

**Investigación sobre la influencia de los niveles de Ingresos y la Tendencia
al Ahorro sobre la Conducta Alimentaria Responsable**

Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Autor: Dairón García Castro

Curso académico 2020-2021

Resumen

Actualmente se conoce el impacto ecológico de nuestras conductas alimentarias, pues conocemos que las emisiones de dióxido de carbono y los residuos plásticos que se producen para poder alimentarnos suponen daños a nuestra naturaleza, y nosotros desde la Psicología Social estamos interesados en este impacto y hemos creado esta investigación para observar cómo dos variables, la tendencia al ahorro y el nivel de ingresos, influyen en la conducta alimentaria responsable.

Obtuvimos una muestra de 217 personas y tras una recogida de datos a través de redes sociales, sometimos la información a análisis, primero para observar

los datos descriptivos, luego alfa de Cronbach y a continuación correlación de Pearson.

Observamos que no hay significación entre nuestra variable de nivel de ingresos y la conducta alimentaria responsable y tendencia al ahorro ($p < 0,535$ y $p < 0,819$ respectivamente). Sin embargo, podemos observar una significación baja entre la conducta alimentaria responsable y la tendencia al ahorro, el efecto es débil por lo que no podemos declarar que haya una interacción importante entre nuestras variables. Debido a esto, finalizamos aquí nuestro análisis estadístico sin poder demostrar nuestra hipótesis.

Palabras clave: conducta alimentaria responsable, tendencia ahorro, nivel de ingresos, psicología social, influencia, significación

Abstract

Nowadays it is known the ecology impact of our feeding behaviours, it has been studied that our carbon dioxide and plastic waste are produced so we can feed and that results in damage to our nature, and from Social Psychology we are interested in this impact and we have developed his research to observe how two variables, saving tren and level of income, influence responsible feeding behaviour.

We obtained a sample of 217 individuals and after gathering data through social media, we submitted our information to análisis, first to observe descriptive data, then Cronbach´s alfa, and continued it with a Pearson´s correlation.

We can observe there is no signification between level of income and responsible feeding behaviour, and saving trend ($p < 0,535$ and $p < 0,819$ respectively).

However, we find a low significance between responsible feeding behaviour and saving trend, but the effect is very weak so we can not declare an important interaction between our variables. Because of this, we end our statistical analisis here, and we cant demonstrate our hypothesis.

Keywords: responsible feeding behaviour, saving trend, level of income, social psychology, influence, significance

Marco Teórico

Introducción

El nivel de ingresos es un factor que genera orgullo y ansiedad a partes iguales, pues significa el poder adquisitivo en forma de dinero que una persona percibe en un cierto tiempo, normalmente en un mes. Es “la suma de todas las fuentes de ingresos”, y es muy relevante porque define el rango de gasto que se puede cometer y además contribuye a la imagen personal del individuo pues a través de sus ingresos se encasilla en un nivel social, que junto a otras cosas como afinidad de costumbres e intereses definen la clase social.

Por otro lado debemos hablar de las otras dos variables con las que se trabajarán en esta investigación, las cuales son conducta alimentaria responsable y tendencia al ahorro.

La primera se define como “aquella basada en ingredientes que han sido cultivados o elaborados siguiendo un método de producción que integra varios elementos esenciales: el empleo de procedimientos y técnicas naturales, el respeto hacia los animales, la preservación del medio ambiente y la protección de la salud” según Oxfam Intermon (2021), y abarca desde procedimientos agrarios, ganaderos y pesqueros que no destruyen el medio ambiente, técnicas naturales contrarias a aquellas llevadas en la industria alimenticia, respeto

hacia la flora y la fauna, protección y preservación del medio ambiente y la promoción y protección de la salud humana. También cabe incluir aquí la adquisición y desecho de los residuos de nuestro consumo alimenticio de manera sostenible, como es comprar productos a granel, evitar aquellos alimentos con grandes cantidades de plástico y separar nuestros residuos para su correcto reciclaje.

La segunda variable se trata de la tendencia al ahorro, y si observamos la definición del ahorro por la Real Academia Española como “reservar una parte de los ingresos ordinarios”, que nuestra variable consiste en la frecuencia con la que una persona ahorra o reserva una parte de sus ingresos. Con esta investigación queremos hallar si hay algún tipo de correlación, como por ejemplo al tener menor nivel de ingresos hay mayor tendencia al ahorro a modo de supervivencia, influenciando de algún modo la conducta alimenticia responsable. Además de la búsqueda de esta posible relación, este constructo es importante porque forma parte de nuestro día a día y por ende es importante.

Nuestra intención es averiguar si hay algún tipo de relación entre el nivel de dinero que una persona percibe y sus tendencias ahorrativas sobre un hábito de consumo de alimentos sostenible, responsable y ecológico, permitiéndonos indagar más en esta realidad que nos acompaña desde que venimos al mundo y que es tan importante por su influencia sobre nuestras vidas y el mundo que nos rodea. Sólo tenemos una naturaleza y debemos cuidarla si queremos seguir extrayendo recursos de ella, y desde la Psicología Social queremos ver si ésta conducta responsable acerca de la alimentación se ve influenciada de

alguna manera por la cantidad de dinero percibido al mes y la tendencia a ahorrarlo.

Revisión de Literatura

Procedemos en este apartado a hacer una revisión bibliográfica de obras anteriores acerca de los constructos que hemos usado en este estudio: tendencia al ahorro y conducta alimentaria. Como ya hemos definido anteriormente, la tendencia al ahorro se define como el conjunto de actividades enfocadas a guardar un porcentaje de los ingresos para no gastarlos o invertirlos, y a evitar gastos. Esto es un problema actual como demuestran en su obra Tam y Dholakia (2011), pues no tener suficiente dinero guardado en caso de una emergencia puede generar problemas, y es que la población actual de Estados Unidos no ahorra lo suficiente, siendo sólo una minoría quien ahorra lo suficiente para poder pasar un obstáculo en sus vidas, y citamos: “las tasas de ahorro en los Estados Unidos bajaron con rapidez desde 1984, entrando en un margen negativo en 2005 y permaneciendo ahí” (Tam y

Dholakia, 2011). En el citado trabajo vemos cómo algunos factores influyen en el ahorro:

-El primero es el más relevante de todos: establecer objetivos, lo cual va a favor del ahorro porque al establecer una meta en un espacio de tiempo y argumentarlo se consigue que las personas ahorren más. En la sociedad actual se tiende a guardar dinero para el futuro como jubilación o imprevistos, y caprichos que van desde vacaciones hasta tatuajes, ordenadores, etc. Esto es debido a la confianza en recibir ciertas cantidades de dinero al año de forma instantánea, como ya vemos en el actual trabajo de Tam y Dholakia 2011 que “esto está explicado porque al enseñar a las personas que recibirán una cantidad determinada de dinero en un plano temporal específico, se vuelven más optimistas a la hora de ahorrar y gastar ese dinero” (p 6). Esto tiene un lado negativo pues nos lleva a confiar en sucesos que no están del todo seguros, llevándonos a endeudarnos para solventar problemas inmediatos. Citando los resultados: “retrasar en el tiempo, por ejemplo, dando un tiempo límite en un mes comparado con el siguiente lleva a aumentos significativos en la tasa de ahorros” (p 4).

-Proximidad temporal. Hay una tendencia a elegir estímulos temporalmente más lejanos que cercanos si el disfrute es mayor. Dicho de otra manera, solemos preferir guardar el dinero para obtener algo que nos reporte un gran beneficio (ejemplo: invertir en criptomoneda), que ahorrar para dentro de 2 meses tatuarnos. Citamos a Tam y Dholakia 2011 cuando los autores dicen que “la gente es más optimista a la hora de ahorrar para algo en el futuro que para algo cercano”.

Relacionándolo con lo que acabamos de explicar, vemos que además hay algunas condiciones para llevar a cabo metas relacionadas con el gasto de dinero en efectivo, como gastar para obtener un bien o servicio inmediatamente, comprar por capricho o “impulso” y cuando cambiamos dinero por algo para llegar a una meta; ahorrar para invertir en un negocio y convertirnos en beneficiarios, obteniendo un ingreso extra al mes es una forma de meta por elección que está relacionada con nuestro constructo de tendencia al ahorro según Bagozzi y Dholakia (1999). Esto último podría explicarse también porque según Tam y Dholakia (2011) al establecer un objetivo la persona se convence de que va a lograrlo.

Llevar a cabo una respuesta a una determinada acción cuando ocurre un imprevisto es por ejemplo ahorrar para futuros imprevistos como vemos en la obra anterior, la cual está definida por variables de tipo social (ej: aprobación), salud (ej: tener más energía al no necesitar trabajar tantas horas), etc, por lo que deberíamos de observar estas características en una persona a la hora de juzgar si será capaz de ahorrar más o menos, prediciendo así su conducta futura según el estudio realizado (Bagozzi, Dholakia, 1999).

Las variables de tipo social son de vital importancia por su influencia en la conducta de una persona, facilitando así la predicción de ésta. Pero no son las únicas con esa capacidad, pues también hay otros factores que pueden llevar a un individuo a cometer un acto, y es el ejemplo del autocontrol. En la obra de Haws, Davis y Dholakia (2016) observamos que ahorro y conducta alimenticia están correlacionando directamente, analizándose cómo el alto o bajo autocontrol influye en la alimentación sana y los gastos responsables al mismo tiempo, observando que la impulsividad se relaciona con los gastos pues a

menudo según lo atractivo que sea el producto y la necesidad espontánea se puede llegar a comprarlo, conllevando también un altibajo en la salud al subir de peso o desarrollar enfermedades producto de la alimentación compulsiva, determinando que a menor autocontrol más gastos superfluos. Con respecto a la alimentación vemos resultados variados referidos al autocontrol, de los cuales el más llamativo es sobre la autorestricción: “individuos que se restringen una cantidad de comida suelen ingerir grandes cantidades más tarde, respecto a sus iguales que no se restringen” (p 16).

Hemos visto cómo variables sociales y psicológicas explican la conducta relacionada con el ahorro y comer de forma responsable, y sabemos el poder que tienen y que usados correctamente se pueden promover estos factores de la manera correcta, mas ahora hablaremos de un factor muy básico que hasta ahora no hemos nombrado, y es el de la educación, concretamente los “autoconocimientos financieros”. El siguiente trabajo, esta vez reciente, del que hablaremos es de Chowdhry y Dholakia (2019) se trabaja con un constructo novedoso debido al creciente interés actual en inversión: “autoconocimiento financiero”, el cual consiste en tener conocimientos y consciencia de la propia situación financiera de uno mismo, sus fuentes de ingresos, gastos y compromisos tales como pagos a plazos. Esta variable se ve mejorada exponencialmente cuando el individuo posee conocimientos económicos además de su capacidad de ahorro (algo de interés para nosotros), sin embargo debemos tener en cuenta que no mejora la satisfacción a la hora de invertir o ahorrar, pero si la capacidad de juicio a la hora de usar el dinero. Tras revisar la investigación, citamos a Chowdhry y Dholakia (2019) en que “se

halla una relación entre el nivel de conocimientos financieros sobre las propias fuentes de ingresos y gastos, y la tendencia al ahorro” (pág 8).

Nos surge una duda con esto: si a través de la educación y autopercepción de la propia situación financiera nos hace ahorrar mejor, ¿cabría la posibilidad de que si tenemos conocimientos sobre alimentación ecológica también mejora? Esto es lo que sugiere el estudio de Haws, Davis y Dholakia (2016) con su obra sobre tendencia al ahorro y conducta alimentaria sana, debido a que también se habla de conocimientos, en ese caso, alimentarios. Esto nos lleva a la conclusión de que saber sobre un tema debido a la educación o curiosidad del individuo promueve que tome mejores decisiones.

Hasta ahora hemos hablado de factores que influyen en la tendencia al ahorro, como el autocontrol o los autoconocimientos, pero no hemos hablado de la tendencia en si y cómo operativizarla, por eso si quieres ahondar en este asunto vamos a la escala bifactorial denominada PSO (“Personal Saving Orientation”), el cual es un concepto basado en un estudio que identifica las tendencias crónicas de la gente sobre ahorrar dinero de una forma consistente y sostenible (Dholakia, U., Tam, L., Yoon, S., & Wong, N. 2016,) y que consiste en medir dos constructos: ahorro cotidiano y estilo de vida ahorrador. El primero consiste en evitar gastos innecesarios cada día como gastar en gasolina cuando puedes caminar hasta llegar a un determinado sitio, y el segundo vivir con lo justo y necesario para desarrollarte dignamente como persona, evitando usar dinero cuando tienes otros medios. En esta obra se observa que la baja tasa de ahorro es un problema persistente con consecuencias a corto plazo (ej: no poder pagar un arreglo imprevisto del coche) como a largo plazo (ej: no poder irte de vacaciones). A diferencia de lo

que hemos visto hasta ahora, en esta obra no se trata del ahorro como una conducta dirigida a una meta, sino una tendencia crónica a guardar dinero de manera sostenible, entendiendo esto como que no afecte negativamente a la vida del individuo. Se concluye que los conocimientos sobre manejo del dinero influyen directamente sobre la capacidad y conciencia de ahorro, y que aquellas personas sin estos conocimientos deberían ser instruidos a evitar gastos, vivir con menos y aprender a separar una parte de los ingresos de cara al futuro. Esta investigación se ve apoyada por la anterior cuando habla de los conocimientos de las propias fuentes de ingresos y cómo esto ayuda a aumentar la frecuencia de ahorro. También vemos reflejado el trabajo realizado de Haws, Davis y Dholakia (2016) ya anteriormente mencionado.

Podemos concluir que la educación y la impulsividad son factores muy a tener en cuenta a la hora de hablar de ahorros, sabiendo que pueden hacer que éste aumente o disminuya y si trabajamos desde ellos podemos ayudar a una persona con problemas para retener su dinero y evitar gastos. Pero hay otra vía que no hemos tenido en cuenta, y que vemos en el trabajo de Utpal Dholakia, Jihye Jung, and Nivriti Chowdhry (2018) que consiste en percibir los bienes ya poseídos como medio para evitar la impulsividad a la hora de hacer compras. Consiste en tener presente las cosas que ya poseemos, ya sean coches, casas, comida, equipos electrónicos, cualquier cosa, además de sus gastos y responsabilidades. El trabajo parte de la idea de que la impulsividad al igual que la voluntad están limitada por recursos cognitivos, ergo al pensar mucho sobre un producto que se desea adquirir, esos recursos se agotan.

Por último para terminar de revisar la bibliografía acerca del constructo de tendencia de ahorro, hablaremos de la investigación con niños de 9 y 11 años

llevada a cabo por Trzcińska, Sekścińska y Maison (2018). Está compuesto por una serie de experimentos con menores donde se observa que hay una relación poderosa entre tendencia al ahorro económico y autocontrol de tipo directa. En unos de los consecuentes estudios se observa una preferencia sobre ahorrar antes del consumo inmediato mayor en niños que en niñas, debido a la activación de los mecanismos de prevención de consumo inmediato que activan procesos de autocontrol, beneficiando la conducta de ahorro. Se termina concluyendo que dependiendo del sexo podemos esperar más o menos niveles de impulsividad, y que entrenando los mecanismos cognitivos de prevención regulamos la impulsividad, aumentando la tendencia al ahorro. Podríamos relacionar esto con la obra de Bagozzi y Dholakia (1999) donde también se hablaba del impulso y la puesta en marcha de una meta.

Ya hemos revisado la bibliografía para nuestra variable sobre el ahorro, ahora nos toca revisar para la conducta alimentaria responsable.

Empezamos observando la relación entre el nivel de ingresos y la conducta de alimentarse de forma responsable, siendo el caso de que a menor nivel más lácteos y verdura se consume y menos proteínas, mayores cantidades de carbohidratos y grasas derivadas de la leche se ingieren, influyendo directamente en el sobrepeso y obesidad algo que concluimos desde el trabajo de Herrán, Patiño y Del Pilar Zea (2018), con una muestra de 50.670 hogares de Colombia y a través de un cuestionario de frecuencia de consumo (CFC) .

Ya definimos la conducta alimentaria con anterioridad, como el comportamiento normal relacionado con: los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos, y aglutina desde la frecuencia de ingesta de comidas ricas en azúcares o bajas, pasando por alimentos ecológicos, sin preparar o precocinados y hasta qué cantidad comemos, y si relacionamos todo esto concluimos que esta investigación demuestra que cuando una persona genera unos ingresos inferiores su dieta tiende a ser más pobre en alimentos proteicos y más carbohidratos y grasas, entendiendo esto como Herrán (2018) alega: “La conservación o el retorno a los patrones tradicionales –aumentado la adherencia al mismo– ha sido entendida como un mecanismo protector, no sólo de las economías de los hogares menos favorecidos y los rurales, sino también de la soberanía y cultura alimentaria de los pueblos” (p 7).

Definitivamente los ingresos percibidos tienen que ver con la responsabilidad de nuestra conducta alimenticia, influyéndola de una manera muy clara, pero como revisamos con la tendencia al ahorro también los conocimientos ayudan a predecir un comportamiento, en este caso el de la alimentación ecológica. En otro trabajo de Vio del R, Salinas M, González y Huenchupán (2012) observamos un estudio entre conocimiento de alimentación sana y ecológica y la actual alimentación, dividida en grupos de niños, padres y profesores. Se observa en el primer grupo que los niños con buenos conocimientos alimenticios se alimentan bien y de forma más responsable, pero sucede al revés para sus padres y profesores, y esto es debido a la falta de conocimientos y, siendo que los padres que consumían menos alimentos al día le daban menos dinero para “snacks” a sus hijos, resultando que los

susodichos disfrutaban de una mejor nutrición. Aquí vemos otro ejemplo de por qué los conocimientos son tan importantes, como ya hemos mencionado.

Además del nivel de ingresos y los conocimientos debemos tener en cuenta el paradigma económico-social en el que se encuentre una sociedad, pues esto puede generar cambios en la industria alimentaria como es el caso de México, que como país que sufre un cambio en la industria de la alimentación, generando un patrón alimenticio simple y básico donde las personas que no pertenecen a un nivel de ingresos promedio consumen más alimentos procesados con grandes cantidades de azúcar y embalaje, infiriendo en más casos de diabetes y problemas cardiovasculares además del consecuente impacto ecológico.

Como vemos, todos estos factores nos ayudan a inferir sobre la capacidad de una persona de alimentarse respetando la naturaleza, dándonos ejemplos y estudios tras los que partir para esto. Sin embargo, en la psicología social se debe hablar de variables comportamentales y sociales por excelencia, como es el caso de Entrena (1997) donde observamos que ha habido un cambio en la visión de la alimentación, debido a los cambios sociales a la sociedad de forma que ahora a la gente no le preocupa tanto comer lo suficiente o cenar en restaurantes lujosos sino adquirir hábitos de alimentación relacionados con un grupo social en concreto, por ejemplo sólo consumir productos de etiqueta verde o ecológicos disminuyendo así su conducta sostenible con respecto a la alimentación.

Continuamos con este meta-análisis de Zhuang, Luo y Usman (2021), donde se lleva a cabo un meta-análisis acerca de la intención de adquisición de productos alimenticios ecológicos o de etiqueta verde, observando una serie de

factores por parte de los consumidores que se agrupan en tres categorías: factores cognitivos, características individuales y factores sociales. Se concluye que:

Los resultados revelaron que el valor percibido ecológico, la actitud y la confianza en el producto verde tienen una influencia positiva significativa en la intención de compra. El control del comportamiento percibido, la efectividad percibida del consumidor y la norma subjetiva también tienen un fuerte impacto positivo en la intención de compra ecológica. El colectivismo tiene un efecto positivo en la intención de compra verde. El riesgo percibido ecológico tiene un impacto negativo significativo en la intención de compra verde. (Zhuang, Luo y Usman, 2021).

Aquí vemos de nuevo una mención hacia la posesión de conocimientos que no hemos dejado de mencionar en los párrafos anteriores.

Por último, finalizamos con una revisión de 53 artículos empíricos por parte de Roshi y Rahman (2015) acerca de los factores que afectan el consumo de productos ecológicos (entre ellos productos alimenticios) y algunas direcciones a tomar en cuenta para futuras investigaciones. Aquí observamos que “la alta preocupación por el medio ambiente y los atributos funcionales de estos productos son los mayores predictores de la conducta de consumo de alimentos ecológicos” (Joshi, Rahman, 2015, pp. 9).

Planteamiento del Problema

En visto de la revisión literaria, podríamos preguntarnos: ¿influyen los hábitos alimenticios en el ahorro? ¿consumir más productos ecológicos los cuales son más caros hacen que se gaste más debido a su precio, o se ahorra más para poder permitir la compra de estos alimentos? ¿los individuos de mayor nivel de ingresos son capaces de evitar gastos en mayor medida que los de menor debido a tener más poder adquisitivo? ¿o al percibir más dinero ahorran menos, mientras que los de los niveles inferiores por supervivencia ahorran mejor? ¿la conducta alimenticia de quienes ganan más dinero es más responsable o menos?

Nuestros argumentos son que cuando se gana más dinero y hay mayor tendencia al ahorro, entendiéndola como llevar a cabo acciones para guardar y separar dinero y evitar gastos innecesarios, se puede permitir una conducta alimentaria más responsable que a menudo implica gastar más dinero, por ejemplo en productos ecológicos lo cual precisa de saber equilibrar los gastos y que consumir alimentos de forma responsable no afecte negativamente a la economía familiar.

Objetivos e hipótesis

Nuestro objetivo principal es demostrar si hay relación entre el nivel de ingresos y la tendencia a ahorrar con la conducta alimentaria responsable, como indicamos en el apartado de “hipótesis” de este documento, a través de la recogida de datos, seguido de su procesamiento estadístico y finalizando con una interpretación y discusión de los datos en base a la revisión literaria. Conseguido este objetivo, arrojaremos luz en el estudio de un tema actual como es la conducta ecológica a la hora de ingerir alimentos, el cual es de vital importancia en el campo del ecologismo.

Un objetivo añadido es observar cómo las variables se comportan entre sí; es decir, si a mayor nivel de ingresos y mayor tendencia al ahorro hay mayor responsabilidad a la hora de comer, si a mayor nivel de ingresos y menor tendencia al ahorro mayor conducta alimenticia responsable, etc. Desconocemos la dirección en la que se mueven nuestras variables de estudio, ergo este interés en conocerlo.

Nuestra hipótesis, frente a lo revisado en la literatura además de lo planteado en el problema, es que a mayor nivel de ingresos y más tendencia al ahorro, la conducta alimentaria es más responsable entendiéndola por consumir productos locales, menos plastificados, variados y ecológicos. Esto sucede porque al percibir mayores cantidades de dinero al mes y al ser capaz de ahorrar más y mejor, en forma de evitando gastos innecesarios, una persona es capaz de adquirir productos alimenticios ecológicos que a menudo son más costosos y que generan una huella en el medio ambiente más respetuosa con

ésta, sin que no le supongan unos gastos excesivos que hagan peligrar su propia economía.

Método

Participantes

Seleccionamos una muestra de forma aleatoria a través de plataformas sociales como WhatsApp, y les otorgamos un enlace para que accedieran a nuestra cuestionario virtual donde justo al principio se puede encontrar un aviso de privacidad. Obtuvimos los siguientes resultados:

Ver Tabla 1

Frecuencias

Sexo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Mujer	142	65,4	65,4	65,4
Hombre	70	32,3	32,3	97,7
Otro	1	,5	,5	98,2
Prefiere no decir	4	1,8	1,8	100,0
Total	217	100,0	100,0	

Ver Tabla 3

Ingresos

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Menos de 1000 euros	32	14,7	14,7	14,7
De 1001 a 1500 euros	62	28,6	28,6	43,3
De 1501 a 2000 euros	41	18,9	18,9	62,2

De 2001 a 2500 euros	38	17,5	17,5	79,7
De 2501 a 3000 euros	22	10,1	10,1	89,9
Más de 3000 euros	22	10,1	10,1	100,0
Total	217	100,0	100,0	

Con respecto a la situación laboral actual:

Ver Tabla 4

Situación laboral actual

	N	%
Contrato temporal	27	12,4%
Contrato indefinido	66	30,4%
Autónomo/a	14	6,5%
En situación de ERTE	4	1,8%
Contrato por obra o servicio	4	1,8%
Trabajo sin nómina o contrato	5	2,3%

Desempleado/a en búsqueda activa de empleo	23	10,6%
Estudiando	68	31,3%
Jubilado/a	6	2,8%

31,3% está en situación de estudios y 30,4% en contrato indefinido, es decir, tenemos dos grupos mayoritarios compuestos por estudiantes y trabajadores fijos.

Con respecto al nivel de estudios:

Ver Tabla 5

Nivel de estudios

	N	%
Primarios incompletos	3	1,4%
Primarios completos/E.S.O.	10	4,6%
Bachillerato – FP – COU	59	27,2%
Cursando estudios universitarios	54	24,9%
Universitarios	91	41,9%

finalizados

Encontramos un alto número de 41,9% de individuos con estudios universitarios finalizados, seguido de personas sólo con bachillerato y un tercer grupo que se encuentra en situación de estudios en la universidad.

Por último, cambios de ingresos:

Ver Tabla 6

Cambios ingresos

	N	%
Han empeorado bastante.	38	17,5%
Han empeorado algo.	59	27,2%
Son los mismos ingresos.	96	44,2%
Han mejorado algo.	16	7,4%
Han mejorado bastante.	8	3,7%

Obtuvimos una muestra de 217 personas, de las cuales la edad promedio es 33 años, el sexo mayoritario es femenino (1= mujer) y principalmente se pertenece al nivel 3 de ingresos (1501-2000 euros mensuales).

La mayoría no han experimentado recientemente cambios en los ingresos, mientras que otros han perdido una parte y una minoría ha perdido bastante.

En resumen, tenemos una muestra de mayoría femenina, mediana edad (33 años), con ingresos promedios (1000-1500 euros), nivel de estudios de bachillerato/BUP y trabajando con contrato indefinido, y sin cambios en los ingresos recientemente.

Instrumentos

Se ha construido un instrumento con una escala con variables sociodemográficas (edad, sexo, etc), y nuestras escalas con las variables de interés (“tendencia al ahorro” y “conducta alimentaria sostenible“). Hemos creado ítems de tipo Likert “no de acuerdo, poco de acuerdo, de acuerdo, algo de acuerdo, muy de acuerdo”.

El primer cuestionario sobre consumo alimentario responsable tiene 12 ítems con una forma de respuesta de 1 a 7, donde 1 es “nunca” y 7 es “siempre”. Fue

creado por el alumnado del grupo 13 de Trabajo Fin de Grado (2021) del Grado de Psicología de la Universidad de La Laguna, y mide la conducta alimentaria responsable (es decir, frecuencia de cada conducta). Los ítems están relacionados con la compra de productos plastificados o a granel, la frecuencia de consumo cárnico, adquisición de productos de etiqueta verde, etc. Ejemplo de ítem:

-Compro alimentos orgánicos certificados.

Debemos aclarar en este párrafo que nos vimos obligados a eliminar 5 ítems debido al bajo alfa de Cronbach que obtuvimos al usarlos todos. Los ítems eliminados de la prueba fueron:

-Como carne en las comidas principales. (alfa= 0,33)

-Como alimentos preparados o precocinados. (alfa= 0,4)

-Compro alimentos y comidas congeladas. (alfa= 0,47)

-Compro alimentos en envases de un solo uso (por ejemplo, comida para llevar, fruta embalada, etc.). (alfa= 0,5)

-Compro productos de alimentación a granel (legumbres, frutas, verduras, frutos secos, etc.). (alfa= 0,6)

El alfa de nuestro cuestionario de conducta alimentaria responsable es de 0,666.

El segundo cuestionario sobre tendencia al ahorro creado por Dholakia (2015) el cual consta de 9 ítems, puntuándose en una escala tipo Likert de 1 a 7

donde 1 es “nunca” y 7 es “siempre”. El test mide la tendencia y frecuencia de ahorro. Es una medida bifactorial porque se aprecian 2 constructos: “ahorro cotidiano” y “estilo de vida ahorrador”. Ejemplo de ítem:

-Ahorrar dinero a diario debería ser una parte importante de la vida de uno.

El alfa de nuestro cuestionario de tendencia al ahorro es de 0,842.

Procedimiento

Tras la elaboración del instrumento procedimos a ponernos en contacto con una muestra de tipo incidental usando las redes sociales (WhatsApp e Instagram) por lo que el contacto fue totalmente indirecto, explicando primero la intencionalidad de nuestro estudio y luego otorgando un enlace por internet que lleva directamente a nuestra obra. Al principio del instrumento encontramos un consentimiento que debe ser leído y seleccionar una de varias opciones con respecto al tratamiento de datos y la privacidad de éstos, afirmando y asegurando que se mantendrá el anonimato de su participación voluntaria.

Después, de forma individual y anónima cada miembro de nuestra muestra fue completando cada casilla de cada pregunta, de manera que así obtuvimos nuestros datos. Terminamos la recogida con un agradecimiento.

Procesamos los datos usando el paquete estadístico SPSS IBM versión 25.

Resultados

Vamos a llevar a cabo una matriz de correlaciones de Pearson para observar cuáles de nuestras variables se relacionan de forma significativa y en caso de que si ver si el efecto es fuerte o débil. Dependiendo si los resultados son positivos procederemos a hacer una regresión lineal para predecir los valores de nuestra variable dependiente, conducta alimentaria responsable, en base a los valores de nuestras independientes, es decir, tendencia al ahorro y nivel de ingresos.

Ver Tabla 10

Correlaciones

			INGRESOS	Alimentaria	Ahorro
INGRESOS	Correlación de	1			
	Pearson				
	Sig. (bilateral)			,535	,819
	N	217	217	217	217
Alimentaria	Correlación de	,042	1		
a01	Pearson				
	Sig. (bilateral)	,535			,023
	N	217	217	217	217
Ahorro	Correlación de	-,016	,154*	1	
	Pearson				
	Sig. (bilateral)	,819	,023		
	N	217	217	217	217

Nota: *. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Observamos que no hay significación entre nuestra variable de nivel de ingresos y la conducta alimentaria responsable y tendencia al ahorro ($p < 0,535$ y $p < 0,819$ respectivamente). Sin embargo, podemos observar una correlación baja entre la conducta alimentaria responsable y la tendencia al ahorro, además de ser significativa ($p > 0,023$).

Como nuestros datos no han sido significativos, no podemos proceder a hacer la regresión, ergo finalizamos el proceso estadístico aquí.

Discusión y conclusiones

Buscamos observar si hay una relación entre la tendencia al ahorro y el nivel de ingresos y la conducta alimentaria responsable, y para ello sometimos los datos de nuestra muestra primero a correlación de Pearson para ver cómo nuestras variables se relacionan entre sí, y luego a una regresión lineal. Hay que resaltar que la revisión bibliográfica nos da una serie de ideas de las cuales creamos las expectativas de una relación entre nuestras variables independientes y dependientes y llegado el momento de la evidencia estadística no lo conseguimos demostrar con éxito debido a que no obtuvimos una p significativa, lo que quiere decir que nuestra hipótesis es nula. No hay relación entre el nivel de ingresos y la tendencia al ahorro sobre la conducta alimentaria responsable.

Por otro lado, debemos hablar de la tabla de correlaciones donde podemos observar que si bien nuestra hipótesis es falsa, los ingresos no interactúan significativamente con la conducta alimentaria responsable. Dicho de otra manera, no influyen en absoluto al contrario de lo que ocurre con nuestra variable “tendencia al ahorro”. Esto es importante de cara a revisiones y futuras investigaciones donde se tengan en cuenta estas variables, en caso de querer indagar para no cometer el mismo error. Sin embargo, si hay significación entre la conducta de alimentación responsable y la tendencia al ahorro, aunque como el efecto es débil no podemos declarar nada al respecto. Esto se merece un estudio más profundo, usando otras variables como las de “autoconocimiento financiero” de las obras de Dholakia, Tam, Yoon y Wong (2016) y Chowdhry y Dholakia (2019) que aparecen en la revisión literaria de este trabajo.

Una hipótesis que no se vio contrastado fue la relación inexistente entre el nivel de ingresos y la tendencia al ahorro, y es que no influye cuánto gana una persona y su hábito de ahorro; individuos con altos y bajos ingresos ahorran igual de bien y mal sin diferencias significativas. Lo mismo ocurre con los ingresos y la conducta alimentaria responsable. Como ya explicamos, cabría pensar que al obtener más dinero se puede consumir con más frecuencia productos ecológicos que suelen ser más caros, pero en el caso de nuestra muestra no fue así, dándose la misma situación que con la tendencia al ahorro. ¿Cabría pensar, tal vez, que deberíamos usar otras variables en el estudio de la conducta alimentaria responsable y cómo influir en ella? La revisión nos dice que los autoconocimientos financieros y ecológicos y la autoeficacia a la hora

de elegir productos verdes están relacionados positivamente, ergo son el camino a seguir.

Concluimos que nuestro trabajo no ha tenido éxito porque no hemos demostrado nuestra hipótesis.

Para futuras investigaciones, es recomendable cambiar nuestra variable de “nivel de ingresos” por “conocimientos financieros”, pues ya vimos en la revisión literaria que es algo que influencia directamente la tendencia de ahorro. Y si juntamos con la variable alimentación responsable podríamos obtener una regresión significativa.

Otra sugerencia es no interesarse por la tendencia al ahorro ni por el nivel de ingresos y si por variables que poseen evidencia de interactuar con la conducta alimenticia responsable, como son el colectivismo o la percepción de la utilidad de la compra del producto verde.

Referencias

- Bagozzi, R. P., & Dholakia, U. (1999). Goal setting and goal striving in consumer behavior. *Journal of Marketing*, 63 (Special Issue), 19–32.
<https://doi.org/10.2307/1252098>
- Chowdhry N, Dholakia UM. (2020). Know thyself financially: How financial self-awareness can benefit consumers and financial advisors. *Financial Planning Review*.3:10-69.
<https://doi.org/10.1002/cfp2.1069>
- Dholakia U, Jung J, Chowdhry N. (2018). Should I Buy This When I Have So Much?: Reflection on Personal Possessions as an Anticonsumption Strategy. *Journal of Public Policy & Marketing*. 37(2):260-273.
<https://doi.org/10.1177/0743915618813582>
- Dholakia, Utpal M. and Tam, Leona and Yoon, Sunyee and Wong, Nancy. (2015). The Ant and the Grasshopper: Understanding Personal Saving Orientation of Consumer. Available at SSRN:
<https://ssrn.com/abstract=2706943> or
<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2706943>
- Entrena-Durán, Francisco. (1997). Cambios en las pautas de consumo alimentario en España. *Revista de sociología*, 201-214.
<https://doi.org/10.5565/rev/papers.1866>
- Fuentes, J. (2018). *No ahorrar trae consecuencias*. Ahorrarme mejor.
<https://ahorrarme.com/no-ahorrar-trae-consecuencias/>
- Haws, K. L., Davis, S. W., & Dholakia, U. M. (2016). Control over What? Individual Differences in General versus Eating and Spending Self-Control. *Journal of Public Policy & Marketing*, 35(1), 37–57.
<https://doi.org/10.1509/jppm.14.149>

- Herrán, Oscar F., Patiño, Gonzalo A., & Zea, María Del Pilar. (2018). Food consumption patterns and monetary poverty in Colombia. *Revista chilena de nutrición*, 45(4), 372-380. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182018000500372>
- Joshi, Y., & Rahman, Z. (2015). Factors Affecting Green Purchase Behaviour and Future Research Directions. *International Strategic Management Review*, 3, 128-143. <https://doi.org/10.1016/j.ism.2015.04.001>
- Oxfam Intermón. (2021). *Alimentación ecológica para la salud*. <https://blog.oxfamintermon.org/alimentacion-ecologica-para-la-salud/#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20ecol%C3%B3gica%20es%20aquella%20basada%20en%20ingredientes,medio%20ambiente%20y%20la%20protecci%C3%B3n%20de%20la%20salud>.
- Peña Salgado, N., López de Arco, S., & Liévano Fiesco, M. (2014). Conductas alimentarias asociadas a TCA en estudiantes universitarios que asisten a un centro de formación deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(2), 29-38. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.7203>
- Rodríguez, Hipólito. (2016). Impactos de la globalización en el comer: ¿mutaciones de los patrones de consumo y en el ordenamiento territorial? *Revista San Gregorio*, (13), 80-89. <http://hdl.handle.net/10469/10163>
- Tam, L., & Dholakia, U. (2011). Delay and duration effects of time frames on personal savings estimates and behavior. *Organizational Behavior*

and Human Decision Processes, 114, 142-152.

<https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2010.10.009>

- Tam, W. & Dholakia, U. M. (2013). The consequences and correction of inflation in personal savings estimates in specific future time frames. *Journal of Behavioral Decision Making*, 26(2), 139-151. <https://ro.uow.edu.au/commpapers/3142>.
<http://dx.doi.org/10.1002/bdm.1749>.
- Trzcińska, A.M., Sekścińska, K., & Maison, D. (2018). The role of self-control and regulatory foci in money-saving behaviours among children. *Current Psychology*, 40, 344-354. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9944-1>.
- Taberner, Carmen & Hernández, Bernardo. (2010). Motivación para el consumo ecológico responsable en estudiantes universitarios. 13.
- Vio del R, Fernando, Salinas C, Judith, Lera M, Lydia, González G, Carmen Gloria, & Huenchupán M, Carolina. (2012). Conocimientos y consumo alimentario en escolares, sus padres y profesores: un análisis comparativo. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 34-39.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300005>

Zhuang, Wencan & Luo, Xiaoguang & Riaz, Muhammad. (2021). On the Factors Influencing Green Purchase Intention: A Meta-Analysis Approach. *Frontiers in Psychology*. 12. 644020.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.644020>.

