

HOSPITAL GENERAL DOCENTE
"ROBERTO RODRÍGUEZ FERNANDEZ"
MORÓN

¿Conocen los familiares de nuestros niños preescolares elementos de nutrición?

Do family members of our kindergarten children know nutrition elements?

Silvia Caridad Santana Sardañas (1), María Teresa Cepero Val (1), Isabel Norma Pérez Cruz (2).

RESUMEN

Explorar los conocimientos de la población al cuidado de los niños en edades preescolares sobre los aspectos de la nutrición nos motivó a realizar este trabajo, para ello se realizó un estudio observacional descriptivo para saber los conocimientos acerca de nutrición que poseen los familiares de 362 niños de 1 a 5 años que ingresaron en el servicio de Pediatría en el período de un año, explorándolos mediante un cuestionario sencillo preparado por nosotros y donde encontramos que el mayor número de niños se alimentaban sin establecerse horario, el 38,6% consideró el horario de la comida como el principal, más de la mitad tenían tabúes alimentarios, el 51.9% solo ofrecen frutas y vegetales a veces, la mayoría consideran las proteínas de origen animal como indispensables.

Palabras claves: ENCUESTAS NUTRICIONALES, ALIMENTACIÓN

1. Especialista de primer grado en Pediatría. Profesor Instructor.
2. Especialista de segundo grado en Pediatría. Profesor Asistente.

INTRODUCCIÓN

La historia de la alimentación es muy antigua, tan antigua como la humanidad misma. En cambio, saber lo que es la nutrición, el conocimiento de su mecanismo íntimo y como resultado el saber alimentarse bien, es mucho más reciente. La verdadera ciencia de la nutrición no cuenta con más de un siglo y es admirable que en tan poco tiempo se hallan acumulado tantos conocimientos con repercusión social y sanitaria (1).

Las particularidades de la nutrición en nuestro país y nuestros hábitos alimentarios derivan de una tradición étnica, establecida históricamente, de tipo hispano-africana fundamentalmente(2).

Independientemente en las dificultades económicas por las que atraviesa Cuba desde la década del 90, que repercuten en nuestra alimentación, existen malos hábitos nutricionales y pocos conocimientos sobre el tema que nos afectan negativamente y que pueden corregirse trazando estrategias para modificar conductas en la población(3,4). El grupo más susceptible a esta intervención es el de los niños, los hábitos que se adquieran en los primeros años de vida son decisivos para años posteriores(5).

Un buen estado nutricional repercute en el crecimiento y desarrollo físico e intelectual de los niños (6-10).

Explorar el conocimiento de la población al cuidado de los niños en edad preescolar sobre los aspectos de la nutrición nos motivó a realizar este trabajo.

MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional descriptivo para saber los conocimientos acerca de nutrición que poseen los familiares de 362 niños de 1 a 5 años que ingresaron en el servicio de Pediatría desde el 1 de diciembre del 2001 hasta el 30 de noviembre del 2002.

El universo de trabajo estuvo conformado por 362 niños comprendidos entre 1 y 5 años ingresados en ese período de tiempo.

Las variables estudiadas fueron: frecuencia con que alimentan al niño, horario principal de alimentarse en el día, existencia de tabúes alimentarios, como la administración de huevo, pescado y vegetales a la ablactación en las edades que corresponden y mantener estos hábitos en edades posteriores, incorporación a la dieta de frutas y vegetales, alimentos básicos indispensables en la dieta según criterio familiar.

La fuente de información la constituyó la entrevista estructurada confeccionada de acuerdo a los objetivos propuestos por los autores. Como medida de resumen de la información se utilizaron las distribuciones de frecuencia y los porcentajes, Los resultados se presentan en tablas que fueron analizados.

RESULTADOS

Al analizar la distribución de encuestados según frecuencia de alimentación encontramos que entre los familiares de los 362 niños, el 50,8% los alimentan cuando lo solicitan y solo el 18,5% establece un horario (Cuadro 1). El Cuadro 2 nos muestra que es el horario de la comida el considerado como el más importante en la mayoría de los encuestados representando el 38,6% del total. El 53,3% de los familiares tenían tabúes alimentarios manifiestos sobre la nutrición del niño (Cuadro 3). A pesar de la amplia divulgación que se ha realizado para elevar el consumo de frutas y vegetales la incorporación de estos a la dieta ha sido pobre y algunas veces, resultando que solo dos veces por semanas le ofrecen estos nutrientes al 51,9% de los niños (Cuadro 4). El Cuadro 5 nos permite apreciar los alimentos básicos indispensables en la dieta del niño según criterio de sus familiares y vemos que para la mayoría de los encuestados las carnes y los huevos son los alimentos básicos indispensables a ofrecer, en un 88,3% y 87,8% respectivamente, seguidos de los granos, cereales, vegetales, frutas, viandas y pastas alimenticias de forma decreciente.

DISCUSIÓN

Después que el niño cumple el año de edad observamos que existe la tendencia entre sus familiares de alimentarlo libremente, y esta se incrementa a medida que ellos van adquiriendo mayor independencia incurriendo así en el error de no establecer un horario para ofrecer los alimentos.

Para la mayoría de los cubanos es la comida la ocasión alimentaria más importante para la cual se reservan los mejores platos entre otras razones porque es cuando están todos los miembros de la familia reunidos (11). En nuestro trabajo coincidimos con estos resultados aunque las justificaciones de los familiares fueron diferentes, pues en la mayoría de los casos los niños se encontraban en los Círculos Infantiles y en las escuelas en otros horarios.

La existencia de tabúes alimentarios es manifiesta en la nutrición del niño, está muy generalizada la idea de que la guanábana es una fruta muy fría, inapropiada para niños pequeños o de que la miel de abeja por el contrario es muy caliente; asimismo se considera la carne de puerco muy "pesada", mientras que la de pollo es más ligera(11). Todos estos elementos establecen pautas de conducta, costumbres y tradiciones que constituyen rasgos etnodiferenciadores aún en pueblos modernos.

Al analizar la incorporación de las frutas y vegetales vemos que se le otorga poca importancia al consumo de estos, existiendo falta de diversidad de ellos en la dieta a pesar de estar disponibles indistintamente unos u otros en los mercados. Coinciden otros autores con nuestros resultados (2,3,10). Existe una marcada preferencia por la ingestión de proteínas de origen animal, la ingestión del resto de los alimentos en general la determina el gusto de los niños según refieren las madres, pero por supuesto esto está influido por patrones alimentarios cubanos. En general los familiares consideran que sus niños estaban correctamente alimentados, por lo que se hace necesario incrementar las actividades de educación nutricional por todos los que de una forma u otra tenemos que velar por la salud integral de nuestros niños.

ABSTRACT

Explore the knowledge of the population who care for children in kindergarten ages about the aspects of nutrition encouraged us to this paper. For this an observational, descriptive study was carried out to know the knowledge about nutrition family members of 362 children from 1 to 5 years age that were admitted in pediatric service in one year period had by means of a simple questionnaire we prepared. It was found that most children were fed without schedule 38.6% considered dinnertime as the principal, more than half had nutritional taboos, 51.9% only offer fruits and vegetable sometimes. Most consider protein of animal origin as indispensable.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Crehuet-Navajas Fernández J, Pinedo Sánchez A. Alimentación, nutrición y Salud Pública. En: Piedrola Gil G. 8 ed. Barcelona: Salvat; 1998. p: 250-260.

2. Núñez González N, González Noriega E. Antecedentes etno-históricos de la alimentación tradicional en Cuba. Rev Cubana Aliment. Nutr 1999; 13 (2): 145-50.
3. Macías Matos C, Pita Rodríguez G, Pérez A, Rebozo Pérez J, Serrano Sintés G. Evaluación nutricional de niños de 1 a 5 años en un consultorio del Médico de la Familia. Rev Cubana Aliment Nutr. 1999; 13(2): 85-90.
4. Gay Rodríguez J, Porrata Maury C, Hernández Triana M, Argüelles Vázquez J. Atención alimentaria de la población por el Médico de la Familia. Rev Cubana Med Gen Integ 1993; (4):11-15.
5. La salud mediante nutrición. Boletín de la Oficina Sanitaria Panamericana 1992; 113(5-6):2-11.
6. Bountry M, Nedleman R. Use of diet history in screening of iron deficiency. Pediatrics 1996; 98(6):23-29.
7. Gay Rodríguez J, Hernández Cabrera A, Vázquez Calderón M, Rodríguez Suárez A, Romero Iglesias M. Et al. Alimentación y anemia en un grupo de escolares de primaria. Rev Cubana Aliment Nutr 1997; 11(1):26-31.
8. Organización Panamericana de la Salud. Conocimientos actuales de nutrición. Washington. OPS; 1997.
9. Sánchez Álvarez V. Inmuno competencia en la malnutrición proteico-energética. Rev Cubana Aliment Nutric 1999; 13 (2): 129-136.
10. Hernández Fernández M, Novelo Aguiar D, Rodríguez Suárez A, Fuillerat Alfonso R, Toledo Borroto E. Evaluación nutricional de escolares de primaria y su posible relación con el desarrollo intelectual. Rev Cubana Aliment Nutr 1997; 11(1):35-39.
11. Núñez González N. Algunas concepciones alimentarias de los cubanos. Rev Cubana Aliment Nutr 1999; 13(1): 45-60.

ANEXOS

Tabla 1.-Distribución de encuestados según frecuencia de alimentación.

Frecuencia de alimentación	No	%
Establece un horario	67	18,5
Frecuentemente	111	30,7
Cuando él lo solicita	184	50,8
Total	362	100,0

Tabla 2.- Según horario principal de alimentarse en el día.

Horario principal de alimentarse en el día	No	%
Desayuno	97	26,8
Almuerzo	125	34,6
Comida	140	38,6
Total	362	100,0

Tabla 3.-Según existencia de tabúes alimentarios.

Existencia de tabúes alimentarios	No	%
Si	193	53,3
No	169	46,7
Total	362	100,0

Tabla 4.-Según frecuencia de incorporación a la dieta de frutas y vegetales.

Frecuencia de incorporación a la dieta de frutas y vegetales	No	%
Frecuentemente	64	17,7
Algunas veces	247	67,6

Nunca	53	14,7
Total	362	100,0

Tabla 5.-Según alimentos básicos indispensables en la dieta del niño.

Alimentos básicos	No	%
Carnes	320	88,3
Huevos	318	87,8
Granos	184	50,8
Cereales	166	45,8
Vegetales	110	30,3
Frutas	98	27,0
Viandas	93	25,6
Pastas alimenticias	56	15,4
N=362		