mujeres se consideran vegetarianos, en Australia el 18% basa su comida en plantas y el 44% de los australianos una vez a la semana no comen carne,

en Francia el 2% se estima que son vegetarianos de su población total, en Alemania el instituto (Produkt und Markt) recolectó datos en el cual el 9% de la población son vegetarianos un total de 7'380.000 personas, el instituto Eurispes de Italia indica que posee la tasa más alta de población vegetariana de los países de la Unión Europea con el 10% de su población total (Toledo & Figueroa, 2015).

Países Bajos estima que el 4,5% de la población holandesa se abstiene de consumir carne en su dieta, España se calcula que el 0,5 % de su población es vegetariana, el Instituto Brasileiro de opinião pública e Estatística público el año 2012 que el 8% de la población brasilera afirmó que es vegetariana esta cifra llega a 12,5 millones de personas (Galelli & Rocha, 2015).

1.3.6 Propuesta medioambiental del vegetarianismo.

El informe de la Organización de Naciones Unidas (O.N.U.) sobre “La evaluación del impacto ambiental del consumo y la producción: Productos prioritarios y materiales” indica que la población mundial para el 2050 estará en un aproximado de 10000 millones de habitantes aumentando el consumo de alimentos de origen animal. La O.N.U. aconsejó cambiar la dieta que utiliza productos de origen animal con una dieta vegetariana o vegana para contrarrestar los efectos que causan la producción de carne al medio ambiente indicando que la producción de carne es perjudicial al medio ambiente tanto como el uso de combustibles fósiles (Andreu Ivorra, 2016).

En este informe la O.N.U. detalla en el impacto que tiene la producción de carne y productos lácteos en el mundo con respecto al consumo de agua y la producción de gases de invernadero. El consumo del agua dulce en la industria de la producción de carne y derivados lácteos es del 70%, el 38% del uso de la tierra y el 14% en producción de gases de invernadero superando el 13% de producción de CO₂ a nivel mundial que realiza el uso de transporte (Andreu Ivorra, 2016).

1.3.7 Aspecto religioso en el vegetarianismo.

Una de las características del vegetarianismo en las últimas décadas es la unión del Este con el Oeste en lo que son los occidentales y las tradiciones religiosas y como estas optan por la abstinencia de la carne, entre esta el hinduismo, el budismo y el jainismo son parte del gran crecimiento de los vegetarianos también existen asociaciones internacionales la conciencia Krishna que se ha extendido por América y Europa. También el aporte de fundamentos científicos en la alimentación vegetariana y su continuo enfoque en la salud (Salazar, 2012).

En el budismo existen las historias *Jakata*; que se definen como historias budistas que tienen como objetivo mostrar la perspectiva la concepción de los animales en la cual indicaba que buda nació como diferentes animales durante vidas pasadas, la percepción filosófica de las historias *Jakata* considera que todas las personas fueron un animal en una vida pasada igual que buda y que matar un animal representa en igualdad matar a un ser humano (Jairala Baque & López Flores, 2016).

En el siglo VI A.C se fundó el jainismo una religión hindú el cual una de sus reglas es la prohibición del consumo de seres vivos, en la protección de la vida los adeptos portan mascarillas de gasa en la boca con el objetivo de no lastimar a los insectos que podrían ser lastimados al ser aspirados en el proceso de respirar. Siendo el respeto por la vida una de las virtudes del jainismo; esta asociación o doctrina no cuenta con planteamientos nutricionales y dietéticos el cual no son considerados como parte de su doctrina (Jairala Baque & López Flores, 2016).

1.4 Aspectos de nutrición y salud en el vegetarianismo

La Academia de Nutrición y Dietética estadounidense plantean que una dieta vegana con suplementos y comidas fortificadas “es nutricionalmente adecuado para todas las edades y estados de la vida, incluyendo a las embarazadas y a mujeres que dan de lactar”, existen otras organizaciones en otros países que apoyan esta teoría como; El Concilio de Investigación Médica y de Salud de Australia, El Programa para la Promoción de Alimentación Saludable de Portugal, la Fundación Británica de Nutrición y la Sociedad Pediátrica Canadiense aunque existen otros que están en desacuerdo a esta teoría como el gobierno Alemán a menos que tomen suplementos nutricionales (Villegas & Quintana, 2017).

Una de las razones por la que las personas optan por el vegetarianismo es la salud y esto se debe a los estudios que realizan las universidades y clínicas en todo el mundo que posteriormente comparten sus hallazgos a la comunidad médica y la comunidad. Martha Montalván nutricionista, directora de Nutricare, del Centro de Nutrición Integral y Consultoría de la Clínica Kennedy comenta que hombres de 40 años que optan por una dieta vegana pueden llegar a vivir 8 años más y en el caso de las mujeres 7 años más (El Univero, 2011).

La organización mundial de la salud presenta datos proporcionados por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (F.A.O.) y la Organización Panamericana de la Salud (O.P.S.) en el cual el 58% de la población en América Latina y el Caribe vive con sobrepeso un total de 360 millones de personas, la obesidad afecta a 140 millones de personas el 23% de la población regional. El aumento de la obesidad en mujeres tiene un 10% mayor que los hombres en América Latina y el Caribe (Organización Mundial de la Salud, 2017).

En un estudio realizado por la Asociación Americana del Corazón en Chicago se evidencia que las grasas trans que se encuentran en las comidas rápidas (Fast Food) no solo obstruyen las arterias; sino que causan un daño en la memoria, según sus datos indicaban que las personas con una mayor cantidad de grasas trans en su sistema sufrían una reducción de hasta 10% en las palabras que podían recordar. Esta asociación planteaba que el desgaste de energía y los efectos oxidantes de este tipo de grasas provocan que las neuronas se tornen lentas en su tiempo de reacción o mueran (Expreso, 2015).

En el 2010 la Organización Internacional del trabajo (O.I.T.) realizó un estudio que muestra que la mala alimentación en el trabajo afecta en la productividad en un 20%. En la India se representa con el 3 a 9 % del producto interno bruto debido a la mala alimentación (desnutrición), y en E.E.U.U cuesta 12.700 millones de dólares al año en seguros de salud, licencias médicas a causa de la obesidad (Alvarado Chunga, 2012).

El aumento de muertes causadas por la mala nutrición ha ido en aumento en los últimos años. En el 2012 Gina Tambini representante de la (O.P.S.) Organización Panamericana de Salud declara que “La obesidad y el sobrepeso, afecta al menos uno de cada dos adultos y ya hay algunos países donde es tres de cada cuatro”. Un informe de la Encuesta Nacional de Salud detalla que entre 1986 y el 2012 en Ecuador el sobrepeso tuvo un crecimiento de 104% en la población (Bustos Briones & Zúñiga Ayala, 2015).

La F.A.O. (Organización de las Naciones Unidas para la agricultura y la Alimentación) y la O.N.U. (Organización de las Naciones Unidas) detallan que todas las personas tienen derecho a una correcta y adecuada alimentación, en busca de promover y desarrollar una mejor seguridad alimenticia y nutricional la O.N.U. ha creado la P.M.A. (Programa Mundial Alimenticia) realizando capacitaciones en algunos países en cooperación con sus municipios (Bustos Briones & Zúñiga Ayala, 2015).

En el 2003 en el artículo “Vegetarian Diets” de la asociación dietética americana The American Dietetic Association (A.D.A.) establece que para tener una dieta vegetariana esta debe ser bien planeada para que pueda tener los nutrientes requeridos por el cuerpo. Durante el desarrollo de la niñez y la adolescencia es cuando se debe tener más cuidado en la alimentación y dependiendo del tipo de dieta vegetariana que se desee integrar; planificar la ingesta adecuada de aminoácidos, calcio, hierro, riboflavina, vitamina B12, vitamina D, zinc para que se tenga el correcto consumo de nutrientes (López González, 2004)

El desarrollo del vegetarianismo en el siglo XX ha sido significativo a diferencia de los siglos anteriores en el cual su desarrollo fue lento, una de las principales razones es el aporte científico que se ha dado en los últimos años demostrando que una dieta vegetariana correctamente planificada y bien equilibrada no tiene ninguna carencia nutricional. Esto ha llevado a replantear los hábitos alimenticios de la sociedad con respecto a padecer enfermedades por el continuo y excesivo consumo de carne, aunque algunos han optado por cambiar las carnes rojas con pollo, pescado, cerdo entre otras (Alvarado Chunga, 2012).

La Universidad de Loma Linda una de las principales fuentes en estudios de nutrición plantea una pirámide alimenticia vegetariana que comprenda todo el alimento requerido para una correcta

alimentación y no se presente casos de mal nutrición en una persona; la dieta está basada en vegetales, legumbres, granos, frutas, nueces y semillas, aceites vegetales, leche, huevos y azúcar (Loma Linda University, 2008).

1.4.1 Beneficios del vegetarianismo en la salud.

La universidad de Brown indica que una dieta vegetariana puede tener menor riesgo de padecer ciertas enfermedades como:

- Cáncer colo-rectal, ovárico y de mama.
- Diabetes.
- Enfermedad al corazón.
- Hipertensión
- Obesidad

La dieta vegetariana es baja en grasas y alta en fibra esta ayuda a ser saludable, sin embargo una dieta ovo-lacto vegetariana puede ser alta en grasas si esta se excede con el consumo de productos lácteos, leche entera y huevos. Para que una dieta vegetariana pueda ser saludable esta debe ser planificada para poder prevenir y tratar enfermedades (Departamento de Salud de la Universidad Brown, 2015).

El vegetarianismo tiene varios aportes nutritivos en la salud y aporta ventajas al cuerpo para prevenir malestares; tiene bajo contenido en grasas saturadas ayudando a prevenir enfermedades cardiovasculares y reducir el riesgo de padecer cáncer de colon, mama, útero y próstata, el contenido de fibra ayuda al tránsito intestinal evitando el estreñimiento, no contiene exceso de proteínas evitando la sobrecarga en los riñones, es una dieta pobre en sodio y rica en potasio que ayuda al mejorar la presión arterial, al contener un bajo nivel calórico esto ayuda a controlar el aumento de peso, también es abundante en magnesio que ayuda a prevenir cálculos oxálicos en la orina, ritmo cardiaco y depresión nerviosa (Campuzano Guerrero & Paz Sanchez, 2002).

1.5 Nutrientes críticos en la dieta vegetariana

Una persona que se rige bajo una dieta vegetariana no equilibrada y que no consume suplementos para complementar los nutrientes puede llegar a padecer deficiencia de calcio, hierro, vitamina B12, Vitamina D, Zinc y riboflavina en algunos casos (Departamento de Salud de la Universidad Brown, 2015).

En toda dieta los nutrientes son indispensables por lo que una dieta debe ser correctamente planificada, la dieta vegetariana no es su excepción esta llega a carecer de algunos nutrientes en ella por lo cual se debe obtener con la ayuda de suplementos. La dieta vegetariana está compuesta en su mayoría de ácidos grasos, cereales, frutas y verduras. En la pirámide alimenticia vegetariana los ácidos grasos se pueden conseguir del maní como su sustituto para las grasas que vienen de origen animal (Le Roy Olivos, 2010).

En el grupo de los cereales en la dieta vegetariana conformado de cereales integrales y no integrales como; arroz, trigo, avena, seitán (sustituto proteico derivado del gluten), mijo (cereal de uso en África) aportan hidratos de carbono y fibra; El grupo de las legumbres tiene entre sus aportes nutricionales proteínas, hierro, calcio, vitaminas de complejo B y zinc. Las frutas aportan vitamina C, betacarotenos y fibra. En los frutos secos y semillas se encuentra presente el aporte de ácidos grasos como omega 3 y 6, proteínas, vitaminas de complejo B y Zinc (Le Roy Olivos, 2010).

1.5.1 Calcio.

El calcio es uno de los minerales que mayor cantidad posee el organismo y es el cuarto componente esencial en el cuerpo junto a las proteínas, agua y lípidos. Un adulto requiere 1.000 mg de calcio al día. Se puede encontrar en vegetales de hojas verdes como; acelga, espinaca, remolacha y pepinos, aunque estos contienen un alto nivel de oxalato que se mezcla con el calcio haciéndolo insoluble en el intestino. Existen otros alimentos recomendados con menos cantidad de oxalatos que ayudan a tener una mejor facilidad de asimilación del calcio como el brócoli, col risada o nabizas (Andreu Ivorra, 2016).

Funciones que realiza el calcio;

- Función estructural: se encarga del desarrollo y mantenimiento de los dientes y huesos.
- Función metabólica: se encarga de la regulación de latidos cardíaco, transporte de membranas celulares y transmisión nerviosa (Andreu Ivorra, 2016).

1.5.2 Hierro.

El hierro fue reconocido en 1860 como un micro mineral esencial, su deficiencia es común; siendo así uno de los más estudiados entre sus funciones esta ser un antioxidante, ayuda al metabolismo de energía, el depósito y transporte de oxígeno en los tejidos, síntesis de ADN. El hierro presente en alimento de origen animal es hierro hémico este se absorbe en un 20% a 30%, en los alimentos vegetales se presenta hierro no hémico y su tasa de absorción es más baja con un 3 % a 8%, el consumo de frutas cítricas y alimentos que contengan vitamina C ayudan a incrementar la absorción del hierro. Los casos de deficiencia de hierro se presenta tanto en personas con una alimentación omnívora como en una vegetariana (Andreu Ivorra, 2016).

1.5.3 Proteína.

La proteína es la unión de aminoácidos esenciales esta se encuentra en el reino animal y vegetal, en una dieta a base de productos de origen vegetal se puede encontrar todos los aminoácidos que requiere el cuerpo en su alimentación para su correcto funcionamiento; aunque para obtener la misma cantidad de proteína en una porción de carne de origen animal es mayor la base de plantas que se debe considerar además de mezclarla con otras fuentes de proteínas para obtener el correcto balance. Podemos considerar como fuentes vegetales de proteínas a los frijoles, lentejas, soja, productos a base de soja como proteína vegetal texturizada, nueces y algunas semillas (Departamento de Salud de la Universidad Brown, 2015).

Las cadenas de aminoácidos forman las proteínas, la actividad de estas macromoléculas son esenciales en el organismo para realizar diferentes procesos biológicos; estas realizan funciones de mantenimiento, construcción y reparación de estructuras celulares, también realiza algunas funciones biológicas como defensa (descubrir invasores extraños), transporte y reserva de oxígeno, sintetiza biomoléculas, etc. (Weil, Murray, & Rodwell, 2003).

1.5.4 Vitamina B12.

Esta vitamina no se encuentra en el reino vegetal ya que solo se encuentra en alimentos de origen animal, el huevo posee vitamina B12 sin fortificación a diferencia de los cereales y la leche que están suplementadas. La vitamina B12 aporta en el proceso de síntesis de ADN, eritropoyesis, formación de la mielina y síntesis de neurotransmisores. El déficit de vitamina B12 puede causar anemia macrocítica o megaloblástica (Le Roy Olivos, 2010).

1.5.5 Vitamina D.

La vitamina D trabaja como hormona y su función es la de ayudar al cuerpo a absorber el calcio, la deficiencia de vitamina D puede llevar al raquitismo en niños y osteoporosis en adultos. Esta se puede encontrar como vitamina D3 en origen animal en aceite de pescado, también en vitamina D2 de origen vegetal (levadura), se puede obtener de manera natural con la exposición al sol entre 10 a 15 minutos al día. Existen suplementos vitamínicos y alimentos con suplementación de vitamina D; bebidas vegetales, yogur y zumos (Andreu Ivorra, 2016).

1.5.6 Zinc.

Por la presencia del ácido fítico es un factor nutricional que obstaculiza la absorción de zinc, este se puede reducir en los frijoles dejándolos reposar de 7 a 10 horas. Existen fuentes de zinc naturales y mixtas; como las leguminosas y cereales son excelentes, en la actualidad las fórmulas lácteas comerciales y la leche de soja se encuentra fortificadas con zinc (Sociedade Vegetariana Brasileira, 2017).

Funciones del zinc:

- Neuromodulador en la sinapsis.
- Crecimiento e integridad celular.
- Citoprotector: antiapoptóticas, antiinflamatorias y antioxidantes.
- Mantenimiento de la función ocular; visión nocturna.
- Sentido del gusto, se usa tratamientos con zinc en pacientes con anorexia para fomentar el apetito y su recuperación.

- Regulación sanguínea.
- Maduración sexual.
- Mantiene la homeostasis de los tejidos epiteliales.
- Fertilidad y reproducción: importante para el desarrollo fetal.
- Función cardiorespiratoria y promoción de fuerza. (Área de Toxicología. Universidad de La Laguna. España, 2007).

La deficiencia de zinc puede causar diversos síntomas o complicaciones como:

- Anorexia.
- Dermatitis.
- Retraso en el crecimiento corporal.
- Diarrea.
- Alopecia.
- Ceguera nocturna.
- Depresión de la función inmune.
- Alteraciones en el esqueleto.
- Alteraciones en a la capacidad reproductiva. (Área de Toxicología. Universidad de La Laguna. España, 2007).

1.6 La alimentación y la salud en el Ecuador

En el 2007 el Ministerio de Salud Pública del Ecuador señala que 25.894 muertes están relacionadas por diabetes y enfermedades ocasionadas por una mala alimentación, y 67.570 muertes a causa de hipertensión arterial. La ONG VECO de origen belga para el desarrollo de agricultura sostenible ha otorgado por un estudio en ciudades del Ecuador datos que indican que el 58,6% de la población estarían dispuestos a comer alimentos orgánicos debido a la importancia que tiene en la calidad de vida tener una buena alimentación (Ortiz & Flores, 2008).

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) en el año 2012 mostró cifras donde según estudios realizados en el Ecuador se mostraba cifras de sobrepeso en los habitantes donde 6 de cada 10 ciudadanos tienen sobrepeso leve; 41 % de la población muestra sobrepeso y un 22% muestra obesidad. El 62% de los adultos con sobrepeso son mujeres debido a que no asignan el suficiente tiempo al desarrollo de actividades físicas (Ensanut, 2012).

La Cámara de Comercio Ecuatoriana Americana de Guayaquil – AmCham informa que el 2010 el 15,9% de los ingresos fueron destinados al consumo de alimentos y bebidas no alcohólicas y en el 2011 el consumo fue del 18,3%. También indico que el 41,8% de las personas que participaron en el estudio plantean que una alimentación sana puede y ayuda a mejorar la salud (Cámara de Comercio Ecuatoriana Americana de Guayaquil, 2011).

En el 2012 realizó un estudio el cual arrojó datos que un 9 % de los encuestados optaba por comida vegetariana cuando salen a restaurantes, mientras que un 31% elige comida típica y un 23% elige parrilladas o asaderos. La encuesta estableció que el 76% de los ciudadanos guayaquileños desconocen la ubicación de restaurantes vegetarianos (Ortega Toledo & Suárez Figueroa, 2015).

En el 2013 el Diario Expreso realizó una encuesta en la Ciudad de Guayaquil a 384 personas en la cual el 11% de estas se declaraban vegetarianas. Del 11% de los encuestados el 59% confirmaba que optaron por esta dieta por salud, mientras que el 41% decía que optaban por el vegetarianismo por el derecho a los animales y la lucha contra la crueldad animal (Expreso, 2013).

En Guayaquil se encuentra comida vegetariana desde aproximadamente 25 años con uno de los primeros negocios de comida vegetariana como se puede apreciar en un artículo del diario expreso del 2013, se puede apreciar que existe ya más de dos décadas de cultura vegetariana en el país y esta sigue creciendo. Hasta el 2013 se podía apreciar que existían aproximadamente 15 restaurantes de comida vegetariana en lo que es el norte y el centro de la ciudad de Guayaquil en lo que se puede verificar que, si existe una demanda afluente de este tipo de gastronomía (Expreso, 2013).

En Guayaquil existen diferentes tipos de establecimientos con propietarios de diferentes nacionalidades esto debido a las corrientes religiosas o doctrinas de vida de algunos países donde

se opta por el vegetarianismo en la dieta diaria entre estos está el movimiento Hare Krishna de orientación hinduista, los adventistas, la población taiwanesa también opta por el vegetarianismo y se puede apreciar en locales cuyos dueños son de esta nacionalidad como Mr. Wang Ho con 13 años de funcionamiento en la ciudadela Urdesa. En el desarrollo de la cocina vegetariana en Ecuador se puede apreciar la fusión de técnicas y sabores de la cocina de otros países con la cocina típica Ecuatoriana como parte de su menú (El Universo, 2014).

1.6.1 Restaurantes vegetarianos en Ecuador.

Se define al restaurante vegetariano como un tipo de restaurante especializado en la preparación de alimentos que en su composición no contenga carne de origen animal, la ubicación de esta puede variar según el propietario y su fin es proveer y satisfacer la necesidad de los comensales que buscan este tipo de gastronomía; por motivos de salud u optado por decisión propia. Este tipo de establecimiento no es dirigido a un sector en especial ya que lo pueden frecuentar personas de cualquier edad, preferencia o condición médica (Jairala Baque & López Flores, 2016).

En la actualidad no existe una entidad reguladora del estado o privada que tenga datos sobre los restaurantes de tipo vegetariano en cada ciudad del Ecuador; impidiendo saber exactamente datos específicos inherentes a su operación. En el 2012 en un artículo del Diario El Comercio menciono que existe una organización en la ciudad de Quito que comprende restaurantes vegetarianos “La revolución de la cuchara” indicaron que estimaban que existían 22 restaurantes de tipo vegetariano en la ciudad (Jairala Baque & López Flores, 2016).

En la actualidad entidades como el Ministerio de Turismo o INEC (Instituto Nacional de Censos Estadísticas y Censos) cuentan con datos sobre los establecimientos vegetarianos. En el 2013 el Diario Expreso realizó una investigación para un artículo en el cual plantea que existe una ruta gastronómica de comida vegetariana el cual la ciudad de Guayaquil cuenta con un aproximado de 15 restaurantes de comida vegetariana (Expreso, 2013)

2. Metodología

2.2 Objetivos de la investigación

Los objetivos de investigación correspondiente buscan recopilar información sobre preferencias, razones y patrones entre los consumidores de la gastronomía vegetariana para;

- Establecer un perfil de los consumidores de comida vegetariana.
- Definir los tipos de población vegetariana y sus porcentajes
- Estimar la frecuencia de consumo de la gastronomía vegetariana.

2.3 Metodología

2.3.1 Método Cuantitativo.

Se implementó el método cuantitativo con el objetivo de la medición de la información a recolectar sobre el vegetarianismo de una forma estructurada y sistematizada permitiendo obtener información precisa (cuantitativa o cuantificable) de las preferencias y gustos al momento de optar por la gastronomía vegetariana. Implementar el método cuantitativo nos permite el análisis de datos de una forma estadística logrando cuantificar la información obtenida de las encuestas realizadas a comensales de restaurantes vegetarianos (Cea D' Ancona, 1999; Briones, 1996).

2.3.2 Método Cualitativo.

Se realizó como parte del estudio la implementación de un método cualitativo que se basa en la investigación características que conforman la realidad como tal a investigar de un grupo; enfocándose en la individualidad de los propietarios de producción de alimentos vegetarianos de una manera subjetiva para interpretar la información que se obtuvo mediante la técnica entrevistas, conversaciones, notas de campo, fotografías, registros (Rodríguez Gómez & Valdeoriola Roquet, 2012).

2.4 Tipo de Investigación

2.4.1 Investigación exploratoria.

Mediante la investigación exploratoria se buscó dar con una perspectiva general del vegetarianismo en Guayaquil y sus consumidores, motivada por una falta de recursos del tema (Sabino, 1992).

2.4.2 Investigación descriptiva.

Se realizó un tipo de investigación descriptiva basada en el análisis y recolección de datos, la descripción de fenómenos, asociados a investigaciones clínicas y sociales permitiendo describir las preferencias de la población (Paneque, 1998; Cerda Gutiérrez, 1993).

2.5 Método y Técnica de Recolección de Datos

Los métodos y técnicas que se implementaron en la investigación son la encuesta y entrevista estas nos permitirían obtener información cuantitativa y cualitativa correspondiente a los perfiles que intervienen en la elección y selección de la gastronomía vegetariana en la ciudad de Guayaquil.

2.5.1 Observación científica.

Se utilizó la observación participativa para identificar los diferentes tipos de gastronomía de otros países que se implementan en la cocina vegetariana que se oferta en la ciudad de Guayaquil, además de saber si tiene influencia en la aceptación de la población que la consume y los planteamientos que rigen la oferta de los propietarios de establecimientos de alimentos & bebidas de este tipo (Sabino, 1992; Behar Rivero, 2013; Cerda Gutiérrez, 1993).

2.5.2 Encuesta.

Se utilizó la encuesta para la recolección de datos e información cuantitativa el cual permitió obtener valores porcentuales referentes a la información obtenida de la tabulación, de la encuesta del formulario de preguntas enfocado en obtener información sobre las preferencias, edades, frecuencia de consumo, gustos y factores que intervienen en el consumo de gastronomía vegetariana. (Cerda Gutiérrez, 1993)

2.5.3 Entrevista.

Se realizó entrevistas con un banco de preguntas previamente planteadas con profesionales en el área de salud y de la venta de alimentos & bebidas relacionados al vegetarianismo; con el fin de obtener información complementaria correspondiente a los mitos, creencias, prácticas y suposiciones que rodean la dieta vegetariana, obtener información complementaria al de los consumidores de parte de aquellos que intervienen directa o indirectamente con el tema a investigar para analizarla y con los resultados emitir conclusiones que permitan un aporte a la sociedad.

2.6 Población y Grupo Objetivo.

El grupo objetivo que se ha seleccionado para esta investigación son dueños de establecimientos de alimentos & bebidas especializados en la venta y preparación únicamente de alimentos de origen vegetal, especialistas en el área de salud que tengan conocimiento y/o traten pacientes cuya dieta sea vegetariana para determinar si existe un factor salud que dirige a los consumidores a plantearse esta dieta y si llevan un control con un especialista en el área de salud, determinando una muestra de la población de consumidores de gastronomía vegetariana realizar una investigación con el método cuantitativo para establecer un perfil de los consumidores mediante una muestra aleatoria.

2.7 Determinación del Tamaño de la Muestra

En los datos recolectados por el instituto nacional de estadísticas y censos (INEC) del 2010 establece que la población de la ciudad de Guayaquil es de 2'350.915 habitantes. El grupo objetivo es la población que consume comida vegetariana de la ciudad de Guayaquil que oscila en el 10% de la población total; este porcentaje es estimado en los resultados de personas encuestadas sobre su tipo de alimentación realizado por el Diario Expreso en el 2013 arrojando un resultado de 235.091 habitantes. Los sujetos de estudio son consumidores de gastronomía vegetariana de entre 18 a 70 años de edad que comprendería al 67,70% de la población vegetariana equivalente a 157.511 personas (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010).

Para determinar la muestra se procedió a utilizar la fórmula de población finita

$$n = \frac{z^2 * N * p * q}{E^2 (N - 1) + z^2 * p * q}$$

Tabla #2
Valores de la muestra

Símbolo	Descripción	Valor
n	tamaño de la muestra	?
N	la población	157.511
z	nivel de confianza, el más usual es 95% equivalente a 1.96	1.96%
E	valor de error estimado dependiendo del encuestador y el nivel de confianza	0.05%
p	posibilidad de ocurrencia o éxito	0.5
q	posibilidad de no ocurrencia o fracaso	0.5

Elaborado por el Autor

$$n = \frac{1.96^2 * 157.511 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 (157.511 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{151.273,5644}{394,7354}$$

$$n = 383,2277$$

$$n = 383$$

2.8 Análisis y resultados del estudio

Con el fin de obtener datos correlacionados con el consumo de gastronomía vegetariana se realizó un estudio utilizando métodos de recolección de información como entrevistas a dueños de negocios de venta de comida vegetariana, a un profesional de salud relacionado con conocimientos de la dieta vegetariana y se encuestó a una determinada población correspondiente a personas que consuman gastronomía vegetariana.

2.8.1 Análisis y resultados de entrevista

Las siguientes entrevistas se realizaron dueños y/o administradores de restaurantes vegetarianos que tengan como características de 10 años en el mercado, correspondientemente a un formulario para recaudar información correlacionada a su propuesta gastronómica y a un profesional en el área de salud alimentaria con conocimientos de la dieta vegetariana.

Entrevista 1: Restaurante Free Life

La entrevista se realizó a la propietaria del establecimiento free life Shu Chen Chen de 56 años de edad de origen taiwanés adoptó el vegetarianismo hace 16 años, el establecimiento free life ubicado en la alborada 9na etapa lo administra ella con su esposo juntos realizan el trabajo de la cocina y el servicio al cliente.

- ¿Por qué decidieron abrir un restaurante de cocina vegetariana?

Decidieron abrir un restaurante para brindar salud al cuerpo y al espíritu de sus comensales.

- ¿Qué tiempo tienen en el mercado?

El establecimiento tiene 10 años en el mercado desde el 2010 en la alborada, antes su ubicación estaba en el edificio Equilibrium ubicado en la AV. Juan Tanca Marengo y av. José Orrantía.

- ¿Qué factores tomaron en cuenta al momento de elegir la ubicación para el restaurante?

Uno de los factores es la ubicación cercana a la residencia donde viven los propietarios y el conocimiento de la zona.

- ¿cuál es la propuesta gastronómica del restaurante?

La propuesta es brindar una mezcla entre la cocina taiwanesa y la ecuatoriana en su menú de almuerzo.

- ¿Ha aumentado durante transcurso del tiempo la afluencia de clientela y en qué cantidad?

Comenta la dueña que no hay una afluencia estable fluctuando entre días con una mayor demanda y otra menor, informa que los días que menor demanda presencia el establecimiento son los sábados.

- ¿Cuál es el rango de edad de los comensales que frecuentan el establecimiento?

Mediante la entrevista se obtuvo datos para el estudio, en el cual la propietaria da un estimado de un 50% de personas adultas de mediana edad y adultos mayores, 30% de jóvenes dejando un espectro del 20% a un rango no específico representa la clientela de su negocio.

- ¿Cuál es el menú del restaurante? ¿Cuál es el producto estrella de su carta?

El restaurante tiene como venta primordial lo que son almuerzos que comprenden tradicionalmente en las ciudades de Ecuador una sopa o crema, la representación de un segundo que es el plato fuerte y una bebida tradicionalmente en los almuerzos vegetarianos es la leche de soja o un jugo de fruta natural.

- ¿Qué tipos de género alimenticio usan como sustituto de carne?

Entre los más comunes a utilizar como son la carne se soja, carne, y tofu.

Entrevista 2: Establecimiento “Restaurante Vegetariano”

Se entrevistó Pier Chan de nacionalidad Taiwanesa propietaria del establecimiento “restaurante Vegetariano” ubicado en la 9na etapa de la Alborada al norte de la ciudad de Guayaquil.

- ¿Por qué decidieron abrir un restaurante de cocina vegetariana?

El factor de ser vegetariana fue lo que determinó el tipo de restaurante orientado a la cocina vegetariana.

- ¿Qué tiempo tienen en el mercado?

El restaurante tiene 13 años en el mercado en lo que comprende el sector de la alborada.

- ¿Qué factores tomaron en cuenta al momento de elegir la ubicación para el restaurante?

El factor determinante en la ubicación de “restaurante vegetariano” es que esta propiedad donde habita la propietaria, ya que esta cuenta un local que sirve para la ubicación del negocio.

- ¿Cuál es la propuesta gastronómica del restaurante?

Aunque la propietaria es taiwanesa cuenta con cocineras ecuatorianas y su propuesta radica en la cocina de Ecuador.

- ¿Ha aumentado durante transcurso del tiempo la afluencia de clientela y en qué cantidad?

La propietaria indica que no ha existido una fluctuación en la cantidad de venta, siendo este un factor para su estabilidad.

- ¿Cuál es el rango de edad de los comensales que frecuentan el establecimiento?

En el caso de este establecimiento la propietaria indica que existe una demanda por igual entre personas mayores y jóvenes, también que existe un aumento en jóvenes que llegan consumir la gastronomía vegetariana.

- ¿Cuál es el menú del restaurante? ¿Cuál es el producto estrella de su carta?

Entre las ofertas planteadas para el menú de este establecimiento se tiene como opción principal los almuerzos típicos de la gastronomía ecuatoriana sin carne de origen animal. También tiene una opción que es el chaulafan vegetariano, pero este no sale comúnmente.

- ¿Qué tipos de género alimenticio usan como sustituto de carne?

La carne se soja, carne, y tofu forman parte de los géneros sustitutos de carne de origen animal que utilizan para el menú de vegetariano que se oferta en los almuerzos y su otra opción que es el chaulafan.

Entrevista 3: Nutre Vida

Se entrevistó a Tahmar González de 50 años de edad propietario y administrador del restaurante “Nutre Vida”, ubicado en la ciudadela Vernaza norte atrás del hotel Sonesta junto al Centro comercial Mall del Sol.

- ¿Por qué decidieron abrir un restaurante de cocina vegetariana?

El propietario detalla que existieron varios motivos para abrir un restaurante de comida vegetariana en la ciudad de Guayaquil entre ellos;

- Realizar una ayuda social, al pertenecer a una congregación internacional taoísta que tiene como objetivo la ayuda a la parte social por medio de la oferta de una alimentación sana sin el uso de géneros cárnicos de origen animal y grasas que permita formar una sangre alcalina producto de las legumbres, frutas, hortalizas, cereales, leguminosas evitando que la persona no se enferme seguidamente.
- Es crear conciencia de que una persona con salud busca a Dios y cree en su cuerpo como templo de Dios.
- Dentro de la creencia taoísta que practica el propietario indica que al mezclar alimentos de origen animal en la dieta del hombre mezcla su genética con la del hombre y no representa una acción correcta, no siendo de agrado para Dios.
- En la actualidad se ha creado una consciencia de no matar animales y que no hay que matarlos para comer, al cumplir con el mandamiento de no matar como consecuencia se agradara a Dios.

- ¿Qué tiempo tienen en el mercado?

Nutre vida se encuentra en funcionamiento 13 años de los cuales 11 años estuvieron ubicados en la alborada 9na etapa 11 años y posteriormente hasta la actualidad 2 años en la ciudadela Vernaza norte.

- ¿Qué factores tomaron en cuenta al momento de elegir la ubicación para el restaurante?

Uno de los principales factores fue el factor socio-económico, el propietario comenta que entre las personas que optan por una alimentación vegetariana son personas de un estatus social medio, medio alto y alto. Se buscó un lugar donde el estatus de las personas sea medio ascendente y las cantidades de oficinas en el sector.

- ¿Cuál es la propuesta gastronómica del restaurante?

Entre la propuesta establecida esta utilizar en su mayoría alimentos que no contengan transgénicos y entre la propuesta está la comida típica de Ecuador, algunos platos típicos de la comida colombiana como la bandeja paisa vegetariana, venezolana y para esto cuenta entre su personal una cocinera de origen venezolano.

- ¿Ha aumentado durante transcurso del tiempo la afluencia de clientela y en qué cantidad?

Se realizó una correlación entre el aumento de la demanda entre la ubicación actual y su antigua ubicación, el propietario indica que si ha existido un aumento en la demanda triplicando sus ventas.

- ¿Cuál es el rango de edad de los comensales que frecuentan el establecimiento?

En el caso del establecimiento nutre vida el propietario detalla un estimado de la edad de los comensales en el cual estos oscilan en personas mayores de 30 años siendo este en 95% y el 5% menores de 30 años.

- ¿Cuál es el menú del restaurante? ¿Cuál es el producto estrella de su carta?

El propietario detalla que tiene un valor agregado que ofrece con las ventas de sus almuerzos y este es que el comensal se puede servir ilimitadamente el agua de flor de Jamaica endulzado con panela orgánica y el quaker crudo endulzado con panela orgánica. Aun solo vende almuerzo el detalla que entre lo que los comensales más prefieren son: lasaña vegetariana, guatita vegetariana, yapingacho vegetariano, caldo de bola vegetariano.

- ¿Qué tipos de género alimenticio usan como sustituto de carne?

Entre los sustitos que utilizan de la carne está el tofu y carne de soja. El propietario comenta que debido al origen transgénico de la soja que se comercializa en el país ha han optado por utilizar una carne de origen vegetal a base de trigo y condimentos naturales excluyendo los de origen artificial.

Entrevista 4: Nutricionista Dietista

Para tener la perspectiva en el área de salud que pueda influir en el consumo de alimentos que no contengan géneros cárnicos de procedencia animal y/o alimentos de origen animal se entrevistó a un nutricionista con conocimiento en el capo del vegetarianismo y que trate pacientes con este tipo de dieta.

- ¿Cuánto tiempo lleva ejerciendo la profesión de nutricionista?

Se entrevistó a Paul flores que lleva 10 años ejerciendo la profesión de nutricionista dietista, es parte del staff de nutrición del Hospital de Especialidades Teodoro Maldonado Carbo. Graduado en la escuela superior politécnica de Chimborazo (ESPOCH), para complementar los conocimientos en el área de nutrición correspondiente a la información de las dietas vegetarianas el realizo un post grado en manejo de paciente vegetariano, también posee una certificación nivel 1 de coaching nutricional y comenta que hace algunos años en las carreras de nutrición estas no impartían la el conocimiento necesario en esta práctica de no consumir carne de origen animal en una dieta

- ¿Cuantos pacientes trata al mes/ año?

Entre los pacientes que Paul trata existe entre 5 a 6 que son vegetarianos de los cuales la trata al mes, en la actualidad existe una falta de concientización entre los vegetarianos al momento de llevar su dieta y es que estos se autoevalúan sus dietas a base de información que ellos mismo buscan en la red sin ser está debidamente pautada por un especialista en nutrición. En la visión del vegetarianismo en Guayaquil no existe una cultura preventiva de asistir con un profesional las personas en la actualidad deben estar padeciendo algún tipo de síntoma y/o enfermedad para visitar un doctor o un nutricionista esto es debido a que los vegetarianos en su mayoría piensan que al dejar de comer carnes ya están encaminados a un estilo de vida con mejor salud.

Una de las razones por la cual cierta parte de la población vegetariana evita asistir a un nutricionista es que aún se ve que existen nutricionista que recomiendan comer carne dejando de ser imparcial al momento de atender un paciente cuya opción del tipo de dieta que desea llevar es el vegetarianismo. Esto se debe en que hasta hace poco y que aun en algunas instituciones aún no está en el contenido que imparte el estudio sobre dietas vegetarianas a profundamente, también que estos al momento de diagnosticar o recomendar un tipo de alimentación no sean honestos con el paciente y puedan expresar que no tienen información sobre el contenido de esta dieta.

- ¿Qué factores se debe tener en cuenta en el momento de hacer un cambio de una dieta omnívora a una vegetariana?

Al momento de elegir una dieta vegetariana esta debe ser bien pautada para evitar la deficiencia de vitaminas como la B12 que la principal fuente es de origen animal, aunque existe en la leche y el huevo con mayor presencia en este, hay dietas vegetarianas que no consumen este alimento por lo cual se debe tener un cuidado y tener en mente el consumo de un suplemento vitamínico para la vitamina B12. Al momento de optar por una dieta vegetariana hay factores críticos a considerar como la cantidad de proteína, no exceder el consumo de carbohidratos, complejo B, Zinc, omega 3, el calcio en especial en los veganos ya que esta dieta no consume lácteos.

- ¿Ha tratado pacientes que requieran dejar la carne para mejorar su salud?

Existen factores en el momento a tomar en cuenta para que un paciente tenga que dejar el consumo de carne, pero esta opción no muy frecuente es tomada seria realizada por los médicos directamente a sus pacientes si es que el paciente necesita dejarla para mejorar su salud o cumplir con un tratamiento. Aunque en un doctor no entra en su competencia el tratar un paciente en correlación a su consumo alimenticio, existe una fracción mínima que podría recomendar bajar el consumo de carne esto se ve en pacientes con estados inmunodeprimidos, alergias, en algunos casos en pacientes con cáncer se opta el cambio por una dieta vegetariana no como una opción de cura sino como una ayuda al sistema del individuo para que este no se encuentre saturado de alimentos que puedan tener mucha sal, condimentos, grasas o sean muy procesados que puedan contaminar el organismo

- ¿En qué casos se es recomendable cambiar de una dieta omnívora a una vegetariana?

Sí se conoce de casos que al tener un cambio de una dieta convencional omnívora a una vegetariana con el objetivo de mejorar la salud han mejorado problemas dermatológicos como el eczema, casos de intolerancia, entre otras los factores antioxidantes. Existen libros de sobrevivientes de cáncer en el cual le ha sido de ayuda la dieta vegetariana, de cual surge la terapia Gerson que se

baja en vegetales y procura no comer carne y modas como la “terapia” détox a base de antioxidantes, vitaminas y minerales para bajar de peso.

- ¿De los pacientes que trata que porcentaje son vegetarianos?

Existe un porcentaje de un 5% a 10% que representa los pacientes vegetarianos al momento de estar tratando y entre 90% a 85% representaría los pacientes cuya dieta es omnívora.

2.8.2 Análisis y resultados de encuesta

Se realizó encuestas a la muestra determinada de una población que consume comida vegetariana. Frecuentando establecimientos de gastronomía vegetariana en la ciudad de Guayaquil aleatoriamente en el horario de 12:30 P.M. hasta las 14:30 P.M. y reuniones de comunidades de vegetarianos y consumidores de la gastronomía vegetariana.

I. Sexo de los encuestados

Tabla #3
Sexo de los encuestados

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	163	42,56%
Mujer	220	57,44%
Total	383	100,00%

Elaborado por el autor.

Figura #1
Sexo de los encuestados



Elaborado por el autor.

Análisis: En la tabla 7; los resultados de la muestra a la población de estudio exponen que el 57,44% de las personas que consumen gastronomía vegetariana son mujeres un porcentaje mayor que el de los hombres con un 44,56%, afirmando que las mujeres se inclinan más por el consumo de la gastronomía vegetariana en una escala de 10; 6 serían mujeres y 4 hombres.

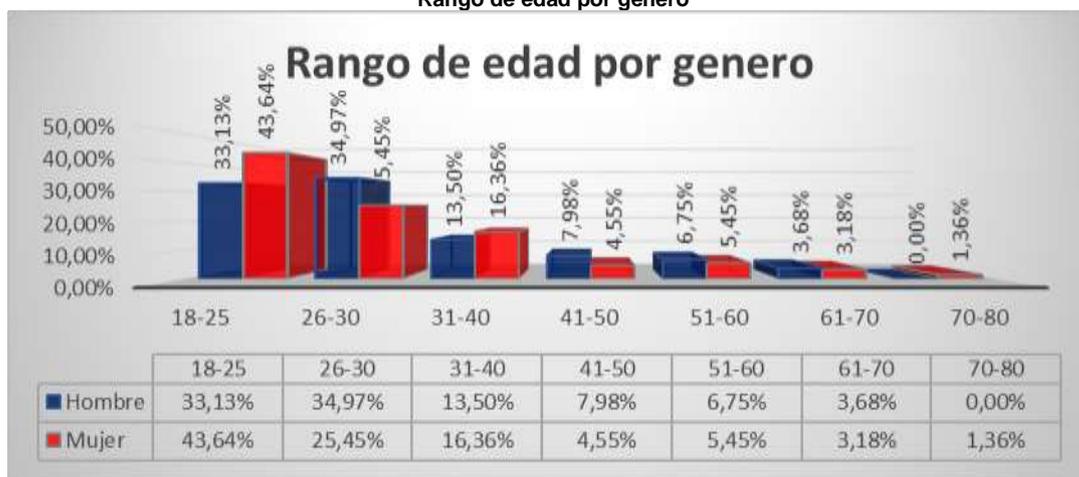
II. Rango de edad de los encuestados

Tabla #4
Rango de edad por género

Rango de edad	Hombre	porcentaje	Mujer	porcentaje	Total	porcentaje
18-25	54	33,13%	96	43,64%	150	39,16%
26-30	57	34,97%	56	25,45%	113	29,50%
31-40	22	13,50%	36	16,36%	58	15,14%
41-50	13	7,98%	10	4,55%	23	6,01%
51-60	11	6,75%	12	5,45%	23	6,01%
61-70	6	3,68%	7	3,18%	13	3,39%
70-80	0	0,00%	3	1,36%	3	0,78%
Total	163	100,00%	220	100,00%	383	100,00%

Elaborado por el autor.

Figura #2
Rango de edad por género



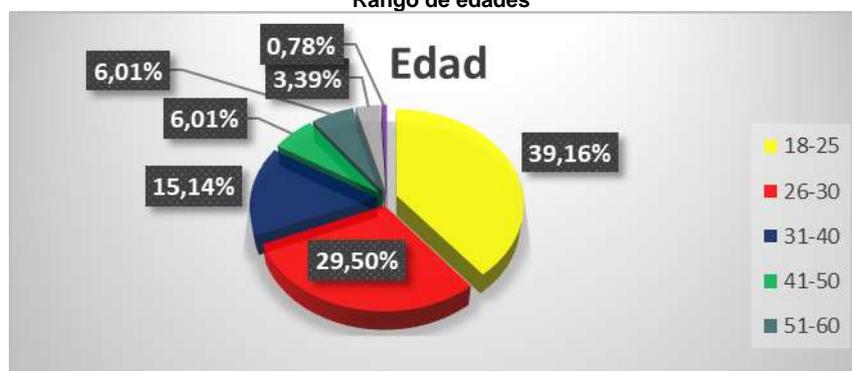
Elaborado por el autor.

Figura #3
Edad de los encuestados



Elaborado por el autor.

Figura #4
Rango de edades



Elaborado por el autor.

Análisis: Se determinó 7 rangos de edades para el estudio en el cual mostro que las personas de entre 18 a 25 años de edad conforman el 39,16% de los encuestados, de entre 26 a 30 años de edad el 26,50%, de 31 a 40 años de edad el 15,14%, de 41 a 50 años de edad el 6,01%, de 51 a 61 a 70 años de edad el 3,39% y de 71 a 80 años de edad un 0,78%. Se puede observar que las personas que comprenden de los 18 a 25 años de edad ocupa un tercio y de 26 a 30 con un 30%, indicando que la mayoría de las personas que se inclinan por el consumo de gastronomía vegetarianas una población joven de entre 18 a 30 años de edad y con casi un 4,17% los adultos mayores dejando en un 27 % los adultos entre 31 a 60 años de edad.

III. Ocupación

Tabla #5
Ocupación de los encuestados

ocupación	frecuencia	porcentaje
empleado	152	39,69%
Empleador	8	2,09%
Estudiante	124	32,38%
Independiente	99	25,85%
Total	383	100,00%

Elaborado por el autor.

Figura #5
Ocupación de los encuestados por género



Elaborado por el autor.

Figura #6
Ocupación de encuestados



Elaborado por el autor.

Figura #7
Ocupación de los encuestados



Elaborado por el autor.

Análisis: Se investigó la ocupación de la población a estudiar en la tabla 9 y las figuras 11,12 y 13 se muestra que el 32,38% son estudiantes, el 39,69% personas que se encuentra en la actividad de trabajador en alguna empresa o negocio, el 2,09% son empleadores aquellos que cuentan con un personal bajo su mando en su propio negocio y un 25,85% personas que tienen algún tipo de emprendimiento y trabajan por su propia cuenta.

Pregunta 1.- ¿Por qué razón consume comida vegetariana?

Tabla #6
Razones de consumo de gastronomía vegetariana

¿Por qué razón consume comida vegetariana?	frecuencia	porcentaje
Salud	182	47,52%
Derecho de los animales	156	40,73%
Religión	13	3,39%
Nueva tendencia	32	8,36%
Total	383	100,00%

Elaborado por el autor.

Figura #8
Razón de consumo de comida vegetariana



Figura #9
Razón de consumo de comida vegetariana



Análisis: En el tabla 10 y la figura 14 y 15 muestra los resultados de las razones que inclinan a la decisión para optar por este tipo de alimentación y su gastronomía de las personas encuestadas el 47,52% eligieron por salud, el 40,73% por los derechos de los animales siendo estas dos razones la mayoría que influencia a sus consumidores entre ambas el 88,25%, una parte de la población el 8,36% elige este tipo de gastronomía por ser una nueva tendencia no solo en el país también mundial, dejando al 3,39% por religión como la menor razón en Guayaquil por los que los consumidores optan por la gastronomía vegetariana.

Pregunta 2.- ¿Con que frecuencia consume comida vegetariana en la semana?

Tabla #7
Frecuencia de consumo de comida vegetariana

¿Con que frecuencia consume comida vegetariana en la semana?	frecuencia	porcentaje
Exclusivamente	104	27,15%
Diariamente	124	32,38%
2-5 veces a la semana	99	25,85%
1 vez a la semana	56	14,62%
Total	383	100,00%

Figura #10
Frecuencia de consumo de comida vegetariana



Figura #11
Frecuencia de consumo de comida vegetariana



Análisis: la tabla 11 y las figuras 16 y 17 muestra la frecuencia de consumo de la población encuestada en el cual en el cual exclusivamente tiene el 27,15%, diariamente 32,38%, 25,82% de 2 a 5 veces a la semana y 1 vez a una semana un 14,64%. Se obtuvo de los datos que entre las personas que optan por la gastronomía vegetariana hay una parte de la población que no son consumidores frecuentes esta información permite apreciar que no solo los vegetarianos se inclinan por esta dieta.

Pregunta 3.- ¿De las siguientes opciones ¿cuál tipo de comida vegetariana es de su preferencia?

Tabla #8
Preferencia del tipo de gastronomía vegetariana

¿De las siguientes opciones ¿cuál tipo de comida vegetariana es de su preferencia?	Respuestas	
	N	Porcentaje de casos
Típica ecuatoriana	235	61,4%
Fast Food	105	27,4%
Medio Oriente	104	27,2%
Europea	73	19,1%

Figura #12
Preferencia del tipo de gastronomía vegetariana



Análisis: La tabla 12 y la figura 18 nos muestra las respuestas de opción múltiple de los encuestados Enel cual se muestra las preferencias entre la gastronomía ecuatoriana y de otros países estas sin llevar carne de origen animal (vegetarianas). 235 personas un 61,40% de los encuestados marcaron la opción 1(Gastronomía típica ecuatoriana vegetariana) como una de sus preferencias, 105 personas un 27,40% de los encuestados marcaron la opción (comida Fast Food vegetariana) como una de sus preferencias , 104 personas un 27,40 marcaron la opción 3(comida del medio oriente vegetariana)como una de sus preferencias, 73 personas un 19,10 de los encuestados marcaron la opción 4(comida europea vegetariana) como una de sus preferencias y 135 un 39,9% marcaron al opción 5(gastronomía Oriental vegetariana) como una de sus preferencias. Mediante los resultados obtenidos se puede apreciar que entere las preferencias de los consumidores de gastronomía vegetariana la que más predomina es la típica ecuatoriana y la segunda preferencia es al oriental.

Pregunta 4.- ¿Ha sentido algún tipo de beneficio en su salud durante el periodo de consumo de comida vegetariana?

Tabla #9
Presencia de beneficio en la salud por consumo de gastronomía vegetariana

4. ¿Ha sentido algún tipo de beneficio en su salud durante el periodo de consumo de comida vegetariana?	frecuencia	porcentaje
SI	337	87,99%
NO	46	12,01%
Total	383	100,00%

Figura #13
Presencia de beneficio en la salud por consumo de gastronomía vegetarianana

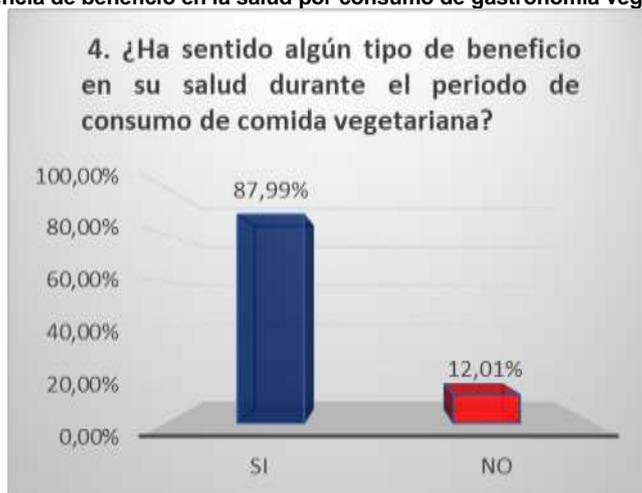


Figura #14
Presencia de beneficio en la salud por consumo de gastronomía vegetarianana



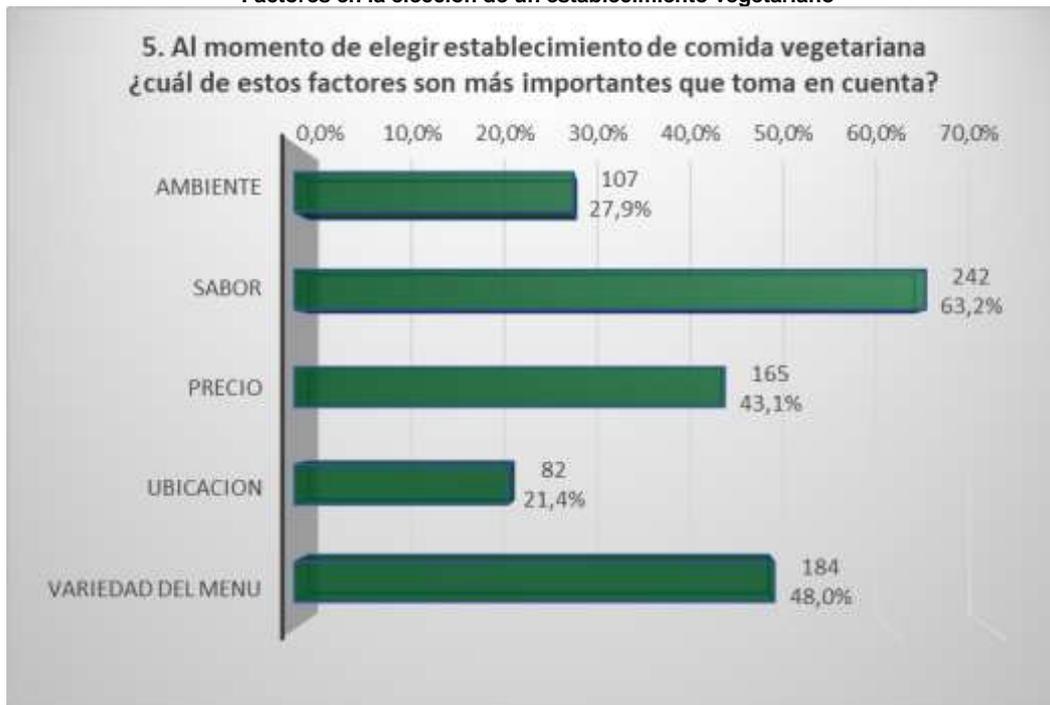
Análisis: En la tabla 13 y la figura 19 y 20 se puede observar que la mayoría de los encuestados 337 personas un total del 87.99% estima que el consumo de comida vegetarianana a tenido una influencia positiva en su salud mejorando así su calidad de vida, mientras que el 12,01% 16 de los encuestados indican que no han sentido ningún tipo de cambio en beneficio de su salud. Se puede determinar que en correlación a la frecuencia de consumo puede haber una variante en la influencia que esta tenga en la salud, los datos obtenidos no demuestran que si existe una presencia de mejoramiento de salud en aquellas personas que consumen gastronomía vegetarianana.

Pregunta 5.- Al momento de elegir establecimiento de comida vegetarianana ¿cuál de estos factores son más importantes que toma en cuenta?

Tabla #10
Factores que intervienen en la elección de un establecimiento vegetariano

5. Al momento de elegir establecimiento de comida vegetariana ¿cuál de estos factores son más importantes que toma en cuenta?	Respuestas	
	N	Porcentaje de casos
Ambiente	107	27,9%
Sabor	242	63,2%
Precio	165	43,1%
Ubicación	82	21,4%
Variedad del menú	184	48,0%

Figura #15
Factores en la elección de un establecimiento vegetariano



Análisis: Los resultados de la pregunta de opción múltiple para determinar los factores que intervienen en la selección de un establecimiento de venta de comida vegetariana que se muestra en la tabla 14 y el grafico 21 muestra que 107 el 20,90% de los encuestados eligieron ambiente, 242 el 63,20% de los encuestados eligieron sabor, 165 el 43,10% de los encuestados eligieron precio, 82 el 21,40% de los encuestados eligieron la ubicación y 184 el 48% de los encuestados eligieron la variedad del menú. Se puede estimar en base a los resultados que el principal factor al momento de elegir un establecimiento de comida vegetariana es el sabor con un 63,20% más de la mitad de encuestados, seguido de la variedad del menú con un 48% casi llegando a la mitad, el precio con 43% siendo la tercera opción consideración al momento de elegir un establecimiento vegetariano dejando al ambiente y la ubicación con un 27,9% y un 21,40% respectivamente que no representa ni un tercio de los encuestado de la muestra.

Pregunta 6.- ¿Es usted vegetariano?

Tabla #11
Porcentaje de vegetarianos de la muestra

6. ¿Es usted vegetariano?	frecuencia	porcentaje
SI	256	66,84%
NO	127	33,16%
Total	383	100,00%

Elaborado por el autor.

Figura #16
¿Es usted vegetariano?

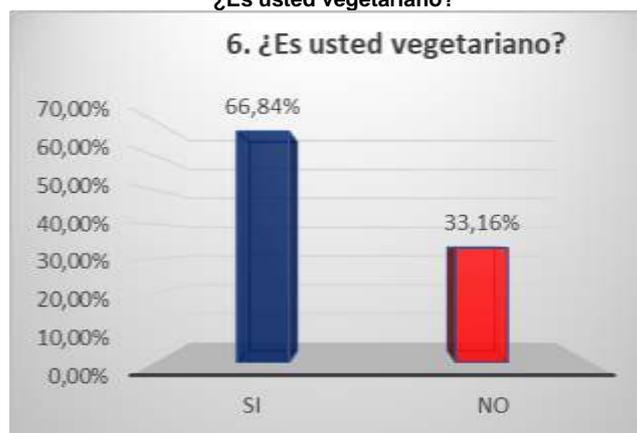


Figura #17
¿Es usted vegetariano?



Análisis: En la tabla 15 y la figura 22 y 23 se puede apreciar los resultados para identificar el porcentaje de personas que son vegetarianas y quienes no, pero consume gastronomía vegetariana de la muestra de 383 personas se observa que 256 personas se consideran vegetarianas un total de 66,84% y que un 33,16% un total de 127 personas afirman no ser vegetarianas, pero en su dieta consumen gastronomía vegetariana

Pregunta 7.- ¿Qué tipo de vegetarianismo practica?

Tabla #12
¿Qué tipo de vegetarianismo practica?

7. ¿Qué tipo de vegetarianismo practica?	frecuencia	porcentaje
Vegano - No consumen alimentos de origen animal.	35	13,67%
Ovo-Lacto-Vegetariano - Incluyen lácteos y vegetales en su dieta.	145	56,64%
Lacto-Vegetariano - Incluyen lácteos, huevos y vegetales en su dieta.	27	10,55%
Ovo-Vegetariano - Incluyen huevos y vegetales en su dieta.	49	19,14%
Total	256	100,00%

Figura #18
¿Qué tipo de vegetarianismo practica?



Figura #19
¿Qué tipo de vegetarianismo practica?



Análisis: La pregunta siete muestra la respuesta de los encuestados que respondieron si en la pregunta 6 afirmando que, si eran vegetarianos, por medio de los resultados de la tabla 16 y el gráfico 24 y 25 se puede observar que el 13,67% de los vegetarianos son veganos, el 56,64% son lacto-vegetarianos, el 10,55% ovo-lacto-vegetarianos y el 19,14% ovo-vegetarianos. Mediante la información de las encuestas.

Pregunta 8.- ¿Cuánto tiempo tiene usted como vegetariano?

Tabla #13
Tiempo como vegetariano

8. ¿Cuánto tiempo tiene usted como vegetariano?	frecuencia	porcentaje
1-10 años	159	62,11%
11-20 años	36	14,06%
21-30 años	48	18,75%
31-40 años	6	2,34%
41-50 años	7	2,73%
Total	256	100,00%

Figura #20
Tiempo como vegetariano

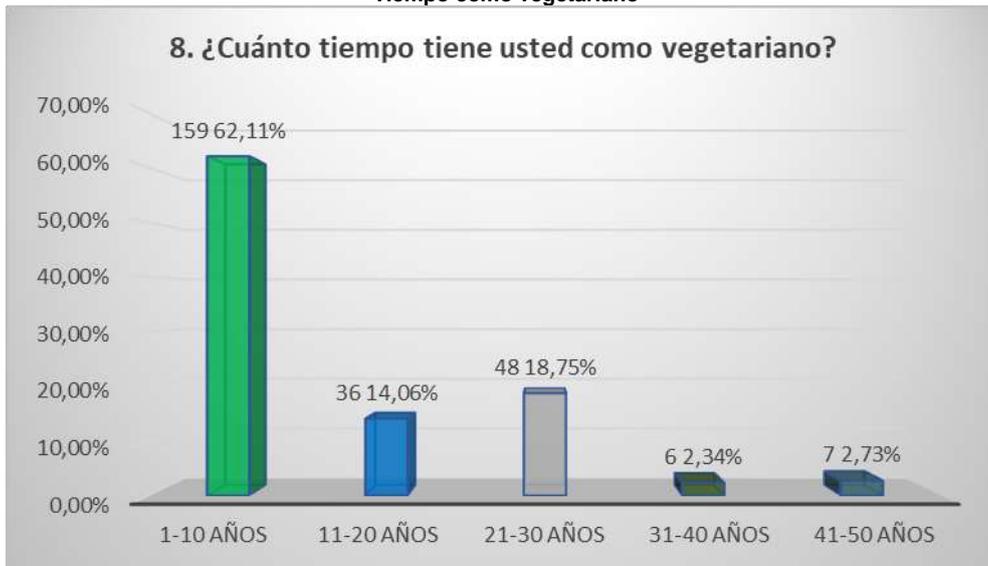


Figura #21
Tiempo como vegetariano



Análisis: en la tabla 17 y la figura 26 y 27 muestra los resultados de las respuestas de los encuestados que respondieron si en la pregunta 6 afirmando que son vegetarianos los datos reflejan que ente la muestra de la población a estudiar el 62,11% llevan entre 1 a 10 años una alimentación vegetariana, la opción 2 y 3 con un porcentaje de 14,06% y 18,75% respectivamente están en 11 a 20 años siguiendo de 21 a 30 años existiendo una minoría en personas de 31 a 50 años siendo vegetariana con un aproximado del 5% en la suma de la opción 4 y 5.

3. Conclusión y recomendaciones

Con el fin de estudiar la situación gastronómica del vegetarianismo en la ciudad de Guayaquil se realizó un estudio.

3.1 Conclusión

Los estudios realizados de esta tesis permitieron las siguientes conclusiones:

Como uno de los objetivos de este estudio para formar un perfil del consumidor de gastronomía vegetariana de la ciudad de Guayaquil para obtener datos que permitan establecer un perfil de los consumidores y conocer a su población se realizó un estudio cuantitativo a los consumidores de esta gastronomía permitiendo recolectar datos sobre edad, sexo, ocupación, razón de consumo, frecuencia de consumo, preferencia gastronómica, beneficio en la salud, factores al momento de

elegir un establecimiento vegetariano, porcentaje de vegetarianos entre sus consumidores, que tipo de vegetarianismo practican y cuantos años llevan siendo vegetarianos.

Entre la muestra estudiada se puede apreciar que de entre 10 consumidores de gastronomía vegetariana 6 son mujeres y 4 hombres, la mayoría de vegetarianos son personas entre los 18 y 30 años de edad esto haciendo concordancia en que las 3 principales ocupaciones son estudiantes, empleados/profesionales y trabajadores independientes.

Mediante los resultados obtenidos se puede apreciar que existe una gran aceptación en la gastronomía vegetariana por parte de los jóvenes que comprende en el rango de edad de 18 a 25 años formando una tercera parte de la muestra. El análisis de resultados nos permite observar que entre las mayores razones por lo que una persona opta por el consumo de gastronomía vegetariana esta la salud y los derechos animales, se puede concluir que esto se debe a que entre la cultura de los jóvenes en la actualidad se está fomentando el cuidado de la salud y que está en su mayoría muestra resultados de beneficio en la salud, otras de las razones son los derechos animales como parte de una campaña de concientización mundial que ofrece los diversos grupos que promueven el vegetarianismo.

Aunque existen diversos factores que pueden repercutir en la aceptación de una dieta vegetariana no todos los consumidores de este tipo de gastronomía son vegetarianos esto se puede apreciar mediante el resultado de las encuestas del estudio en el cual detalla que solo el 66,84% de los encuestados son vegetarianos, permitiendo afirmar que el consumo o adopción parcial de este tipo de gastronomía no es exclusiva de la población vegetariana. También que no toda la población que demanda este tipo de preparación gastronómica sin uso de géneros cárnicos de origen animal la consume exclusivamente ni diariamente como parte de su dieta, sino que su consumo en algunos casos es semi-frecuente y en otros esporádicos.

En la ciudad de Guayaquil se pudo concluir mediante el estudio realizado que entre las preferencias de la gastronomía vegetariana los comensales se inclinan en un mayor número por la gastronomía típica vegetariana y la oriental en una menor escala esto debido a una gran presencia de restaurantes de índole oriental. Entre los puntos en consideración se toma en el momento de elegir un establecimiento vegetariano los principales son el sabor, variedad de menú y el precio.

Entre los vegetarianos existe una subdivisión de la cuales la mayoría son los ovo-lacto-vegetarianos y la minoría los veganos., existiendo otros que ocupan la media como el lacto-vegetariano y el ovo-vegetariano. En la actualidad han comenzado a existir nuevas variantes de vegetarianos denominados cada uno por su estilo de alimentación, pero al no tener una fuente científica de donde sustentante no se tomó en cuenta estas variantes.

En correlación de los grupos estudiados se pudo apreciar que la mayoría de personas encuestadas de la población estudiada que son vegetarianos tienen un rango de 1 a 10 años como vegetarianos él 62,11%, mientras que el 37,89% de los vegetarianos comprende un espectro de tiempo como vegetariano de 11 a 50 años. Mediante los datos recolectados se puede plantear que las personas mayores de 30 años de los encuestados que han optado por este tipo de dieta sobrepasan los 10 años como vegetarianos y se ha vuelto parte de su vida diaria esta dieta sin repercutir en su salud por lo cual no se han visto obligados a dejarla convirtiéndose en base y ejemplo para los jóvenes en que este tipo de dieta puede cumplir con las exigencias del paladar en cuanto a sabor también salud e ideales de los comensales.

A través del estudio de campo realizado mediante entrevistas a propietarios de establecimientos de alimentos & bebidas y del área de nutrición se pudo concluir con los propietarios de restaurantes vegetarianos que existe un crecimiento en la demanda por parte de comensales jóvenes en algunos casos pero con una clientela frecuente de adultos de mediana edad, también se pudo determinar que la oferta gastronómica independiente de la nacionalidad del propietario se inclina pro al comida típica del país la comida ecuatoriana en algunos casos también ofertan la de su país de origen como una opción.

La recolección de información permite apreciar que es común ver una orientación religiosa entre los propietarios que se inclina al vegetarianismo, pero si afectar a la preferencia de los comensales,

dependiendo de su orientación religiosa o país de origen existe casos en que la dieta básica no implementa el uso de cebolla y ajo en sus preparaciones.

Entre la información obtenida mediante la entrevista realizada al nutricionista Dietista Paul Flores se puede concluir que entre la población de vegetarianos no existe un control en consecuencia con la implementación de la dieta vegetariana. La mayoría son autodidactas en lo que corresponde a su cuidado nutricional el cual podría afectar la salud debido a que existe algunos nutrientes que no se encuentra en abundancia en el reino vegetal y otros como la vitamina B12 que es de origen animal, y no se encuentran en alimentos de origen vegetal a menos que estos sean fortificados.

3.2 Recomendaciones

Se planea las siguientes recomendaciones a partir de los datos del estudio realizado;

Entre los puntos a notar es la carencia de establecimientos vegetarianos que oferten gastronomía vegetariana en la noche, para lo cual se recomienda un estudio de factibilidad para restaurantes de tipo vegetariano para futuros emprendimientos en la ciudad de Guayaquil.

La dieta omnívora tiene diversos perjuicios en la salud y es un causante de daño ambiental, lo cual la hará insostenible en años futuros por lo cual se recomienda mediante investigaciones futuras el estudio e implementación de todos los productos de origen vegetal en la gastronomía ecuatoriana y la aplicación de las nuevas tendencias para mejorar la competitividad gastronómica que se genera debido a la constante evolución de las técnicas culinarias en todo el mundo.

El estudio reveló que no existe una organización establecida para los restaurantes vegetarianos, ni una sociedad vegetariana como tal en el país que permita recolectar y verificar la información de vanguardia en cuanto los estudios del vegetarianismo que se realizan en diversos países del mundo. Permitiendo contar con información fidedigna del vegetarianismo tanto para las ramas de salud como para el área gastronómica del país.

Durante el proceso de investigación se identificó la carencia de estudio relevantes a la población vegetariana principalmente un censo de esta población, se plantea a los órganos competentes analizar y realizar un énfasis en los estudios de esta población que mediante los datos obtenidos se aprecia un crecimiento en el mundo de la población vegetariana y de los consumidos de este tipo de gastronomía. Este tipo de estudio puede permitir a futuros emprendedores e investigadores contar con información exacta sobre las personas que en su dieta integran el consumo de la gastronomía vegetariana.

Debido a que la alimentación vegana es más estricta y su dieta carece de cualquier alimento de origen animal se recomienda realizar un estudio en correlación a preparaciones veganas y como una oferta gastronómica pueda contar con los nutrientes necesarios en la dieta de una persona vegana. Estudiando qué tipo de suplementos y como se deben utilizar para realizar una correcta oferta de gastronomía vegana.

Se recomienda ampliar las variables que puedan influir en las razones para elegir una dieta vegetariana o consumirla eventualmente, también qué tipo de influencia puede tener el factor socioeconómico en la elección de la gastronomía vegetariana. Determinar si la dieta vegetariana beneficia verdaderamente en la longevidad de sus consumidores y estudiar su veracidad en la salud que pueda evitar padecer enfermedades frecuentemente y tener un menor riesgo de padecer cáncer.

Referencias

1. Alvarado Chunga, G. M. (2012). Restaurante Vegetariano en el norte de Guayaquil (tesis de pregrado). Guayaquil, Guayas, Ecuador: UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTIAGO DE GUAYAQUIL. Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/8366/1/T-UCSG-PRE-ECO-GES-347.pdf>
2. Andreu Ivorra, M. J. (2016). Nutrición y Salud en la Dieta Vegana (Tesis de Maestría). España: Universitat Oberta de Catalunya. Obtenido de <http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/handle/10609/58407>
3. Área de Toxicología. Universidad de La Laguna. España. (Enero de 2007). El zinc: oligoelemento esencial. Revista Online Scielo. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0212-16112007000100012
4. Behar Rivero, D. S. (2013). *Metodología de la investigación*. Shalom.
5. Briones, G. (1996). Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales. Bogotá: Instituto Colombiano para el fomento de la educación superior, ICFES.
6. Bustos Briones, M., & Zúñiga Ayala, A. M. (2015). Diseño de bar restaurante vegetariano para el desarrollo gastronómico de la ciudad de Guayaquil (Tesis de pregrado). Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/4851/1/T-UCSG-PRE-ESP-AETH-260.pdf>
7. Cámara de Comercio Ecuatoriana Americana de Guayaquil. (2011). Pulso del Consumidor Ecuador 2011. Ecuador. Obtenido de <https://es.slideshare.net/amchamguayaquil/presentacion-pulso-consumidor-ecuador-amcham-guayaquil>
8. Campuzano Guerrero, S. V., & Paz Sanchez, K. M. (2002). Proyecto de creación de un restaurante vegetariano en la ciudad de Guayaquil y su respectivo plan de marketing (Tesis de Grado). Escuela Superior Politécnica del Litoral. Guayaquil, Guayas, Ecuador. Obtenido de <https://www.dspace.espol.edu.ec/bitstream/123456789/3653/1/6180.pdf>
9. Cayllante Cayllagua, J. P. (2014). Vegetarianismo. *Revistas Bolivianas*, 5. Obtenido de http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/raci/v42/v42_a03.pdf
10. Cea D' Ancona, Á. M. (1999). *Metodología Cuantitativa Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis sociología.
11. Cerda Gutiérrez, H. (1993). *LOS ELEMENTOS De la INVESTIGACION COMO RECONOCERLOS INVESTIGARLOS Y CONTRUIRLOS*. Bogotá: ED IT O RIA L EL BUHO LTDA.
12. Departamento de Salud de la Universidad Brown. (2015). Rhode Island, Estados Unidos. Obtenido de <https://www.brown.edu/campus-life/health/services/promotion/nutrition-eating-concerns-eating-well-brown/being-vegetarian>
13. El Universo. (22 de Septiembre de 2011). Beneficios del Vegetarianismo. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/2011/09/22/1/1534/beneficios-vegetariano.html>
14. El Universo. (25 de Enero de 2014). La vaca es sagrada en un restaurante hindú local. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2014/01/25/nota/2079111/vaca-es-sagrada-restaurante-hindu-local>
15. El Universo. (3 de Julio de 2014). Mr. Wang Ho, comida típica vegetariana. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2014/07/03/nota/3181536/mr-wang-ho-comida-tipica-vegetariana>
16. Ensanut. (2012). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. Ministerio de Salud Pública del Ecuador, Instituto Nacional de Estadística y Censos, Guayaquil. Obtenido de http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf
17. Expreso. (13 de Julio de 2013). Santuarios de la comida vegetariana. Obtenido de http://www.expreso.ec/guayaquil/santuarios-de-la-comida-vegetariana-MUGR_4803278
18. Expreso. (10 de Enero de 2015). Fuera de casa se come mal y de más. *200 calorías más por plato consume aquel que se alimenta fuera del hogar, según estudio*. Obtenido de http://www.expreso.ec/historico/fuera-de-casa-se-come-mal-y-de-mas-KXGR_7441018
19. Expreso, D. (13 de Julio de 2013). Santuarios de la comida vegetariana. *Crece oferta de restaurantes libres de carne. La estrategia: "engañar" el gusto de los comensales*. Obtenido de http://www.expreso.ec/guayaquil/santuarios-de-la-comida-vegetariana-MUGR_4803278
20. Galelli, C. Y., & Rocha, N. A. (2015). Reflexiones sobre procedimientos interculturales en libros didácticos de lengua española para brasileños. Argentina: Revista bianual SIGNOS ELE. Obtenido de <http://p3.usal.edu.ar/index.php/elesup/article/view/3254>
21. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2010). *Resultado del Censo 2010 de la población y vivienda en el Ecuador*. Obtenido de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/censo-de-poblacion-y-vivienda/>
22. Jairala Baque, E. P., & López Flores, I. V. (Septiembre de 2016). Estudio de mercado para la comercialización de comida vegetariana en la Universidad de Guayaquil (Tesis de grado). Guayaquil: Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/19269/1/TESIS%20ESTUDI%20DE%20MERCADO%20PARA%20COMERCIALIZACION%20DE%20COMIDA%20VEGE.pdf>

23. Le Roy Olivos, C. (2010). Vegetarian diets in children. MEDWAVE. Obtenido de <http://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Reuniones/4775>
24. Loma Linda University. (2008). Vegetarian Food Piramide . California, E.E.U.U. Obtenido de <http://www.vegetariannutrition.org/6icvn/food-pyramid.pdf>
25. López González, E. L. (2004). VEGETARIANISMO: UN MERCADO Y ESTILO DE VIDA EN CRECIMIENTO O UNA MODA PASAJERA. Guatemala. Obtenido de <http://repositorio.ausjal.org/handle/20.500.12032/433389>
26. Organización Mundial de la Salud . (2017). Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional. Obtenido de http://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_content&view=article&id=1864:panorama-de-la-seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=360
27. Ortega Toledo, G. A., & Suárez Figueroa, D. C. (2015). Análisis del perfil de los consumidores de comida vegetariana en la ciudad de Guayaquil. Estudio del caso estrato B.(Tesis de pregrado). Guayaquil, Guayas, Ecuador: Universidad Católica Santiago de Guayaquil.
28. Ortiz, D. A., & Flores, M. (Septiembre de 2008). Consumo de productos orgánicos / agroecológicos. Ecuador: EL Chasqui ediciones. Obtenido de <http://www.siicex.gob.pe/siicex/documentosportal/alertas/documento/doc/63780450radBF21D.pdf>
29. Paneque, J. R. (1998). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN ELEMENTOS BÁSICOS PARA LA INVESTIGACIÓN CLÍNICA*. Habana: Hospital "Hermanos Ameijeiras".
30. Rivas, N. K., & LederGerber, R. J. (Mayo de 2015). Diseño del plan de marketing para la expansión e incremento de participación de mercado en el restaurante vegetariano "Lorenabo" ubicado en la ciudad de Guayaquil(Tesis de Grado). Guayaquil, Guayas, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana . Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/10022/1/UPS-GT001028.pdf>
31. Rodríguez Gómez, D., & Valldeoriola Roquet, J. (2012). Metodología de la investigación. Mexico: Red Tercer Milenio. Obtenido de http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Axiologicas/Metodologia_de_la_investigacion.pdf
32. Sabaté, D. J. (2005). *Nutrición Vegetariana*. Yuncos, Toledo(España): Safeliz.
33. Sabino, C. (1992). *El proceso de la investigación* . Caracas: Panapo.
34. Salazar, M. F. (2012). ESTUDIO DE FACTIBILIDAD PARA IMPLEMENTAR UN RESTAURANTE VEGETARIANO GOURMET EN LA CIUDAD DE GUAYAQUIL(Tesis de pregrado). Guayaquil, Guayas, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/307/1/T-UCSG-PRE-ESP-AETH-41.pdf>
35. Sociedade Vegetariana Brasileira. (2017). saúde. Brasil. Obtenido de <https://www.svb.org.br/vegetarianismo1/saude>
36. Toledo, G. A., & Figueroa, D. C. (Septiembre de 2015). Análisis del perfil de los consumidores de comida vegetariana en la ciudad de Guayaquil. Estudio del caso estrato B.(Tesis de Grado). Guayaquil, Guayas, Ecuador: Universidad Católica Santiago de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/4260/1/T-UCSG-PRE-ESP-CIM-135.pdf>
37. Unión Vegetariana Internacional. (2017). Vegetarianismo. *Miembros*. Alemania. Obtenido de <https://ivu.org>
38. Villegas, D., & Quintana, G. (11 de Junio de 2017). Vegetarianismo y niños. *La Revista*. Obtenido de <http://www.larevista.ec/orientacion/salud/vegetarianismo-y-ninos>
39. Weil, P. A., & Rodwell, R. K. (2003). *Harper's Illustrated Biochemistry*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.