

Universidad Nacional de Córdoba

Facultad de Ciencias Médicas

Escuela de Nutrición

**Factores que intervienen en los cuidadores, para la selección de colaciones en niños preescolares de escuelas públicas y privadas del sudeste de la provincia de Córdoba**

Directora: Mgter. Oberto, María Georgina

Alumnas: Usai, Ana Carla

Varela, Milagros

Diciembre 2019

## **Resumen**

**Título:** Factores que intervienen en los cuidadores, para la selección de colaciones en niños preescolares de escuelas públicas y privadas del sudeste de la provincia de Córdoba

**Autoras:** Usai AC; Varela M; Oberto MG.

**Área temática de investigación:** Epidemiología y salud pública

**Introducción:** Los niños a partir de los 3 años asisten a las instituciones educativas en las cuales pasan varias horas al día y consumen las denominadas “colaciones”. El ambiente familiar, la condición socioeconómica particular y el nivel de instrucción de los cuidadores, son factores importantes para dar lugar a un modo de vida con hábitos alimentarios determinados en los preescolares.

**Objetivo:** Analizar los alimentos seleccionados como colación y su relación con los factores intervinientes en su selección, por parte de los cuidadores, para preescolares que asisten a 5 instituciones educativas del sudeste de la provincia de Córdoba durante el año 2019.

**Material y métodos:** Observacional, descriptivo, correlacional y de corte transversal. Participaron 158 cuidadores de ambos sexos de 18 a 59 años de edad. A través de una encuesta se evaluó el tipo de colación seleccionada para el preescolar, teniendo en cuenta las características sociodemográficas del cuidador y los factores influyentes en su selección. Se utilizó el test Chi- cuadrado con un  $p < 0,05$ .

**Resultados:** El 62,03% (n=98) de los cuidadores seleccionó colaciones poco saludables, principalmente alimentos procesados y listos para consumo, con alto contenido de sodio, grasas saturadas y azúcares simples. Se encontró asociación estadísticamente significativa entre el nivel de instrucción de los cuidadores y la selección de la colación para el preescolar ( $p=0,032$ ) y entre el tipo de colación seleccionada, y los factores que influyen en la compra de la misma ( $p=0,002$ ). No se encontró asociación entre la situación laboral del cuidador y la selección de la colación ( $p=0,437$ ).

**Conclusión:** Los cuidadores seleccionan colaciones poco saludables, no encontrándose diferencia según situación laboral y nivel de instrucción. Son influenciados por la publicidad. El entorno escolar se presenta como una oportunidad para promocionar hábitos alimentarios saludables en los preescolares.

**Palabras claves:** preescolar-cuidadores- alimentación saludable.

## Introducción

La etapa preescolar abarca desde los 24 meses de edad, hasta los 5 años de vida inclusive, es decir desde que el niño/a ha adquirido la autonomía en la marcha hasta que empieza a asistir a la escuela. Durante el período preescolar se produce una desaceleración de la velocidad de crecimiento lineal, con respecto a la que tuvo durante el primer año de vida y la que tendrá durante su adolescencia. En esta etapa, va madurando el gusto alimentario y el autocontrol de la ingesta alimentaria<sup>1</sup>.

Los hábitos alimentarios y los patrones de ingesta empiezan a establecerse a partir de los dos años y se consolidan en la primera década, persistiendo en gran parte en la edad adulta <sup>2, 3</sup>. Por ello, es imprescindible que al niño/a se le brinde alimentos en cantidad y calidad apropiada, para diversificar la alimentación hacia comportamientos alimentarios más saludables, teniendo en cuenta siempre la disponibilidad de alimentos y el patrón cultural familiar <sup>4</sup>.

Los niños<sup>1</sup> a partir de los 3 años comienzan a asistir a las instituciones educativas en las cuales pasan varias horas al día y consumen las denominadas “colaciones”. Las mismas consisten en comidas proporcionalmente más pequeñas que las principales e influyen en la adquisición de los hábitos alimentarios en el preescolar.

El mayor desarrollo económico, junto con el avance tecnológico alimentario y culinario, la incorporación de la mujer al trabajo fuera del hogar, la nueva estructura familiar, la gran influencia de la publicidad y de la televisión, la incorporación más temprana de los niños a los centros educativos, entre otras, condiciona un consumo de alimentos con elevado aporte calórico y baja calidad nutricional <sup>5</sup>. Es preciso tener en cuenta el ambiente familiar, la pertenencia a una condición socioeconómica particular y el nivel de instrucción de los cuidadores, son factores importantes para dar lugar a un modo de vida con hábitos determinados, que van asociados a cuidados que pueden favorecer el crecimiento del niño/a <sup>6</sup>.

Los snacks junto al picoteo se inician desde edades tempranas, y un estudio americano realizado en niños entre 24 y 60 meses de edad, ha reportado que ambos proporcionan hasta un 25% de la energía total diaria, representado, sobre todo, por alimentos industrializados como jugos, bebidas carbonatadas y papas fritas <sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Se utilizará “niños” para referir tanto a varones como a mujeres. El uso genérico del masculino se basa en su condición de término no marcado en la oposición masculino/femenino. Según la Real Academia Española.

Diversos organismos internacionales, como la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), indican que los entornos escolares pueden favorecer la elección de alimentos no saludables, mediante la amplia oferta de alimentos industrializados, con alto contenido de grasas saturadas, sal, azúcar y carbohidratos refinados, de fácil consumo y a un bajo precio en relación a alimentos saludables<sup>7</sup>. El consumo de estos alimentos contribuye a la obesidad y al sobrepeso; actualmente también presente en países en vías de desarrollo como en el nuestro.

Según datos de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS) de Argentina, el sobrepeso constituye una de las condiciones más prevalentes en el grupo de niños menores de 5 años, con cifras promedio de 31,5%. Asimismo, el 10,4% de la población infantil entre 6 y 60 meses presenta obesidad, teniendo mayor prevalencia las regiones del Gran Buenos Aires y Pampeana<sup>8</sup>.

Además del papel fundamental de los profesionales sanitarios y la familia, el niño/a debe recibir una apropiada educación alimentaria del entorno escolar, fomentando hábitos alimentarios adecuados para prevenir problemas actuales y futuros. La educación es un determinante social importante de salud. Algunos estudios reportan que aquellos cuidadores que poseen conocimiento sobre los beneficios del consumo de alimentos apropiados, adoptan hábitos alimentarios saludables, tienden a elegir aquellos alimentos sanos y ricos en nutrientes, propios de su ambiente y de su comunidad, pero, poner en práctica esta elección depende también de la capacidad financiera y la situación laboral de los cuidadores para seleccionar este tipo de colaciones<sup>9</sup>.

Por lo expuesto anteriormente en el presente trabajo se pretende determinar si el nivel de instrucción, la situación laboral y factores como la publicidad, gustos y preferencia influyen en la selección de la colación prescolar por parte de los cuidadores.

## **Planteamiento y delimitación del problema**

- ¿Incide el nivel de instrucción, la situación laboral y los factores como la publicidad, gustos y preferencias de los cuidadores, en la selección de las colaciones para los preescolares que asisten a 5 instituciones educativas públicas y privadas de las localidades de Cintra, Chilibroste, Notinger y Zaira del sudeste de la provincia de Córdoba; durante el año 2019?

## **Objetivos**

➤ **Objetivo General**

- Analizar los alimentos seleccionados como colación y su relación con los factores intervinientes en su selección, por parte de los cuidadores, para niños preescolares que asisten a 5 instituciones educativas del sudeste de la provincia de Córdoba durante el año 2019.

➤ **Objetivos específicos**

- Conocer las características sociodemográficas de la población bajo estudio.
- Reconocer los factores como precio, publicidad, marcas, entre otros; que influyen en la selección de la colación.
- Identificar el origen de las colaciones seleccionadas por los cuidadores.
- Determinar la frecuencia de consumo de los alimentos que seleccionan los cuidadores como colación para sus niños.
- Determinar si existe relación entre el tipo de colación seleccionada por el cuidador, su nivel de instrucción y su situación laboral.
- Determinar si existe relación entre el tipo de colación seleccionada por el cuidador y los factores que influyen en su elección.

## **Edad preescolar: características del crecimiento y desarrollo, y su relación con la alimentación**

La edad preescolar abarca de los 24 a los 59 meses de edad inclusive, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) <sup>10</sup>. Durante esta etapa se produce una desaceleración de la velocidad de crecimiento con respecto a la que el niño/a tuvo durante el primer año de vida y la que tendrá durante la adolescencia<sup>1</sup>. Además, se aprecia una progresiva maduración en el lenguaje y en el desarrollo cognitivo que le permite relacionarse con el medio ambiente, especialmente con el entorno familiar y los hábitos propios de la cultura en la que está inmerso brindando un marco social para el desarrollo de la conducta alimentaria del niño/a<sup>11</sup>.

Es un período de amplio desarrollo, crecimiento y evolución, siendo decisivo para el desarrollo individual, motor, cognoscitivo y social que sufre el ser humano en el transcurso de su existir <sup>12</sup>. En ese sentido, la familia representa un modelo de patrones culturales que traen consigo hábitos y conductas alimentarias que el niño/a va a aprender, se incorporará a la alimentación familiar, adquiriendo mayor independencia al comer, a través los procesos de observación e imitación. Por ello, es también importante que se genere un ambiente agradable al momento de comer, para que los menores comiencen a desarrollar actitudes positivas frente a nuevos alimentos.

El niño/a va adquiriendo preferencias en materia de alimentación, se interesa por algunos alimentos, prueba diversos sabores y texturas; elige unos más que otros, suele tener poco apetito y muchas veces monótono en su selección. Es importante destacar que la apariencia del alimento suele contribuir a la aceptación y/o rechazo del mismo y en alimentos industrializados cobra importancia su presentación o *packaging*. Las propiedades organolépticas también ejercen un importante papel en su consumo<sup>13</sup>.

Además de la familia, la incorporación de los niños a los centros educativos, hace que éstos también sean influyentes en su alimentación; al igual que otros niños que allí concurren<sup>14</sup>. Durante la etapa preescolar, puede afirmarse que los mecanismos fisiológicos han alcanzado prácticamente la maduración y la eficiencia de un adulto. En consecuencia, si en este período se establecen hábitos alimentarios saludables, pueden persistir a lo largo de toda la vida, constituyendo una inversión a largo plazo sobre la salud y la calidad de vida de las personas <sup>15</sup>.

Su morfología externa se caracteriza por hacerse más esbeltos que en las etapas precedentes<sup>1</sup>. La estatura de los niños y su ritmo de crecimiento se ve afectado por diversos factores genéticos, hormonales, ambientales y especialmente nutricionales, que interactúan desde el momento de la concepción hasta el final de la pubertad<sup>16</sup>.

### **La importancia de una alimentación adecuada en el niño preescolar**

En la actualidad las desigualdades económicas y sociales se reflejan en el estado de salud de la población, la globalización crece, haciendo que esta brecha se profundice cada vez más. La malnutrición es una de las enfermedades más difundidas del mundo entero, es una enfermedad que ha acompañado al hombre a lo largo de toda su historia. Podemos decir que existen dos tipos de malnutrición; por déficit (desnutrición) y por exceso (sobrepeso y obesidad)<sup>17</sup>.

El sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes, así como en adultos, es una epidemia en aumento que está tomando proporciones alarmantes en todo el mundo y representa uno de los principales problemas de salud pública que requiere respuestas de los Estados en forma urgente. Las respuestas conductuales y biológicas de un/a niño/a ante un entorno obesogénico pueden estar determinadas por procesos anteriores incluso a su nacimiento, lo que empuja a un número cada vez mayor de niños/as hacia la obesidad, si siguen una alimentación de baja calidad nutricional y no realizan la actividad física recomendada<sup>18</sup>.

Una de las características de la alimentación de los niños en nuestro país es el consumo de alimentos de alta densidad calórica en cantidades por encima de lo recomendable<sup>19</sup>. En lo que respecta a este grupo etario, algunas de las acciones de los programas de promoción de la salud ha sido la elaboración de las guías alimentarias para la población infantil con recomendaciones para promover el consumo de una alimentación saludable destinada a alcanzar las metas nutricionales y prevenir estas enfermedades crónicas vinculadas a la alimentación<sup>20</sup>. Sin embargo, los esfuerzos aún no son suficientes, ya que la prevalencia de estas patologías sigue en aumento en los preescolares de nuestro país<sup>21</sup>.

Se ha demostrado que las intervenciones educativas relacionadas con la alimentación y la nutrición, promueven cambios favorables en la alimentación de los preescolares<sup>22</sup>, por ello surge la necesidad de una participación interinstitucional e



interdisciplinaria en la educación nutricional temprana que promueva una alimentación saludable que resulte en una mejor calidad de vida de los niños a lo largo de su vida.

Los patrones de alimentación y las necesidades de nutrientes del preescolar van a estar condicionados por sus necesidades metabólicas basales, así como por el ritmo de crecimiento, el grado de actividad física, junto al desarrollo psicológico. Durante este período, los niños van progresando desde alimentación por demanda hacia un patrón de alimentación familiar, con cuatro comidas al día (desayuno, almuerzo, merienda y cena), y 1 o 2 colaciones diarias entre las comidas principales, para evitar el picoteo continuo, manteniendo una rutina alimentaria estructurada<sup>23</sup>. Esta alimentación debe ser variada, lo que significa que hay que preparar comidas con diferentes tipos de alimentos todos los días; equilibrada, conteniendo todos los nutrientes que el cuerpo necesita para realizar sus funciones vitales<sup>24</sup>. Los alimentos que la integran deben ser aptos para el consumo desde el punto de vista de la higiene y la seguridad alimentaria; y su forma de preparación y presentación respetuosa con la cultura, la tradición y otras características de quien la consume<sup>14</sup>.

En esta etapa puede aparecer la neofobia que es el comportamiento de rechazar nuevos alimentos es una etapa típica en el desarrollo infantil, sobre todo en niños de entre dos y tres años, pero suele remitir en torno a los cinco. Es normal durante el proceso de maduración, y no debe traducirse como inapetencia. La neofobia se vence con la exposición reiterada a un alimento. La paciencia y el ser consistente en ofrecer nuevos sabores sin forzar, son elementales para la aceptación<sup>25</sup>.

### **La colación preescolar**

Se conoce como colación o refrigerio a una porción de alimento proporcionalmente más pequeña que las comidas principales, caracterizándose estos alimentos por ser consumidos en periodos cortos de no más de 15 minutos y fuera del contexto formal de alimentación<sup>26</sup>. Ésta desempeña un importante papel en la alimentación de los preescolares. La cantidad de alimento ofrecido debe ser suficiente para proveer a los niños la energía necesaria, pero no tanta que les impida tener apetito para la siguiente comida principal<sup>27</sup>.

Cuando los niños ingresan a las salas de 2 y 3 años, entran en una etapa de la vida infantil que no sólo implica drásticos cambios en la rutina afectiva y de juegos del pequeño, sino en su alimentación. Es así que la colación es una parte importante en la dieta diaria del niño/a<sup>28</sup>, debido a que dentro de la currícula de la educación inicial “el momento de merienda” es parte de las actividades de rutina, se repite a diario y con un formato preestablecido en donde se busca que aprendan a utilizar los utensilios, aprobar y aceptar nuevos sabores y conocer la importancia de ingerir ciertos alimentos, a socializar compartiendo la mesa con sus pares, a tener un rol activo de camareros colaborando con el servicio y a dialogar en un ambiente agradable<sup>29</sup>.

Por lo general, cuando la institución educativa no pauta los alimentos seleccionados como colación, los cuidadores suelen optar por colaciones elegidas por los niños, las cuales suelen ser pobres en calcio, vitamina A, y abundantes en sodio y grasas saturadas<sup>30</sup>. Su contenido en azúcar es muy elevado, mientras que el de fibra y vitamina C es escaso. Cuando estos alimentos se consumen con moderación y como parte de una dieta recomendable, no ponen en riesgo el estado de nutrición de los niños, pero si se convierten en parte principal de la dieta, deben ser motivo de preocupación<sup>31</sup>.

Las colaciones no necesitan ser de alto costo económico, pero sí balanceadas y suministrar nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del niño/a. Deben ser variadas, de fácil preparación, prácticas de llevar, inocuas y tener un valor nutritivo del 10% al 15% de los requerimientos de energía del preescolar con estado nutricional normal. Una colación debería aportar un máximo de 200 calorías, por lo que se recomienda escoger colaciones saludables con alto contenido de fibra, vitamina A, vitamina C, calcio y hierro<sup>32</sup>.

Según el manual de Entornos Escolares Saludables, es recomendable eliminar la oferta de los alimentos del grupo 6 (alimentos opcionales de las GAPA) que son los alimentos y bebidas con altos niveles de procesamiento, bajo valor nutricional y contenido elevado de nutrientes críticos como azúcar, grasa y sodio<sup>33</sup>. En referencia a ello, es difícil proponer la eliminación de alimentos chatarra; sin embargo, se pueden promover acciones para reducir su consumo debido a que el mismo depende no sólo del entorno del niño/a representado por la familia, y las instituciones educativas, sino también por las condiciones económicas, culturales y las políticas públicas<sup>34</sup>. Por lo tanto, como ejemplo de colaciones saludables se

pueden mencionar las siguientes: frutas frescas, frutos secos, lácteos descremados, pochoclos, jugos de frutas exprimidas, entre otras; consumir una o dos colaciones al día y acompañar la misma con agua potable.

En el caso de colaciones compradas, es importante que los cuidadores interpreten el etiquetado nutricional, reconociendo el aporte de calorías, azúcares totales, grasas saturadas y sodio<sup>35</sup>. El rotulado de los alimentos envasados procura orientar al consumidor en la decisión de compra a través de información relevante, evitando que se describa al alimento de manera errónea, de modo de velar por la protección del consumidor. Por lo tanto, la información provista en los rótulos debe ser simple y de fácil comprensión para los cuidadores, a fin de favorecer la interpretación de las propiedades de los alimentos, y consecuentemente, estos puedan tomar decisiones más acertadas y adecuadas en la adquisición de las colaciones<sup>36</sup>.

### **Cómo repercute el nivel educativo y la situación laboral del cuidador en la selección de la colación para el niño preescolar**

No se puede hablar de la alimentación desde un único punto de vista, ya que tiene componentes biológicos, económicos, sociales, culturales y políticos que condicionan de manera constante el estado nutricional de los preescolares<sup>37</sup>. Su alimentación depende de muchos factores, como la accesibilidad a los alimentos, el costo de los mismos, los ingresos de las familias, las tradiciones culturales, el grupo socioeconómico al cual pertenece el niño/a, entre otros, observándose muchas diferencias entre diversos países, culturas o religiones dentro del mismo país, así como entre las familias de diverso poder adquisitivo o socioeconómico<sup>38</sup>.

Estudios realizados en América Latina y en los países en vías de desarrollo, coinciden en que el bajo poder adquisitivo, el limitado nivel educativo y las malas condiciones de higiene de los alimentos se relacionan con las altas tasas de malnutrición<sup>39</sup>. Además, los cambios ocasionados por la inflación impactan en la microeconomía de los hogares, teniendo que adoptar estrategias de ajustes internos, sobre todo en los hogares más pobres, donde se han visto disminuir en forma progresiva la disponibilidad de recursos para satisfacer sus necesidades básicas de alimentación, vivienda, salud y educación<sup>40</sup>. En este contexto uno de los

factores más importantes que influyen en la alimentación del preescolar es el entorno familiar; a través de los conocimientos y hábitos que tienen los cuidadores, así como su grado de instrucción influenciados por el nivel socioeconómico y educativo alcanzado<sup>41</sup>. Por ello el ambiente familiar y la pertenencia a una condición socioeconómica determinada, son factores que también son importantes para dar lugar a un modo de vida con unos hábitos determinados, asociados a cuidados que pueden o no, favorecer el crecimiento del niño/a<sup>42</sup>.

## **¿Qué factores pueden influir al momento de seleccionar la colación?**

### **Publicidad y marca**

La alimentación es, en gran medida, el resultado del medio ambiente y de un entorno social específico. La comercialización de productos ultra procesados constituye un riesgo para el aumento de la obesidad. La publicidad de los mismos tiene como principal objetivo influir en las preferencias alimentarias, provocando un aumento en la ingesta de estos, los cuales se caracterizan por poseer alta densidad energética<sup>43</sup>.

La publicidad y la abundancia relativa de “ofertas” en los estantes de las bocas de expendio de alimentos, tienden a limitar y configurar las elecciones alimentarias de las personas, incluso mucho antes de que comiencen a pensar conscientemente en el valor nutritivo de las mismas<sup>44</sup>. Es por ello que, al momento de realizar las compras, los cuidadores que conocen poco o nada de los valores nutritivos de los alimentos, se basan en el precio, la marca, publicidad o las preferencias culturales o familiares, ajustándose especialmente, a un presupuesto acotado<sup>45</sup>.

La exposición de los niños a este tipo de publicidad, constituye un riesgo para reforzar hábitos alimentarios poco saludables. Incluso los niños de muy corta edad muestran preferencia por una marca a consecuencia de la publicidad televisiva<sup>46</sup>. Como la mayoría de las publicidades corresponden a alimentos poco saludables, se requiere establecer normas y leyes que regulen la frecuencia y el horario de mensajes publicitarios de este tipo de alimentos. La OMS recomienda que en los lugares donde se reúnen los niños y adolescentes; incluidos los establecimientos

educativos, deben estar libres de toda forma de publicidad de alimentos y bebidas poco saludables, ya que éstos son vulnerables a las publicidades de estos alimentos, y no se corresponden con alimentos recomendados para una alimentación saludable<sup>47</sup>.

Esto pone de relieve una vez más, no sólo la necesidad de educar en nutrición a la población preescolar y a su familia, sino también la de mejorar las condiciones ambientales adversas relacionadas con la baja oferta, alto precio y escasa o nula publicidad de los alimentos saludables<sup>48</sup>.

### **Precio y/o calidad, rotulado nutricional**

Los consumidores están modificando sus hábitos de compra. Esto se debe, en gran medida, al descenso en el poder adquisitivo y al elevado precio de los productos alimenticios, lo cual ha contribuido a que los cuidadores busquen el máximo ahorro en la adquisición de estos, para poder satisfacer sus necesidades más básicas.

En este sentido es importante destacar que las segundas marcas, ya no se perciben como inferiores frente a las marcas líderes, y se han consolidado en el mercado especialmente aquellas que comercializan productos de alimentación<sup>49</sup>. Todo esto hace que el consumidor seleccione aquellos productos de bajo precio y en promoción, dejando de lado la calidad nutricional del alimento.

Las ofertas de precios pueden influir en la velocidad de consumo incluso cuando el alimento ya ha sido adquirido (por ejemplo, por otro miembro de la familia)<sup>50</sup>. Los precios de los alimentos a corto y a largo plazo, así como el tipo de precio (por ejemplo, una rebaja del precio real o un descuento por volumen), pueden influir en cómo las personas compran y finalmente consumen. Por lo tanto, el precio es uno de los factores de marketing más fuerte, prediciendo el aumento en la ingesta energética y la obesidad; y esta es la razón por la que los consumidores de ingresos más bajos están predominantemente afectados por estas condiciones.

El cambio más notorio al respecto es la baja pronunciada relativa en el precio de los alimentos durante los últimos 50 años, en particular en los alimentos procesados de marca que son altos en azúcar y grasa y en los alimentos listos para consumir<sup>51</sup>.

## **Preferencias, gustos y practicidad**

Las tendencias actuales indican que los cuidadores destinan escaso tiempo a la elaboración de las colaciones. Esto se debe, en gran medida, a las largas jornadas laborales y el escaso conocimiento sobre colaciones saludables, haciendo que éstos opten por alimentos industrializados, ofreciéndoles a los preescolares, colaciones con elevado valor calórico y baja calidad nutricional<sup>52</sup>.

## **Hipótesis**

- Los cuidadores con bajo nivel de instrucción y en situación laboral desfavorable, tienen preferencia por la selección de colaciones poco saludables para los preescolares.

## **Variables**

- **Características sociodemográficas del cuidador**
  - **Sexo**
  - **Edad**
  - **Parentesco del cuidador con el preescolar**
  - **Nivel de instrucción del cuidador**
  - **Situación laboral del cuidador**
  
- **Factores influyentes en la selección de la colación para el preescolar**
  - **Precio**
  - **Preferencia**
  - **Marca**
  - **Practicidad**
  - **Publicidad**
  - **Calidad, rotulado nutricional**
  - **Otros**
  
- **Características de las colaciones seleccionadas**
  - **Origen de la colación**
  - **Alimentos seleccionados como colación**
  - **Frecuencia de consumo de colaciones seleccionadas**



## **Diseño metodológico**

Tipo de estudio: observacional, descriptivo, correlacional y de corte transversal.

Observacional: solo se observan variables sin llegar a la intervención de alguna de ellas. Deja que la naturaleza siga su curso <sup>53</sup>.

Descriptivo simple y comparativo: consiste en describir fenómenos, situaciones, contextos y eventos. Detallar como son y cómo se manifiestan. Buscan especificar las propiedades, características y los perfiles de las personas, grupos o comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis <sup>54</sup>.

Correlacional: pretende conocer la relación que existe entre dos o más conceptos, categorías, o variables en un contexto particular <sup>54</sup>.

Transversal: porque no existe continuidad en el tiempo, se tomarán los datos en un momento dado <sup>55</sup>.

## **Universo y muestra**

Todos los cuidadores de los preescolares matriculados en sala de 3, 4 y 5 años de las 5 instituciones educativas públicas y privadas, de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Zaira del sudeste de la provincia de Córdoba, en el período lectivo 2019.

La selección fue de tipo no probabilística intencional y la muestra final quedó conformada por n=158 cuidadores.

### Criterios de inclusión:

- Adultos mayores de 18 años de ambos sexos.
- Aceptación voluntaria y firma del consentimiento informado.

### Criterios de exclusión:

- Entrega incompleta de cuestionarios
- Devolución de los cuestionarios fuera de los plazos establecidos para su entrega.

**Reparos éticos:** todos los participantes debieron dar su consentimiento voluntario para participar de la presente investigación mediante la firma del mismo (anexo I).

## Operacionalización de las variables

- **Características sociodemográficas del cuidador:** características sociales y demográficas de un grupo tales como: grado de escolaridad, ingresos, composición familiar, estrato socioeconómico, ocupación, área de trabajo, edad y sexo <sup>56</sup>.

### ➤ Sexo

Definición teórica: de tipo cualitativa nominal. Características de las estructuras reproductivas y sus funciones, fenotipo y genotipo, que diferencian al organismo masculino del femenino <sup>57</sup>.

SEXO
Femenino
Masculino
Otro

Definición empírica:

### ➤ Edad

Definición teórica: de tipo cuantitativa continua. Tiempo de vida de una persona expresada en años, al momento de realizar el estudio <sup>58</sup>.

Definición empírica:

EDAD
< 20 años
Entre 20 y 35 años
Entre 36 y 60 años
> 60 años

➤ **Parentesco del cuidador con el preescolar**

Definición teórica: de tipo cualitativa nominal. Vinculo por consanguinidad, afinidad, adopción, matrimonio u otra relación estable de afectividad analógica a esta <sup>59</sup>.

Definición empírica:

<b>Parentesco del cuidador con el preescolar</b>
Padre/Madre
Hermano/a
Abuelo/a
Tío/a
Otro

➤ **Nivel de instrucción del cuidador**

Definición teórica: de tipo cualitativa ordinal. Nivel de estudios más alto conseguido por una persona, estudie o no en la fecha de referencia <sup>60</sup>.

Definición empírica:

<b>Nivel de instrucción del cuidador</b>	<b>Recategorización</b>
Primario incompleto	Bajo
Primario completo	
Secundario incompleto	

Secundario completo	Medio
Terciario/ Universitario incompleto	
Terciario/Universitario completo	Alto

➤ **Situación laboral del cuidador**

Definición teórica: de tipo cualitativa nominal. Cualquier actividad física o intelectual que recibe algún tipo de respaldo o remuneración en el marco de una actividad o institución de índole social <sup>61</sup>.

Definición empírica:

Situación laboral del cuidador
Empleado
Desempleado
Pensionado
Jubilado
Subsidio
Otro

Recategorización
Suficiente (El ingreso cubre la CBT*)
Insuficiente (El ingreso no cubre la CBT*)

\*CBT: Canasta Básica Total, según datos del INDEC, junio 2019 <sup>62</sup>.

• **Factores influyentes en la selección de la colación para el preescolar**

Definición teórica: de tipo cualitativa nominal. Características que actúan como condicionantes para la obtención de un resultado, en este caso para la selección de alimentos como colación <sup>63</sup>.

Definición empírica:

Factores influyentes en la compra
Precio
Preferencia
Marca
Practicidad
Publicidad
Calidad nutricional
Otros

- **Características de las colaciones seleccionadas**

Definición teórica: Es un rasgo o una singularidad que identifica a alguien o a algo, en este caso a las colaciones escolares. Normalmente se emplea el término en plural, pues son varios los elementos que sirven para describir las distintas realidades.

- **Origen de la colación**

Definición teórica: Lugar de donde algo proviene <sup>63</sup>.

Definición empírica:

<b>Origen de la colación</b>
Preparación casera
Compra
Ambas

- **Alimentos seleccionados como colaciones.**

Definición teórica: de tipo cualitativa nominal. Cantidad pequeña de alimento que se toma entre las comidas principales y es inferior en términos de tamaño y de aporte calórico <sup>63</sup>.

Definición empírica:

- Colación saludable: toda sustancia o mezcla de sustancias que aportan nutrientes esenciales y energía para mantenerse sanos para la edad de los niños y que consumen en calidad de colación <sup>64</sup>.
- Colación poco saludable: variable cualitativa nominal. Toda sustancia o mezcla de sustancias densas en energía con alto contenido de azúcar, sal, grasas y bajo aporte de nutrientes en términos de proteínas, fibra, vitaminas y minerales que se consumen en calidad de colación <sup>65</sup>.

VARIABLE	DIMENSIONES	SUB DIMENSIONES	
<b>SALUDABLE</b>		Cereales y harinas	Galletitas simples sin relleno y cobertura; galletas de arroz e integrales; barra de cereal, preferentemente casera y/o sin agregado de azúcar o sal; bizcochuelo y magdalenas sin relleno y cobertura; cereales inflados sin azúcar agregada: maíz, trigo, quínoa, otros; sándwiches de pan blanco o integral sin aderezos, relleno con verduras, queso, huevo o pollo sin piel; carnes rojas magras sin grasa visible.
		Frutas	<u>Frutas frescas</u> : frutas enteras, ensalada de frutas, jugos de fruta exprimida, licuados de fruta y agua o fruta y leche; preferentemente sin azúcar agregada. <u>Frutas secas</u> sin sal ni azúcar agregado: nueces, almendras, avellanas, maní, etc. <u>Frutas desecadas</u> : pasas de uvas, ciruelas, etc.
		Lácteos	Leche sola o con cacao sin azúcar (preferentemente no leche chocolatada envasada/industrializada) yogures descremados firmes y bebibles.
		Agua	Con o sin gas, infusiones: té, mate cocido, café, hierbas.

<b>COLACION</b>	<b>POCO SALUDABLE</b>	Cereales y harinas refinados con el agregado de azúcar	Galletitas dulces rellenas y/o con cobertura, galletitas saladas tipo snacks, criollos de grasa, chipacas, pebetes, sándwich de miga, bizcochos agridulces, grisines, brownie, pasta frola, tartas dulces, tortas rellenas, facturas, galletitas de panadería, cereales azucarados (tutucas, pochoclos,).
		Lácteos	yogures enteros (con frutas, cereales, firmes, bebible), postres lácteos, licuado industrial, flan industrial, batidos a base de crema.
		Azúcares	Chupetines, caramelos, mielcitas, chocolates, bombones, alfajores, alfajores de arroz, obleas de arroz, turrone, barras de cereal industriales, maní con chocolate, garrapiñada, pufitos, gomitas. Gaseosas, jugos en polvos diluidos, jugos envasados, bebidas azucaradas gasificadas o sin gas, bebidas saborizadas industriales
		Grasas y aceites	Papas fritas, palitos, tostaditas saborizadas, nachos, chizitos, otros productos de copetín similares, maíz y mani frito saborizado con agregado de sal.

Fuente: Elaboración propia en base a las recomendaciones de la Guías Alimentaria para la Población Argentina (2016) y la Guía de Entornos Escolares Saludables (2019) <sup>33-66</sup>.

➤ **Frecuencia de consumo de colaciones seleccionadas**

Definición teórica:

Número de veces que se repite un proceso periódico por unidad de tiempo <sup>63</sup>.

Definición empírica:

<b>Frecuencia de consumo</b>	<b>Recategorización</b>
De 1 a 2 días por semana	Bajo
De 3 a 4 días a la semana	Medio
Todos los días	Alto



## **Técnica e instrumentos de recolección de datos**

### **Instrumento: Cuestionario**

Como primer paso se tomó contacto con los directivos de las instituciones educativas para explicar el propósito del trabajo de investigación y solicitar permiso para la entrega de los cuestionarios dentro del establecimiento educativo (anexo II).

Se utilizó un cuestionario autoadministrado (anexo III), destinado a los cuidadores de los niños que asisten a los establecimientos educativos. El mismo fue completado a voluntad, con preguntas estructuradas de tipo dicotómicas y opciones múltiples referidas a la selección de las colaciones que llevan los niños.

Procedimiento: los cuestionarios se entregaron a las maestras, de cada institución, teniendo en cuenta la cantidad de niños por sala. Se les solicitó que agreguen los cuestionarios en el cuaderno de comunicaciones de los niños, junto al consentimiento informado explicando el motivo del estudio. Se adjuntó una nota solicitando la devolución de los cuestionarios completos en el plazo de una semana. A su vez, se pegó un cartel informativo en la puerta de ingreso a las instituciones para una mayor difusión del estudio.

El cuestionario se diseñó teniendo en cuenta la Guía para medir conocimientos, actitudes y prácticas en nutrición de la FAO (2014)<sup>67</sup>.

El instrumento se validó administrando el cuestionario a cinco personas al azar que poseen niños en edad preescolar, quienes respondieron con el propósito de verificar el entendimiento de la misma y realizar los ajustes necesarios en aquellas preguntas que generaron confusión. Posteriormente se realizó nuevamente el cuestionario a otras cinco personas para validar la confiabilidad del instrumento.

Para la variable alimentos seleccionados como colaciones, se utilizó la lista de alimentos saludables y poco saludables de la Guía de Entornos Escolares Saludables del Ministerio de Salud; y se agruparon de acuerdo a los lineamientos de las Guías Alimentarias para la población Argentina del Ministerio de Salud de la Nación.

### **Plan de tratamiento de datos**

Se realizó un análisis descriptivo de las variables, con el cálculo de media y desvío estándar (DE) para las variables continuas y porcentaje para las variables categóricas.

Para el análisis de la asociación entre variables se utilizaron tablas de contingencia o de doble entrada y se aplicó la prueba de Chi cuadrado con un nivel de significación de  $p < 0,05$ . Se utilizó el software informático InfoStat versión 2019.

## Resultados

En este apartado se exponen los resultados de la presente investigación, cuyo universo fue de 311 cuidadores de niños asistentes a los cinco jardines participantes en este estudio. La muestra final quedó conformada por 158 cuidadores que entregaron las encuestas completas dentro de los plazos estipulados (del 2 al 9 octubre de 2019)

**Tabla 1. Distribución porcentual de los cuidadores según sexo e institución educativa de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**

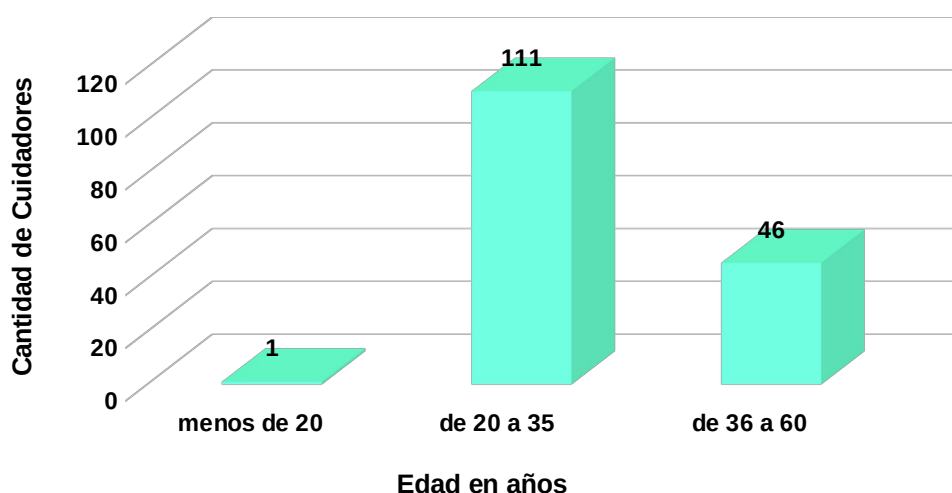
Institución Educativa								
Cuidadores según sexo	Cintra		Chilibroste		Noetinger		Saira	
	n	%	n	%	n	%	n	%

<b>Femenino</b>	35	94,60	12	85,71	83	93,26	17	94,44
<b>Masculino</b>	2	5,40	2	14,29	6	6,74	1	5,56
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>89</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Dentro de las características sociodemográficas del cuidador, como se observa en la Tabla 1, del total de encuestados el 93,03% (n=147) fueron respondidas por cuidadores de sexo femenino y un 6,97% (n=11) por cuidadores de sexo masculino.

El rango de edad de los cuidadores abarcó desde los 18 hasta los 59 años de edad, con un promedio de  $32,59 \pm 6,93$  años. Como se observa en la Figura 2, la mayoría se encontró dentro de la categoría 2, que abarca desde los 20 a los 35 años de edad (n=111). No se encontraron cuidadores mayores de 60 años.

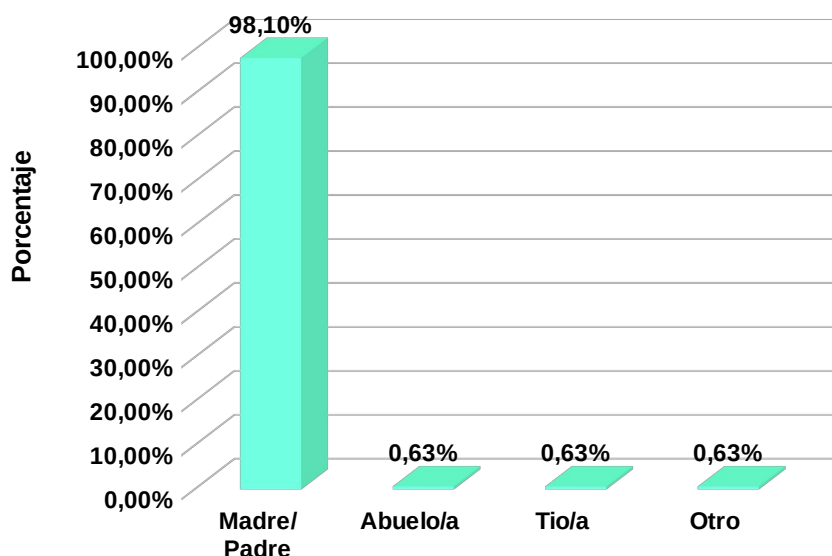
**Figura 1. Edad de los cuidadores de preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



En relación al parentesco del cuidador con el niño/a (Figura 2), los resultados mostraron que el 98,11% (n=144) de los encuestados fue la madre o el padre

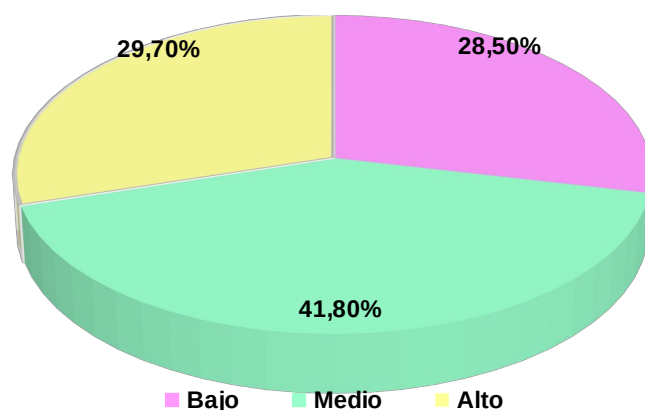
(n=11). No se observaron valores significativos en cuanto a los demás parentescos (abuelo/a, tío/a y otro). No hubo ningún encuestado en la categoría hermano/a.

**Figura 2. Parentesco de los cuidadores de preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



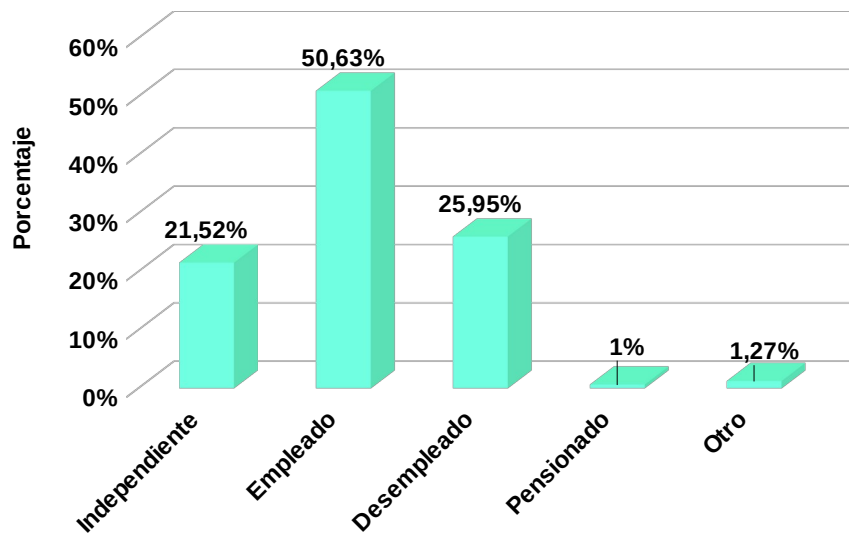
Otra de las variables sociodemográficas analizadas fue el nivel de instrucción de los encargados de seleccionar la colación. El 41,80% (n=66) de los mismos tuvo un nivel de instrucción medio, que abarca aquellos con secundario completo o universitario incompleto. El 29,70% (n=47) de los cuidadores tuvo un nivel de instrucción alto, con universitario o terciario completo. El 28,50% (n=45) restante tuvo un nivel de instrucción bajo, es decir que estos cuidadores tuvieron primario o secundario incompleto.

**Figura 3. Nivel de instrucción de los cuidadores de preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



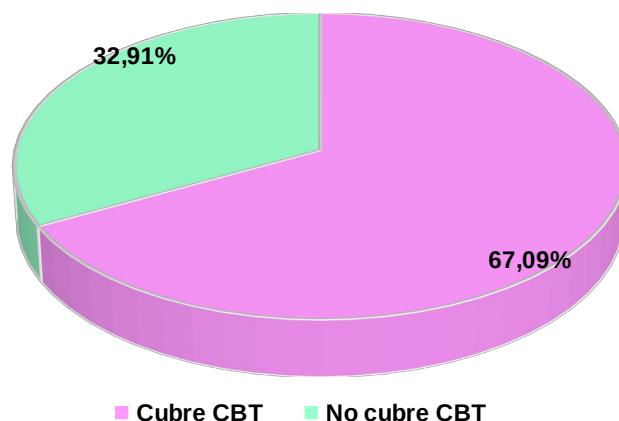
Otra de las variables que se tuvo en cuenta fue la situación laboral del cuidador, la cual arrojó que el 50,63% (n= 80) de los mismos era empleado. Los empleos más mencionados fueron: docente, auxiliar docente, empleada doméstica, policía, peón de campo, trabajador social, maquinista, empleado municipal, metalúrgico, ingeniero agrónomo, cajera, secretaria, entre otros. El 25,95% (n=41) se encontró desempleado; y el 21,52% (n=34) restante, trabaja de manera independiente desempeñándose en actividades y rubros tales como: comercio, gastronomía, agente de viaje, albañilería, personal *trainer*, apoyo escolar, modista, transportista, enfermería, gráfica y fotografía, abogacía, entre otros. Se encontró solo un cuidador pensionado 0,63% (n=1); y en la categoría otros, un 1,27% (n=2).

**Figura 4. Situación laboral de los cuidadores de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



En la figura 5 se muestra la situación económica de los cuidadores, teniendo en cuenta el valor de la CBT, para que una familia promedio cubra con sus necesidades básicas. De acuerdo a este valor, el 67,09% (n=106) respondió que logra cubrir con la misma; mientras que el 32,91% (n=52) restante tiene una situación económica desfavorable.

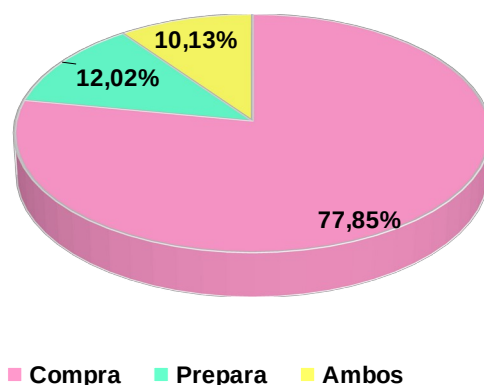
**Figura 5. Situación económica de los cuidadores de preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba; teniendo en cuenta el valor de la CBT, año 2019.**



En la encuesta realizada a los cuidadores se indagó si los preescolares llevaban o no colación al jardín, y se encontró que el 87,34% (n=138) llevó algún tipo de alimento para consumir como colación durante la jornada educativa. En cuanto al origen de las mismas, el 77,85% (n=123) de los cuidadores refirió que compró algún

tipo de alimento listo para consumir, mientras que el 12,02% (n=19) la preparó en su casa y el 10,13% (n=16) restante, en general, la compra y/o prepara.

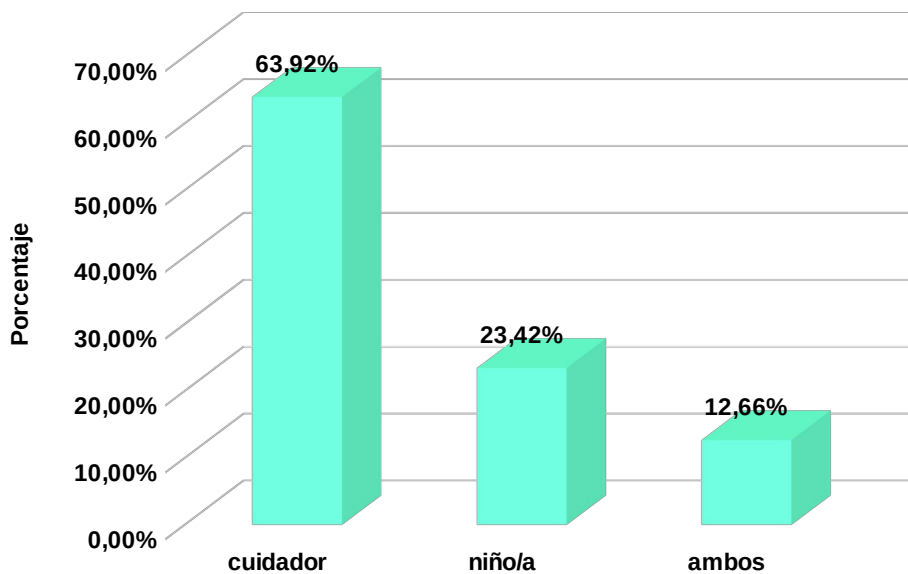
**Figura 6. Distribución porcentual del origen de la colación para los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



Con respecto al interrogante sobre quién se encargó de elegir la colación, se observó que el 63,92% (n=101) de los casos la seleccionó el cuidador, el 23,42% (n=37) el preescolar y el 12,66% (n=20) restante ambos.

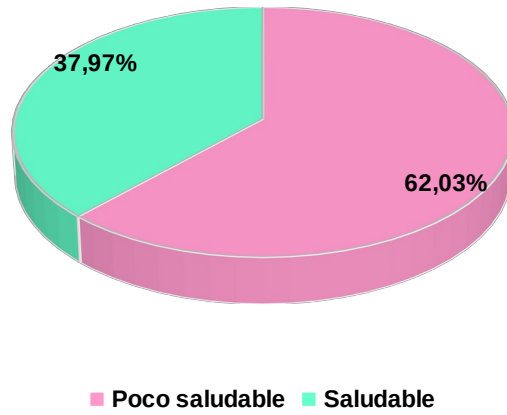
**Figura 7. Encargado/a de elegir la colación para los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



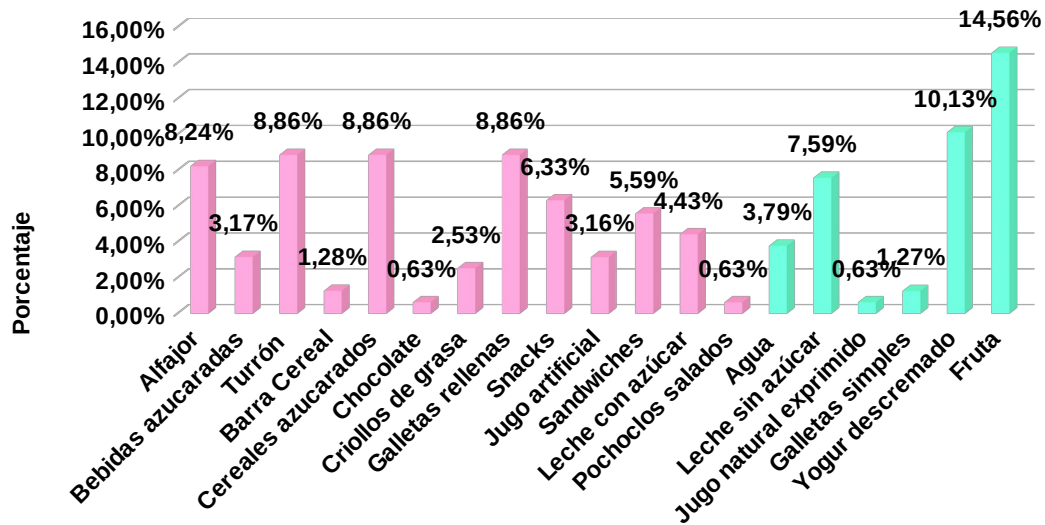


En relación al tipo de colación seleccionada, ya sea por el niño/a o por el cuidador (Figuras 8 y 9), se encontró que el 62,03% (n=98) de los casos optó por colaciones poco saludables, tales como bebidas azucaradas (gaseosas y aguas saborizadas), jugos industrializados, snacks, galletitas rellenas, cereales azucarados, pebetes, entre otros. En menor porcentaje, 37,97% (n=60), seleccionaron colaciones saludables. Como se aprecia en la figura 9, el consumo de frutas fue del 14,56% (n=23) y el de yogur descremado de 10,13% (n=16); si bien estos valores son apreciables al compararlos con el resto de los alimentos seleccionados, si se agrupan por categoría, la elección de alimentos saludables es más baja que los alimentos no saludables.

**Figura 8. Tipo de colación seleccionada para los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



**Figura 9. Alimentos consumidos como colación, por los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



**Tabla 2. Colación seleccionada por los cuidadores según sala**

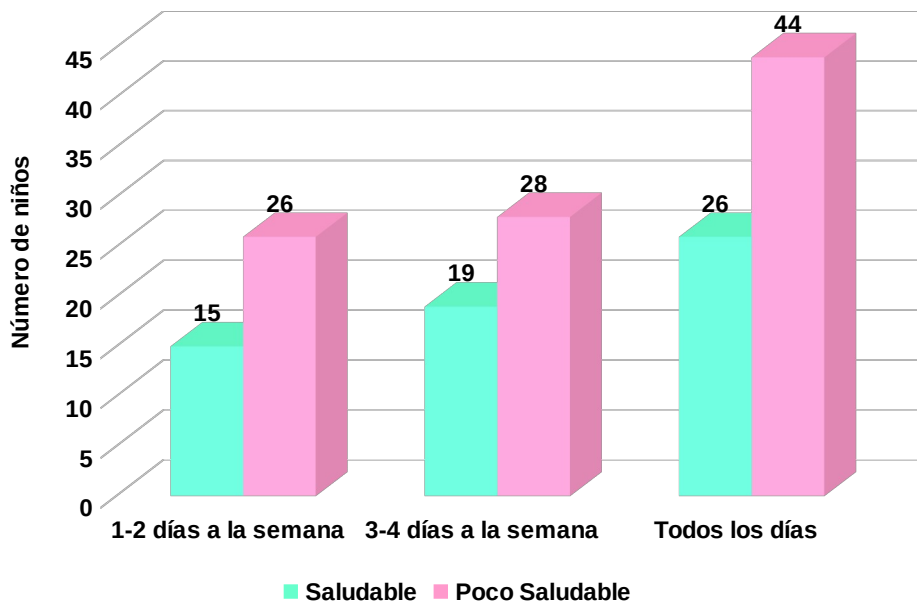
--	--	--	--

Colación seleccionada	Sala de 3		Sala de 4		Sala de 5		p-valor
	n	%	n	%	n	%	
Saludable	20	35,71	20	38,46	20	40	0,89
Poco Saludable	36	64,29	32	61,54	30	60	
<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	

En la Tabla 2 se puede observar que no existen diferencias significativas ( $p=0,89$ ) entre las salas en cuanto a la selección de alimentos. Para los tres grupos etarios de niños se escogieron, en su mayoría, colaciones poco saludables.

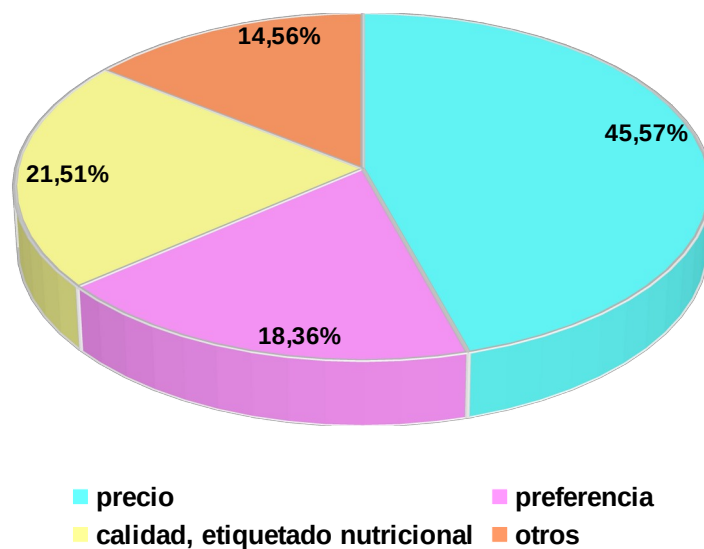
En la Figura 10 se muestra la frecuencia de consumo de las colaciones en los preescolares. Se puede apreciar que, tanto el consumo semanal como diario de colaciones poco saludables, es mayor en comparación con el consumo de las colaciones saludables. Esta tendencia se hace más notoria cuando observamos el consumo diario que realizan los preescolares de los alimentos seleccionados como colación.

**Figura 10. Frecuencia de consumo de colaciones en los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



Teniendo en cuenta la variable sobre los factores influyentes en la compra de la colación para el preescolar, se determinó que los cuidadores eligieron como principal factor determinante el precio con un 45,57% (n=72), en segundo lugar, optaron por la calidad, etiquetado nutricional, con un 21,51% (n=34), y, en tercer lugar, por la preferencia con un 18,36% (n=29). En la categoría otros con un 14,56% (n=23) se mencionaron la marca, la practicidad y la publicidad como factores que también influyen en la selección de la colación.

**Figura 11. Factores influyentes en la compra de la colación para los preescolares de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, de la provincia de Córdoba, año 2019.**



**Tabla 3. Nivel de instrucción de los cuidadores relacionado con la selección de alimentos consumidos como colación en los preescolares.**

Colación seleccionada	Bajo		Medio		Alto		p-valor
	n	%	n	%	n	%	
<b>Nivel de instrucción</b>							0,03
<b>Saludable</b>	17	16,67	27	47,83	16	33,80	
<b>Poco Saludable</b>	28	83,33	39	52,17	31	66,20	
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>66</b>	<b>100</b>	<b>47</b>	<b>100</b>	

En la tabla 3 se observa la relación entre el nivel de instrucción de los cuidadores y la selección de la colación para el preescolar. Se puede decir que las variables son dependientes ( $p=0,03$ ), por lo tanto, existe asociación estadísticamente significativa. Los resultados de la encuesta mostraron que la mayoría de los cuidadores, de los tres niveles de instrucción (alto, medio y bajo), optan por la selección de colaciones poco saludables para sus niños. Este hecho se evidencia aún más en los cuidadores con nivel de instrucción bajo, que en un 83,33% ( $n=38$ ) de los casos eligieron este tipo de alimentos.

**Tabla 4. Situación laboral de los cuidadores relacionados con la selección de alimentos consumidos como colación en los preescolares.**

Colación seleccionada	Situación laboral	Suficiente		Insuficiente		p-valor
		n	%	n	%	
Saludable		41	40,19	19	33,93	0,43
Poco Saludable		61	59,81	37	66,07	
<b>Total</b>		<b>102</b>	<b>100</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	

En la tabla 4 se relaciona la situación laboral del cuidador y la selección de la colación para el preescolar. En cuanto a las variables se puede decir que son independientes ( $p=0,43$ ), por lo tanto, no existe asociación estadísticamente significativa. Los cuidadores tanto en situación laboral suficiente como insuficiente, optan por la selección de colaciones poco saludables.

**Tabla 5. Selección del tipo de colación, en relación a los factores que influyen en la compra.**

Colación seleccionada	Factores influyentes		Precio		Preferencia		Calidad, rotulado nutricional		Otros		p-valor
	n	%	n	%	n	%	n	%			
<b>Saludable</b>	25	34,72	8	27,59	22	64,70	5	21,73	0,002		
<b>Poco saludable</b>	47	65,18	21	72,41	12	35,30	18	78,27			
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>23</b>	<b>100</b>			

En la tabla 5, se observa la relación entre el tipo de colación seleccionada, y los factores que influyen en la compra de la misma. Se puede afirmar que las variables son dependientes, y que hay asociación estadísticamente significativa ( $p=0,002$ ). En los casos en los que se tiene en cuenta el precio, a la hora de comprar la colación, escogen alimentos poco saludables. Lo mismo sucede cuando se basan en la preferencia, y otros factores como la marca, la practicidad y/o publicidad. El caso contrario, ocurre cuando optan por colaciones saludables, aquí sustentan su selección sobre la calidad nutricional.

## Discusión

El presente estudio permitió conocer qué tipo de alimentos seleccionan los cuidadores como colación de niños en edad preescolar y la relación con su nivel de instrucción, la situación laboral, y los factores que influyen en la compra de los mismos, tales como la publicidad, el precio, gustos, preferencias, entre otros. La muestra quedó conformada por 158 cuidadores de niños de 3 a 5 años de edad, asistentes a 5 jardines del Sudeste de la provincia de Córdoba, de las localidades de Cintra, Chilibroste, Noetinger y Saira, durante el periodo lectivo 2019.

En cuanto a la variable nivel de instrucción de los cuidadores relacionado con la selección del tipo de colación para el preescolar, se determinó que son dependientes ya que, si bien los cuidadores de los tres niveles de instrucción (alto, medio y bajo) seleccionaron predominantemente colaciones poco saludables, esta tendencia se reflejó en mayor magnitud en los cuidadores con nivel de instrucción bajo. A diferencia Yulissa en Perú (2010), reportó que los cuidadores de preescolares con educación universitaria son los que seleccionan mayormente alimentos poco saludables para sus hijos<sup>68</sup>. Según datos epidemiológicos de la 2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2019) de Argentina; se observó que el consumo diario de frutas y verduras en la población infantil se encuentra por debajo de las recomendaciones, en concordancia con nuestros resultados donde se observa un bajo consumo de este grupo de alimentos<sup>69</sup>. Un estudio realizado en preescolares en la provincia de Córdoba, por Barreto y col. (2018), también concuerda con los resultados de la presente investigación, y revela que las personas sin diferenciar su nivel de instrucción, seleccionan colaciones no saludables<sup>70</sup>. En otra investigación desarrollada en la misma provincia por Lencina y col. (2015) sobre alimentos consumidos como colación en preescolares, se evidenció que si bien los cuidadores manejaban información sobre cuáles eran los alimentos saludables, optaban por alimentos menos saludables como colación para los preescolares<sup>71</sup>.



En lo que respecta a la situación laboral de los cuidadores, se encontró que un 72,15% realizaba alguna actividad remunerada; ya sea de forma dependiente o independiente. Con respecto a esta variable y a su relación con la selección de la colación preescolar, los resultados revelaron que no existe asociación entre ambas, porque tanto los cuidadores con situación laboral desfavorable como favorable, optaron por colaciones poco saludables para los preescolares. En ese sentido, un estudio chileno elaborado por Adjemian y col. (2007), que, si bien se basó en la relación entre el nivel socio económico de niños en edad escolar y su estado nutricional, encontró que las familias con mayor nivel socio económico y, por lo tanto, situación laboral favorable, compraron productos alimentarios con mayor contenido energético <sup>72</sup>.

En cuanto a la selección de la colación para el preescolar se observó que, en más de la mitad de los casos el cuidador fue el encargado de elegirla; siendo en su mayoría la madre (92,90%) la que llevo a cabo esta tarea. Una investigación realizada en México, por Valenzuela Gandarilla y col. (2013), arrojó resultados similares, en el 91% de los casos la madre fue la encargada de elegir la colación <sup>73</sup>.

Con respecto al origen de la colación, se observó que el 77,85% de los cuidadores optaron por comprar. El 22,15% restante refirió que a veces la compra y otras la prepara en el hogar. El estudio en escolares realizado por Follonier y col. (2013), en la ciudad de Santa Fe (Argentina), reportó que, si bien los niños compraron su colación, se obtuvieron tendencias similares al presente estudio, mencionando que el 74% de los escolares, compró su colación, eligiendo alimentos no recomendables <sup>74</sup>.

En cuanto a la variable alimento seleccionado como colación, se pudo constatar que, según la clasificación que realizamos teniendo en cuenta las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la población argentina y la Guía de Entornos Escolares saludables, hubo una tendencia hacia la elección de alimentos poco saludables (62,03%) <sup>34-66</sup>, como cereales azucarados, alfajores, galletitas rellenas, snacks, jugos artificiales, entre otros. Similares resultados se encontraron en la investigación realizada por Oberto y col. (2017) en la ciudad de Córdoba, en preescolares, donde se observó que, los alimentos más consumidos fueron galletas de chocolate rellenas, obleas, bizcochos de grasa, alfajores, jugos concentrados, y en menor porcentaje agua <sup>75</sup>. Resultado análogo mostró otra investigación de Olivares y col. (2018), realizada en Chile, la cual indica que, si bien los escolares

fueron los que obtuvieron su colación, coinciden con las tendencias encontradas en la presente investigación, con un alto porcentaje de alimentos ricos en azúcares, grasas saturadas y sal<sup>49</sup>.

Otra de las variables analizadas fue el tipo de colación seleccionada, en relación a los factores influyentes para su compra. Se pudo determinar que las variables tienen una asociación estadísticamente significativa; es decir qué, en los casos en que el cuidador tiene en cuenta factores como el precio, la practicidad, publicidad, la preferencia y la marca, selecciona colaciones poco saludables. En cuanto al factor precio, Araya y col. (2002) en Chile, encontró resultados semejantes, en el cual uno de los factores considerados más importantes a la hora de seleccionar alimentos fue el económico en un 70%. En este mismo estudio, la practicidad también cobró importancia a la hora de la compra<sup>76</sup>. Según el estudio desarrollado por Freire y col. (2017) en Ecuador, se evidenció que, al igual que en nuestro estudio, a pesar de que un producto tuviese un alto contenido en grasa, azúcar o sal, no necesariamente se formularon actitudes negativas respecto al producto pues prevalecieron otros factores como la marca y/o la practicidad<sup>77</sup>. En lo que respecta a la publicidad y marca como factores determinantes a la hora de la compra, un estudio elaborado por Castronuovo y col. (2016) en Buenos Aires, refiere que las madres son influenciadas por el mensaje de las publicidades, ya que este no solo interpela a los menores, sino que, en ocasiones, se dirige a ellas, a pesar de que la publicidad no refleje la realidad del producto. Asimismo, en el mismo estudio, se identificó el reconocimiento de marcas por parte de los niños y sus madres, quienes son las que privilegian la compra de determinadas marcas por sobre otras. Estas madres señalan como positivo el acceso a determinadas marcas y la homologación de las mismas como lo “bueno”. En semejanza con nuestra investigación también se destacó la practicidad como un factor influyente a la hora de la compra del alimento para el preescolar<sup>78</sup>. En el último resumen ejecutivo de las ENNYS, los resultados corroboran la influencia en el comportamiento de compra que tiene la publicidad promoción y patrocinio de los alimentos, observándose que una cuarta parte de los adultos refirió haber comprado un producto porque lo vio en una publicidad en la última semana<sup>69</sup>. En ese sentido, hace una década la Asamblea Mundial de la Salud (2018) elaboró un conjunto de recomendaciones para que los países regulen la comercialización de alimentos y bebidas no alcohólicas, altamente procesados y con gran densidad energética, que tienen un impacto perjudicial en las

conductas alimentarias y el peso corporal de los niños. Sin embargo, muchos países, incluido el nuestro, aún no informan ninguna acción, y sigue existiendo una abrumadora preferencia por la autorregulación por parte de las industrias de alimentos y publicidad<sup>79</sup>. Es por ello que la venta de alimentos ultra procesados crece desproporcionadamente en comparación con la de alimentos saludables, invadiendo los platos con productos que no contribuyen a la buena salud<sup>80</sup>.

Una limitación a la hora de realizar el presente estudio fue la devolución de encuestas incompletas por parte de los cuidadores, como así también en la entrega de la totalidad de las mismas en tiempo y forma preestablecidos, lo que disminuyó la muestra significativamente, debido a que por la distancia de las localidades no se pudo regresar a recolectar las encuestas entregadas fuera de término.

Se puede decir que, en éste, como en otros estudios nacionales e internacionales, existe un excesivo consumo de alimentos poco saludables, con alta densidad energética y un elevado contenido en grasas, azúcares o sal, favoreciendo a la transición epidemiológica, con altos índices de sobrepeso y obesidad infantil. Esto representa una tendencia global y ha sido identificado como un contribuyente importante al peso de enfermedad en el mundo y en América Latina<sup>69-77</sup>.

Por todo lo dicho anteriormente se hace indispensable otorgar incentivos para que los alimentos sin procesar y mínimamente procesados estén disponibles y sus precios sean asequibles y estables, y prevenir que la población, especialmente los cuidadores de niños pequeños, elijan estos productos<sup>79</sup>. Además, solo un tercio de la población lee las etiquetas, y de ellos solo la mitad las entiende. La población con menor nivel educativo e ingresos más bajos, lee aún menos las etiquetas de los productos, evidenciándose que los sistemas complejos de información nutricional vigentes son menos accesibles para la población en situación de mayor vulnerabilidad<sup>69</sup>.

## Conclusión

A partir de los objetivos planteados en esta investigación; y de acuerdo al cotejo de los resultados obtenidos, se puede concluir que no existe diferencia en los cuidadores según su situación laboral y el nivel de instrucción, los mismos seleccionan colaciones pocas saludables, principalmente alimentos procesados y listos para consumo, con alto contenido de sodio, grasas saturadas y azúcares simples.

A la hora de la compra, los cuidadores están influenciados por el *marketing* y la publicidad de los medios masivos de comunicación, los cuales ofrecen productos atractivos y engañosos, a un precio relativamente alcanzable, pero muy pobre en nutrientes críticos necesarios para el crecimiento y desarrollo del preescolar.

Si bien la colación es una porción de alimento proporcionalmente más pequeña que las comidas principales, se presenta como una oportunidad para promocionar hábitos alimentarios saludables; ya que cuando se interviene en edades tempranas se puede disminuir a futuro, los factores de riesgo asociados al desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.

Como futuras licenciadas en nutrición consideramos que la educación alimentaria nutricional en los cuidadores, es una herramienta fundamental para poder revertir las tendencias actuales en la selección y consumo de alimentos poco saludables hacia una elección de alimentos más saludables como son las frutas, los lácteos descremados y el agua. Además, se debe regular la promoción y publicidad de este tipo de alimentos, que ejerce una influencia en el comportamiento de compra, tanto en niños como en adultos. Por último, consideramos importante la educación alimentaria para que los cuidadores sepan leer e interpretar correctamente el etiquetado nutricional, para que puedan optar por alimentos más saludables, acorde a sus necesidades.

### Referencias bibliográficas:

1. Grande MC. Román MD. Nutrición y Salud Materno Infantil. 1° ed. Ed. Brujas. Argentina. 2014, p155-175.
2. Hidalgo MI., Güemes Hidalgo M. Nutrición en la edad preescolar, escolar y adolescente. En *Pediatría Integral*. Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria. Ediciones Ergon, S.A. 2007. España.
3. Castagnari V. Obesidad: una cuestión de derechos de niños, niñas y adolescentes. 2019. Recuperado de <https://www.unicef.org/argentina/media/4996/file>.
4. Aliño Santiago M., Navarro Fernández R., López Esquirol J., Pérez Sánchez I. La edad preescolar como momento singular del desarrollo humano. *Rev Cub Pediatr*. 2007; 79(4): 4.
5. Ballabriga A, Carrascosa A. Nutrición en la infancia y adolescencia. 3° ed. Ed. Ergon. Madrid, España. 2006, p 499-571.
6. Gomez Diaz, L. Influencia de los factores sociales en el desarrollo del niño durante el primer año de vida. Lima. 2004, p 60.
7. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) Obesidad: una cuestión de derechos de niños, niñas y adolescentes. Recomendaciones de políticas para su protección. 1° ed. 2019. Argentina.
8. Ministerio de Salud, Argentina. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS). Documento de resultados. Buenos Aires. 2007.
9. Bravino C., Corvalán S. Patrones alimentarios de niños de escuelas de gestión estatal y privada según tipo de hogar, nivel educacional y nivel socioeconómico de los padres/cuidadores, en la ciudad de Córdoba en el período 2016-2017. [Tesis de grado]. Córdoba, Argentina: Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Escuela de Nutrición,

2017. Disponible en: <https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/5640/Bravino%20y%20Corvalan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Biblioteca electrónica de documentación científica sobre medidas nutricionales. [Consulta 6 de agosto de 2019] Disponible en: [https://www.who.int/elena/titles/iron\\_infants/es/](https://www.who.int/elena/titles/iron_infants/es/)
  11. Desantadina M. Nutrición en Pediatría. Bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos. Influencias culturales y sociales de la alimentación. 1ª ed. Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires, Argentina. 2010, p 54.
  12. Campo Ternera L. Características del desarrollo cognitivo y del lenguaje en niños de edad preescolar. *Psicogente*. 2009; 12 (22): 341-351.
  13. Durand Pinedo DM. Relación entre el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación infantil y el estado nutricional de niños preescolares en la Institución Educativa Inicial N° 111-Callao en el año 2008. [Tesis de grado]. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina Humana; 2010. Disponible en: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/254/Durand\\_pd.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/254/Durand_pd.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
  14. Moreno Villares J. M. Galeano Segovia M. J. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatría Integral*. Vol (19): 4. mayo 2015. Curso VI. [Consultado 15 de agosto de 2019]. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>
  15. Guías Alimentarias Para la Población Infantil. Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. Gobierno de la república Argentina. Buenos Aires, Argentina. Febrero 2010. [Consultado el 6 agosto 2019]. Disponible en : <http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000000319cnt-A04-guias-alimentarias-pob-inf-equipos.pdf>
  16. Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y la nutrición. Secretaría de Salud. OMS/OPS/INCAP. p81. [Consultado el 18 de agosto de 2019]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/am283s/am283s05.pdf>
  17. Ministerio de Salud de la Nación. Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2011. [Consultado el 16 de agosto de 2019]. Disponible en: [http://www.msal.gov.ar/fesp/descargas\\_home/seg\\_encuesta\\_nac\\_factores\\_risiko\\_2011.pdf](http://www.msal.gov.ar/fesp/descargas_home/seg_encuesta_nac_factores_risiko_2011.pdf) ENFR2005 y 2009

18. Organización Mundial de la Salud, Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil. 2016. [Consultado el 18 de agosto de 2019]. Disponible en: [http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA69/A69\\_8-sp.pdf](http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_8-sp.pdf).
19. Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. Guías alimentarias para la población infantil. Orientaciones para profesionales de la salud. Argentina, Res. Mrio N°12. 2006 Disponible en: <http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000000319cnt-A04-guias-alimentarias-pob-inf-equipos.pdf>
20. Zeberio N, Malpeli A, Apezteguia M, Carballo MA, González HF. El estado nutricional de niños escolares y su relación con la tensión arterial. Arch Argent Pediatr. 2013; 111(2):92-97.
21. Callejas Fernández A, Muñoz Weigand C, Ballesteros Pomar MD, Vidal Casariego A, López Gómez JJ, Cano Rodríguez I, et al. Modificación de los hábitos alimentarios del almuerzo en una población escolar. Nutr. Hosp. 2011; 26(3):560-565.
22. Ojeda del Valle M. Infancia y Salud. Centro de Referencia Latinoamericano para la Educación Preescolar. 2001. [Consultado 10 de agosto de 2019]. Disponible en: [http://www.infomed.sld\\_](http://www.infomed.sld_)
23. Setton D., Fernández A., Nutrición en Pediatría. Bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos. 1ª ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Ed. Médica Panamericana, 2014 Cap. 20. p144.
24. Serafin P. Manual de la alimentación escolar saludable. 2012. [Consultado 1 agosto de 2019]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>
25. Maiz, E., Maganto, C., Balluerka, N. "Neofobia y otros trastornos restrictivos alimentarios en la infancia y consumo de frutas y verduras". Rev Esp Nutr Comunitaria 2014;20(4):150-157.
26. Moncunill I A., Bella M., Cornejo L. S. Consumo de alimentos durante el recreo escolar. Diseño y validación de un instrumento de relevamiento. [Consultado 20 Julio de 2019]. Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/ode/v18n28/v18n28a05.pdf>
27. Casanueva, E. Kaufer, M. Horwitz. Nutriología médica. Ed. Médica Panamericana, S.A. de C.V. México, D.F. 1995, p280.
28. Requena, Raygada LI. Conocimiento y Prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la institución educativa n°524 nuestra señora de la esperanza.

- [Tesis de grado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina Humana. Perú. 2006. Disponible en: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1000/Requena\\_rl.pdf?sequence=1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1000/Requena_rl.pdf?sequence=1)
29. Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Diseño Curricular para la Educación inicial. Niños de 2 y 3 años. Dirección de Curricula. Buenos Aires, Argentina. 2000, p 38. [Consultado el 25 julio de 2019]. Disponible en: [https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/ni\\_dc\\_2-y-3-anos\\_0.pdf](https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/ni_dc_2-y-3-anos_0.pdf)
  30. Giordano M, Barnetche M, Álvarez P y Cornejo L. Perfil de consumo de alimentos durante la jornada escolar en una comunidad educativa vulnerabilizada de la ciudad de Córdoba, Argentina. *Revista de Salud Pública*. 2017, 21 (1):6-15.
  31. Unrein Y. Evaluación Nutricional de la alimentación de niños/as de 8 a 10 años que concurren a consultas pediátricas del Hospital San Carlos de la ciudad de Casilda. [Tesis de grado]. Universidad Abierta Interamericana. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Santa Fe, Argentina. 2011. Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111301.pdf>
  32. Colaciones Saludables para niños. Clínica Universidad de los Andes. Chile. 2017. [Consultado el 15 de agosto del 2019]. Disponible en: [https://www.clinicauandes.cl/shortcuts/novedades/colaciones-saludables-para-ninos\\_](https://www.clinicauandes.cl/shortcuts/novedades/colaciones-saludables-para-ninos_)
  33. Secretaría de Gobierno de Salud. Ministerio de Salud y Desarrollo Social. Entornos escolares saludables. Recomendaciones para la implementación de políticas de prevención de sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes en instituciones educativas. Versión preliminar. UNICEF. 2019. Argentina. [consultado el 10 junio de 2019]. Disponible en: [http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001439cnt-2019-06\\_entornos-escolares-saludables.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001439cnt-2019-06_entornos-escolares-saludables.pdf)
  34. Velandia Castro N, Cardenas L, Agudelo Cely N. ¿Qué ofrecen las tiendas escolares y que consumen los estudiantes durante el descanso? Estudio en la ciudad de Tonja 2009. *Rev Hac Prom de la Sal*. 2011. 16 (1): 87-98.
  35. Pontificia Universidad Católica de Chile. ¿Qué le mando de colación a mi hijo? Chile. [Consultado el 6 de agosto del 2019]. Disponible en: <https://medicina.uc.cl/noticias/que-le-mando-de-colacion-a-mi-hijo/>
  36. Guía de rotulado para alimentos envasados. Ministerio de Agroindustria. Presidencia de la Nación. Ed 2016. [Consultado el 30 de Julio. 2019]



- Disponible en: [https://agroindustria.gob.ar/sitio/areas/escuelagro/\\_archivos//000010\\_Alimentos/000000\\_Guia%20de%20rotulado%20para%20alimentos%20envasados.pdf](https://agroindustria.gob.ar/sitio/areas/escuelagro/_archivos//000010_Alimentos/000000_Guia%20de%20rotulado%20para%20alimentos%20envasados.pdf)
37. Couceiro M. E. La alimentación como un tiempo de la nutrición, su disponibilidad y accesibilidad económica. *Rev. Cubana Salud Pública*. 2007. 33(3). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662007000300019&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000300019&lng=es)
38. Guías de alimentación del niño preescolar y escolar. Comité de Nutrición de la Sociedad Uruguay de pediatría. [Consultado 6 de agosto de 2019] Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/pdf/adp/v75n2/pautas.pdf\\_\\_](http://www.scielo.edu.uy/pdf/adp/v75n2/pautas.pdf__)
39. Restrepo M., S., Gallego, M. La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología*, 2010. [Consultado el 6 de agosto de 2019]. Disponible en: <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/boletin/article/view/6919/6333>
40. Solano L., Barón M. A., Del Real S. Situación nutricional de preescolares, escolares, y adolescentes de Valencia, Carabobo, Venezuela. Caracas. 2005. [Consultado el 10 agosto]. 18(1): 72-76. Disponible en: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-07522005000100014&lng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000100014&lng=es).
41. Huarachi núñez, B. A. Nivel de conocimientos sobre alimentación y hábitos alimentarios de las madres en relación al estado nutricional de los niños de las instituciones educativas iniciales urbanas del distrito de Yunguyo octubre 2016 – enero 2017. [Tesis de posgrado]. Universidad Nacional del Altiplano. Escuela de Posgrado. Perú, 2017. [Consultado el 9 de agosto de 2019] Disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9544/Blanca\\_Adelaida\\_Huarachi\\_Nu%c3%b1ez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9544/Blanca_Adelaida_Huarachi_Nu%c3%b1ez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
42. Restrepo M., SL, Maya Gallego, M. La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia* [Consultado 5 agosto de 2019]. 2005;19(36):127-148. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55703606>

43. Sánchez García R. Reyes-Morales H. González-Unzaga M. Preferencias alimentarias y estado de nutrición en niños escolares de la Ciudad de México. *Bol Med Hosp Infant.* 2014; 71(6):358-366.
44. Patel R. *Obesos y famélicos.* Ed Marea. Buenos Aires, Argentina. 2008, p 13.
45. Durand Pinedo D. M. Relación entre el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación infantil y el estado nutricional de niños preescolares en la Institución Educativa Inicial N° 111-Callao en el año 2008. [Tesis de grado]. Universidad Nacional mayor de San Marcos. Facultad de Medicina Humana. Perú. 2010. Disponible en: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/254/Durand\\_pd.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/254/Durand_pd.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
46. Powell L, Szczypka G, Chaloupka F. Exposure to food advertising on television among U.S. children. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2007;161(6):553-560.
47. OMS. (Organización Mundial de la Salud). "Conjunto de recomendaciones sobre la promoción de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños". Ginebra. OMS. 2010. [Consultado el 1 agosto de 2019]. Disponible en: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44422/1/9789243500218\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44422/1/9789243500218_spa.pdf)
48. Olivares S., Yañez R., Diaz N. Publicidad de alimentos y conducta alimentaria en escolares de 5° a 8° grado. *Rev. chil. Nutr.* 2003;30 (1): 36/42
49. Lazo Matellanes M, Villota Mancebo A, Fernández Merino R. Imagen de las marcas blancas en el sector alimentario según la perspectiva del consumidor español. *Revista de Comunicación de la SEECI.* 45, 103-120. 2018. [Consultado 1 agosto 2019]. Disponible en <http://doi.org/10.15198/seeci.2018.45.103-120>
50. Wansink B. Can package size accelerate usage volume? *J Mark.*1996;60:1–14.
51. Chandon P. y Wansink B. ¿El marketing de alimentos necesariamente nos tiene que engordar?: análisis y soluciones. International Life Sciences Institute. *Nutrition Reviews.* 2012; 70(10):571-593.
52. Reyes Oré S. K. Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una institución educativa privada en Santa Anita. Lima. [Tesis de grado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina. Perú 2015. Disponible en:

- [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4168/Reyes\\_os.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4168/Reyes_os.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
53. Bonita R., Beaglehole R. y Kjellstrom T. Epidemiología Básica. 2° Ed. Washington DC. 2008. Capitulo 3. p49.
  54. Hernández Sampieri R., Fernández Collado C. y Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. Ed. McGraw-Hill. 4° Ed. 2006. p81-83.
  55. Sabulsky J. Selección del tipo de estudio. En: Investigación científica en salud-enfermedad. Argentina: Triunfar; 2002.p.123-165.
  56. Descripción Socio demográfica de los trabajadores. Bogotá, Colombia. [Consultado el 15 de junio de 2019]. Disponible en: <https://safetya.co/descripcion-sociodemografica-de-los-trabajadores/>
  57. Biblioteca Virtual en Salud. Descriptores en ciencias de la salud. Ed. 2016; [Consultado 06 de May de 2019] Disponible en: <http://decs.bvsalud.org/cgi-bin/wxis1660.exe/decsserver/>
  58. Asociación de Academias de la Lengua Española. (s.f). Real Academia Española. [Consultado el 06 de mayo 2019]. Disponible en: [http://dle.rae.es/?id=EN8xffh\\_](http://dle.rae.es/?id=EN8xffh_)
  59. Real Academia Española. [Consultado el 18 de mayo 2019]. Disponible en <https://dle.rae.es/?id=RvR2zKy>
  60. Instituto Estadístico de Cataluña. Nivel de instrucción de la población de 16 años y más. Comarcas y Haran, ámbitos y provincias. [Consultado el 18 de mayo de 2019]. Disponible en: <https://www.idescat.cat/pub/?id=aec&n=765&m=m&lang=es>.
  61. Definición ABC. [Consultado el 24 de mayo de 2019]. Disponible en: <https://www.definicionabc.com/social/laboral.php>.
  62. Instituto Nacional de Estadística y Censo, República Argentina. Gran Buenos Aires, Argentina. [Consultado el 26 de junio 2019]. Disponible en: [https://www.indec.gob.ar/ftp/infografias/infografia\\_canasta\\_06\\_19.jpg](https://www.indec.gob.ar/ftp/infografias/infografia_canasta_06_19.jpg)
  63. Real Academia Española. [Consultado el 18 de mayo 2019]. Disponible en: <https://dle.rae.es/?id=HTiXnHN>.
  64. Vargas G. Universidad del Bio- Bio. Programa UBB Saludable. Alimentación saludable. [Consultado el 6 de mayo de 2019]. Disponible en: [http://www.ubiobio.cl/ubbsaludable/kioscos\\_saludables.html](http://www.ubiobio.cl/ubbsaludable/kioscos_saludables.html)

65. Bustos NZ. ¿Qué colación le envió a mi hijo? Rev. Nutrición y Vida. 2014; (8): 6-11.
66. Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos Aires 2016. Disponible en: [http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001007cnt-2017-06\\_guia-alimentaria-poblacion-argentina.pdf](http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001007cnt-2017-06_guia-alimentaria-poblacion-argentina.pdf).
67. Guía para medir conocimientos, actitudes y prácticas en nutrición. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. 2014. [Citado 15 de Junio de 2019]. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/019/i3545e/i3545e00.htm>.
68. Yulissa S. Mamani M. Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera; I.E.I N° 326 “María Montessori” Distrito de Comas-2010. [Tesis de Grado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina Humana. Perú. 2010. Disponible en: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1315/Mamani\\_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1315/Mamani_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
69. Ministerio de Salud de la Nación. 2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2). Resumen ejecutivo. septiembre 2019. Buenos Aires, Argentina. [Consultado el 26 de octubre 2019] Disponible en: [http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001565cnt-ennys2\\_resumen-ejecutivo-2019.pdf](http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000001565cnt-ennys2_resumen-ejecutivo-2019.pdf)
70. Barreto V., Taborda S. Alimentos consumidos como colación escolar y su aporte calórico relacionado con el estado nutricional de preescolares. [Tesis de grado]. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Argentina. 2018
71. Lencina R., Schiaroli J., Sosa M. Alimentos consumidos por preescolares como colación y su relación con el estado nutricional. [Tesis de Grado]. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Argentina. 2015.
72. Adjemian D., Bustos., Amigo H. Nivel socioeconómico y estado nutricional: Un estudio en escolares. ALAN. Junio 2007. 57(2): 125-129. [Consultado el 26 de octubre 2019]. Disponible en: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06222007000200004&lng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222007000200004&lng=es)

73. Valenzuela Gandarilla J., Flores Solís MD., Reyes MCM y col. Evaluación del refrigerio en niños en edad preescolar y escolar que asisten al tianguis de la ciencia Salle Pachuca. México. julio- diciembre 2013. 8 (16); 123-138)
74. Follonier M., Bonelli E., Walz F., Ortino M.A., Martinelli M. Consumo de alimentos en los kioscos de escuelas primarias públicas de la ciudad. Rev FABICIB. 2013; (17): 103-112
75. Oberto MG, Schiaroli JA, Lencina R del C, Sosa MI, Sánchez RJ. Alimentos consumidos por preescolares como colación y su relación con el estado nutricional. Rev. Salud Pública (Córdoba). 16 de mayo de 2017 [Consultado 26 de octubre de 2019];21(1):46-5. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/15692>
76. Araya BM. Atalah SE., Factores que determinan la selección de alimentos en familias de sectores populares. Rev. chil. nutr. 2002. 29 (3): 308-315
77. Freire WB., Waters, WF. y Rivas-Mariño, G. Semáforo nutricional de alimentos procesados: estudio cualitativo sobre conocimientos, comprensión, actitudes y prácticas en el Ecuador. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. 2017, vol. 34, n. 1 [Consultado el 27 octubre de 2019], pp. 11-18. Disponible en: <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2017.341.2762>
78. Castronuovo L. y col. Las madres y la publicidad de alimentos dirigida a niños y niñas: percepciones y experiencias. Salud Colectiva. 2016, v. 12, n. 4 [Consultado el 27 octubre 2019], pp. 537-550. Disponible en: <https://doi.org/10.18294/sc.2016.928>.
79. Organización Mundial de la salud (OMS). Las políticas para limitar la comercialización de alimentos poco saludables a los niños no protegen su salud y sus derechos. 2018. [Consultado el 13 de noviembre de 2019] Disponible en: <http://www.euro.who.int/en/healthtopics/diseaseprevention/nutrition/news/news/2018/10/policies-to-limit-marketingof-unhealthy-foods-to-children-fall-short-of-protecting-their-health-and-rights>
80. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Alimentos ultraprocesados ganan más espacio en la mesa de las familias latinoamericanas. 2019. [Consultado el 13 de noviembre de 2019]. Disponible en : <https://www.paho.org/hq/index.php?>

option=com\_content&view=article&id=15530:ultra-processed-foods-gain-ground-among-latin-american-and-caribbean-families&Itemid=1926&lang=es

## Anexo I

- **Consentimiento informado**



### **Formulario de consentimiento informado para padres/tutores de los niños/as**

**Título del proyecto: Factores que intervienen en los cuidadores, para la selección de colaciones en niños preescolares de escuelas públicas y privadas del sudeste de la provincia de Córdoba.**

**Investigadores:** Usai Ana Carla y Varela Milagros; alumnas de la Licenciatura en Nutrición, Directora Mgter. M. Georgina Oberto del Proyecto de Investigación, quien forma parte de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Córdoba.

#### **Estimado padre/cuidador:**

Mediante la presente, se invita a usted a participar de un estudio para conocer los factores que intervienen en los cuidadores para la selección de las colaciones para el preescolar, teniendo como propósito aportar, a partir de los resultados, nuevos conocimientos en el área de Nutrición.

En este contexto, deseo solicitarle su participación en el proyecto, lo que se materializaría realizando la siguiente actividad:

Que el cuidador complete una **encuesta** para conocer que alimentos se seleccionan como colación para el niño/a, para que consuma en la jornada escolar y/o en su hogar. Se estima que la intervención se realizará en el mes de octubre del corriente año.

Para su consentimiento se puntualiza que su participación es voluntaria y que toda la información que proporcione será confidencial. Si los resultados del mismo llegaran a publicarse, la identidad no podrá ser revelada.

## **Anexo II**

- **Nota de autorización:**

Córdoba, 2019

Sra.....

Directora de Nivel Inicial

Instituto.....

Nos dirigimos a Ud. Y por su intermedio a quien corresponda con el fin de solicitarle autorización para que Usai; Ana Carla y Varela; Milagros, alumnas de la Escuela de Nutrición FCM/UNC, puedan realizar el trabajo de investigación, con la finalidad de obtener el título del Licenciadas en Nutrición.

La intervención en su establecimiento educativo será para después de las vacaciones de Julio.

Se estima que la recolección de datos llevará una semana y las actividades programadas consiste en:

- Solicitar a los cuidadores de los niños/as que respondan una breve encuesta relacionada a la selección de la colación para el preescolar.

Los objetivos de nuestra investigación son conocer los alimentos que son seleccionados por los cuidadores de los niños/as y determinar si esta selección se

relaciona con la situación laboral, el nivel de instrucción de los mismos y factores como la publicidad, gusto, preferencia y practicidad.

A la espera de una respuesta favorable, la saludamos atentamente.

Mgter. Oberto; María Georgina

Directora del trabajo final de investigación para la Licenciatura

Mail de contacto: [georginaoberto@hotmail.com](mailto:georginaoberto@hotmail.com)

### **Anexo III**

- **Encuesta para cuidador que selecciona la colación del preescolar**

Fecha:

Nombre de la institución:

Sala:

Sexo:

Edad del alumno:

La siguiente encuesta tiene como objetivo aportar mayores datos sobre el consumo de la colación preescolar.

#### **1) Sexo del cuidador**

- Femenino
- Masculino
- Otro

#### **2) Edad del cuidador**

¿Qué edad tiene? .....

#### **3) Parentesco con el alumno/a:**

- Padre/Madre



- Hermano/a
- Abuelo/a
- Tío/a
- Otro.....

4) **¿Cuántas personas y de que edades viven en su hogar?** En la línea punteada indique el número de personas en ese rango de edad.

.....menor/es de 18 años

.....de 19 a 35 años

.....de 36 a 59 años

.....mayor/es a 60 años

**5) Nivel de instrucción del cuidador**

¿Cuál es el nivel máximo de estudio alcanzado?

- Primario incompleto
- Primario completo
- Secundario incompleto
- Secundario completo
- Terciario/ Universitario incompleto
- Terciario/ Universitaria completa

**6) Situación laboral**

a) ¿Cuál es su situación laboral actual?

- Trabajo independiente ¿Cuál?.....
- Empleado (Aclare a qué se dedica) .....
- Desempleado
- Pensionado
- Jubilado
- Subsidio
- Otro ¿Cuál? .....

b) ¿Algún otro miembro de su familia trabaja?

- Si
- No

c) Según los últimos datos del INDEC (Instituto Nacional de Estadística y Censo) de Junio del 2019, el valor de la CBT (Canasta Básica Total), fue de \$30.338 para que una familia promedio de pueda cubrir sus necesidades básicas, tales como alimentos, vestimenta, vivienda, educación, etc.; durante un mes.

A partir de lo dicho anteriormente, su familia ¿Cubre esas necesidades con la CBT?

- Si
- No

### **7) Alimentos de compra habitual para el colegio**

a) Habitualmente, ¿su hijo lleva alguna colación para consumir en el jardín?

- Si
- No

b) Usted, la mayoría de las veces a la colación:

- La compra
- La prepara
- Ambas

c) ¿Quién es el que la elige?

- Usted
- Su hijo/a
- Ambos

d) ¿Qué alimentos selecciona generalmente? Marque con una cruz.

Alfajores:

- Alfajores de chocolate
- Alfajores de maicena
- Alfajor de arroz

- Otros ¿Cuáles?.....

#### Frutas frescas:

- Banana
- Manzana
- Mandarina
- Otras ¿cuáles?.....

#### Frutas secas

- Nueces
- Almendras
- Maní
- Otras ¿cuáles? .....

#### Sándwiches

- Pebetes
- Sándwiches de miga
- Sándwiches de pan francés
- Sándwiches de pan lactal
- Otros ¿Cuáles?.....

#### Galletitas

- Galletas simples dulces/saladas
- Galletitas dulces rellenas
- Otros ¿Cuáles?.....

#### Snacks

- Chizitos
- Palitos
- Papas fritas
- Otros ¿cuáles? .....

#### Cereales

- Pochoclos dulces
- Pochoclos salados
- Barra de cereales común
- Barra de cereales light
- Copos de maíz azucarados
- Copos de maíz sin azúcar
- Tutucas con azúcar
- Tutucas con edulcorante
- Cereal de chocolate
- Almohaditas rellenas
- Turrón
- Otros (¿cuáles?).....

#### Bebidas

- Leche sin azúcar
- Leche con azúcar
- Yogur entero
- Yogur descremado
- Jugos naturales (frutas exprimidas)
- Jugos artificiales de frutas (Baggio, Cepita del valle, etc.)
- Agua natural
- Agua saborizada con azúcar
- Agua saborizada light
- Gaseosa común con azúcar
- Gaseosa cero sin azúcar
- Otros ¿Cuáles?.....

e) De los alimentos seleccionados anteriormente, seleccione los 5 más consumidos por su hijo/a y ordene de mayor a menor consumo según preferencia.

- 1.
- 2.
- 3.

4.

5.

f) De las que seleccionó en la pregunta e) ¿Con que frecuencia su hijo/a consume estos alimentos?

- De 1 a 2 veces a la semana
- 3 a 4 días a la semana
- Todos los días

f) En el momento de la compra ¿Qué tiene en cuenta? Enumere en orden de importancia:

- Precio
- Preferencia
- Marca
- Practicidad
- Publicidad
- Calidad, rotulado nutricional
- Otros (¿Cuáles?) .....

## **Glosario**

**Alimentación:** proceso voluntario y consciente que abarca la selección, preparación e ingestión de alimentos. Es influenciado por factores externos (socioculturales, publicidad, etc.)

**Características sociodemográficas:** características sociales y demográficas de un grupo, tales como grado de escolaridad, ingresos, composición familiar, estrato socioeconómico, ocupación, área de trabajo, edad y sexo.

**Colación:** porciones de alimentos proporcionalmente más pequeñas que las comidas principales.

**Cuidador:** persona que se encarga del cuidado de otra.

**Chi cuadrado:** prueba utilizada en estadística aplicada, que demuestra si dos variables están asociadas.

**Hábitos alimentarios:** conjunto de costumbres que una persona tiene para alimentarse. Se adquieren por las enseñanzas que este reciba de su familia, amigos, vecinos, maestros y el ambiente mismo.

**Medidas resumen:** medidas que permiten conocer la posición o tendencia central del conjunto de datos (media, mediana, moda).

**Neofobia:** rechazo innato a probar alimentos nuevos.

**Obesidad:** enfermedad caracterizada por el aumento de la grasa corporal. En la mayoría de los casos acompaña el aumento de peso, cuya magnitud y distribución condicionan la salud del individuo.

**Preescolar:** etapa de la niñez que abarca de los 2 a los 5 años de edad.

**Publicidad:** practica de llamar la atención del público hacia un producto, servicio, necesidad, etc., mediante anuncios en televisión, revistas, diarios, etc.

**Snacks:** termino inglés para definir alimentos ligeros que se consumen entre comidas, generalmente están elaborados industrialmente y contienen grandes cantidades de grasa y sal.

**Variables:** características, propiedades o atributos que los diferencian entre sí, y que pueden expresarse mediante valores numéricos o categóricos.