

Prácticas alimentarias maternas y estado nutricional del preescolar en Lima

Maternal feeding practices and nutritional status of preschool children in Lima

Nataly Yasira CAPILLO MEDINA, Elizabeth Aida HUACACHI CAPCHA, Yuliana Yessy GOMEZ RUTTI, Miguel Angel CASTRO MATTOS, Florentina Gabriela VIDAL HUAMÁN

Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

Recibido: 12/enero/2025. Aceptado: 26/febrero/2025.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre las prácticas alimentarias maternas y el estado nutricional del preescolar.

Material y métodos: El diseño de la investigación es no experimental, enfoque cuantitativo, observacional, descriptivo y transversal. La muestra estuvo conformada por 117 preescolares de 3 a 4 años y sus respectivas madres. La recolección de datos fue mediante una encuesta que consta de 21 preguntas sobre prácticas alimentarias. Se evaluaron las medidas antropométricas de los preescolares: peso (kg) y talla (m) y además se consideró la edad en años y meses. Se aplicó la prueba estadística prueba exacta de Fisher para relacionar las variables prácticas alimentarias maternas y el estado nutricional del preescolar, con un nivel de significancia de 0,05.

Resultados: El 75% de las madres que realizan prácticas inadecuadas tienen hijos con sobrepeso. También evitan brindar o preparar refrescos y/o bebidas altas en azúcar (35%) y el 46% frituras en la dieta. El 15,4% consumieron frutas y verduras diariamente. Asimismo, existe relación entre las prácticas alimentarias maternas con el estado nutricional ($p=0,001$), con el peso para la talla ($p=0,001$), peso para la edad ($p=0,006$) y no existe relación con la talla para la edad ($p=0,173$).

Conclusión: Las madres tuvieron prácticas alimentarias inadecuadas, el consumo de frutas y verduras no fueron dia-

rias y pocas veces evitan dar preparaciones como refrescos y/o bebidas altas en azúcar y frituras en la dieta. Es necesario implementar estrategias para mejorar las prácticas alimentarias del consumo de los alimentos variados y de estación en diversas preparaciones nutritivas, mejorar las técnicas culinarias saludables.

PALABRAS CLAVE

Alimentación; Talla; Peso; Preescolares (Fuente: DeCS BIREME).

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between maternal feeding practices and the nutritional status of preschool children.

Material and methods: The research design was non-experimental, quantitative, observational, descriptive and cross-sectional. The sample consisted of 117 preschoolers aged 3 to 4 years and their respective mothers. Data collection was by means of a survey consisting of 21 questions on feeding practices. Anthropometric measurements of weight (kg) and height (m) were taken. Fisher's exact test was applied to relate the variables maternal feeding practices and the nutritional status of the preschooler, with a significance level of 0.05.

Results: Seventy-five percent of mothers who engage in inappropriate practices have overweight children. They also avoid providing or preparing soft drinks and/or drinks high in sugar (35%) and 46% avoid fried foods in their diet. 15.4% consumed fruits and vegetables on a daily basis. Likewise,

Correspondencia:
Yuliana Yessy Gomez Rutti
ygomez@une.edu.pe

there is a relationship between maternal feeding practices with nutritional status ($p=0.001$), with weight for height ($p=0.001$), weight for age ($p=0.006$) and no relationship with height for age ($p=0.173$).

Conclusion: Mothers had inadequate feeding practices, the consumption of fruits and vegetables was not daily and they rarely avoid giving preparations such as soft drinks and/or drinks high in sugar and fried foods in the diet. It is necessary to implement strategies to improve dietary practices of consumption of varied and seasonal foods in various nutritious preparations, improve healthy cooking techniques.

KEYWORDS

Feeding; Height; Weight; Preschoolers (Source: DeCS BIREME).

LISTA DE ABREVIATURAS

OMS: Organización Mundial de la Salud.

CENAN: Centro Nacional de Alimentación y Nutrición.

MINSA: Ministerio de Salud.

I.E.P: Institución Educativa Pública.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad una adecuada alimentación previene enfermedades a futuro, esta se debe iniciar desde la lactancia, pero muchas personas ignoran que cuando el niño va creciendo, crece simultáneamente la exploración de alimentos; es decir, que al crecer se debe brindar al niño diferentes tipos de alimentos que ayuden en su crecimiento y desarrollo, esto le permitirá adquirir un estilo de vida saludable, mientras tanto su alimentación dependerá de su madre o cuidador.

La madre es quien selecciona los alimentos del niño y debe poseer conocimientos básicos sobre las prácticas alimentarias, ello es importante para una adecuada alimentación y está relacionado con las costumbres, valores, símbolos, referencia sobre alimentos y tipos de preparación alimentaria, al no tener conocimiento previo puede afectar el estado nutricional del niño.

Según la OMS en el año 2016 unos 41 millones de niños menores de 5 años tienen obesidad y sobrepeso, anteriormente era solo una problemática de países de altos recursos, hoy en día dichos trastornos se han incrementado en países de bajos y medianos recursos, una clara muestra de este incremento es África, donde los niños con sobrepeso aumentaron alrededor de un 50% para el año 2000, en el continente asiático para el año 2016 hubo un aumento de la mitad de los niños menores de 5 años con sobrepeso y obesidad¹.

UNICEF² evidenció cifras alarmantes de niños menores de cinco años que padecen de una inadecuada ingesta de ali-

mentos y un sistema alimentario que ha estado fracasando durante muchos años, anteriormente en el 2018 en Latinoamérica y en el Caribe fueron 4,8 millones de niños menores de cinco años que empezaron a padecer retraso en la estatura, 0,7 millones presentaron emaciación y unos 4 millones tenía sobrepeso y obesidad².

La OMS³ mencionó que este problema aumenta con el pasar de los años, en el año 2025, se espera minimizar en un 40% la cifra de niños menores de 5 años en todo mundo que experimenta una desaceleración en la altura y evitar que maximicen los niveles de sobrepeso en la infancia⁴.

Asimismo, en el Perú el último informe Gerencial SIEN (Sistema de información del Estado Nutricional de niños y gestantes Perú) – HIS 2023 en niños menores de 5 años brindan datos actualizados sobre el estado nutricional, donde se puede observar que la desnutrición, sobrepeso y obesidad sigue siendo un problema de salud pública en el Perú. Para el año 2023 el 15,7% de niños presentan desnutrición crónica, 1,8% presentan desnutrición aguda, 5,6% sobrepeso y el 1,7% obesidad%, estas cifras siguen siendo vigiladas por las cifras alarmantes que a pesar de contar con programas y tener metas no se ve un descenso significativamente progresivo, los factores causales de estos indicadores siguen para el sector urbano la falta de conocimientos y los recursos⁵.

UNICEF⁶ nos muestra que en los niños y niñas peruanos menores de 5 años se evidencia una malnutrición por exceso de peso de forma frecuente, teniendo un 4.9% en zonas rurales y el doble en áreas urbanas con un 10%, lo cual son considerados como un problema de alto riesgo.

Existe poca evidencia publicada sobre las variables, por ello, el objetivo del estudio fue determinar la relación entre las prácticas alimentarias maternas y el estado nutricional del preescolar.

MÉTODOS

El diseño de la investigación es cuantitativo, correlacional, transversal y fue desarrollado en la I.E.P. Institución Educativa Inicial 670 Paul Poblet, ubicado en el distrito de Pachacamac, Lima, durante el periodo de mayo hasta julio del 2023.

Población y muestra

La población incluye a las madres de familia con sus respectivos hijos preescolares, que son un total de 167 preescolares. El tamaño de muestra fue de 117 madres de familia con hijos en edad preescolar.

Los criterios de inclusión fueron los preescolares que asistieron de manera regular a las clases, madres e hijos que aceptaron participar voluntariamente y las madres que se encargaron de la alimentación del preescolar. Los criterios de exclusión fueron preescolares que presentaron algún tipo de enfermedad o encontrarse en estado de recuperación o tratamiento por al-

guna patología u alguna operación que pueda interferir en una alimentación habitual dentro de la recolección de datos, madres que no firmaron el consentimiento informado.

Variable e Instrumentos

Se empleó el cuestionario sobre prácticas alimentarias maternas⁷, se sometió a un juicio de expertos conformados por seis profesionales de nutrición humana quienes revisaron las 21 preguntas con alternativas en escala de Likert (1: nunca, 2: algunas veces, 3: casi siempre y 4: siempre). Los expertos evaluaron el instrumento con una escala dicotómica y con cinco criterios (claridad, coherencia, objetividad, permanencia y relevancia).

Para determinar la validez de contenido se aplicó V-Aiken y se obtuvo un promedio de 0.97, mostrando una validez muy alta por parte de los jueces y la confiabilidad del cuestionario se realizó mediante una prueba piloto conformada por 36 madres, a través del alfa de Cronbach, con un resultado de 0,711 que indica que el instrumento es aceptable y así garantiza la validez del instrumento.

La variable de prácticas alimentarias se categorizó en 2 niveles (adecuado e inadecuado), mediante un proceso de baremación a través del percentil 50. Los valores del baremo fueron: prácticas alimentarias inadecuadas (24-60) y prácticas alimentarias adecuadas (61-96).

Para la variable estado nutricional, se realizó la técnica de antropometría, registrándose el peso (kg) y la talla (cm). La medición del peso y de la talla se dio mediante las indicaciones de la norma técnica de salud para el control del crecimiento y desarrollo de la niña y el niño menor de cinco años⁸. Además, se consideró la edad en años y meses.

El estado nutricional de los niños se evaluó a través de los índices antropométricos de Peso/Edad (desnutrido ≥ -3 DE, normal ≥ -2 DE a $\leq +2$ DE y obesidad $> +3$ DE), Talla/Edad (talla alta $> +2$ DE, talla normal ≥ -2 DE a $\leq +2$ DE, talla baja ≥ -3 DE y talla baja severa < -3 DE), Peso/Talla (Obesidad $> +3$ DE, sobrepeso $\leq +3$ DE, normal ≥ -2 DE a $\leq +2$ DE, desnutrido ≥ -3 DE y desnutrido severo < -3 DE), utilizando los estándares de la OMS⁹.

Recopilación de los datos

Se utilizaron las medidas antropométricas para obtener la información sobre el estado nutricional del preescolar, para ello se recolectó las informaciones de peso y talla a los preescolares, realizando las correctas mediciones con ayuda de la guía técnicas⁸.

El cuidado de la toma de peso es fundamental por lo que se utilizó el instrumento de la balanza electrónica y para determinar la altura se utilizó el tallímetro móvil de 3 cuerpos de madera utilizando la técnica correcta⁸.

Se obtuvo el permiso y autorización del director de la Institución educativa Inicial Paul Poblet. Para el desarrollo de la investigación, las madres e hijos participaron de manera voluntaria. Las madres firmaron el consentimiento. La investigación aplicó las normas bioéticas establecidas por la Declaración de Helsinki¹⁰, el Código Nacional de Integridad Científica, emitido por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONCYTEC)¹¹.

Análisis estadístico

Se utilizó el Software SPSS 27 para el desarrollo del análisis de datos. Se realizó un análisis descriptivo de los datos. Las variables de la investigación son de tipo ordinal y nominal, por lo tanto, se utilizó la prueba exacta de Fisher para determinar la relación entre la variable prácticas alimentarias de las madres y el estado nutricional del preescolar. Se estableció como nivel de significancia $p < 0,05$.

RESULTADOS

Se realizó la toma de muestra de 117 preescolares con sus respectivas madres que brindaron su autorización, un 46,2 % fueron niñas y un 53,8 % niños. El 50,4% fueron preescolares de 4 años y el 49.6% fueron de 3 años (Tabla 1).

El 45,3% de las madres tienen 2 hijos seguido de las madres que tiene un solo hijo (23,69%), el 36,8% tiene secundaria completa, el 49,6% es ama de casa, mientras que el 47% trabaja fuera del hogar, el 73,5% son convivientes y el 39,3% de las madres tienen más de 36 años.

En la tabla 2, se evidencia que el 31,6% casi siempre consumen carnes rojas y vísceras de 3 a 4 raciones por semana, el 42,7% consumen algunas veces pescados y mariscos de 2 a 4 raciones por semana, el 54,7% siempre consumen lácteos de 2 a 4 raciones por semana y el 51,3% siempre consumen de 3 a 4 raciones de huevo de gallina por semana.

Por otro lado, el 15,4% consumieron frutas y verduras diariamente, asimismo el 59% algunas veces consumen frutos secos. El 33,3% desinfecta algunas veces las frutas y verduras y el 43,6% nunca consumió aceite de oliva. Por otro lado, el 35% evita brindar o preparar refrescos y/o bebidas altas en azúcar, el 46% evita brindar frituras en sus preparaciones.

En la tabla 3, se muestra que el 34,2% evidenciaron exceso de peso. El 75% de las madres que realizan prácticas inadecuadas y sus hijos están con sobrepeso.

También se observa en la tabla 3, 5 y 6 se muestra que relación entre las prácticas alimentarias maternas con el peso para la talla ($p=0,001$), peso para la edad ($p=0,006$) y el estado nutricional global ($p=0,001$). Asimismo, no se evidenció relación significativa entre las prácticas alimentarias de las madres y la talla para la edad (Tabla 4).

Tabla 1. Características sociodemográficas de la madre e hijo

Variables	n	%
Sexo de los hijos		
Femenino	54	46,2
Masculino	63	53,8
Número de hijos		
1 hijo	28	23,9
2 hijos	53	45,3
3 hijos	24	20,5
4 hijos	11	9,4
5 hijos	1	,9
Grado de instrucción de la madre		
Primaria incompleta	11	9,4
Primaria completa	31	26,5
Secundaria incompleta	21	17,9
Secundaria completa	43	36,8
Superior/Técnico	11	9,4
Ocupación de la madre		
Estudiante	4	3,4
Trabaja fuera del hogar	55	47,0
Ama de casa	58	49,6
Estado civil de la madre		
Soltera	23	19,7
Casada	5	4,3
Viuda	3	2,6
Conviviente	86	73,5
Edad de la madre		
21-25 años	12	10,3
26-30 años	24	20,5
31-35 años	35	29,9
36 a más años	46	39,3
Total	117	100,0

En la tabla 6, muestra que existe relación entre las prácticas alimentarias de las madres y el estado nutricional de los preescolares. El 59% de los preescolares obtuvieron un estado nutricional normal, seguido de un 33,4% de exceso de peso y el 7,7% con desnutrición crónica y aguda. El 86,4% de las madres que realizan prácticas inadecuadas tienen hijos con exceso de peso (el 75% con sobrepeso y el 11,4% con obesidad).

DISCUSIÓN

Las prácticas alimentarias son conductas reflejadas por los factores sociales que están presentes en dicha madre o familia, siendo evidenciado por las investigaciones donde cada madre brinda la alimentación a sus hijos según criterios de hábitos alimentarios, conocimientos y creencias donde pueden ser correctas e incorrectas.

Una adecuada conducta de prácticas alimentarias maternas se realiza en el proceso de alimentación del niño, esto para contribuir al normal estado nutricional del preescolar, contribuyendo a la prevención de enfermedades no transmisibles a largo plazo. Mientras que los malos hábitos en la alimentación, resultan un elemento de riesgo al estado nutricional¹².

Los resultados del estudio muestran que el 59% de los preescolares obtuvieron un estado nutricional normal, seguido de un 33,4% de exceso de peso. Además, el 86,4% de las madres que realizan prácticas inadecuadas tienen hijos con exceso de peso, el 64,1% de los preescolares presentaron peso normal para la talla. Al respecto el estudio de Tarazona¹³ realizado en niños entre 3 y 5 años, hallaron que el 94,4% presentó peso normal para la edad, el 88,2% evidenció peso normal para la talla y el 94,4% presentó talla normal para la edad. Otro estudio evidenció un 75,1% de los niños tenían un peso adecuado para su talla y solo el 1% de los niños padecían de desnutrición aguda severa¹⁴.

Por otro lado, se evidenció que existe una relación entre las prácticas alimentarias maternas y estado nutricional del preescolar ($p=0,001$), también existen muchos factores que influyen en las prácticas alimentarias adecuadas, como el lugar de procedencia, accesibilidad de alimentos, acceso a agua potable, factor económico, educación de la madre. Al respecto el estudio de Tarazona¹³ refiere que el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable se relacionó significativamente con el estado nutricional en niños entre 3 a 5 años de edad (peso para la edad y peso para la talla), los hallazgos de la investigación muestra que las prácticas alimentarias maternas se relaciona significativamente con el estado nutricional (peso para la talla y peso para la edad), por tanto los conocimientos y las prácticas contribuyen positivamente en un estado nutricional óptimo en los niños preescolares.

Por otro lado, las prácticas alimentarias sobre el consumo de frutas y verduras no fueron las adecuadas, solo el 15,4% consumieron frutas y verduras diariamente y el 33,3% desin-

Tabla 2. Prácticas alimentarias maternas de los preescolares




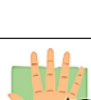





Prácticas alimentarias maternas	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre		
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)		
Consumo de alimentos						
1. ¿Consume su hijo/hija de 4 a 6 raciones de cereales al día (arroz, trigo, maíz, avena, quinua, pan, etc.)? Ejemplo: 1 ración = ½ taza = 1 pan = 1 puño		CEREAL, ARROZ, PASTA, FRUTAS Y PAN Lo mides con un puño cerrado	0 (0)	6 (5,1)	71 (60,7)	40 (34,2)
2. ¿Consume su hijo/hija de 2 a 4 raciones de pescados y mariscos por semana? Ejemplo: 1 ración = 1 presa chica = 1 palma de la mano		CARNE, POLLO Y PESCADO Lo mides con el tamaño de la palma	4 (3,4)	50 (42,7)	57 (48,7)	6 (5,1)
3. ¿Consume su hijo/hija de 3 a 4 raciones de carnes blancas por semana (pollo, pavita, gallina, pato y cuy)? Ejemplo: 1 ración = 1 presa chica = 1 palma de la mano		CARNE, POLLO Y PESCADO Lo mides con el tamaño de la palma	2 (1,7)	17 (14,5)	69 (59)	29 (24,8)
4. ¿Consume su hijo/hija de 3 a 4 raciones de carnes rojas y vísceras por semana? Ejemplo: Hígado, mollejeta, carne de res, etc.		CARNE, POLLO Y PESCADO Lo mides con el tamaño de la palma	14 (12)	63 (53,8)	37 (31,6)	3 (2,6)
5. ¿Consume su hijo/hija de 3 a 4 raciones de huevo de gallina por semana? Ejemplo: 1 ración = 1 huevo			1 (0,9)	5 (4,3)	51 (43,6)	60 (51,3)
6. ¿Consume su hijo/hija de 2 a 4 raciones de legumbres por semana? (frejoles, lentejas, pallares, etc.) Ejemplo: 1 ración = ½ taza = 1 puño		CEREAL, ARROZ, PASTA, FRUTAS Y PAN Lo mides con un puño cerrado	1 (0,9)	15 (12,8)	74 (63,2)	27 (23,1)
7. ¿Consume su hijo/hija frutos secos de 3 a 7 raciones por semana (maní, pasas, almendra, avellana, nueces, etc.)? Ejemplo: 1 ración = ¼ taza = 1 puñado		SEJILLAS Y FRUTOS SECOS Lo mides con la mano llena	19 (16,2)	69 (59)	27 (23,1)	2 (1,7)
8. ¿Consume su hijo/hija lácteos de 2 a 4 raciones por semana (leche, yogur y queso)? Ejemplo: 1 ración = taza de leche = 1 taza de yogur = 20 gr de queso = equivalente a tu pulgar		QUESO Lo mides con el equivalente a la punta de tu pulgar	0 (0)	5 (4,3)	48 (41)	64 (54,7)
9. ¿Consume su hijo/hija aceite de oliva de 3 a 6 raciones por día? Ejemplo: 1 ración = 1 cucharadita = punta de pulgar		ACEITES Lo mides con el equivalente a la punta de tu pulgar	51 (43,6)	43 (36,8)	20 (17,1)	3 (2,6)
10. ¿Consume su hijo/hija verduras y hortalizas mayores a 2 raciones por día (lechuga, cebolla, tomate, col, brócoli, etc.)? Ejemplo: 1 ración = ½ plato de comida = 2 manos		ENSALADAS Lo mides con las 2 manos abiertas	4 (3,4)	34 (29,1)	61 (52,1)	18 (15,4)
11. ¿Consume su hijo/hija frutas, mayor a 3 raciones por día (fresa, manzana, plátano, uva, etc.)? Ejemplo: 1 ración = 1 manzana = 2 duraznos = 1 taza de uva			0 (0)	9 (7,7)	61 (52,1)	47 (40,2)
12. ¿Consume su hijo/hija de 4 a 8 vasos de agua al día?			1 (0,9)	22 (18,8)	55 (47)	39 (33,3)

Tabla 2 continuación. Prácticas alimentarias maternas de los preescolares

Prácticas alimentarias maternas	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
13. ¿Evita preparar alimentos que contengan carnes procesadas? Ejemplo: embutidos, salchichas, chorizos, etc.	0 (0)	21 (17,9)	41(35)	55 (47)
14. ¿Evita brindar o preparar refrescos y/o bebidas altas en azúcar? Ejemplo: gaseosas, infusiones.	3 (2,6)	24 (20,5)	49 (41,9)	41 (35)
15. ¿Evita brindar dulces y/o productos de pastelería a su hijo/ hija? Ejemplo: tortas, alfajores, empanadas de carne, mil hojas, etc.	0 (0)	17 (14,5)	35 (29,9)	65 (55,6)
16. ¿Evita brindar frituras a su hijo/ hija? Ejemplo: pollo a la brasa, pollo frito, hamburguesa, pollo broaster, etc.	0 (0)	23 (19,7)	48 (41)	46 (39,3)
Higiene de alimentos				
17. ¿Lava las manos de su hijo/hija antes de que coma sus alimentos?	0 (0)	0 (0)	5 (4,3)	112 (95,7)
18. ¿Lava las frutas y verduras antes de que sus hijos consuman de forma cruda o cocinada?	0 (0)	1 (0,9)	3 (2,6)	113 (96,6)
19. ¿Desinfecta las frutas y verduras antes de que sus hijos consuman de forma cruda o cocinada?	18 (15,4)	39 (33,3)	42 (35,9)	18 (15,4)
20. ¿Prepara sus alimentos en un ambiente libre de insectos y animales?	0 (0)	0 (0)	3 (2,6)	114 (97,4)
21. ¿Utiliza utensilios desinfectados?	3 (2,6)	15 (12,8)	42 (35,9)	57 (48,7)

Tabla 3. Relación entre las prácticas alimentarias de las madres y el peso para la talla de los preescolares

			Peso/talla				Total	p
			Desnutrición	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Prácticas alimentarias de las madres	Inadecuado	n	2	4	33	5	44	0,001
		%	4,5	9,1	75,0	11,4	100	
	Adecuado	n	0	71	2	0	73	
		%	0,0	97,3	2,7	0,0	100	
Total	n	2	75	35	5	117		
	%	1,7	64,1	29,9	4,3	100		

fecta algunas veces las frutas y verduras, la poca frecuencia de consumo de las frutas y verduras pueden afectar los requerimientos de los micronutrientes, que son importante para el correcto funcionamiento del organismo. El estudio de Jiménez et al.¹⁵, hallaron que los preescolares consumen con más frecuencia frutas y verduras que cereales o comida rápida, siendo el plátano y la zanahoria los preferidos.

Es importante las prácticas adecuadas sobre el manejo de las técnicas de preparación de las frutas y verduras, las cuales deben ser consumidas desinfectadas en su forma natural o enteras sin procesar para aprovechar sus nutrientes y fibra.

Por otro lado, solo el 35% de las madres evita brindar o preparar refrescos y/o bebidas altas en azúcar. Un estudio

Tabla 4. Relación entre las prácticas alimentarias de las madres y la talla para la edad de los preescolares

			Talla/edad			Total	p
			Talla baja	Normal	Talla alta		
Prácticas alimentarias de las madres	Inadecuado	n	3	39	2	44	0,173
		%	6,8	88,6	4,5	100,0	
	Adecuado	n	4	69	0	73	
		%	5,5	94,5	0,0	100,0	
Total		n	7	108	2	117	
		%	6,0%	92,3	1,7	100,0	

Tabla 5. Relación entre las prácticas alimentarias de las madres y el peso para la edad de los preescolares

			Peso/edad		Total	p
			Normal	Sobrepeso		
Prácticas alimentarias de las madres	Inadecuado	n	39	5	44	0,006
		%	88,6	11,4	100	
	Adecuado	n	73	0	73	
		%	100,0	0,0	10	
Total		n	112	5	117	
		%	95,7	4,3	100	

Tabla 6. Relación entre las prácticas alimentarias de las madres y el estado nutricional de los preescolares

			Estado nutricional					Total	p
			Desnutrición crónica	Desnutrición aguda	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Prácticas alimentarias de las madres	Inadecuado	n	3	2	1	33	5	44	0,001
		%	6,8	4,5	2,3	75,0	11,4	100	
	Adecuado	n	4	0	68	1	0	73	
		%	5,5	0,0	93,2	1,4	0,0	100	
Total		n	7	2	69	34	5	117	
		%	6,0	1,7	59,0	29,1	4,3	100	

evidenció en los preescolares que el 75 % elige las gaseosas y el 89% los jugos en sus diversas formas, estos patrones de consumo en edades tempranas incrementan las caries dentales, perjudicando la salud dental¹⁶. Por su parte, Jimenez et al.¹⁵, refieren que los preescolares consumen las aguas frescas y los jugos industrializados, siendo éstas las bebidas de su elección.

Así mismo el consumo excesivo de este tipo de bebidas favorece una dieta de baja calidad nutricional, es necesario establecer estrategias de intervención y prevención, en las que se promocióne el agua y la leche sin azúcar como las bebidas fundamentales en la dieta del niño, este incremento de bebidas aumenta con la edad, y el consumo en los adolescentes (740 ml/día) duplica al de los preescolares (388 ml/día)¹⁷. Farro et al.¹⁸, en su estudio hallaron un consumo de azúcar semanalmente de 511,2 g.

La investigación evidenció que el 46% de las madres evita brindar frituras en preparaciones a sus hijos. Al respecto la investigación de Farro et al.¹⁸, mostraron que los niños en edad preescolar tienen un consumo muy alto y alto de azúcar (>10% Valor calórico total (VCT)) y el 13% reportó consumo alto y muy alto de grasas (>30%VCT). Asimismo, la ingesta de grasas semanalmente fue 230,2 g.

Eun et al.¹⁹, manifestaron que los malos hábitos alimenticios y la ingesta inadecuada de nutrientes están relacionados con la obesidad en la infancia, la obesidad infantil y adolescente siguen el mismo camino de la obesidad en la edad adulta y se ha relacionado con muchas enfermedades crónicas, como la diabetes tipo 2, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares. Además, está vinculada a la mortalidad en la edad adulta y la muerte prematura.

La nutrición tiene un rol preponderante en la infancia porque constituye una etapa trascendental dentro del proceso de desarrollo, que se caracteriza por formación de las bases biológicas, psicológicas y sociales que marcarán al individuo por el resto de su vida²⁰. Ballonga et al.²¹, plantearon que la adecuada nutrición en la infancia debe incluir minerales esenciales y vitaminas que necesita el organismo y la carencia de estos elementos produce una deficiencia en la dieta originando fatiga, limitación en la capacidad de aprendizaje, problemas de inmunidad, entre otras consecuencias.

El comportamiento materno tiene influencia sobre el comportamiento de salud de los niños, es decir, las conductas y actitudes relacionadas con la salud materna con respecto a las prácticas de alimentación y la autoeficacia se vinculan con las conductas relacionadas con la salud de los niños, incluidas las conductas alimentarias, la actividad física y sedentarismo²². Un desequilibrio entre la ingesta calórica y la actividad física es una de las principales causas de la obesidad infantil y adolescente, los factores ambientales son exclusivamente importantes para el desarrollo de la obesidad entre niños y adolescentes¹⁹.

Una alimentación y nutrición adecuada puede estimular a los preescolares a un buen desarrollo físico y cognitivo. Es necesario fomentar el consumo de frutas y verduras y evitar ofrecer o preparar frituras, refrescos y/o bebidas altas en azúcar, urge implementar programas de educación en alimentación y nutrición para fortalecer el crecimiento y desarrollo adecuado en la etapa preescolar, escolar, adolescencia y adultez.

Las limitaciones del estudio fueron no considerar las porciones, cantidades de los alimentos, la valoración del recordatorio de 24 horas. Los resultados no pueden ser extrapolados a otros contextos.

CONCLUSIÓN

Las madres tuvieron prácticas alimentarias inadecuadas, el consumo de frutas y verduras no fueron diarias y pocas veces evitan dar preparaciones como refrescos y/o bebidas altas en azúcar y frituras. Es necesario implementar estrategias para mejorar las prácticas del consumo de los alimentos en diversas preparaciones, mejorar las formas de consumo y técnicas culinarias saludables.

considerando que nuestro país tiene una gran diversidad alimentaria y así se puede garantizar una cobertura adecuada del requerimiento de macronutrientes y micronutrientes en la dieta del preescolar.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a los docentes, madres y estudiantes de la I.E.I 670 Paul Poblet por brindar las facilidades para el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS

1. OMS. Obesidad y sobrepeso. OMS. 2022. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. UNICEF. 2019 <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/unicef-advierte-que-1-de-cada-5-ninos-y-ninas-menores-de-5-anos-no-esta-creciendo-bien>.
3. Nutrition SU. scaling up nutrition. 2020. Available from: https://scalingupnutrition.org/wp-content/uploads/2021/02/SUN-2-pager-ESP-2020A_web.pdf.
4. OMS. Plan de aplicación integral sobre nutrición materna, del lactante y del niño pequeño. Organización Mundial de la Salud. 2014.
5. Instituto Nacional de Salud. Estado Nutricional de Niños menores de cinco años que acceden a Establecimientos de Salud, Primer semestre 2023. Gerencial SIEN HIS. Lima: Instituto Nacional de Salud, Lima; 2023.
6. UNICEF. Análisis del panorama del sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente en Perú. UNICEF. 2023. <https://www.unicef.org/lac/informes/analisis-del-panorama-del-sobrepeso-y-obesidad-infantil-y-adolescente-en-peru>

7. Capillo y Huacachi. Relación entre prácticas alimentarias maternas y estado nutricional del preescolar de la Institución Educativa Inicial 670 Paul Poblet, Pachacámac 2023. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle; 2024. <https://repositorio.une.edu.pe/entities/publication/af7a70d0-6d64-40b4-b5cd-11733264983a>
8. Norma Técnica de Salud para el Control de Crecimiento y Desarrollo de la Niña y el Niño Menor de Cinco Años: Ministerio de Salud. Dirección General de salud de las Personas – Lima: Ministerio de Salud; 2011. <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/2197.pdf>
9. WHO Multicentre Growth Reference Study Group. WHO child growth standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age. Methods and development. Ginebra: WHO; 2006.
10. Manzini JL. Declaración de Helsinki: Principios éticos para la investigación médica sobre sujetos humanos. *Acta bioética*. 2000; 6(2):321-34.
11. CONCYTEC. Código Nacional de Integridad Científica, emitido por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. 2019. Perú. <https://portal.concytec.gob.pe/images/publicaciones/Codigo-integridad-cientifica.pdf>
12. Abadeano Sanipatin CE, Mosquera Guilcapi M de J, Coello Viñán JE, Coello Viñán BE. Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. *REE*. 2019;13(1):72-87. <https://doi.org/10.37135/ee.004.06.09>
13. Tarazona Rueda Gianella Del Pilar. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños preescolares. *An. Fac. med.* 2021; 82(4): 269-274. <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v82i4.20130>.
14. Ríos-Marín Leidy Juliet, Chams-Chams Linda María, Valencia-Jiménez Nydia Nina, Hoyos-Morales William Segundo, Díaz-Durango Margarita María. Seguridad alimentaria y estado nutricional en niños vinculados a centros de desarrollo infantil. *Hacia promoc. Salud*. 2022; 27(2): 161-173. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2022.27.2.12> .
15. Jiménez-Davila Luis Enrique, Bermeo-Escalona Josué Roberto, López-Ayuso Christian Andrea. Identificación de la ingesta de azúcares en la dieta de niños mexicanos en edad preescolar. *Rev Odontoped Latinoam*. 2023; 13: e-222545. <https://doi.org/10.47990/alop.v13i1.545>.
16. Consumo de bebidas en pré-escolares. (2021). *Revista De Odontopediatría Latinoamericana*, 1(1). <https://doi.org/10.47990/alop.v1i1.101>
17. Tojo Sierra R. Consumo de zumos de frutas y de bebidas refrescantes por niños y adolescentes en España. Implicaciones para la salud de su mal uso y abuso. *An Pediatría*. 2003;58(6):584-93. [http://doi.org/10.1016/S1695-4033\(03\)78126-0](http://doi.org/10.1016/S1695-4033(03)78126-0)
18. Farro Katherine, Montero Ivania, Vergara Eira, Ríos-Castillo Israel. Elevado consumo de azúcares y grasas en niños de edad preescolar de Panamá: Estudio transversal. *Rev. chil. nutr.* [Internet]. 2018; 45(1): 7-16. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-7518201800100007>.
19. Lee EY, Yoon K-H. Epidemic obesity in children and adolescents: risk factors and prevention. *Front Med* [Internet]. 2018;12(6): 658-66. <http://dx.doi.org/110.1007/s11684-018-0640-1>
20. Faúndez, C., Falcón, E., Silva, N., Vergara, V., & Contreras, V. Relación entre el estado nutricional de niños de kínder y primero básico de dos colegios municipales de la Región del Maule y la percepción de sus padres sobre la Actividad Física y Hábitos Alimentarios. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*. 2021; 22(2), 1-11. <http://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.2>
21. Ballonga Paretas Carla, López Toledo Sabina, Echevarría Pérez Pilar, Vidal Corrons Óscar, Canals Sans Josefa, Arijá Val Victoria. Estado nutricional de los escolares de una zona rural de extrema pobreza de Ccorca, Perú. *Proyecto INCOS. ALAN*. 2017; 67(1): 23-31. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222017000100004&lng=es.
22. Chen, J., Guo, J., Esquivel, J. y Chesla, C. Like mother, like child: the influences of maternal attitudes and behaviors on weight-related health behaviors in their children. *Journal of Transcultural Nursing*. 2017; 29(6), 523-531. <https://doi.org/10.1177/1043659617736883>