




Cultura alimentaria en centros infantiles del Buen Vivir – provincia de Santa Elena, Ecuador- Año 2017

Food culture in childrens centers of Buen Vivir –Santa Elena province, Ecuador. 2017

María Fernanda Reyes Santacruz¹
Ana María Uribe Veintimilla¹

 <https://orcid.org/0000-0002-2059-0680>

 <https://orcid.org/0000-0001-8674-3275>

¹Universidad Estatal Península de Santa Elena, Ecuador.

* mfreyes,@upse.edu.ec

Resumen

En la provincia de Santa Elena, la tradición alimentaria en los hogares con niños y niñas de edades comprendidas entre uno y tres años, está evidenciada por el consumo de alimentos no adecuados. Derivado de esta problemática, se realizó esta investigación cuyo objetivo fue indagar acerca de la cultura alimentaria de los infantes de uno a tres años de edad en los Centros Infantiles del Buen Vivir ubicados en la provincia de Santa Elena durante el año 2017. Se diseñó un estudio descriptivo con corte transversal, no experimental, con técnicas cualitativas y cuantitativas a través de una encuesta aplicada a los padres de familia, y entrevistas a las coordinadoras de los centros, lo que permitió comparar el plan nutricional de los infantes. Los resultados indican la influencia de los ingresos de la familia en el momento de abastecerse de provisiones para el hogar, alto consumo de carbohidratos y el desconocimiento de los tutores de una alimentación que cumpla las necesidades nutricionales de niños y niñas menores de tres años. Se resalta la importancia de inculcar una buena alimentación a los infantes, ya que será la base de una etapa adulta saludable.

Palabras clave: cultura alimentaria, infancia, programas nutricionales.

Abstract

The food tradition in households with children between the ages of one and three in Santa Elena is evidenced by the consumption of inappropriate foods. Derived from this problem, this research was carried out, the objective of which was to inquire about the food culture of infants from one to three years old in the Children's Centers of Well-being located in the province of Santa Elena during 2017. A descriptive, cross-sectional, non-experimental study was designed with qualitative and quantitative techniques through a survey applied to parents, and interviews with the coordinators of the centers, which allowed the comparison of the nutritional plan of the infants. The results indicate the influence of family income at the time of providing for their homes, high carbohydrate consumption and the guardians' ignorance of a diet that meets the nutritional needs of children under the age of three. The importance of instilling good nutrition in infants is highlighted, as it will be the basis of a healthy adulthood.

Keywords: food culture, childhood, nutritional programs.

Recibido: mayo/08/2020

Aceptado: octubre/26/2020

Publicado: diciembre/21/2020

1. Introducción

En el Ecuador los Centros Infantiles del Buen Vivir CIBV fueron implementados por el Ministerio de Inclusión Económica y Social MIES a partir del año 2013, para beneficio de familias con el objetivo de dar una educación de calidad y calidez a niños menores de 3 años para garantizar el desarrollo integral a través de la estimulación temprana y la nutrición, dando un servicio gratuito.¹

Los centros infantiles de este estudio están ubicados en los tres cantones peninsulares: Salinas, La Libertad y Santa Elena, funcionando en la actualidad, aproximadamente, 92 centros en toda la provincia, en sus zonas urbana y rural. Cuentan con el servicio de catering, que es una empresa proveedora que se encarga de preparar los alimentos que requieren, de acuerdo a las dietas específicas, para tratar los casos que presentan los niños que se encuentran con problemas de desnutrición.

1.1. Cultura alimentaria

Jesús Contreras citado en Marín, G; Álvarez, M. & Rosique, J., expresa: “La alimentación no es exclusivamente un fenómeno biológico, nutricional, médico. La alimentación es un fenómeno además social, psicológico, económico, simbólico, religioso, cultural, en el más amplio sentido del término”.²

De acuerdo a lo manifestado por Contreras, se deduce que el acto fisiológico de la alimentación está acompañado de actividades complementarias que distinguen a una población de otra, según las costumbres y tradiciones que a lo largo del tiempo han ido estableciéndose como identidad de una población determinada.

El aprendizaje y la consolidación de hábitos saludables deben hacerse desde la infancia, implementando pautas alimentarias correctas, que son factores decisivos para que dichos hábitos se mantengan en la edad adulta y a lo largo de la vida.³

Tomando como referencia lo que se entiende como cultura alimentaria, se indagó en los centros infantiles de la provincia de Santa Elena para conocer el grado de nutrición y productos que consumen los infantes que asisten a estas instituciones que cumple la función de guardería.

En la Constitución del Ecuador (2008) Art. 32 se estipula que “... a salud es un derecho que se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos, el derecho al agua, la alimentación, los ambientes sanos, entre otros. Para el ejercicio del derecho a la salud, prevé la implementación de políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; así como, el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a

programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva.”⁴

La nutrición comienza con la salud de las madres, los lactantes y los niños pequeños; reforzando el sistema inmunológico, disminuyendo las complicaciones durante el embarazo y el parto; reducir el riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares.⁵

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO, 2016-2025, indica que una buena nutrición es la primera defensa contra las enfermedades y nuestra fuente de energía para vivir y estar activo. Los problemas nutricionales causados por una dieta inadecuada pueden ser de muchos tipos, y cuando afectan a toda una generación de niños pueden reducir su capacidad de aprendizaje, comprometiendo así su futuro y perpetuando un ciclo generacional de pobreza y malnutrición con graves consecuencias para los individuos y las naciones.⁶

Tomando como referencia lo que cita la FAO, se considera que la alimentación en los primeros años de edad de los niños es muy importante, siendo la fuente necesaria para su rendimiento y desarrollo de sus capacidades integrales futuras.

La composición exacta de una alimentación variada, equilibrada y saludable estará determinada por las características de cada persona (edad, sexo, hábitos de vida y grado de actividad física), el contexto cultural, los alimentos disponibles en el lugar y los hábitos alimentarios. No obstante, los principios básicos de la alimentación saludable siguen siendo los mismos.

Los hábitos alimenticios son manifestaciones recurrentes de comportamientos individuales y colectivos a cómo se consumen los alimentos en el hogar, influyendo mucho el ejemplo que dan los padres de familia a sus hijos brindándoles alimentos nutritivos y variados.

1.2. Alimentación en la primera infancia

La Organización Mundial de la Salud OMS⁵, recomienda la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses del recién nacido y de manera complementaria con alimentos durante un año, o de posible más tiempo. Esta misma organización sostiene que “además de los beneficios inmediatos para los niños, la lactancia materna propicia una buena salud durante toda la vida”.⁸

Vale la pena destacar que ya desde el embarazo, la alimentación juega un papel importante en la vida del niño. Desde el momento de la concepción, la nutrición es fundamental ya que los alimentos ingeridos podrían incidir en su salud futura.⁸

La introducción de nuevos alimentos debe hacerse con prudencia y observando siempre la tolerancia a los mismos antes de hacer toda una sustitución láctea o de introducir algún alimento nuevo. Se debe de realizar la regla de los tres días cada vez que se introduzca un nuevo alimento, así se podrá prevenir alergias en los bebés. Cervera, P., Clapés, J., & Rigolfas, R. 1999.

Para iniciar la alimentación complementaria se deben tener en cuenta múltiples factores involucrados en el éxito de su buena implementación, tales como: la edad, la capacidad del niño para la digestión, las habilidades sociales y motoras adquiridas. Será decisión de los padres de familia alimentar a sus bebés con papillas como tradicionalmente se lo ha hecho o brindar los alimentos en trozo.¹¹

Dar una variedad de alimentos para asegurarse de cubrir las necesidades nutricionales. Debe consumirse carne, aves, pescado o huevos diariamente o, de no ser posible, lo más frecuentemente posible. Las frutas y verduras ricas en vitamina A deben ser consumidas a diario. Proveer dietas con un contenido adecuado de grasa. Es importante no brindar a los niños menores de doce meses azúcar, jugos azucarados o gaseosas; a futuro traerá problemas de caries y obesidad infantil. OPS, 2003.

Los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que alteran la dinámica familiar tales como la menor dedicación y la falta de tiempo para cocinar y la pérdida de autoridad en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que consumen los niños. Cuando comienza la alimentación complementaria es esencial involucrar a los miembros de la familia, buscar el espacio adecuado, utensilios especiales para el bebé y brindarle mucha paciencia y amor.¹³

Es en este sentido la alimentación complementaria del niño de 6 a 12 meses de edad cobra especial relevancia, ya que de no proveerle todo lo necesario para su crecimiento adecuado, las oportunidades que implica este periodo se pierden propiciando así fallas difícilmente resarcibles e inclusive, algunas de ellas, irreversibles.

2. Materiales y Métodos:

Se diseñó una encuesta en un estudio descriptivo con corte transversal, no experimental, con técnicas cualitativas y cuantitativas, en un universo de 106 padres y madres de familia de diferentes CIVB de la provincia de Santa Elena. El cuestionario fue aplicado a 92 mujeres y 14 hombres con un intervalo de edad entre 26 a 30 años. La finalidad fue obtener información confiable para identificar factores que influyen en la alimentación de los niños de 1 a 3 años de edad.

Con la intención de conocer la cultura alimentaria en los diez centros infantiles de la provincia de Santa Elena sobre el cuidado nutricional de los niños

menores a tres años se realizó una entrevista semiestructurada a nueve docentes que ejercen la función de coordinadoras, realizada por el equipo de investigación. Esta entrevista se estructuró con base a 8 preguntas, que permitirán tener una visión integral de la alimentación que tienen los infantes en los CIVB.

Basados en los procesos investigativos mixtos, se proyecta un diseño concurrente, la ventaja de este diseño, “es que se puede otorgar validez cruzada o de criterio y pruebas a estos últimos, además de que requiere menor tiempo de implementación”¹⁵.

Los aspectos que sobresalieron en las encuestas y entrevistas fueron: factor económico, alto consumo de carbohidratos y el desconocimiento de los padres al reconocer alimentos nutritivos.

3. Discusión y Resultados

Los resultados de la encuesta reflejan un consumo del 57,55% en pollo, al contrario de la carne con un 21,70% y pescado 17,92. En el sector, el pollo tiene un bajo costo en comparación con la carne, de la misma manera el pescado, pero no lo consumen, teniendo estos muchos beneficios para la salud, lo que evidencia el desconocimiento de los padres, al identificar proteínas con alto nivel nutricional.

Se observa en la encuesta un consumo bajo de lácteos 23,28%, frutas 24,53%, verduras 23,58% y legumbres 33,02%. Al contrario de un consumo alto de carbohidratos como arroz, papa y pastas un 77,36%. En la encuesta realizada a los tutores de los niños un 88,68% manifiesta que tienen dificultad en adquirir los alimentos para el hogar ante la carestía de la canasta básica familiar, coincidiendo con lo expresado por las coordinadoras de los centros, resultados que confirman el factor económico en los hogares para abastecerse de los alimentos.

Ante la situación económica, es mucho más fácil para los jefes de hogar elegir alimentos más accesibles como los carbohidratos, siendo estos: arroz, papa y pastas, con bajo contenido en proteínas, grasas y micronutrientes. Habiendo un desconocimiento sobre alimentos de fácil acceso con mucho valor nutricional.

Está confirmado que los padres tienen una gran influencia sobre los hábitos alimenticios de los niños y son ellos lo que deben decidir la cantidad y calidad de los alimentos proporcionados durante esta etapa; en conjunto con los padres, la escuela juega un papel importante en el fomento y adquisición de los hábitos alimentarios saludables a través de la promoción y educación para la salud.¹⁶

Generalmente, los tutores de los niños desconocen el valor de una alimentación equilibrada y la importancia

que esta implica en la salud de sus hijos, piensan solamente que deben alimentarlos para satisfacer la necesidad de hambre y no identifican la importancia de nutrir el cuerpo de sus hijos eligiendo alimentos con alto valor nutritivos tan necesarios para su crecimiento¹².

3.1. Resultados de la entrevista a las coordinadoras de los C.I.B.V.

En este apartado, se toma como referencia para la presentación, el resultado las ocho preguntas que se incluyeron en la guía para la entrevista a las coordinadoras. Estas fueron realizadas con la intención de conocer en qué consistía la alimentación de los 30 niños que asistían a cada CIVB y el funcionamiento de los mismos.

Al analizar las respuestas de las coordinadoras de los CIVB, todas coinciden en que la alimentación que proporcionan las familias en los hogares a los niños resulta no apropiada, además de básica y deficiente, generalmente por los bajos recursos económicos y por desconocimiento, siendo ésta inadecuada para los infantes.

Las coordinadoras expresan, que algunos padres de familia toman como referencia el menú del CIVB para replicar en casa; puesto que fines de semana, los niños no quieren alimentarse con lo que se prepara en el hogar.

De manera general, la alimentación brindada en los centros por los servicios de *catering* es apropiada para los niños brindándoles una alimentación balanceada, cumpliendo con las necesidades nutricionales de los infantes, para poder suplir la escasez de alimentos en los hogares. Se encuentra regida por los estándares establecidos por el Ministerio Salud del Ecuador, beneficiando a las familias que tienen necesidades básicas, y de ésta forma permitiendo que los padres puedan dejar a sus hijos al cuidado de personas que cumplen con las normativas para el cuidado de los niños, recibiendo la atención, cuidado y estimulación temprana, siendo la alimentación uno de los primeros requisitos.

Es significativa la ayuda que prestan los centros infantiles en la provincia de Santa Elena; al beneficiar a las familias, sus hijos cuentan con educación, alimentación y cuidados; además se maneja una ficha médica que permite el control de los infantes y asesoría a los padres a través de talleres que se ofrecen en el mismo centro. Se evidencia que en un gran porcentaje de las familias, el padre es quien aporta al sustento familiar, siendo el único ingreso para todos los gastos necesarios en la casa, ocasionando que los consumos en alimentación no sean tan elevados y sea

más limitado para las amas de casa poder variar la nutrición de la familia.

4. Conclusiones

Al analizar las encuestas y las entrevistas realizadas en los CIVB, se evidencia una inadecuada cultura alimentaria en los niños menores de tres años, siendo la falta de recursos económicos de las familias que asisten a los centros, un elemento clave en esta investigación.

Se puede afirmar la falta de interés y de información de los padres de familia a la hora de alimentar a sus hijos, la desnutrición infantil es elevada en niños de hogares de familias de bajos recursos económicos; según lo expuesto en la encuesta, es por desconocimiento al buscar alimentos económicos adecuados para una dieta equilibrada.

Es importante resaltar que la cultura alimentaria del Ecuador requiere de ciertos cambios sustanciales con relación a la alimentación para mejorar la nutrición y el cuidado de los niños desde su nacimiento y a lo largo de la vida. En cada centro infantil se hace todo lo posible para ofrecer una atención de calidad y calidez garantizando el trabajo de los CIVB. Sin embargo, es necesaria la colaboración y responsabilidad de los padres de familia.

La desnutrición en los infantes y niños menores de 5 años es uno de los problemas de salud pública de mayor dimensión, y se estima que es responsable de la enfermedad y muerte de una proporción muy importante de niños, a pesar de que intervenciones efectivas podrían contribuir a la reducción de por lo menos un tercio de las muertes infantiles.

Finalmente, se puede observar la importancia de los CIVB en las comunidades del país, siendo de gran ayuda para las familias dando alimentación y cuidados a los niños desde su nacimiento hasta cumplir los tres años de edad, en estos centros los niños reciben desayuno, media mañana y almuerzo, y en los casos de los infantes con desnutrición se observa una dieta alta en proteínas y carbohidratos para recuperar el peso apropiado según la talla y edad, y de esta forma no influya en su proceso de crecimiento y desarrollo.

Desde la creación de los CIVB a nivel del país y en especial en la provincia de Santa Elena, las familias cuentan con un servicio que les permite dejar a sus infantes en lugares seguros y con alimentación saludable.

5. Recomendaciones

Para aplicar una correcta alimentación en los hogares, los CIVB deben de realizar:

- Carteles informativos con tablas de composición de alimentos, explicando valores nutricionales. Estos carteles deben contener información sobre alimentos de bajo costo, y que contengan alto nivel nutritivo.
- Dictar talleres de sensibilización a las educadoras del Centro sobre la importancia de la nutrición infantil, promoviendo una alimentación apropiada para niños menores de tres años.
- Charlas de *Escuela para padres*, explicando recetas saludables con ingredientes accesibles, ricos en nutrientes y proteínas, para variar la alimentación de los niños en el hogar.
- Talleres explicativos indicando cómo realizar sus propios huertos en casa, y la importancia de las verduras y hortalizas en el consumo diario, ayudando a la economía familiar.
- Capacitaciones periódicas a las educadoras de los centros para que realicen proyectos con los niños como *Mini Chef*, acercándolos a alimentos nutritivos creando recetas saludables y divertidas.

6. Referencias

- [1] Ministerio de Inclusión Económica y Social. Política Pública. “Desarrollo Infantil Integral” Subsecretaría de Desarrollo Infantil Integral. Ecuador, 2015.
- [2] Marín, G.; Álvarez, M. & Rosique, J. (18 de junio de 2004). Boletín de Antropología. Obtenido de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/boletin/articulo/view/6955/6367>
- [3] Griselda, Herrero Martín, 2018. Alimentación saludable para niños geniales. Editorial Amat.
- [4] Constitución de la República del Ecuador. Título 1, Elementos Constitutivos del Estado. Capítulo Primero, Principios Fundamentales. art.3 literal 1
- [5] Organización Mundial de la Salud/ Organización Panamericana de la Salud “La alimentación del lactante y del niño pequeño” (2010). ISBN: 978-92-75-33094-4
https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/IYCF_model_SP_web.pdf
- [6] Organización Mundial de Salud, Alimentación Sana, Datos y cifras. 31 de agosto de 2018
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- [7] Organización Mundial de la Salud, Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la leche materna. Actualización de 2017. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255194/WHO-NMH-NHD-17.1-spa.pdf>
- [8] Educo (1 de septiembre, 2017) La importancia de la alimentación en la primera infancia.
- [9] <https://www.educo.org/Blog/la-importancia-de-la-alimentacion-durante-la-primera-infancia>
- [10] Cervera, P., Clapés, J., & Rigolfas, R. (2004). Alimentación y Dietoterapia (4ta. ed.). Madrid, España: McGraw-Hill/Interamericana.
- [11] Cuadros-Mendoza, CA, Vichido-Luna, MA, Montijo-Barrios, E, Zárata-Mondragón, F, Cadena-León, JF, Cervantes-Bustamante, R, Toro-Monjárez, E, & Ramírez-Mayans, JA. (2017). Actualidades en alimentación complementaria. Acta pediátrica de México, 38(3), 182-201. <https://doi.org/10.18233/apm38no3pp182-2011390>
- [12] Organización Panamericana de la Salud/ Organización Mundial de la Salud. Principios de orientación para la alimentación complementaria del niño amamantado. En: Asociación Española de Pediatría [en línea]. Disponible en: https://www.aeped.es/sites/default/files/1-orientacion_para_la_ac.pdf
- [13] Macías M, Adriana Ivette, Gordillo S, Lucero Guadalupe, & Camacho R, Esteban Jaime. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Revista chilena de nutrición, 39(3), 40-43. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>
- [14] Pardío-López, Jeanette (2012). Alimentación complementaria del niño de seis a 12 meses de edad. Acta Pediátrica de México, 33(2), 80-88. [fecha de Consulta 25 de Octubre de 2020]. ISSN: 0186-2391. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4236/423640333007>
- [15] Hernández Sampieri, C. F. (2010). Metodología de la Investigación. México: McGraw-Hill Educación.
- [16] Lozano M. C. Condicionantes socioeconómicos de los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en escolares de la población española. Universidad Complutense de Madrid, España, 2003.
- [17] Jesús Román Martínez Álvarez, Nutrición y Alimentación en el ámbito escolar. 2012 Ergon.