

Conocimientos de los padres sobre alimentación y hábitos nutricionales de los niños de 1 a 3 años de los Centros Infantiles Municipales de la ciudad de Loja.

Parents' knowledge about eating and nutritional habits of children from 1 to 3 years old from the Municipal Children's Centers in the city of Loja.

CUMBICUS ASTUDILLO THALIA

Médico General
Clínica San Pablo
Loja - Ecuador.

***MONTTOYA JARAMILLO VERÓNICA**

Doctora en Medicina y Cirugía / Magister en Nutrición Infantil
Universidad Nacional de Loja
Docente de la Facultad de Salud
Universidad Nacional de Loja
Loja - Ecuador

*dra.veronicamonttoyaj@gmail.com

Recibido: 25/11/2021. Aceptado para publicación: 10/01/2022

RESUMEN

Los conocimientos y hábitos sobre alimentación de los padres de familia son esenciales para la formación de prácticas nutricionales del niño y se establecen en la primera infancia perdurando toda la vida.

Objetivos: establecer el nivel de conocimiento sobre alimentación adecuada en los padres de familia, conocer las prácticas alimentarias de los padres de familia de los niños e impartir una charla con entrega de trípticos educativos. **Material y métodos:** Fue un estudio descriptivo, cuali-cuantitativo y transversal, se aplicó el cuestionario a 101 padres de familia de niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la ciudad de Loja,

periodo junio 2016-septiembre 2017. **Resultados:** el 70% de padres de familia tuvieron un nivel de conocimiento inadecuado sobre alimentación, las prácticas alimentarias que realizan los padres el 61% son inapropiadas, el 70% de los padres se les entro el tríptico mediante la charla educativa. **Conclusiones:** El nivel de conocimiento de los padres sobre alimentación y hábitos nutricionales es inadecuado y se ve reflejado en las prácticas alimentarias inapropiadas.

PALABRAS CLAVE: infantes, alimentación, padres de familia.

SUMMARY

Parents' knowledge and eating habits are essential for the formation of children's nutritional practices and are established in early childhood and last throughout life. **Objectives:** to establish the level of knowledge about adequate nutrition in the parents, to know the nutritional practices of the parents of the children and to give a talk with delivery of educational leaflets. **Material and methods:** It was a descriptive, qualitative-quantitative and cross-sectional study, the questionnaire was applied to 101 parents of children aged 1 to 3 years who attend municipal children's centers in the city of Loja, period June 2016-September 2017. **Results:** 70% of parents had an inadequate level of knowledge about food, the eating practices carried out by parents 61% are inappropriate, 70% of parents received the brochure through the educational talk. **Conclusions:** Parents' level of knowledge about food and nutritional habits is inadequate and is reflected in inappropriate eating practices.

KEYWORDS: infants, feeding, parents.

INTRODUCCIÓN

La educación nutricional y la adquisición de hábitos alimentarios, es parte de la cultura alimentaria que un niño adquiere a lo largo de su vida y por ello es labor de los padres de familia aportar esos conocimientos a sus hijos. La primera infancia se caracteriza por ser la etapa donde hay un mayor crecimiento físico y desarrollo psicomotor 1,2. Esto significa que la alimentación no solo debe proporcionar energía para mantener las funciones vitales, sino que debe cubrir unas necesidades mayores relacionadas con el crecimiento y la maduración del niño, es por ello que la adquisición de prácticas nutricionales adecuadas es indispensable. (3,4)

Durante la primera infancia se produce el mayor desarrollo y crecimiento del niño fundamentales para el proceso vital. Por eso es muy importante que los niños tengan una buena alimentación, para cubrir con las necesidades fundamentales que son

indispensables para esta evolución adecuada del niño, ya que de lo contrario se puede caer en distintos grados de malnutrición. 5-7

En esta etapa, la voluntad infantil lleva a los niños a elegir alimentos en particular según su percepción sensitiva: colores, sabores, textura, etc. Habitualmente los alimentos elegidos con este criterio no se corresponden con los más adecuados para el desarrollo infantil y son los más deficitarios en nutrientes y perjudiciales para la salud 8,9. En una alimentación adecuada intervienen además de una buena selección de alimentos, los hábitos, costumbres, la educación y el nivel cultural de la familia. 10

Los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que alteran la dinámica familiar tales como la menor dedicación, falta de tiempo para cocinar y falta de conocimiento en cuanto a la cantidad, calidad, variedad y frecuencia de los alimentos que consumen los niños a diario. 11-13

De acuerdo con datos suministrados por la Organización Mundial de la Salud, OMS, productos o comida chatarra representan una ingesta inadecuada lo que resulta no saludable para el niño, lo que se ha reflejado en los últimos años en un incremento sustancial de la obesidad infantil, diabetes, caries dentales, que son el resultado de malos hábitos formados y falta de conocimiento de los padres de familia sobre alimentación adecuada. 14-15

Según el ENSANUT en la población menor de 3 años de la Ciudad de Loja el 27% de esta población tiene problemas en la alimentación dejando un porcentaje muy bajo para aquellos que no lo tienen, lo cual se debe a la adquisición de malos hábitos que se fomentan a través de la familia. 16

Debido a todos los problemas que causa la mala alimentación en este grupo de edad, se observa que en los infantes no se establece una buena alimentación, debido que desde pequeño no se forman hábitos alimentarios adecuados por falta de

conocimiento de los padres de familia. Se realizó el presente trabajo investigativo cuyos objetivos fueron determinar el nivel de conocimiento de los padres de familia y los hábitos de los padres de familia sobre la alimentación de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la ciudad de Loja y la elaboración de trípticos informativos sobre alimentación que fueron entregados en una charla educativa. ¹⁷⁻¹⁹

MATERIALES Y MÉTODOS

El trabajo investigativo fue un estudio, descriptivo cuali-cuantitativo y transversal que fue realizado en 101 padres de familia que llevaron a sus hijos de 1 a 3 años a los Centros Infantiles Municipales de la ciudad de Loja que desearon colaborar con el estudio. Para la recolección de la información se empleó como instrumento un cuestionario que fue elaborado por la autora en la que dividió en 2 secciones: en la primera se evaluó el nivel de conocimiento sobre alimentación adecuada de los padres de familia; en la que se indaga nivel de educación, controles médicos en los niños, persona encargada de la alimentación, acerca de lactancia materna, su tiempo de exclusividad y su complemento, sobre alimentación complementaria, edad de introducción de alimentos y finalmente la forma de comer del niño y la forma de preparar los alimentos en casa.

En la segunda sección se evaluó la práctica nutricional de los padres de familia a través de número de comidas, consistencia, cantidad, frecuencia y tipo de alimentos que ofrecen al niño en casa, para ambas secciones al responder 8 preguntas de forma correcta el conocimiento sobre alimentación es adecuado por el contrario si es menor a 8 este es inadecuado, de igual manera se aplicó para la segunda sección. Se coordinó una charla educativa dirigida a los padres de familia donde se entregó un tríptico informativo sobre alimentación adecuada, y finalmente se analizó y tabuló los datos obtenidos de los cuestionarios aplicados y fueron representados mediante tablas y gráficos en Excel.

RESULTADOS

En cuanto a los conocimientos que poseen los padres de familia sobre alimentación saludable (Tabla 1) el 70 % de los padres de familia poseen un conocimiento inadecuado de sobre alimentación saludable y un 30% si poseen un adecuado conocimiento como se indica en la figura 1²⁰.

Se identificó los hábitos nutricionales de los padres (Tabla 2) el 61% de los padres de familia presentan hábitos nutricionales inapropiados que se está fomentando en sus hijos mientras que un 39% los hábitos nutricionales son apropiados, como se muestra en la figura 2²⁰.

Respecto a la charla informativa que se brindó a los padres de familia (Tabla 3) el 70% de los padres de familia que participaron de la investigación asistieron a la charla educativa sobre hábitos saludables mientras que el 30% no asistieron, como lo indica la figura 3²⁰.

DISCUSIÓN

En esta investigación se identificó que los padres de familia no poseen un conocimiento apropiado sobre la alimentación adecuada para sus hijos y los hábitos nutricionales que se están estableciendo en los niños son inapropiados.

En Argentina la Universidad de Cuyo realizó un estudio en Mendoza en el inicial Zoilo Concha con 53 niños de 1 a 3 años, se aplicó una encuesta a los padres de familia donde se comprobó que los niños no mantienen una práctica alimentaria correcta con un porcentaje de 80%, dejando solo un 20% que si presentan buena práctica nutricional 5.

Un estudio realizado por la nutricionista Diana Rojas en Colombo, Bogotá, en la guardería CEDID, demostró que en 90 niños de 1 a 3 años los hábitos nutricionales son inapropiados para un 80% y se

definió el conocimiento en su gran mayoría con un 82% como bajo o inadecuado, se evidencio que hay porcentaje muy bajo correspondiente al 20% que no presentan practicas alimentarias correctas, y el 18% no tienen conocimiento adecuado sobre alimentación saludable.^{21,22}

Estudios realizados en Perú, en niños preescolares del distrito de Belén donde se tomó una muestra de 84 niños, de 1 a 3 años, que acudieron al centro de salud de la localidad, indican que de las madres evaluadas el 67% presentó un nivel de conocimiento de medio a bajo sobre alimentación saludable. En cuanto a las prácticas que realizan de sus hijos se encuentra que el 76.7%, tienen prácticas inadecuadas y 23.3% adecuadas.^{23,24}

En Ecuador en la Universidad de Cuenca de la Facultad de Ciencias Médicas, realizaron un estudio en los centros infantiles del buen vivir en el 2014, con 280 niños de 1 a 3 años y se obtuvo en relación a los hábitos alimentarios, la mayoría presentó hábitos regulares (71,6%), y apenas el 25,7% presentaron hábitos buenos.^{25,26}

Otro estudio realizado por estudiantes de medicina de la Universidad de Cuenca realizado en las guarderías “San Pablito” y “Mis Primeros Pasos” con una muestra de 161 niños de 0 a 5 años, el 78% presento un conocimiento bajo a cerca de alimentación adecuada y tan solo un 22% presentaron buen conocimiento, y de acuerdo a los hábitos el 60% se están formando malos hábitos nutricionales y el 40% lo hacen apropiadamente.^{27,28}

Un estudio realizado por la Universidad de Machala, con 63 madres de familia que acuden al centro de salud 29 de noviembre, concluyo que el 64% presentan hábitos nutricionales inapropiados y lo relacionó con la falta de conocimiento sobre alimentación adecuado teniendo el nivel de cognomento bajo en un 73%.²⁹

En conclusión, podemos decir que los estudios que se han realizado no están muy alejados de los

datos obtenido en esta investigación y claramente se puede observar que la situación se presenta con similares porcentajes, siendo un problema tanto a nivel local, nacional e internacional de salud pública, principalmente infantil.

CONCLUSIONES

- El nivel de conocimiento sobre alimentación y hábitos nutricionales es inadecuado en la mayoría de padres de familia que llevan sus hijos a los Centros Infantiles Municipales de la Ciudad De Loja.
- Los hábitos nutricionales de los padres de familia son inapropiados.
- Los padres de familia si tienen interés por aprender sobre alimentación y hábitos nutricionales ya que 7 de cada 10 padres asistieron a la charla educativa en la cual se entregó trípticos informativos, con el fin de que los padres de familia se concienticen sobre el establecimiento de hábitos saludables en los niños desde su corta edad.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Responsabilidades éticas

Protección de personas y animales. Los autores declaran que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

Confidencialidad de los datos. Los autores declaran que han seguido los protocolos de su centro de trabajo sobre la publicación de datos de pacientes.

Derecho a la privacidad y consentimiento informado. Los autores declaran que en este artículo no aparecen datos de pacientes.

ANEXOS

TABLA 1.
Nivel de conocimiento de los padres de familia.

Nivel de conocimiento	Valor	Porcentaje
Adecuado	31	30%
Inadecuado	70	70%
Total	101	100%

Nota. La tabla representa el porcentaje de los padres de familia de los niños de 1 a 3 años, que acuden a los centros infantiles municipales de la Ciudad de Loja, que conocen acerca de alimentación y hábitos nutricionales.²⁰

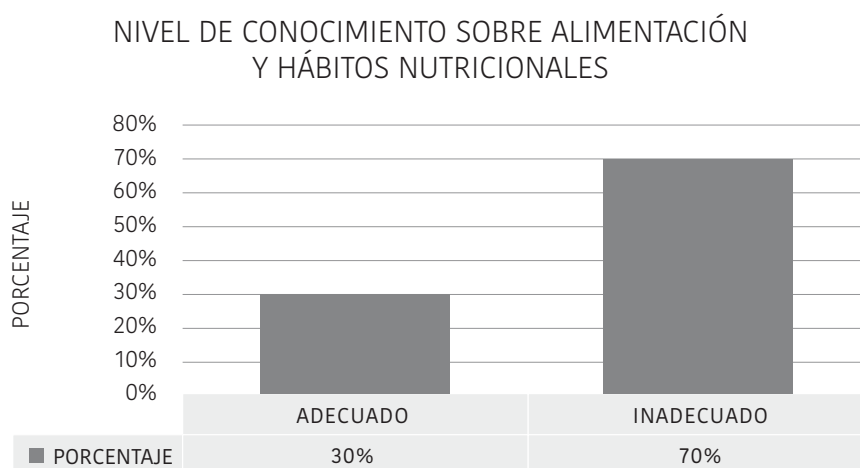


Gráfico 1.
Distribución gráfica del nivel de conocimiento sobre alimentación y hábitos nutricionales de los padres de familia de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la Ciudad de Loja. Elaborado por Verónica Montoya, Thalía Cumbicus.²⁰

TABLA 2.
Hábitos nutricionales de los padres de familia.

Habito nutricional	Valor	Porcentaje
Apropiado	39	39%
Inapropiado	62	61%
Total	101	100%

Nota. La tabla representa el porcentaje apropiado o inapropiado de la práctica nutricional de los padres de familia de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la Ciudad de Loja.²⁰

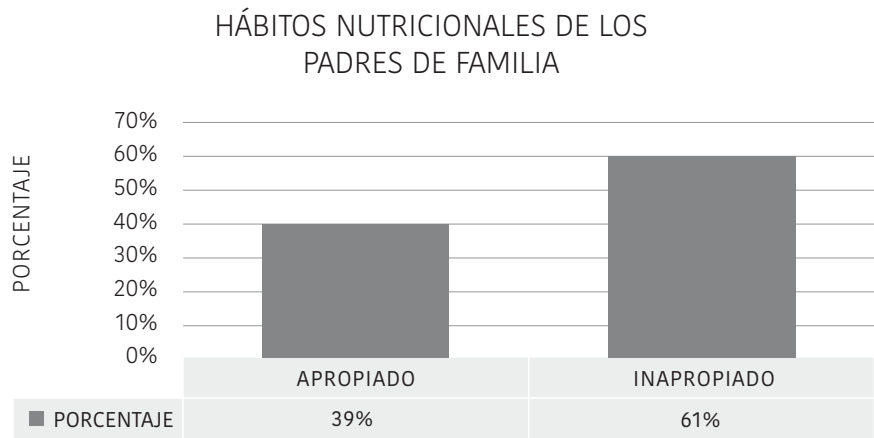


Gráfico 2.
Distribución gráfica de los hábitos nutricionales de los padres de familia de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la Ciudad de Loja. Elaborado por Verónica Montoya, Thalía Cumbicus.²⁰

TABLA 3.
Asistencia de los padres de familia a la charla educativa.

Asistencia a charla	Valor	Porcentaje
Asistieron	70	70%
No asistieron	31	30%
Total	101	100%

Nota. La tabla representa el porcentaje de padres de los niños de 1 a 3 años, que acuden a los centros infantiles municipales de la Ciudad de Loja, que asistieron a la charla sobre nutrición adecuada.²⁰

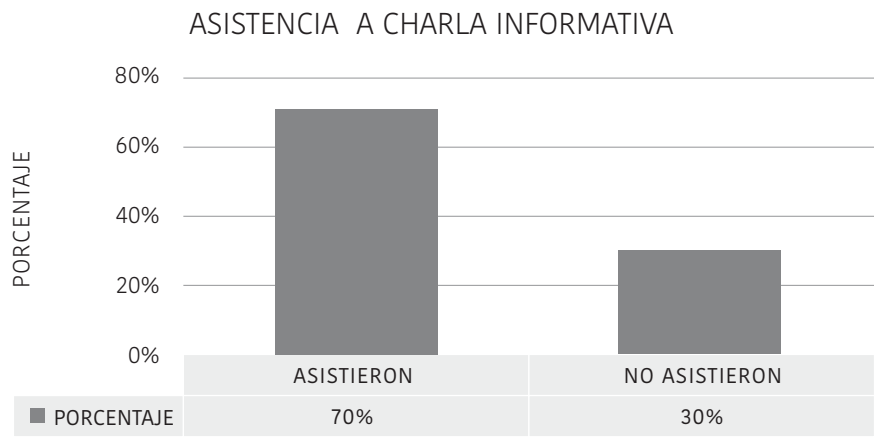


Gráfico 3.
Distribución gráfica de los padres de los niños de 1 a 3 años que asistieron a la charla sobre nutrición adecuada. Elaborado por Verónica Montoya, Thalía Cumbicus.²⁰

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ASPCAT. Recomendaciones para la alimentación en la primera infancia [Internet]. Agencia de Salud Pública de Catalunya. Barcelona, España; 2016. Available from: http://www.ara.cat/2016/05/11/Alimentacion_0-3_2016.pdf?hash=b18da7a1c65be31edf3f8d925ed8d064438440aa
2. UNED. Nutrición y Dieta Infantil [Internet]. 2012. Available from: <http://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/PDF/Guia de Alimentacion y Salud - Infancia.pdf>
3. UNICEF. Beneficios de la lactancia materna. Ecuador [Internet]. 2013. Available from: https://www.unicef.org/Beneficios_de_la_Lactancia_Materna
4. Taylor J. Complementar con leche fórmula el periodo de lactancia. Europa express. Infosalud.com. Madrid; 2013.
5. Merchan M. Conocimiento de los padres sobre la alimentación de familia en niños en edad preescolar. Mendoza, Argentina; 2015.
6. Ros, L; Gonzalez, D; Ria R. Alimentación del preescolar y escolar. Asociación Española de Pediatría. Zaragoza: Universidad Las Palmas de Gran Canaria. Hospital Universitario Miguel Servet; 2012.
7. Restrepo S. La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el preescolar. Vol. 19. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia; 2012.
8. UNED. Guía de alimentación y salud-infancia [Internet]. 2011. Available from: <http://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/PDF/Guia de Alimentacion y Salud - Infancia.pdf>
9. Peña L. Alimentación del preescolar. Asociación Española de Pediatría. 2013.
10. Mira D. Alimentación complementaria del niño de 6 a 24 meses. Nutricionista. Hospital Universitario de San Vicente; 2013.
11. Macías, A; Gordillo L. Hábitos alimentarios de niños en edad preescolar y el papel de la educación para la salud. Vol. 39. México; 2012.
12. Lozano M. Lactancia materna. Asociación Española De Pediatría. Universidad de Cantabria; 2012.
13. Hernández MT. Alimentación complementaria. AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2013. Madrid: Exlibris Ediciones; 2013. p. 249-56.
14. OMS. Alimentación del lactante y del niño pequeño [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2014. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
15. OMS/OPS. La alimentación del lactante y del niño pequeño. Ginebra; 2009. p. 37.
16. Freire, W.B; Ramírez, M.J; Belmont, P; Mendieta, M.J; Silva, M.K; Romero, N; Sáenz, K; Piñeros, P; Gómez, L.F; Monge R. RESUMEN EJECUTIVO. TOMO I. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del Ecuador. ENSANUT-ECU 2011-2013. Quito, Ecuador: Ministerio de Salud Pública/Instituto Nacional de Estadística y Censos; 2013.
17. Gonzales V. El nivel educativo de los padres afecta la alimentación de sus hijos [Internet]. MuyInteresante. 2013. Available from: <http://www.muyinteresante.es/salud/articulo/que-padres-ofrecen-a-sus-hijos-una-dieta-mas-equilibrada-811364301730>
18. Gajardo J. Alimentación Preescolar [Internet]. Scribd. 2014. p. 1-14. Available from: <https://es.scribd.com/doc/95003830/PPT-alimentacion-preescolar>
19. EROSKI. Cómo alimentarnos según nuestra edad. Niños de 1 a 3 años [Internet]. Trabajo y Alimentación. 2013. Available from: <http://trabajoyalimentacion.consumer.es/ninos-de-1-3-anos/pautas-para-alimentarse-bien>
20. Montoya V, Cumbicus T. Conocimiento de los padres de familia sobre alimentación y hábitos nutricionales de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la ciudad de Loja [Internet]. Universidad Nacional de Loja; 2017. Available from: [https://dspace.unle.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19622/1/TESIS THALIA CUMBICUS.pdf](https://dspace.unle.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19622/1/TESIS%20THALIA%20CUMBICUS.pdf)
21. Rojas D. Percepción de la alimentación saludable y hábitos alimentarios en niños de 1 a 3 años en la guardería CEDID. Bogotá, Colombia; 2011.
22. Erik. Factores de alimentación y nutrición [Internet]. Scribd. 2013. p. 1-4. Available from: <https://es.scribd.com/doc/28538387/Factores-de-Alimentacion-y-Nutricion>
23. Silva, Z; Ramirez R. Situación nutricional y hábitos alimentarios en los niños preescolares del distrito de Belén. Perú; 2011.
24. Cunietti P. Guía para la alimentación del niño sano. Sociedad Argentina de Pediatría. 2013;35.
25. Molina, G; Morales D. Elaboración de un plan educativo de acuerdo al estado nutricional y factores asociados de los niños y niñas de los Centros Infantiles Buen Vivir. Cuenca; 2015.
26. Cilla F. Lactancia materna. Comité de lactancia materna. Asociación Española de Pediatría. 2012.
27. Campoverde, J; Espinoza P. Hábitos alimentarios, actividad física y estado nutricional en las guarderías San Pablito y mis Primeros Pasos. Cuenca, Ecuador; 2014.
28. Chuya NC, O. Factores que intervienen en la modificación de hábitos alimentarios. Paleta; 2012.
29. Tenesa K. Beneficios de la lactancia materna en las madres que acuden al centro de salud 29 de noviembre, cantón Santa Rosa. Machala, EL Oro, Ecuador; 2013.