Universidad Modular Abierta
Facultad de Ciencias Económicas.
Centro Regional de Sonsonate

ECONOMÍA LOCAL Y RESILIENCIA SOCIAL: ANÁLISIS DE LA CANASTA BÁSICA EN EL DISTRITO DE SONSONATE

JACQUELINNE CRISTINA RIVERA OCHOA
ILIANA ELIZABETH COTO

ECONOMÍA LOCAL Y RESILIENCIA SOCIAL: ANÁLISIS DE LA CANASTA BÁSICA EN EL DISTRITO DE SONSONATE

Mtra. Jacquelinne Cristina Rivera Ochoa

Mtra. Iliana Elizabeth Coto

Investigación 2025

381.41
R621e Rivera Ochoa, Jacquelinne Cristina
Economía local y resiliencia social : análisis de la canasta
slv básica en el distrito de Sonsonate / Jacquelinne Cristina Rivera
Ochoa, Iliana Elizabeth Coto. -- 1ª ed. -- Sonsonate, El Salv. :
Editorial UMA, 2025.
64 p. : il. col. ; 23 cm.

Incluye gráficos y tablas.

ISBN 978-99983-58-72-0 (Impreso)

1 Abastecimiento de alimentos. 2 Agricultura-Aspectos
ecónomicos-El Salvador. I. Coto, Iliana Elizabeth, coaut. II. Título.

BINA/jmh

ISBN: 978-99983-58-72-0

Dra. Judith Virginia Mendoza de Díaz.
Rectora de la Universidad Modular Abierta.

Mtro. Edgar Armando Jiménez Yánez.
Vicerrector.

Mtro. Victor Vladimir Guardado.
Decano de la Facultad de Ciencias Económicas.

Mtra. Jacquelinne Cristina Rivera Ochoa.
Mtra. Iliana Elizabeth Coto.
Autoras.

Miriam Reyes
Coordinadora de Diseño Gráfico
administracion@servimpresos.com.sv

@Copy Right
El Salvador
Primera edición
10 ejemplares

Universidad Modular Abierta
1a. Calle Poniente # 2817.
San Salvador , El Salvador C.A.
Tels.: (503) 2260 - 5320
www.uma.edu.sv

Resúmen

La presente investigación aborda el desafío crítico de la precariedad económica y la inseguridad alimentaria que enfrentan los hogares en el municipio de Sonsonate Centro, resultado de la restricción presupuestaria impuesta por los altos costos de la canasta básica (CB) y los bajos niveles de ingresos, a menudo informales. Los choques externos como la inflación exacerban esta vulnerabilidad, obligando a las familias a adoptar estrategias de afrontamiento perjudiciales (reducción nutricional, endeudamiento).

La justificación radica en la necesidad de generar evidencia local y desagregada que cuantifique la carga económica de la CB, diferencie las realidades entre las zonas urbanas y periurbanas del municipio, e identifique los grupos sociodemográficos más expuestos. Esta información es fundamental para la formulación de políticas públicas municipales eficaces y focalizadas que fortalezcan la resiliencia económica.

Descriptores: Canasta Básica (CB) / Canasta Básica Alimentaria (CBA), Bienestar Económico, Hogares

Introducción

La estabilidad y el bienestar económico de los hogares, son pilares fundamentales para el desarrollo social. En el contexto del municipio de Sonsonate Centro, este bienestar se encuentra severamente condicionado por la capacidad de las familias para acceder a los bienes y alimentos esenciales que componen la Canasta Básica (CB). La presente investigación se enfoca en analizar la crítica incidencia del costo y la composición de la canasta básica en la economía familiar, un factor que determina directamente el nivel de vida y la vulnerabilidad ante la inseguridad alimentaria.

Sonsonate Centro, se caracteriza por una economía dinámica basada en el comercio, pero marcada por una significativa heterogeneidad en la distribución del ingreso y una alta dependencia de empleos informales o de bajos salarios. Esta realidad choca frontalmente con el aumento sostenido de los precios de los productos esenciales, exacerbado por la inflación y los choques en los mercados nacionales e internacionales.

Esta dinámica impone una restricción presupuestaria crítica sobre los hogares, obligándolos a destinar una proporción desproporcionada de sus ingresos a la alimentación (entre el 50% y 80% según datos referenciales). Como resultado, las familias recurren a estrategias de afrontamiento económico potencialmente perjudiciales, tales como la reducción de la calidad nutricional, la omisión de comidas o el endeudamiento para garantizar la subsistencia. La variabilidad de estos costos y patrones de consumo entre las zonas urbanas y las áreas periurbanas/ rurales del municipio subraya la necesidad de un diagnóstico localizado.

La pertinencia de este estudio, radica en la ausencia de evidencia empírica local y precisa que cuantifique cuánto del ingreso familiar se destina a la canasta básica en Sonsonate Centro y cómo esto varía por perfil de hogar. Al generar estos datos, la investigación provee información esencial para comprender las estructuras diferenciadas de vulnerabilidad.

Contenido

CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 11

1.1 Situacion Problematica 11

1.2 Enunciado del Problema 12

1.3 Justificacion 12

1.4 Objetivos 13

1.4.1 Objetivo General 13

1.4.2 Objetivos Específicos 13

CAPITULO II MARCO REFERENCIAL 15

2.1 MARCO HISTORICO 15

2.1.1 Panorama General de la Economia Sonsonateca 15

2.2 MARCO TEORICO 16

2.2.1 ¿Qué es la Canasta Básica de alimentos (Cba)? 16

2.2.2 Canasta Basica Alimentaria en El Salvador (Cba) 16

2.2.2.1 Comparación Regional de las Cba en Centroamerica 17

2.2.2.2 Composición Típica de las Cba en Centro América 19

2.2.3 Seguridad Alimentaria 20

2.2.4 ¿Qué es el Poder Adquisitivo? 21

2.2.4.1 Factores que Influyen en el Poder Adquisitivo 21

2.2.4.2 Características del Poder Adquisitivo 22

2.2.4.3 Utilización del Poder Adquisitivo 22

2.2.4.4 Tipos de Poder Adquisitivo 22

2.2.4.5 Ventajas y Desventajas del Poder Adquisitivo 22

2.2.5 Estrategias de Afrontamiento Económico 24

2.2.5.1 Clasificacion de las Estrategias de Afrontamiento(Eaf) 24

2.2.6 Economía del Consumo y Restricción Presupuestaria 25
2.2.7 Economia Familiar.....26

CAPITULO III METODOLOGIA 29
3.1 Enfoque 29
3.2 Diseño de Investigación 29
3.3 Alcance.....29
3.4 Población y Muestra. 29
3.5 Técnicas e Instrumentos.....31
3.6 Método Estadístico.....31

CAPITULO IV ANALISIS DE RESULTADOS 33
4.1 Segmentos 33
4.1.1 Segmento 1 Perfil Sociodemografico.....33
4.1.2 Segmento 2 Distribucion de Ingreso Familiar 37
4.1.3 Segmento 3 Patrones de Compra 39
4.1.4 Segmento 4 Mecanismos de Financiamiento 42
4.2 Descripción y Categorización por Segmento 44
4.2.1 Descripción del Perfil Sociodemográfico 44
4.2.2 Analisis Categorial de Perfil Sociodemográfico 46
4.2.3 Descripcion de la Distribución del Ingreso Familiar 47
4.2.4 Analisis Categorial de la Distribución de el Ingreso Familiar 48
4.2.5 Descripción del Patrón de Compra 48
4.2.6 Análisis Categorial Patrón de Compras 50
4.2.7 Descripcion de los Mecanismos de Financiamiento.....50
4.2.8 Analisis Categorial de los Mecanismos de Financiamiento 52
4.3 Análisis Inferencial General.....55

CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 55

5.1 Conclusiones 55

5.2 Recomendaciones 55

BIBLIOGRAFÍA 57

Anexos 61

Propuesta 61

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACION PROBLEMATICA

En el municipio de Sonsonate Centro, un porcentaje significativo de hogares enfrenta restricciones económicas que limitan su acceso a los bienes y alimentos que conforman la canasta básica. Los altos costos de los productos esenciales, combinados con niveles de ingreso bajos o informales y una variabilidad marcada entre barrios urbanos y áreas periurbanas o rurales, incrementan la vulnerabilidad de las familias frente a la inseguridad alimentaria y la precariedad económica.

Las diferencias en los patrones de consumo, en la disponibilidad de productos y en los costos de transporte y distribución pueden alterar tanto la composición como el precio efectivo de la canasta básica entre distintas zonas del municipio. A su vez, choques externos como la inflación, variaciones en los precios de los combustibles y las dinámicas de los mercados nacionales e internacionales se traducen en aumentos de precios que reducen la capacidad adquisitiva de los hogares y obligan a reordenar prioridades de gasto (alimentos, vestuario, transporte, pago de servicios y deudas).

Estas condiciones provocan estrategias de afrontamiento potencialmente perjudiciales, reducción de porciones, menor calidad nutricional, endeudamiento para comprar alimentos y generan costos sociales y económicos que afectan el bienestar familiar y la estabilidad comunitaria. Sin un diagnóstico localizado que cuantifique cuánto del ingreso se destina a la canasta básica, quiénes son los hogares más vulnerables y cómo varían las prácticas de compra y financiamiento, las políticas y programas municipales difícilmente podrán ser eficaces ni focalizados.

Por tanto, resulta necesario un análisis detallado que determine la incidencia del costo y la composición de la canasta básica en el bienestar económico de los hogares de

Sonsonate Centro, compare diferencias entre zonas y grupos sociodemográficos, e identifique los determinantes de inseguridad alimentaria y las estrategias de gasto y financiamiento empleadas por las familias. Los hallazgos permitirán diseñar recomendaciones de política pública y medidas de intervención local que mejoren el acceso a alimentos esenciales y fortalezcan la resiliencia económica de los hogares.

1.2 ENUNCIADO DEL PROBLEMA

¿Cómo inciden el costo y la composición de la canasta básica en el bienestar económico de los hogares del municipio de Sonsonate Centro?

1.3 JUSTIFICACION

El estudio sobre la canasta básica y su incidencia en la economía de los hogares del municipio de Sonsonate Centro es necesario para generar evidencia local y precisa que permita comprender cómo el costo y la composición de la canasta afectan el bienestar familiar. La canasta básica no es solo un indicador de precios; es una medida directa de la capacidad de los hogares para satisfacer sus necesidades alimentarias y mantener condiciones mínimas de vida, por lo que su análisis aporta información esencial para diseñar intervenciones efectivas. Además, su relevancia social y económica local permitirá visibilizar las diferentes realidades urbanas y periurbanas con diferenciadas estructuras de mercado, acceso a proveedores y costos logísticos, lo que puede producir variaciones significativas en disponibilidad y precios de los alimentos. También permitirá una mirada hacia la vulnerabilidad de hogares: debido a que muchos hogares dependen de ingresos informales o de salarios bajos; el comprender cuánto del ingreso se destina a alimentos y qué estrategias de financiamiento o afrontamiento emplean es clave para identificar a los grupos más expuestos a inseguridad alimentaria. Lo que permitiría brindar una aportación a la formulación de políticas públicas, tanto focalizadas: por ejemplo: Los resultados permitirán diseñar medidas locales más precisas —subsidios focalizados, programas de abastecimiento, ferias de precios, incentivos a mercados locales— basadas en datos por zona y por perfil de hogar. De

igual manera el monitoreo y evaluación que se logró permitió que la investigación ofrezca indicadores replicables para el seguimiento periódico del acceso a la canasta básica y la efectividad de políticas municipales. Se generó la contribución al conocimiento junto a los actores locales, a través de la práctica programática, proveyendo a autoridades municipales, ONG y organizaciones comunitarias información operativa sobre patrones de compra, lugares de abastecimiento y mecanismos de financiamiento para alimentos. En lo relativo a la academia mostró evidencia cuantitativa, sobre determinantes de la inseguridad alimentaria a escala municipal, enriqueciendo estudios regionales y facilitando comparaciones territoriales.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

- Analizar el costo de la canasta básica alimentaria y su incidencia en la economía familiar de los residentes del Municipio de Sonsonate Centro.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir el perfil sociodemográfico y laboral de los hogares encuestados
- Conocer la distribución del ingreso familiar
- Identificar el patrón de compras que se implementa en el Municipio
- Determinar la prevalencia de mecanismos de financiamiento para alimentos

CAPITULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1 MARCO HISTORICO

2.1.1 PANORAMA GENERAL DE LA ECONOMIA SONSONATECA

La economía del municipio de Sonsonate está basada en el comercio de diferentes productos. La ciudad está ubicada en el centro del departamento de Sonsonate, en ella se encuentran varias plantas procesadoras de productos lácteos, como la reconocida **Cooperativa Ganadeera de Sonsonate "La Salud**" esta empresa es la mayor fabricante de leche envasada en el país, llegando a una producción de más de 150,000 litros diarios y es reconocida en todo el territorio nacional por su marca de productos lácteos "Salud", líder en el mercado salvadoreño.

Cerca de la ciudad se encuentra **La Central de Izalco**, que es la central azucarera más grande del país.

La calle principal de Sonsonate aloja variedad de negocios y centro comerciales como **Metrocentro y Larista Plaza,** y en la carretera hacia Acajutla, vía By Pass se encuentra el **Centro Comercial "El Encuentro"** siendo una de las ciudades que más crecimiento comercial ha tenido en El Salvador.

Implementación de la Megaplaza

Como una solución a la proliferación del comercio informal en las calles de la ciudad, en enero de 2013 se inauguró el centro comercial Megaplaza que aloja 2380 locales. Se encuentra dividido en cuatro módulos: puestos de venta de ropa, cosméticos y salas de belleza; frutas y verduras; alimentos; y centro financiero. (Prensa Gráfica 2014).

2.2 MARCO TEORICO

2.2.1 ¿QUÉ ES LA CANASTA BÁSICA DE ALIMENTOS (CBA)?

Es una representación del costo de la suficiencia alimentaria de una persona o un hogar de referencia (CEPAL, 2021a). Al respecto, tal como plantea la OECD (2021), para su definición se utiliza una estructura de bienes y precios dada por patrones de consumo observados en un grupo de referencia (en base a encuestas nacionales de gastos de los hogares) y ajustados por balances dietéticos básicos.

En diversos países definen canastas básicas de consumo, las que cuentan no sólo con alimentos. En estas se incluyen bienes y servicios agrupados en categorías como alimentos y bebidas; ropa, calzado y accesorios; vivienda, muebles, aparatos y accesorios domésticos; salud y cuidado personal; transporte; educación y esparcimiento, así como otros servicios (García Bernal, n.d.). en este estudio será esta ultima la que tomaremos de referencia.

2.2.2 CANASTA BASICA ALIMENTARIA EN EL SALVADOR (CBA)

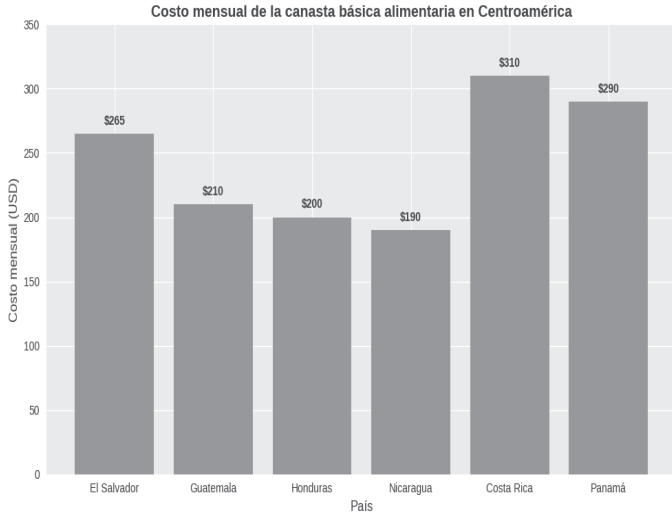
Al revisar literatura relacionada al tema se encontró que en El Salvador la CBA está compuesta solamente por 22 productos, lo que comparativamente se traduce a menos de la mitad de los productos que se tienen en otros países de la región centroamericana, Si bien es cierto la canasta salvadoreña incluye alimentos esenciales como: Tortillas, Arroz, Carnes, Frijoles, Vegetales, Frutas. Es de hacer notar que se tiene una variación significativa entre las zonas urbanas y rurales. (Canasta Básica Alimentaria de El Salvador, La Más Reducida Y Desactualizada de Centroamérica, 2025).

Costo Mensual de la CBA

- En enero de 2025, el costo de la canasta básica urbana se situó en $246.64mientras que en la zona rural fue de $179.97. (Alas, 2025)

Incrementos

- Desde 2019, el costo de la CBA ha aumentado significativamente, con un incremento del 25% en la canasta urbana y un aumento del 64% en el precio de los frijoles en cuatro años. (Urías, 2025)



Presión Económica

Las familias salvadoreñas destinan entre el 50% y el 80% de sus ingresos mensuales a la compra de alimentos básicos, lo que limita su capacidad para cubrir otros gastos esenciales como salud y educación. (Alas, 2025)

2.2.2.1 COMPARACIÓN REGIONAL DE LAS CBA EN CENTROAMERICA

La canasta alimentaria de El Salvador es una de las más costosas de Centroamérica en relación con el ingreso promedio, y presenta diferencias importantes en composición y precio respecto a países como Guatemala, Honduras y Nicaragua.

Este grafico muestra el costo mensual estimado de la canasta básica alimentaria en seis países centroamericanos.

Costa Rica encabeza la lista con un costo aproximado de $310, seguido por Panamá con $290.

El Salvador se ubica en tercer lugar con $265, lo que representa una carga significativa para los hogares con ingresos bajos. Guatemala, Honduras y Nicaragua tienen canastas más accesibles, aunque sus ingresos mínimos también son menores.

Aunque todos los países centroamericanos utilizan este concepto, existen diferencias en su cálculo, composición, periodicidad de actualización y relación con el ingreso mínimo

Tabla 1 Costo Mensual Promedio (2023-2025)

País	Costo mensual estimado (USD)	Observaciones
El Salvador	$250–$275	Una de las más altas; fuerte impacto de precios internacionales cdc.org.sv
Guatemala	$200–$220	Composición más diversa; incluye productos locales como frijol negro y maíz cdc.org.sv
Honduras	$190–$210	Alto consumo de granos básicos; menor variedad de carnes Republica.com
Nicaragua	$180–$200	Canasta más austera; fuerte dependencia de producción local cdc.org.sv
Costa Rica	$300–$320	Mayor calidad y variedad; precios más altos por regulación y estándares Republica.com
Panamá	$280–$300	Alto costo de vida urbano; fuerte dependencia de importaciones Republica.com
Fuente:	Copilot (2025)	

Tabla 2 Composición típica de las CBA-CA

2.2.2.2 COMPOSICIÓN TÍPICA DE LAS CBA EN CENTRO AMÉRICA					
El Salvador	**Guatemala**	**Honduras**	**Nicaragua**	**Costa Rica**	**Panamá**
Aceite	Aceite	Arroz	Aceite	Arroz	Arroz
Arroz	Arroz	Azúcar	Arroz		Carnes
Azúcar	Azúcar	Café	Azúcar	Carnes	Frijoles
Café	Frijol	Carne	Café	variadas	Leche
Carne de Res-Pollo		limitada.	Frijol	Frijoles	Pan
Frijoles	Negro	Frijol rojo	Maíz	Frutas	Pasta
Huevos	Maíz,	Huevos	Plátano	Leche	productos enlatados
Leche	Verduras	Maíz	Yuca	Pan	
Pan	Locales	Manteca		Verduras	
Tortilla	Carne de				
	Res - Pollo				
Fuente:	Copilot (2025)				

Relación con ingreso mínimo

- En El Salvador, la CBA representa entre el 60% y 70% del salario mínimo urbano, lo que genera presión económica en los hogares(cdc.org.sv)
- En Nicaragua y Honduras, aunque el costo es menor, el ingreso mínimo también lo es, por lo que el porcentaje destinado a alimentos sigue siendo alto.
- Costa Rica y Panamá tienen ingresos mínimos más altos, pero también canastas más costosas.

Factores asociados a las diferencias

- Estructura productiva: países con mayor producción agrícola local tienden a tener canastas más accesibles.
- Política de subsidios y regulación de precios: Costa Rica y Panamá regulan ciertos productos, lo que eleva la calidad, pero también el precio.
- Inflación y tipo de cambio: El Salvador, al usar el dólar, es más sensible a precios internacionales.
- Hábitos alimentarios: la diversidad cultural influye en los productos incluidos en cada país.

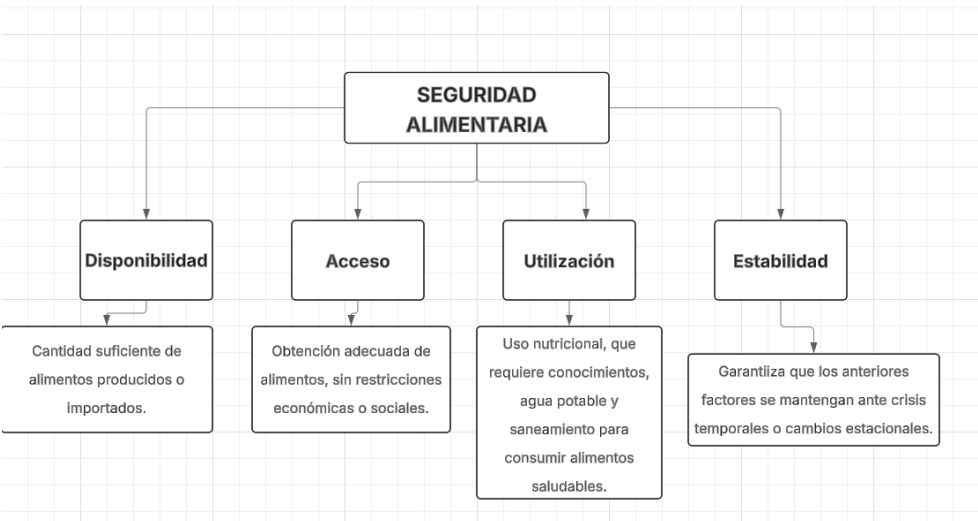


Ilustración 1 Seguridad Alimentaria

2.2.3 SEGURIDAD ALIMENTARIA

Es un concepto fundamental para el bienestar humano y el desarrollo sostenible. Según la FAO, se define como la situación en la que todas las personas tienen acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, seguros y nutritivos en todo momento. Esto significa que la disponibilidad no basta; es vital que los alimentos sean adecuados y las personas puedan obtenerlos fácilmente. Esta definición implica un equilibrio entre producción, distribución y acceso que impacta directamente en la salud y calidad de vida. En definitiva, la seguridad alimentaria es un derecho y una condición indispensable para garantizar el desarrollo humano y la estabilidad social (Gutiérrez 2025).

Desde un punto de vista técnico, la FAO identifica cuatro pilares esenciales de la seguridad alimentaria: disponibilidad, acceso, utilización y estabilidad. Estos se explican en el siguiente grafico:

2.2.4 ¿QUÉ ES EL PODER ADQUISITIVO?

Es lo que se refiere a la capacidad de compra que tiene un individuo o grupo para adquirir bienes y servicios con su ingreso disponible. Esta capacidad está determinada por varios factores incluyendo (Economía Planificada, 2023):

Tabla 3 Factores poder adquisitivo

2.2.4.1 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL PODER ADQUISITIVO	
Ingreso disponible	La cantidad de dinero que una persona tiene para gastar después de impuestos y gastos esenciales.
Nivel de precios	Los precios de los bienes y servicios en el mercado afectan directamente el poder adquisitivo.
Inflación	Un aumento en la inflación sin un incremento proporcional de ingresos reduce el poder adquisitivo.
Factores económicos	La tasa de interés y el costo de vida también influyen en la capacidad de compra de la población.

El poder adquisitivo es un indicador clave de la salud económica de una población y su capacidad para satisfacer necesidades y deseos.

2.2.4.2 CARACTERÍSTICAS DEL PODER ADQUISITIVO

Está determinado por (Economía Planificada, 2023):

- El ingreso disponible y el nivel de precios de los bienes y servicios.
- La región geográfica y el país.
- Factores económicos como la inflación y la tasa de interés.

2.2.4.3 UTILIZACIÓN DEL PODER ADQUISITIVO

Ilustración 2 Utilización del PA

2.2.4.4 TIPOS DE PODER ADQUISITIVO

- Poder adquisitivo nominal
- Poder adquisitivo real
- Poder adquisitivo per cápita
- Poder adquisitivo relativo
- Poder adquisitivo internacional
- Poder adquisitivo ajustado por inflación
- Poder adquisitivo de la moneda
- Poder adquisitivo de los salarios
- Poder adquisitivo de los precios
- Poder adquisitivo de los impuestos.

2.2.4.5 VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL PODER ADQUISITIVO

Tabla 4 Ventajas y Desventajas poder adquisitivo

Medir	Comparar	Determinar	Establecer	Evaluar
El nivel de vida de una sociedad El impacto de políticas económicas en la población	El nivel de vida entre diferentes países	El mercado potencial de un producto o servicio	El salario mínimo y las políticas de seguridad social	La efectividad de programas de ayuda social y reducción de la pobreza

Ventajas	Desventajas
-Permite a las personas adquirir bienes y servicios que satisfacen sus necesidades y deseos -Proporciona una mayor calidad de vida al permitir el acceso a bienes y servicios de mayor calidad. -Facilita la inversión en educación, salud y otros aspectos importantes para el desarrollo personal y profesional. -Contribuye al crecimiento económico al aumentar la demanda de bienes y servicios.	Si el poder adquisitivo disminuye: -Las personas pueden tener dificultades para comprar los bienes y servicios que necesitan. -Disminución en la calidad de vida y a una mayor pobreza. -Las empresas pueden tener dificultades para vender sus productos, lo que puede llevar a una disminución en la producción y el empleo.
-Permite a las personas ahorrar para el futuro y planificar su jubilación. -Proporciona una mayor seguridad financiera al permitir a las personas cubrir gastos imprevistos. -Facilita la movilidad social al permitir a las personas mejorar su situación económica. -Proporciona una mayor libertad y autonomía al permitir a las personas tomar decisiones sobre cómo gastar su dinero.	Si el poder adquisitivo aumenta: -Llevan a un aumento en los precios de los bienes y servicios -Crean inflación y a una disminución en el valor de la moneda.

Fuente: Creación Propia

2.2.5 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ECONÓMICO

Estas son respuestas conductuales, cognitivas y sociales que los hogares implementan para adaptarse a condiciones adversas, como la pérdida de ingresos, el desempleo, el endeudamiento o el aumento de precios de bienes esenciales. Estas estrategias pueden ser temporales o estructurales, y reflejan la capacidad de resiliencia económica de una familia.

Según Izquierdo Martínez (2020), las estrategias de afrontamiento son "los esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza una persona o grupo para manejar demandas internas o externas que son evaluadas como desbordantes o desafiantes para sus recursos". Aunque este concepto se originó en la psicología, ha sido ampliamente adoptado en estudios económicos y sociales para analizar cómo los hogares enfrentan crisis financieras.

2.2.5.1 CLASIFICACION DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO(EAF)

Tabla 5 Clasificación de EAF

En el contexto económico, estas estrategias pueden clasificarse en:	
Reducción del consumo	Disminuir la cantidad o calidad de los alimentos, eliminar productos no esenciales, saltarse comidas.
Diversificación de ingresos	Buscar trabajos adicionales, autoempleo, venta de bienes o servicios informales.
Endeudamiento	Recurrir a préstamos formales o informales, fiado en tiendas, uso de tarjetas de crédito.
Apoyo social	Recibir ayuda de familiares, vecinos, organizaciones comunitarias o instituciones públicas.
Reorganización del gasto	Priorizar alimentos sobre otros rubros como transporte, vestuario o educación.

Estas estrategias son especialmente visibles en hogares con ingresos bajos o empleo informal, donde la capacidad de respuesta ante shocks económicos es limitada. En Sonsonate Centro, por ejemplo, muchas familias recurren a préstamos para comida, reducir porciones o cambiar sus lugares de compra buscando precios más bajos. “Las estrategias de afrontamiento económico reflejan no solo la capacidad de adaptación de los hogares, sino también las limitaciones estructurales del entorno en el que viven” (Universidad San Marcos, 2021).

2.2.6 ECONOMÍA DEL CONSUMO Y RESTRICCIÓN PRESUPUESTARIA

La economía del consumo es una rama de la microeconomía que estudia cómo los individuos y hogares toman decisiones sobre qué bienes y servicios consumir, considerando sus preferencias, ingresos y los precios del mercado. En este enfoque, se asume que los consumidores buscan maximizar su utilidad o satisfacción personal, dentro de los límites que impone su presupuesto.

La restricción presupuestaria representa el conjunto de combinaciones de bienes que un consumidor puede adquirir si gasta todo su ingreso disponible. Esta restricción está determinada por el ingreso del consumidor y los precios relativos de los bienes. Cuando los precios cambian o el ingreso varía, el consumidor ajusta sus decisiones de compra, lo que se explica mediante dos efectos clave: el efecto ingreso (cambio en el poder adquisitivo) y el efecto sustitución (reemplazo de bienes más caros por otros más accesibles).

En contextos como el municipio de Sonsonate Centro, donde los ingresos son limitados y los precios de los alimentos pueden variar entre zonas urbanas y rurales, la restricción presupuestaria se vuelve un factor determinante en la seguridad alimentaria y el bienestar económico.

Según Roldán y Sevilla Arias (2025), “la restricción presupuestaria representa todas las combinaciones posibles de bienes que un consumidor puede adquirir si gasta todo su ingreso, considerando los precios de esos bienes”. Vega (2025) complementa que “define los límites dentro de los cuales el consumidor puede operar para satisfacer sus necesidades y deseos”, lo que permite entender cómo los hogares priorizan el gasto en alimentos frente a otros rubros como transporte, vestuario o servicios básicos.

2.2.7 ECONOMIA FAMILIAR

La economía familiar es también conocida como economía doméstica y es una rama de la ciencia económica que estudia el comportamiento y la gestión de los recursos en el núcleo familiar. Se centra en analizar cómo las familias, como unidades de toma de decisiones, administran sus ingresos limitados para satisfacer sus necesidades y deseos ilimitados en un contexto de escasez (Molina, 2011). A diferencia de la economía que se enfoca en países o empresas, la economía familiar pone el foco en las decisiones microeconómicas del día a día en el hogar.

Dimensiones Clave de la Economía Familiar

Toma de Decisiones y Asignación de Recursos

- Analiza cómo las familias deciden gastar, ahorrar e invertir su dinero. Esto incluye elecciones sobre alimentación, vivienda, educación, salud, transporte y ocio. La teoría de Becker (1965) es fundamental aquí, ya que modela el hogar como una "pequeña fábrica" que combina tiempo y bienes de mercado para producir "commodities" como una comida nutritiva o un hijo educado.

Fuentes de Ingresos

- Estudia los diferentes flujos de dinero que entran al hogar, como los ingresos laborales, los ingresos por capital (intereses, dividendos) y las transferencias como las remesas o subsidios gubernamentales (López, 2020).

Estructura del Gasto y Consumo

- Examina los patrones de consumo, es decir, en qué se gasta el dinero. Un concepto central es el Análisis del Presupuesto Familiar, que detalla la proporción del ingreso destinada a diferentes rubros. Guzmán y Rodríguez (2018) destacan que el análisis de esta estructura es vital para diagnosticar el nivel de vida y la vulnerabilidad económica de los hogares.

Ahorro, Inversión y Endeudamiento

- Investiga la capacidad de las familias para reservar parte de sus ingresos para el futuro (ahorro), para adquirir activos y su acceso al crédito para suavizar el consumo a lo largo del tiempo (López, 2020).

Producción de Bienestar no Mercantil

- Reconoce que las familias no solo consumen, sino que también "producen" bienestar mediante el trabajo no remunerado, como las tareas domésticas y el cuidado de los niños y los ancianos (Bittman et al., 2003). Esta producción es un pilar del bienestar que a menudo no es cuantificado en las cuentas nacionales.

Sostenibilidad y Resiliencia Económica

- Evalúa la capacidad de la familia para absorber shocks económicos (como el desempleo o una crisis inflacionaria) y mantener su nivel de vida a largo plazo, un aspecto crucial en contextos económicos volátiles (Guzmán & Rodríguez, 2018).

CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1 ENFOQUE

- Fue de tipo cuantitativo y permitió realizar el estudio de la canasta básica y su incidencia en el bienestar económico de los hogares del municipio de Sonsonate Centro

3.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

- No experimental

3.3 ALCANCE

Correlacional-causal (o explicativo). Va más allá de solo correlacionar; se buscó entender cómo un conjunto de variables influía sobre otras variables clave

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA.

Población

Se contó con una población de 140,920 habitantes; la investigación se realizó en el Municipio de Sonsonate Centro que es conformado por los distritos de San Antonio del Monte, Nahulingo, Sonzacate, Sonsonate, Santo Domingo de Guzmán del departamento de Sonsonate, estos datos fueron obtenidos por medio de la DIGESTYC del censo de población del año 2007 debido a que hasta el momento no han sido divulgados por el Censo de Población y Vivienda 2024 el número de habitantes por distritos; solo los presentan en su totalidad por el departamento de Sonsonate (470,455).

Muestra

- Se aplico un *muestreo no probabilístico por conveniencia* lo que permitió seleccionar aquellos casos accesibles que aceptaban ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el equipo investigador. En este caso se vio sobrepasada debido a la participación inesperada de más sujetos de estudio.

Para calcular la muestra, se utilizó la fórmula de poblaciones infinitas, ya que la población sobrepaso el límite de los 100,000 habitantes.

En donde:

$$n = \frac{z^2 \infty . p . q}{d^2}$$

n = Tamaño de la muestra

z = Coeficiente de confianza 1.96%

p = Probabilidades de ser tomados en cuenta en la muestra 0.5

q = Probabilidades de no ser tomados en cuenta en la muestra 0.5

d = Error muestral máximo 0.05

Al sustituir se tiene que:

$$n = \frac{1.96^2(0.5 * 0.5)}{(0.05)^2}$$

$$n = \frac{3.8416(0.25)}{0.0025}$$

$$n = \frac{0.9604}{0.0025}$$

$$n = 384.16$$

$$n = \mathbf{385}$$

Distritos de Sonsonate Centro.	Población por distritos	Población Total en el Departamento	Porcentaje por municipio	Número de muestra final	Número de encuestas
A	B	C	D = B / C	E	F = D * E
Sonsonate	71,541	140,920	51%	385	195
Nahulingo	10,417	140,920	7%	385	28
San Antonio del Monte	26,902	140,920	19%	385	73
Santo Domingo	7,055	140,920	5%	385	19
Sonzacate	25,005	140,920	18%	385	68
TOTALES	140,920		100%		385

3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.

Tabla 6 Técnica e instrumento

Encuesta	Es la técnica en donde se obtuvieron datos de la población, partiendo de la realización de un conjunto de preguntas; la cuales fueron dirigidas a los sujetos en estudio.
Instrumento	Se utilizó para la recolección de datos en la investigación, un cuestionario dirigido a la población del municipio de Sonsonate, se realizaron las preguntas de forma cerradas y de opciones múltiples.

3.6 MÉTODO ESTADÍSTICO

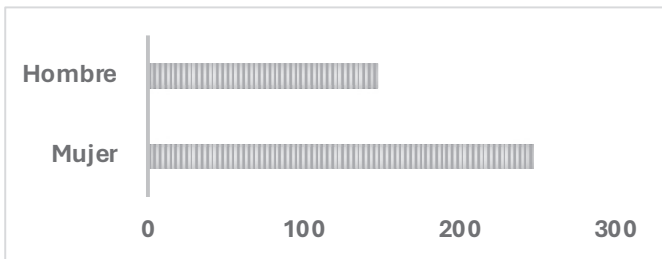
- Se utilizó el *método porcentual simple* para estimar los datos generales obtenidos a través del instrumento.
- Al ser tabulado se aplicó *Estadística Inferencial Bivariada, a través de la Prueba Chi-cuadrado (χ^2)* cuyo objetivo fue el establecer relaciones simples entre las variables escogidas(pares).

CAPITULO IV

ANALISIS DE RESULTADOS

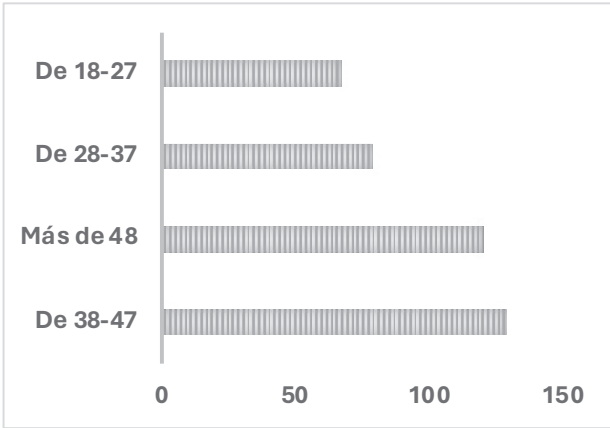
4.1 SEGMENTOS

4.1.1 SEGMENTO 1 PERFIL SOCIODEMOGRAFICO

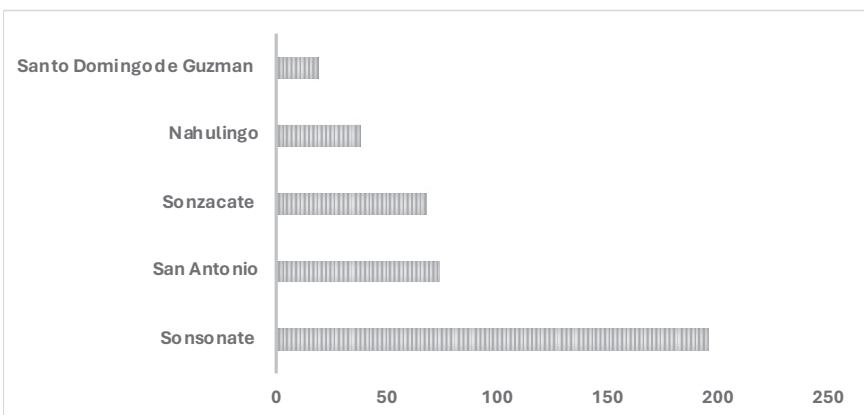


Sexo	Cantidad	Porcentual
Mujer	247	62.53
Hombre	148	37.47
Total	**395**	**100**

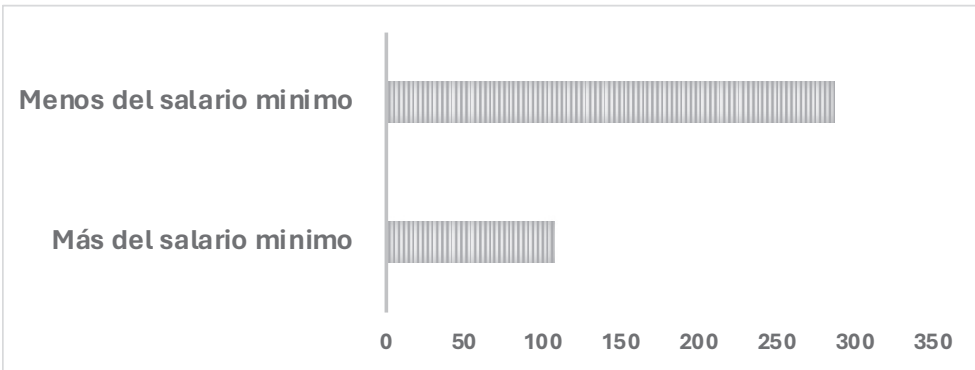
Edad	Cantidad	Porcentual
De 18-27	67	16.96
De 28-37	79	20.00
De 38-47	129	32.66
+ de 48	120	30.38
	395	100



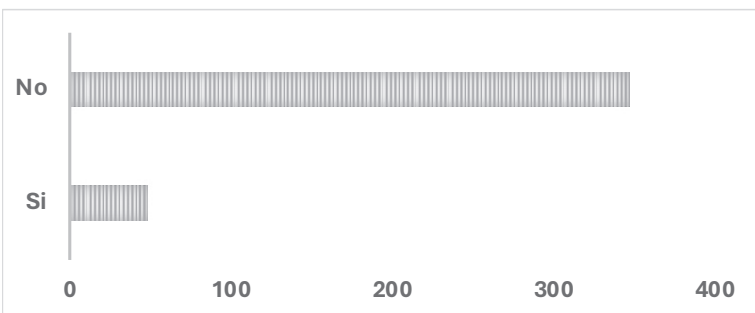
Municipio de residencia	Cantidad	Porcentual
Sonsonate	196	49.62
San Antonio	74	18.73
Sonzacate	68	17.22
Nahulingo	38	9.62
Santo Domingo de Guzmán	19	4.81
Total	**395**	**100.00**



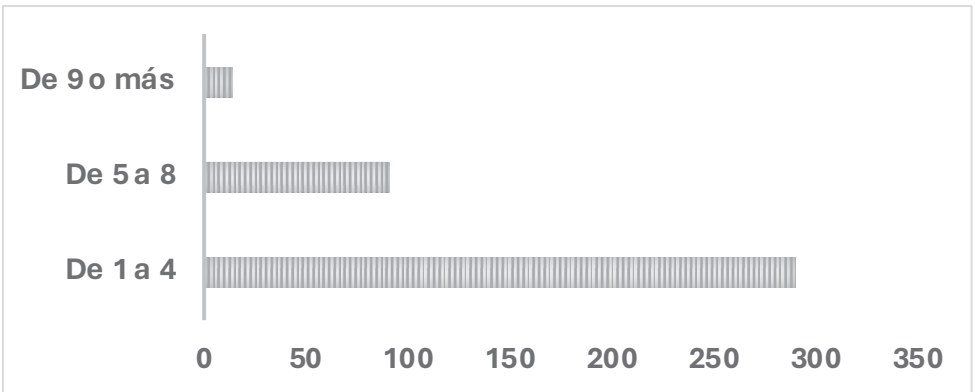
¿Entre qué rango se encuentran sus ingresos mensuales?	Cantidad	Porcentual
Más del salario mínimo	108	27.34
Menos del salario mínimo	287	72.66
Total	**395**	**100.00**



¿En su hogar reciben remesas?	Cantidad	Porcentual
Si	48	12.15
No	347	87.85
Total	**395**	**100.00**



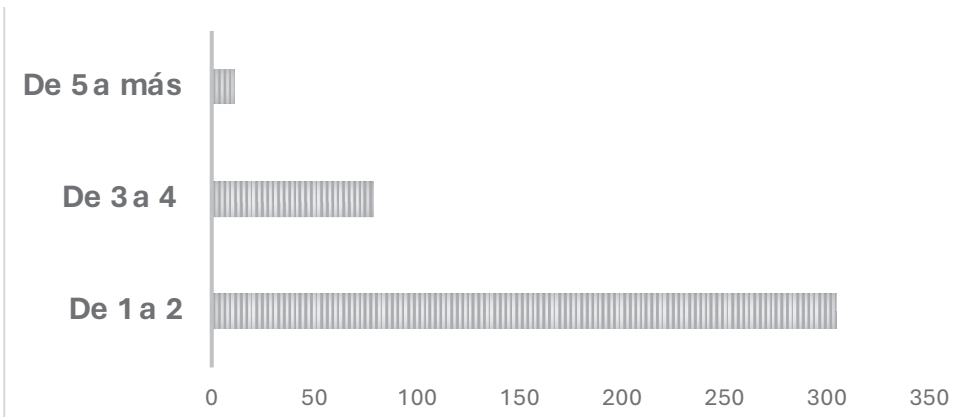
¿Cuántos integrantes conforman su familia?	Cantidad	Porcentual
De 1 a 4	290	73.42
De 5 a 8	91	23.04
De 9 o más	14	3.54
Total	**395**	**100.00**



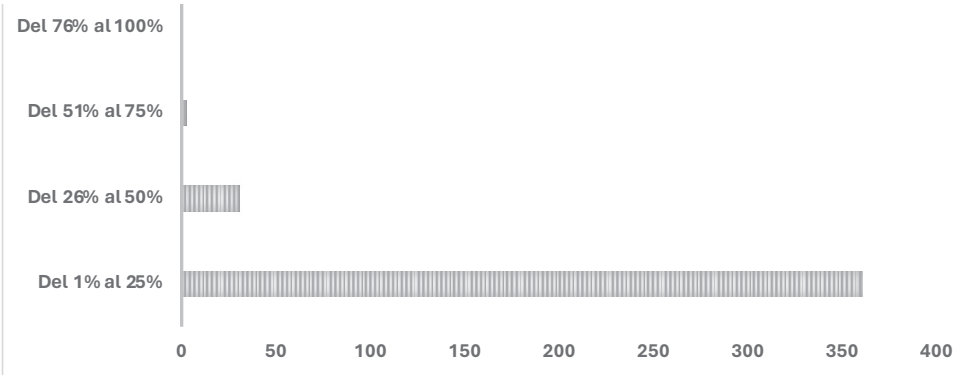
¿Cuántas personas son las que trabajan en su hogar?	Cantidad	Porcentual
De 1 a 2	305	77.22
De 3 a 4	79	20.00
De 5 a más	11	2.78
Total	**395**	**100.00**

4.1.2 SEGMENTO 2 DISTRIBUCION DE INGRESO FAMILIAR

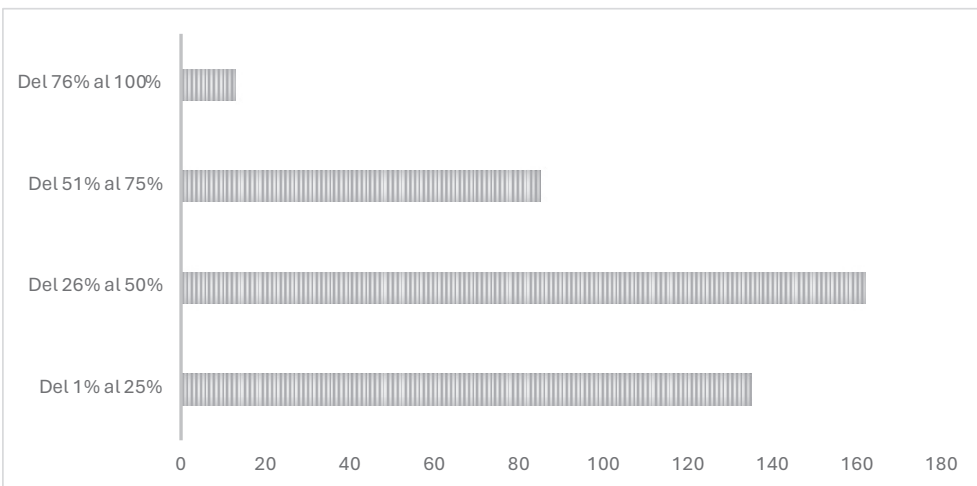
¿Qué porcentaje de sus ingresos utiliza en vestuario mensualmente?	Cantidad	Porcentual
Del 1% al 25%	361	91.39
Del 26% al 50%	31	7.85
Del 51% al 75%	3	0.76
Del 76% al 100%	0	0.00
	395	100



¿Cuánto invierte usted de dinero mensualmente sólo en transporte?	Cantidad	Porcentual
De 1.00 a 100	353	89.37
De 101 a 200	32	8.10
De 200 a más	10	2.53
	0	0.00
Total	**395**	**100**



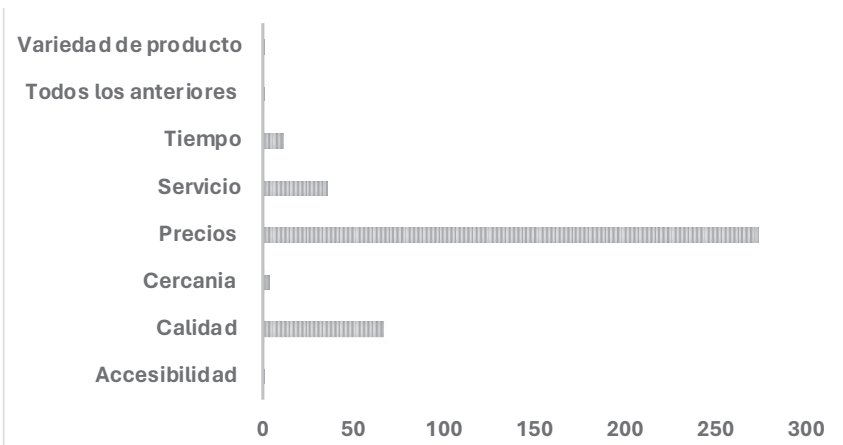
¿Qué porcentaje de sus ingresos utiliza en alimentación mensualmente?	Cantidad	Porcentual
Del 1% al 25%	135	34.18
Del 26% al 50%	162	41.01
Del 51% al 75%	85	21.52
Del 76% al 100%	13	3.29
Total	**395**	**100**



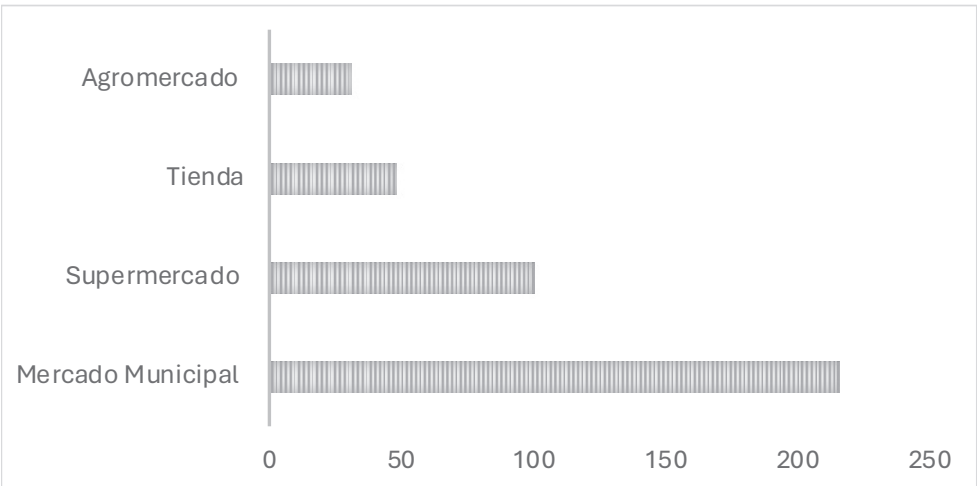
¿Qué porcentaje de sus ingresos utiliza en pagos y gastos del hogar mensualmente?	Cantidad	Porcentual
Del 1% al 25%	163	41.27
Del 26% al 50%	167	42.28
Del 51% al 75%	48	12.15
Del 76% al 100%	17	4.30
Total	**395**	**100**

4.1.3 SEGMENTO 3 PATRONES DE COMPRA

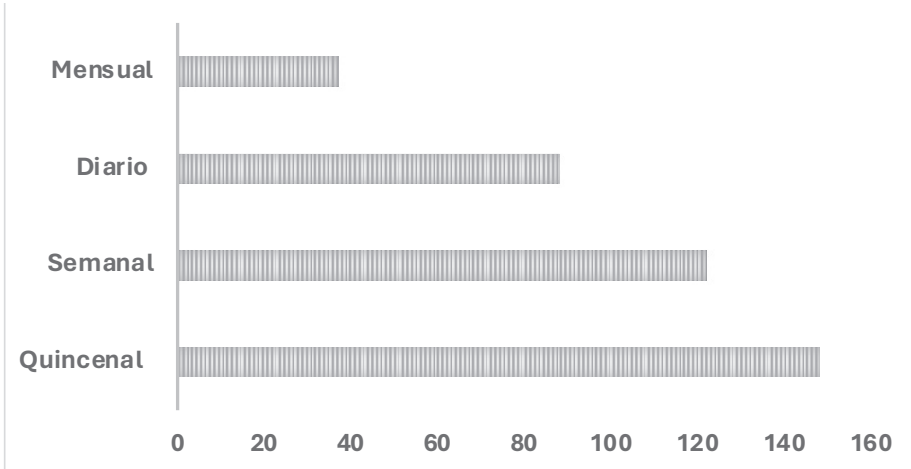
¿Qué lo motiva a realizar sus compras en dicho establecimiento?	Cantidad	Porcentual
Accesibilidad	1	0.25
Calidad	67	16.96
Cercanía	4	1.01
Precios	274	69.37
Servicio	36	9.11
Tiempo	11	2.78
Variedad de producto	1	0.25
Todos los anteriores	1	0.25
Total	**395**	**100**



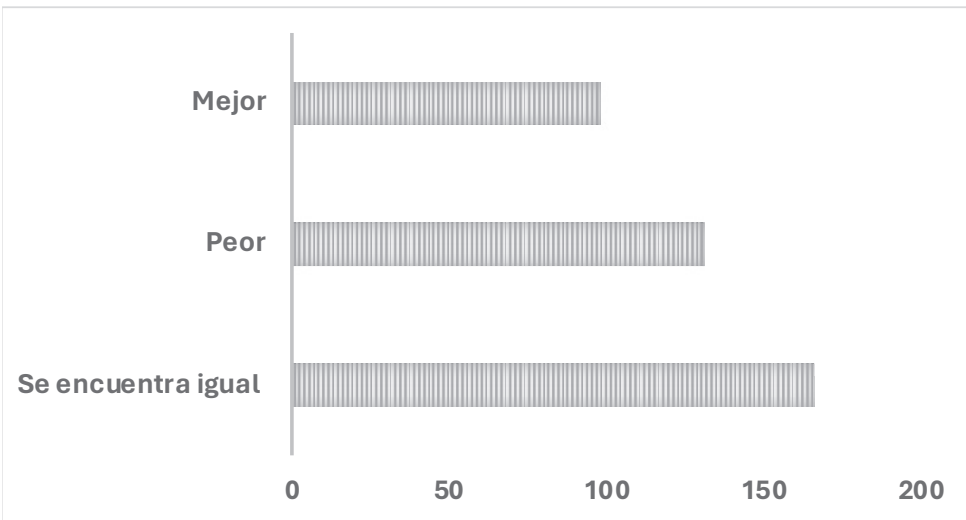
¿En qué establecimiento realiza mayormente sus compras de la canasta básica?	Cantidad	Porcentual
Mercado Municipal	216	54.68
Supermercado	100	25.32
Tienda	48	12.15
Agro mercado	31	7.85
Total	**395**	**100**



¿Cada cuánto realiza las compras de la canasta básica?	Cantidad	Porcentual
Quincenal	148	37.47
Semanal	122	30.89
Diario	88	22.28
Mensual	37	9.37
Total	**395**	**100**

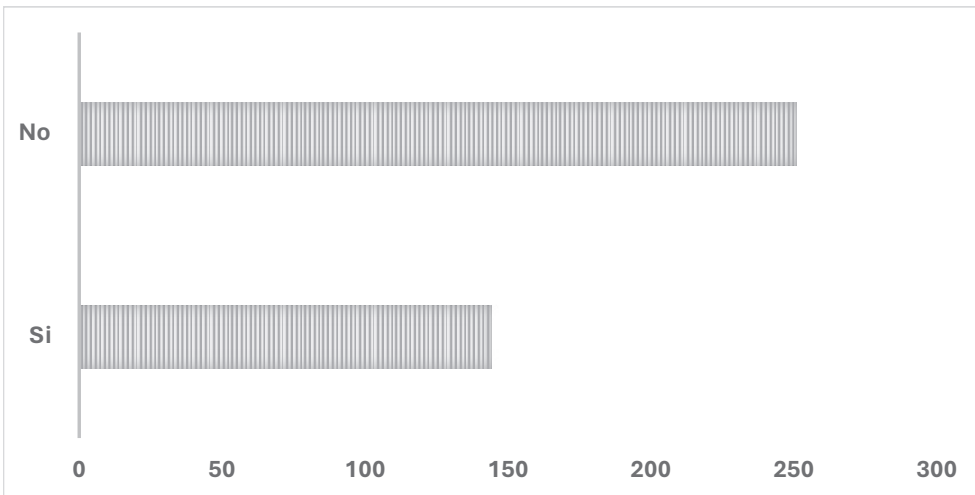


¿Su situación económica familiar actual ha cambiado con la del año anterior?	Cantidad	Porcentual
Se encuentra igual	166	42.03
Peor	131	33.16
Mejor	98	24.81
	395	100.00

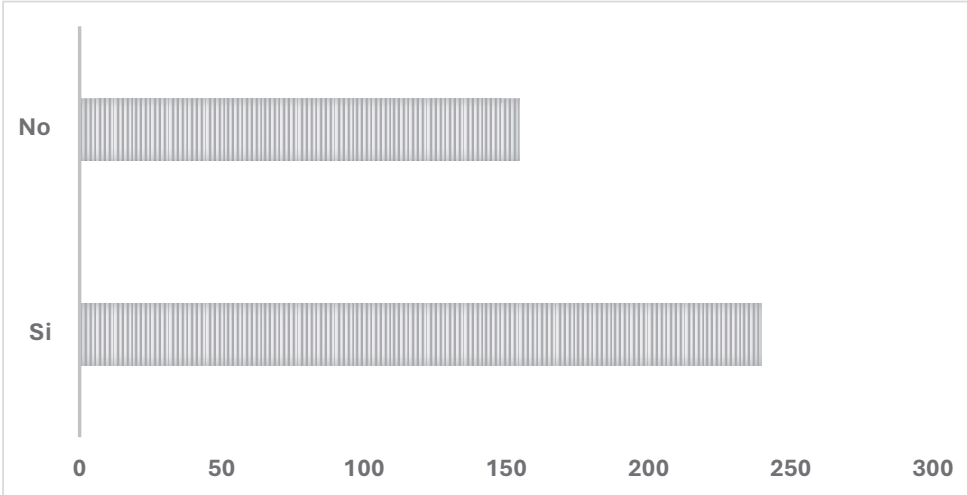


4.1.4 SEGMENTO 4 MECANISMOS DE FINANCIAMIENTO

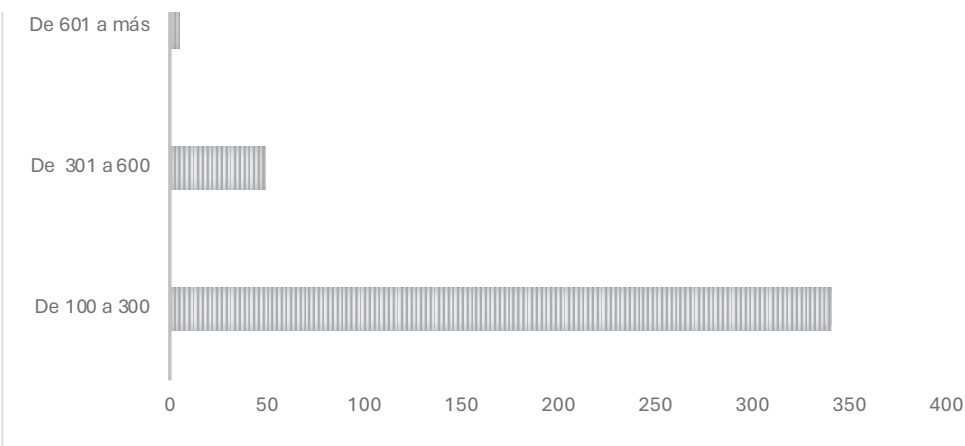
¿Considera que el precio de la canasta básica (leche, frijol, arroz, maíz, azúcar y huevos, etc.) es accesible al bolsillo de la población de Sonsonate?	Cantidad	Porcentual
Si	144	36.46
No	251	63.54
	395	100.00



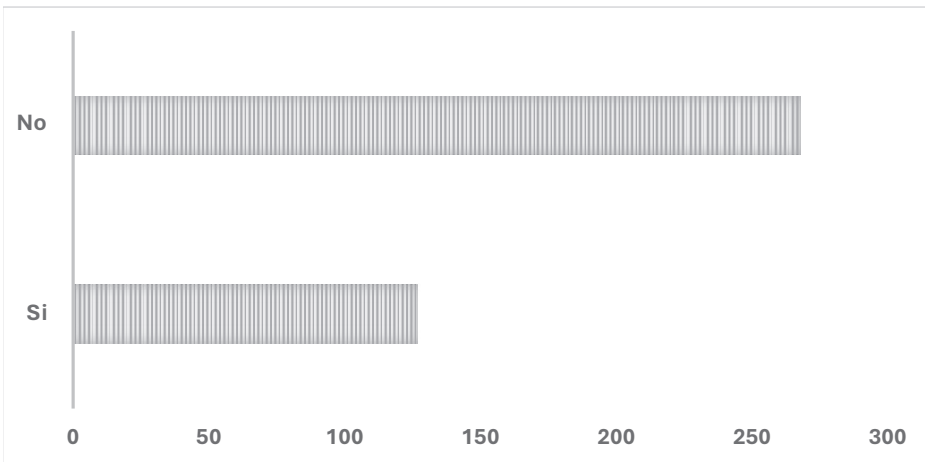
¿Actualmente, ha dejado de comprar algunos alimentos tanto de la canasta básica como otros que no pertenecen a ella por escasez?	Cantidad	Porcentual
Si	240	60.76
No	155	39.24
	395	100.00



¿Cuánto dinero invierte mensualmente, en compras de productos de la canasta básica?	Cantidad	Porcentual
De 100 a 300	341	86.33
De 301 a 600	49	12.41
De 601 a más	5	1.27
Total	**395**	**100.00**



¿En el último mes han tenido que pedir dinero prestado para comprar sus alimentos?	Cantidad	Porcentual
Si	127	32.15
No	268	67.85
Total	**395**	**100.00**



4.2 DESCRIPCIÓN Y CATEGORIZACIÓN POR SEGMENTO

4.2.1 DESCRIPCIÓN DEL PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO

Sexo:

Mujeres: 62.53%

Hombres: 37.47%

(n = 395)

Existe un claro predominio del sexo femenino en la población.

Edad:

18–27 años: 16.96%

28–37 años: 20.00%

38–47 años: 32.66%

48+ años: 30.38%

Predomina población adulta mayor y media

Municipio:

Sonsonate: 49.62%

San Antonio: 18.73%

Sonzacate: 17.22%

Otros: 14.43%

La mayor cantidad de población se concentra en el municipio de Sonsonate

Ingreso mensual:

Menos del salario mínimo: 72.66%

Más del salario mínimo: 27.34%

Remesas:

Sí: 12.15%

No: 87.85%

La gran mayoría tiene ingresos menores al salario minino

Una minoría recibe remesas de forma constante

Tamaño familiar:

1–4 miembros: 73.42%

5–8 miembros: 23.04%

9 o más: 3.54%

La gran mayoría tiene un máximo de 4 miembros por familia

Personas que trabajan en el hogar:

1–2: 77.22%

3–4: 20.00%

5+: 2.78%

Independiente de la composición familiar trabajan en su mayoría máximo 2 personas

4.2.2 ANALISIS CATEGORIAL DE PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO

Variable	Categoría	%
Sexo	Mujer	62.53
	Hombre	37.47
Edad	18–27 años	16.96
	28–37 años	20.00
	38–47 años	32.66
	48+ años	30.38
Municipio	Sonsonate	49.62
	San Antonio	18.73
	Sonzacate	17.22
	Otros	14.43
Ingreso mensual	< Salario mínimo	72.66
	> Salario mínimo	27.34
Remesas	Sí	12.15
	No	87.85
Tamaño familiar	1–4 miembros	73.42
	5–8 miembros	23.04
	9+ miembros	3.54

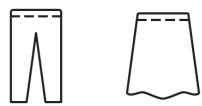
Interpretación general del perfil:

- Existe un predominio de la población femenina adulta (38–47 años), con ingresos bajos y hogares pequeños.
- La mayoría no recibe remesas.

4.2.3 DESCRIPCION DE LA DISTRIBUCIÓN DEL INGRESO FAMILIAR

Vestuario:

1–25% del ingreso: 91.39%



26–50%: 7.85%

Transporte:

$1–$100: 89.37%

$101–$200: 8.10%

Alimentación:

26–50% del ingreso: 41.01%

1–25%: 34.18%

51–75%: 21.52%

Pagos y gastos del hogar:

26–50%: 42.28%

1–25%: 41.27%

4.2.4 ANALISIS CATEGORIAL DE LA DISTRIBUCIÓN DEL INGRESO FAMILIAR

Rubro	Categoría	%
Vestuario	1–25% del ingreso	91.39
Transporte	$1–$100	89.37
Alimentación	26–50% del ingreso	41.01
	1–25%	34.18
Gastos hogar	26–50% del ingreso	42.28
	1–25%	41.27

Interpretación:

- El ingreso se concentra en alimentación y gastos del hogar (hasta 50%).
- Vestuario y transporte ocupan porcentajes mínimos.

4.2.5 DESCRIPCIÓN DEL PATRÓN DE COMPRA

Motivación principal:

Precios: 69.37%

Calidad: 16.96%

Servicio: 9.11%

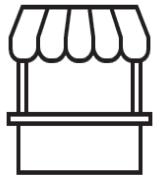
La mayor motivación de compra es el precio de los productos

Lugar de compra:

Mercado municipal: 54.68%

Supermercado: 25.32%

Tienda: 12.15%



Agro mercado: 7.85%

El mercado municipal se perfila como el lugar preferido para comprar

Frecuencia:

Quincenal: 37.47%

Semanal: 30.89%

Diario: 22.28%

Mensual: 9.37%

Es de manera quincenal la preferencia para la realización de la compra

Cambio económico familiar:

Igual: 42.03%

Peor: 33.16%

Mejor: 24.81%

La gran mayoría de familias considera que su situación económica sigue igual que en años anteriores

4.2.6 ANÁLISIS CATEGORIAL PATRÓN DE COMPRAS

Aspecto	Categoría	%
Motivación	Precios	69.37
	Calidad	16.96
	Servicio	9.11
Lugar de compra	Mercado municipal	54.68
	Supermercado	25.32
	Tienda	12.15
Frecuencia	Quincenal	37.47
	Semanal	30.89
	Diario	22.28
Cambio económico	Igual	42.03
	Peor	33.16
	Mejor	24.81

Interpretación general de las categorías

- El precio es considerado como el factor decisivo para las compras
- El mercado municipal es el principal punto de compra.
- La situación económica se mantiene igual o hay una tendencia a empeorarse para la mayoría

4.2.7 DESCRIPCION DE LOS MECANISMOS DE FINANCIAMIENTO

Accesibilidad de precios:

No: 63.54%

Sí: 36.46%

La mayoría de la población ha considerado que los precios de la CBA no son accesibles al bolsillo

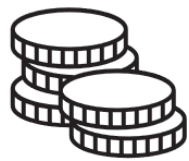
Ha dejado de comprar por escasez:

Sí: 60.76%

No: 39.24%

La gran mayoría de sujetos considero que existe escasez de insumos básicos.

Gasto mensual en canasta básica:



$100–$300: 86.33%

$301–$600: 12.41%

$601+: 1.27%

Una notable mayoría de participantes gasta entre $100-$300 dólares mensualmente exclusivamente en la CBA

Ha pedido dinero prestado:

Sí: 32.15%

No: 67.85%

La mayoría de la población no pide dinero prestado para la CBA

4.2.8 ANALISIS CATEGORIAL DE LOS MECANISMOS DE FINANCIAMIENTO

Aspecto	Categoría	%
Precio accesible	No	63.54
	Sí	36.46
Ha dejado de comprar por escasez	Sí	60.76
	No	39.24
Gasto mensual en canasta básica	$100–$300	86.33
	$301–$600	12.41
	$601+	1.27
Ha pedido dinero prestado	Sí	32.15
	No	67.85

Interpretación:

- La mayoría percibe precios altos y ha reducido compras.
- El gasto en alimentos es bajo, pero un tercio necesita préstamos para cubrirlo.

4.3 ANÁLISIS INFERENCIAL GENERAL

Se aplico Chi cuadrado para las inferencias correlacionales

Correlación Sociodemográfica establecida con patrones de compra (Motivación)

- Chi-cuadrado Sexo vs Motivación: $Chi^2 = 291.12$, $p = 0.0000$

Interpretación

- *Existe* asociación *significativa entre sexo y motivación de compra.*

Correlación Patrones de compra y Perfil sociodemográfico

- Chi-cuadrado Edad vs Frecuencia: $Chi^2 = 748.66$, $p = 0.0000$

Interpretación

- Hay diferencias significativas en frecuencia de compra según edad.

Mecanismos de financiamiento e ingresos familiares

- Correlación Tamaño familiar vs Trabajadores: $r = 0.91$, $p = 0.0000$

Interpretación

- Correlación positiva indica que hogares más grandes tienden a tener más trabajadores.

Confirmación:

Existen relaciones significativas entre:

- Variables sociodemográficas y patrones de compra.
- El tamaño del hogar influye en la estructura laboral interna.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Al revisar tanto la bibliografía como los datos de los participantes se encontró:

- Alta vulnerabilidad económica: El 72.66% de los hogares tiene ingresos menores al salario mínimo, lo que limita su capacidad para cubrir la canasta básica y otros gastos esenciales.
- Existe una elevada proporción del ingreso destinada a alimentos: Entre el 26% y el 50% del ingreso familiar se destina a alimentación, lo que confirma la presión económica sobre los hogares.
- Los precios son percibidos como inaccesibles: El 63.54% considera que los precios de la canasta básica no son accesibles, y el 60.76% ha dejado de comprar alimentos por escasez.
- Los patrones de compra condicionados por el precio: El 69.37% de los encuestados prioriza el precio sobre otros factores, y el mercado municipal es el principal punto de abastecimiento.
- La estrategia de afrontamiento frecuente: Un 32.15% ha recurrido a préstamos para comprar alimentos, reflejando la fragilidad financiera.
- Existieron relaciones significativas: Se confirma asociación entre variables sociodemográficas y patrones de compra, así como entre tamaño familiar y número de trabajadores.

5.2 RECOMENDACIONES

Por lo tanto, se recomienda lo siguiente:

A nivel de políticas publicas

- Ferias de precios y mercados locales: Incentivar la creación de espacios de venta directa entre productores y consumidores para disminuir costos

de intermediación. Lo cual de cierta manera se está logrando a través de la implementación de los Agro mercados.

- Acceso a microcréditos responsables: Promover mecanismos de financiamiento con tasas bajas para evitar endeudamiento informal.
- Fortalecimiento de redes comunitarias: Impulsar programas de apoyo social y cooperativas de consumo para mejorar la resiliencia económica.

A la Universidad

- Crear cursos de "Educación financiera y nutricional". Desarrollar talleres sobre manejo del presupuesto familiar y alimentación saludable con recursos limitados.

BIBLIOGRAFÍA

«Súper Selectos inauguró su sala 105 en San Juan Opico y su sala 106 en Sonsonate | Noticias de El Salvador». Noticias de El Salvador - elsalvador.com (en inglés). 17 de diciembre de 2021. Consultado el 6 de febrero de 2022.

«El Encuentro Sonsonate». BAMBU. Archivado desde el original el 2 de noviembre de 2021. Consultado el 2 de noviembre de 2021.

«El Salvador: Zafra deja 17 millones de quintales de azúcar». LPG. El Economista. Consultado el 2 de noviembre de 2021.

«Salud: 66 años orgullosamente salvadoreños». El Salvador. Diario El Salvador. 1 de junio de 2021. Consultado el 2 de noviembre de 2021.

La Prensa Gráfica: Alcaldía de Sonsonate inauguró Mega Plaza Archivado el 8 de abril de 2014 en Wayback Machine.

Acevedo, D. (2021). Seguridad alimentaria: rehén de su origen histórico-conceptual y víctima de la miopía. CONfines de relaciones internacionales y ciencia política, 17(33), 35–59. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-35692021000200035

Alas, E. (2025, August 18). El Salvador tiene la canasta básica más barata de Centroamérica. Noticias de El Salvador - Noticias de El Salvador, Noticias Internacionales, salvadoreños Por El Mundo, Economia, Negocios, Politica, Deportes, Entretenimiento, Tecnologia, Turismo, Tendencias, Fotos, Videos, Redes Sociales; El Salvador tiene la canasta básica más barata de Centroamérica | Noticias de El Salvador. https://www.elsalvador.com/dinero-y-negocios/entorno-economico/canasta-basica-economia-presupuestos-familiares/1238201/2025/

Canasta Básica Alimentaria de El Salvador, la más reducida y desactualizada de Centroamérica. (2025). Eldiariodehoy.com. https://www.eldiariodehoy.com/economia/canasta-basica-alimentaria-de-el-salvador-la-mas-reducida-y-desactualizada-de-centroamerica/30844/2025/

Centro para la Defensa del Consumidor (CDC). (2025). Análisis comparado de las canastas básicas alimentarias de Centroamérica. Fundación KENOLI. https://cdc.org.sv/wp-content/uploads/2025/05/investigacion-06-12-18.pdf

Economía Planificada. (2023, May 13). ¿Qué es el poder adquisitivo y cuáles son sus características? - Economía planificada. Economía Planificada. https://economiaplanificada.com/poder-adquisitivo/

FAO. (2006). Food Security Policy Brief. https://www.fao.org/fileadmin/templates/faoonly/documents/pdf/food_security_policy_brief.pdf

García Bernal, N. (n.d.). https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/33122/1/BCN___Canasta_basicas_en_paises_de_LatinoAmerica.pdf

Gutiérrez, G. (2025, September 14). Seguridad alimentaria según la FAO: definición y pilares esenciales. Ecología Digital. https://ecologiadigital.bio/que-es-la-seguridad-alimentaria-segun-la-fao/

https://copilot.microsoft.com/shares/BzgvZiEBQpZoNy17xboYi

ISDEM: Sonsonate

zquierdo Martínez, M. A. (2020). Estrategias de afrontamiento: una revisión teórica [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de universidades peruanas.

Oficina Nacional de Estadística y Censos de El Salvador. (2025). Índice de Precios al Consumidor y Canasta Básica Alimentaria. https://onec.bcr.gob.sv/ipc_consulta/

Repositorios Latinoamericanos. (2020). Estrategias de afrontamiento: una revisión teórica. https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4899094

República. (2023, abril 18). Canasta básica en Centroamérica: cuánto pagan los centroamericanos por su alimentación. https://www.republica.com/finanzas/canasta-basica-2023-cuanto-pagan-los-centroamericanos-por-su-alimentacion-202341816180

Sen, A. (1981). Poverty and Famines: An Essay on Entitlement and Deprivation. Oxford University Press.

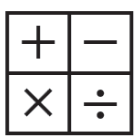
Universidad San Marcos. (2021). Estrategias de afrontamiento. https://repositorio.usam.ac.cr/xmlui/bitstream/handle/11506/1607/LEC%20PSIC%200041%202021.pdf?sequence=1

ANEXOS

PROPUESTA

Estrategias para el bienestar económico

1. Descripción del curso



Este curso buscara fortalecer las capacidades de las familias para gestionar sus recursos económicos y mejorar sus hábitos alimentarios, promoviendo una vida saludable y sostenible mediante talleres prácticos y estrategias adaptadas a contextos de ingresos limitados.

2. Objetivo general

Fortalecer las capacidades de las familias para gestionar sus recursos económicos y mejorar sus hábitos alimentarios, promoviendo una vida saludable y sostenible.

3. Duración y modalidad

Duración: 20 horas (5 sesiones de 4 horas cada una)

Modalidad: Presencial con apoyo digital (materiales descargables y videos cortos).

4. Estructura del curo

Módulos	Dirigido por	Actividades para realizar
M1-Introducción a la educación financiera y nutricional	Estudiantes de CC-EE en servicio social	- Conocimiento de términos básicos: Presupuesto familiar, ahorro, alimentación balanceada. - Realización de Diagnóstico inicial: *¿Cómo gastamos y cómo comemos?*
M2: Manejo del presupuesto familiar	Estudiantes de CC-EE en servicio social	- Elaboración de un presupuesto mensual. - Aprendiendo a priorizar gastos: *alimentación vs. otros rubros.* - Herramientas prácticas: *Uso de hojas de cálculo simples* *Manejo de aplicaciones gratuitas para controlar el presupuesto.*

M3: Alimentación saludable con recursos limitados	Nutricionista invitado	-Charla acerca de los principios de nutrición básica. -Planificación de menús económicos y nutritivos. -Técnicas para reducir desperdicios y aprovechar alimentos locales.
M4: Estrategias para aumentar la resiliencia económica	Estudiantes de CC-EE en servicio social	- Cómo enfrentar alzas de precios sin comprometer la salud. - Alternativas de ingresos complementarios. - Redes comunitarias y compras colectivas.
M5: Taller práctico integrador	Estudiantes de CC-EE y Psicología en servicio social	-Elaboración de un presupuesto real. - Diseño de un menú semanal saludable y económico. - Simulación de toma de decisiones ante imprevistos.

5. Metodología

Talleres participativos con ejercicios prácticos, estudio de casos reales de familias locales, material visual (infografías, videos cortos) y evaluación final mediante la presentación de un plan familiar.

6. Cronograma

Sesión 1	**Introducción y diagnóstico (4 horas)**
Sesión 2	Presupuesto familiar (4 horas)
Sesión 3	Alimentación saludable (4 horas)
Sesión 4	Resiliencia económica (4 horas)
Sesión 5	Taller práctico integrador (4 horas)

7. Recursos

- Guía impresa y digital
- Plantillas para presupuestos
- Recetarios económicos y nutritivos
- Calculadora de costos alimentarios

8. Perfil del participante

Familias del municipio de Sonsonate Centro con ingresos menores al salario mínimo, interesados en mejorar su economía y alimentación.

ISBN: 978-99983-58-72-0