UPEL

Revista educare
ISSN: 2244-7296
Depósito Legal: pp201002LA3674
Segunda Nueva Etapa 2.0

Informes de Investigación Cuantitativa o Cualitativa

Conocimientos de nutrición infantil en docentes de educación inicial

CHILDREN EDUCATION'S TEACHERS AND THE CHILD NUTRITION IN EARLY YEARS

Lizbeth Abigail Mora Diaz
Universidad de la Fuerzas Armadas-ESPE, Ecuador

Moisés Froilán Arcos Guevara mfarcos1@espe.edu.ec
Universidad de la Fuerzas Armadas-ESPE., Ecuador

REVISTA EDUCARE
Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Venezuela
ISSN: 1316-6212
ISSN-e: 2244-7296
Periodicidad: Cuatrimestral
vol. 25, núm. 1, 2021
revistaeducareupelipb@gmail.com

Recepción: 15 Enero 2021
Aprobación: 30 Marzo 2021

URL: http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/375/3752262007/index.html

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 3.0 Internacional.

Resumen:
La acción docente durante la primera infancia puede constituirse en factor determinante para reducir las alarmantes cifras de malnutrición; por ser protagonista de procesos enfocados a trasmitir a las familias y a vivenciar con los infantes hábitos de alimentación saludable y sanadora. El propósito del estudio fue, indagar cuánto de los conocimientos de nutrición infantil recibidos durante la

formación docente inciden en los criterios para orientar una alimentación adecuada que contrarreste los efectos de la malnutrición, desde la cotidianidad de la acción docente. El estudio de carácter cualitativo realiza un análisis descriptivo sobre las frecuencias de consumo de alimentos naturales, procesados y ultra procesados, durante el periodo de lactancia, alimentación complementaria y primera infancia. La información fue recopilada mediante un cuestionario validado por especialistas en nutrición infantil y se aplicó a docentes ecuatorianos de centros educativos de Educación Inicial en las provincias de Pichincha y Manabí. La información lograda puso de manifiesto que existe cierta claridad sobre los beneficios y perjuicios que la alimentación tiene sobre la salud; sin embargo, se constata que en la cotidianidad se incrementa y se naturaliza el consumo de alimentos procesados y ultra procesados.

Palabras clave:
Alimentación, Educación, Infancia, Malnutrición, Procesados.

Abstract:
Teaching action during early childhood can be a determining factor in reducing the alarming numbers of malnutrition; for being the protagonist of processes focused on transmitting to families and to experience healthy and healing eating habits with infants. The purpose of the study was to investigate how much of the knowledge of child nutrition received during teacher training affects the criteria to guide an adequate diet that counteracts the effects of malnutrition, from the daily life of the teaching action. The qualitative study performs a descriptive analysis on the frequencies of consumption of natural, processed and ultra-processed foods, during the period of breastfeeding, complementary feeding and early childhood. The information was compiled by means of a questionnaire validated by specialists in child nutrition and it was applied to Ecuadorian teachers of initial education centers in the provinces of Pichincha and Manabí. The information obtained showed that there is some clarity about the benefits and harms that food has on health; However, it is found that the consumption of processed and ultra-processed foods is increased and naturalized on a daily basis.

Keywords:
food, education, childhood, malnutrition, processed, ultra-processed.

Introducción

A nivel mundial la primera causa de muerte son las ENT (enfermedades no transmisibles) como la: cardiopatía isquémica, diabetes, obesidad y sedentarismo entre otras (OMS,2019). De ahí que lamentablemente países como el Ecuador no haya logrado la prevención de la malnutrición; según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición(2020): "Hubo un incremento de la desnutrición crónica (talla baja) en menores de 2 años, también las cifras en cuanto a sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años se elevaron" (p.1).Estos datos deberían ser un llamado para que desde todos los ámbitos se trabaje en pro de una buena alimentación, especialmente desde la educación; y sea posible incidir en cultivar, potenciar una cultura de alimentación sana y responsable que a la postre significa contribuir al desarrollo sostenible del país.

En este contexto se propuso analizar el criterio de las docentes de educación inicial, desde su propia práctica, en torno a la frecuencia de consumo de productos alimenticios de origen natural o industrializados, durante el periodo de lactancia exclusiva (0 a 6 meses); alimentación complementaria (6 meses a 24 meses); y la primera infancia (2 años a 5 años).La alimentación en el proceso educativo puede constituirse en un instrumento pedagógico esencial, pues, más allá de afianzar la parte social como sujetar la cuchara, sentarse derecho, pedir de favor; la ingesta de alimentos nutritivos contribuye a estructurar hábitos saludables que fortalecen los sistemas neuro sensoriales, metabólicos y cardio respiratorio, relacionados con la salud; la acción educativa del docente puede estructurar una cultura de alimentación sana, segura y soberana.

Aunque todavía son escasos los estudios que vinculan la alimentación con el quehacer educativo; por lo general son estudios independientes sobre nutrición que proyectan que la deficiencia de ciertos micro nutrientes y su afectación al desarrollo cognitivo; desde la psicología se aporta sobre cómo factores psicoemocionales favorecen o los retrasan. Siendo esta segmentación de conocimientos un limitante para el presente estudio. Se plantea contrastar los criterios de consumo, desde la propia experiencia de docentes de Educación Inicial, con los conocimientos sobre nutrición infantil, logrados en la formación académica.

Enfatizando que la educación inicial es determinante durante los tres primeros años, porque en este periodo, se

genera una inmensa cantidad de conexiones neuronales, se moldea la plasticidad cerebral y la huella metabólica; según estudios de epigenética; luego de esta edad las conexiones cerebrales se van ralentizando de manera gradual (Mingo, 2020). A medida que los estamentos encargados toman consciencia del hecho van dando importancia a la formación de docentes; que pasan de ser cuidadoras que realizaban un oficio menor o educadoras por afición; a ser las protagonistas. Pues de su acción depende el desarrollo sensoperceptivo, cognoscitivo, afectivo, motor y sobre todo la estructuración de lo socio moral, la formación de hábitos, organización de conductas que darán vigencia a las interacciones culturales y determinarán su salud en un futuro inmediato.

Marco teórico

En el periodo de lactancia se establece que para brindar una leche de alta calidad biológica es necesario que la madre tenga una alimentación variada, sana y balanceada (Ares, 2016). Para asegurar que no haya carencias nutricionales al proporcionar leche humana al lactante, la misma que previene enfermedades agudas, crónicas e infecciosas, promueve el desarrollo maxilofacial y disminuye la mortalidad infantil. Aquel súper alimento se ve limitado por múltiples factores entre ellos, la dieta de la madre basada en productos altamente industrializados y carentes de nutrimentos. Los recién nacidos serán propensos a padecer obesidad, bajo peso, circunferencia cefálica reducida, baja talla, o a su vez la calidad de leche materna tendrá déficit de vitaminas A, E, C, B2, B1, calcio y zinc (Martínez et al.,2020). El cuidado de esta primera etapa de vida, es decir priorizando la alimentación con leche materna, predispone para que los niños al recibir alimentación complementaria tengan mayor afinidad por consumir alimentos de origen natural (Pang et al.,2019).

La alimentación complementaria, inicia a partir de los seis meses, empieza con la ingesta de semi papillas de vegetales, para con el surgimiento de los dientes pasar a verduras y con las muelas a los cereales. La evidencia establecida hasta el momento lleva a considerar que sería un error introducir leche entera de vaca antes del año de vida del lactante por su alto contenido en proteínas y grasas (Mendoza et al., 2017). No es aconsejable ofrecer productos con alto contenido de grasas saturadas alteraría su sistema gastrointestinal; así mismo eliminar los embutidos de la dieta por su alto contenido de sal y conservantes, tampoco

es adecuado ofrecer todo tipo de azúcar añadida como: leche condensada, edulcorantes, sacarosa, miel... Debido a que predispondrán a una apetencia temprana por el dulce, además aumenta el riesgo de caries, comportamiento irritante, provoca diabetes y obesidad. En cuanto a los líquidos se le ofrecerá agua pura y sanitizada, teniendo en cuenta que hasta los dos años el líquido esencial seguirá siendo la leche materna. Es vital no proveer bebidas carbonatadas, infusiones, jugos artificiales pues disminuye la absorción de vitaminas en su organismo y repele el apetito (Mendoza et al., 2017).

En la primera infancia el organismo de los niños en preescolar va creciendo y desarrollándose de manera paulatina de allí su requerimiento de calorías por ello necesita nutrientes de calidad estos se obtienen de los macronutrientes (carbohidratos, grasas y proteínas) y micronutrientes (vitaminas y minerales). Las proteínas permiten la ingesta de aminoácidos esenciales que el cuerpo no sintetiza por ello su consumo será ocasional. Los hidratos de carbono complejos o carbohidratos se encuentran en legumbres, tubérculos, arroz, pasta, cereales mínimamente procesados o integrales que previenen la glucemia que es provocada por el consumo recurrente de azúcares simples como la bollería, repostería, azúcar, bebidas azucaradas. Lo ideal ofrecer: verduras, hortalizas y frutas; cereales y tubérculos; alimentos de origen animal, legumbres y oleaginosas (Ministerio de Educación del Ecuador & Ministerio de Salud, 2017).

Las grasas o lípidos aportan calorías al organismo que no pueden ser sintetizados por el cuerpo; se recomienda evitar el consumo excesivo de grasas saturadas como las frituras con base de aceites vegetales y grasas de origen animal como la manteca de chancho, vísceras, mariscos... Su consumo aumenta la tasa de colesterol total en la sangre también el erradicar de la dieta los ácidos grasos trans que se encuentran en margarinas y grasas hidrogenadas, utilizadas para la elaboración de bollería y repostería industrial, son adictivas y provocan enfermedades de manera silenciosa (Ríos, 2019). Lo ideal es dejar de normalizar practicas culinarias de la cultura gastronómica y promover el consumo de ácidos grasos que aporten omega 3 y 6 al organismo, como el aguacate, frutos secos, aceite de oliva (Ministerio de Educación del Ecuador & Ministerio de Salud, 2017).

La guía de alimentación del Ecuador asegura que los niños deben comer cinco veces al día (desayuno, refrigerio de media mañana, almuerzo, refrigerio de media tarde y merienda) optando por los siguientes grupos de alimentos. Grupo uno: frutas, hortalizas y verduras que aporta vitaminas, minerales, fibra, regulan el sistema digestivo, previenen infecciones, fortalece el sistema inmunológico y nervioso. Grupo dos: cereales integrales, tubérculos y plátanos son la fuente principal de energía permite el crecimiento y desarrollo del infante; los niños al ser activos innatos tienden aumentar la ingesta de estos alimentos. Grupo tres: alimentos de origen animal y leguminosas, es la fuente principal de proteína, repara tejidos, desarrolla músculos, interviene en funciones cerebrales y mejora el rendimiento escolar además son fuente de minerales como el calcio, fósforo, zinc, vitaminas del complejo B y magnesio que son indispensables para que los huesos crezcan fuertes y los dientes se mantengan sanos y firmes. Sumado a ello la hidratación es clave para el transporte, absorción de vitaminas, minerales y evitar el estreñimiento (Ministerio de Educación del Ecuador y Ministerio de Salud, 2017).

Los productos procesados y ultra procesados surgen desde la década de los 90, la alimentación ha venido cambiando del consumo de productos primarios o mínimamente procesados, ha productos de fácil ingesta o ultra procesados; y estos no son otra cosa que sustancias sintetizadas que modifican gravemente su estado natural. Organizaciones como la Panamericana de la Salud (OPS) y Mundial de la Salud (OMS) informan que no se debe denominar alimentos por su deficiente índice nutricional (OPS & OMS, 2015). Los snacks son productos súper refinados y emplasticados como: fritos, galletas, chocolates, pasteles, etc., los cuales tienen un alto contenido de grasa, sal, azúcar y conservantes que causan adicción y no aportan nutrientes esenciales para el organismo (MaryPaz, 2019).

Una investigación en la localidad de Yaruquies, en Quito; hacen referencia a los conocimientos y conducta alimentaria de madres con hijos menores de 5 años, donde se establece que “las investigadas poseen conductas alimentarias inadecuadas y conocimiento insatisfactorio para alimentar a sus hijos”; los autores de la investigación diseñan propuestas para la prevención de la malnutrición en niños menores de 5 años (Muquinche & Valencia, 2019).

Otro estudio teórico realizado por Macias et al. (2012) determina que: las nuevas dinámicas familiares y la gran

exposición de los niños a los medios de comunicación; promocionan comida rápida y la hacen agradable a los sentidos. Corporaciones que aseguran su rentabilidad económica mas no el estado de salud de los consumidores. Lo mencionado por los autores nos lleva a intuir que el estado nutricional determina el desarrollo integral en la primera infancia; y claro, esto es consecuencia de la interacción multifactorial (económicos, sociales, culturales, costumbres, tradiciones, familiares, et.). Lo investigado y la implementación empírica de programas o iniciativas para combatir la desnutrición, refuerzan la idea de considerar que los docentes tienen que promover la alimentación saludable y cómo influye la misma en el bienestar, todo esto como factor clave para combatir la mal nutrición.

Así evitar que en la infancia se potencie patologías a futuro como diabetes, cáncer de colon e hipertensión (Cubero et al., 2012). El docente puede tomar iniciativas para crear políticas institucionales; como por ejemplo lograr que en los bares de la institución educativa se evite consumir: productos emplasticados cuyos principales ingredientes son azúcares, colorantes, conservantes, saborizantes (Noboa, 2019). A la vez reducir basura siendo conscientes del impacto ambiental que generan los empaques y comercialización de dichos productos.

En Ecuador igual que en otros países de Latinoamérica hasta antes del 2009, la educación inicial era considerada como educación informal; y bajo la rectoría del entonces Ministerio de Bienestar Social, la atención se hacía con madres cuidadoras o comunitarias y en el mejor de los casos con técnicos parvularios. Esta realidad cambia sustancialmente cuando la rectoría pasa a manos del Ministerio de Educación. A raíz del cambio de rectoría surgen los Centros de Cuidado Infantil, quien establece estándares y exige la profesionalización docente. Asume así el estado la trascendencia que tiene la primera infancia; una educación con bases científicas. Las universidades crean las carreras de educación infantil, educación inicial o especialidades como ayudantes pedagógicos de Centros de Desarrollo Infantil. Este esfuerzo sí bien ha mejorado: el accionar administrativo que se lo hace de manera más técnica y la atención a los niños se realiza con mayores fundamentos; hay que señalar que:

a) La tecnificación y profesionalización de las docentes de educación inicial todavía está en ciernes, porque un gran porcentaje de los contenidos y programas de formación se

basan en teorías clásicas, donde la educación de la primera infancia no se contemplaba, en modelos pedagógicos. Pues responden más a expectativas administrativas y experiencias de educación con niños en edad escolar; antes que, a las necesidades innatas de los niños en la primera infancia, donde se podría pensar en temas para desarrollar el apego, la identidad, los mecanismos para aprender la cultura, alimentación y nutrición saludable, las nuevas relaciones familiares y comunitarias, entre otros.

b) Como muestra de esta formación segmentada; tomamos el tema de nutrición infantil. Este tema estudiado en la formación docente, se analiza para saber si dicha teoría lograda para aprobar uno de los niveles universitarios; calaron respecto de asumir una alimentación saludable; aspecto que inicialmente se explora con una medición en los hábitos o criterios de consumo, que mantienen en la cotidianidad. Los hábitos o criterios de consumo, son el punto de partida o marco referencia para analizar el rol clave de las docentes y su incidencia en los procesos de aprendizaje; siendo la figura docente determinante en los educandos; para los niños de primera infancia, el accionar o lo que dice “la señorita”; es casi palabra de Dios. “...la señorita hizo así, tú no sabes...”, “...la señorita dijo...”; son sentencias con que increpan a los padres, pero a la vez demuestran el nivel de incidencia que un docente de inicial puede tener en la estructuración o desestructuración de hábitos, costumbres y tradiciones desde el accionar pedagógico.

c) Si la alimentación es adecuadamente propuesta por las docentes, puede constituirse en un instrumento pedagógico, pues, más allá afianzar las fórmulas sociales (coger la cuchara, sentarse derecho, pedir, ofrecer de manera adecuada) o naturalizar la ingesta alimentos nutritivos; puede convertirse en un factor que contribuye a implementar y mantener hábitos saludables que fortalezcan los sistemas, neuro sensorio, metabólico motor y el cardio respiratorio, que a la postre significa salud y estabilidad; prerrequisitos para el logro de aprendizajes y el desarrollo de inteligencias.

De ahí que, se estableció frecuencias de consumo de alimentos y productos (naturales, procesados y ultra procesados) para; a partir de esa información, plantear acciones que lleven a replantear los criterios y conocimientos de las docentes; con la finalidad de sumar esfuerzos que contrarresten los efectos de la malnutrición

en los procesos de cuidado y crianza de niños de entre 0 y 5 años.

En la formación docente se contempla conocimientos sobre nutrición infantil, a partir de este presupuesto la investigación para la consecución del objetivo se apoyó en las siguientes preguntas:

1. ¿Las docentes discriminan alimentos saludables para el consumo durante la lactancia, alimentación complementaria y primera infancia?

2. ¿Qué alimentos deben consumirse con mayor o menor frecuencia para evitar las consecuencias de la malnutrición?

3. ¿Qué tipo de iniciativas se puede impulsar para contrarrestar la malnutrición y desnutrición en y desde un centro educativo?

Metodología

Es una investigación descriptiva de corte transversal. Según Sampieri (2014), se pretende especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Al describir tendencias de un grupo o población. Se recogió de manera incipiente algunas percepciones que las docentes de Educación Inicial tienen sobre lo que consumen madres y niños de entre 0 y 5 años. Los estudios exploratorios establecen las causas de los sucesos o fenómenos que se estudian (Sampieri, 2014). De ahí que la indagación-exploración de información fue sobre los productos de mayor consumo en el Ecuador.

El presente estudio tuvo un universo de 52 docentes que trabajan con niños menores de 5 años ; 30 educadoras de la provincia de Manabí y 22 de Pichincha; quienes en el mes de agosto de 2020 consignaron datos. La población de estudio fue elegida por muestreo a conveniencia bajo el criterio; que sean docentes de Educación Inicial y trabajen con niños de 0 a 5 años. El cuestionario de encuesta fue respondido por todas, 52 fueron válidos hubo 0 perdidos y con valores mínimos de 1 y máximos de 4.

La encuesta tuvo 36 ítems que indagó sobre los alimentos que las maestras consideran adecuados consumirlos durante los periodos de: lactancia, alimentación completaría y primera infancia. El instrumento se inspiró en el modelo elaborado por EPIC del cual se tomó la escala de frecuencia; “Nunca o rara vez, Una a tres veces al mes, Una a dos veces

a la semana, Mas de 4 veces por semana" (EPIC, s.f). En cambio las opciones de alimentos están basadas en la Clasificación NOVA 2017, propuesta como la lista de alimentos, preparaciones y bebidas que se consumen en Ecuador.

Previo a su aplicación el cuestionario fue revisado por especialistas en nutrición infantil; antes de su aplicación se realizó un pilotaje con 10 educadoras de la Escuela Pública "Cristóbal Colon" de la parroquia de Píntag del distrito metropolitano de Quito. Una vez validado el instrumento fue aplicado como formulario electrónico vía internet, en la coyuntura de confinamiento a consecuencia de la crisis sanitaria mundial causada por la pandemia COVID-19. Cuyo procedimiento fue usar el Chi2 (χ^2) para determinar la relación y diferencias significativas entre las variables de estudio con un nivel de significancia del 0.05, y se usó el paquete estadístico SPSS versión 20 y el Excel para elaboración y presentación de cuadros.

Resultados

Los resultados se presentan desde dos enfoques: el primero establece apreciaciones sobre qué opinan las docentes en cuanto a la alimentación de origen natural, productos procesados y ultra procesados; y el segundo enfoque presenta cuadros estadísticos que reflejan en porcentajes los hallazgos respecto a las frecuencias de consumo de alimentos, que las educadoras consideran referente a los períodos anteriormente mencionados.

- Enfoque 1.- Se establece que las docentes sí discriminan entre alimentos saludables he inadecuados durante los periodos manifestados; pero a pesar que el criterio es acertado, las tendencias de consumo demuestran que los alimentos procesados y ultra procesados son consumidos casi a la par que los naturales.

- Enfoque 2.- De manera general las docentes de primera infancia, consignaron 1871 respuestas, emitiendo criterios sobre 95 productos alimentarios. De estos 46, que equivalen al 49% corresponden al grupo de alimentos naturales 18 al grupo de procesados tipo conservas, envasados o enlatados que representa el 19%; y, 31 que corresponden a los ultra procesados[1] que equivaldría al 32% (ver figura 2). El universo de alimentos fue basado en la Clasificación NOVA 2017, propuesta como la lista de alimentos, preparaciones y bebidas que se consumen en Ecuador (Freire et al., 2017).

Se obtuvo de manera espontánea respuestas sobre que alimentos son aconsejables e inadecuados en madres lactantes; alimentación complementaria y primera infancia. Ya que en la encuesta se intercaló las opciones de productos y alimentos. Efectivamente los resultados de esta estrategia se evidencian al dar respuesta a las preguntas de investigación propuestas:

1. ¿Las docentes discriminan alimentos saludables para el consumo durante la lactancia, alimentación complementaria y primera infancia?

Para responder esta interrogante en los siguientes gráficos se evidencia como se contrasta el criterio con la espontaneidad.

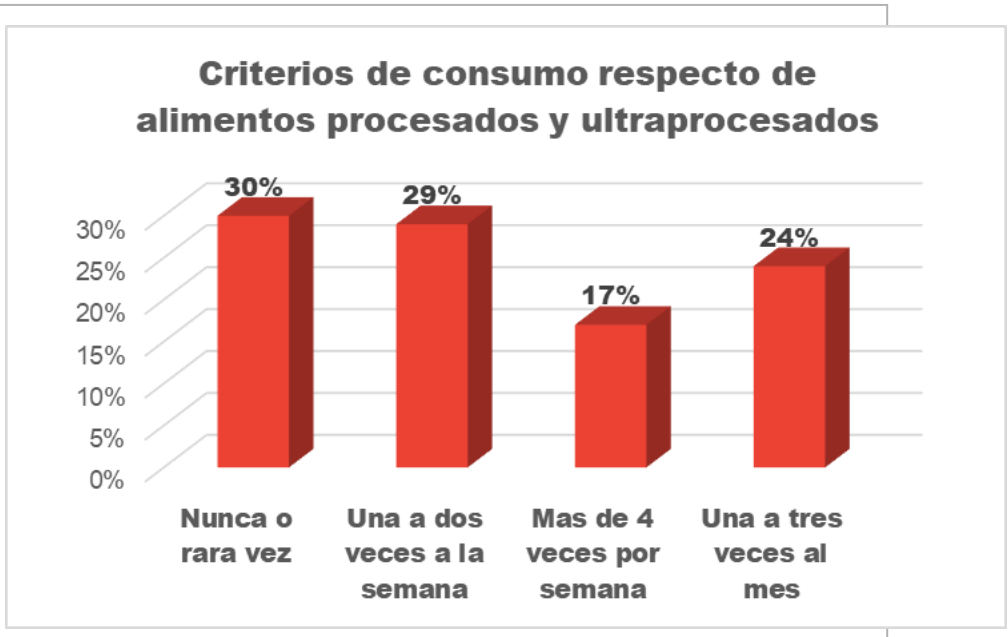


Figura 1.

Criterios de consumo respecto de alimentos procesados y ultra procesados

Elaborado por Arcos – Mora.

En la figura 1 se establece que un 30%, de las docentes consideran que los alimentos procesados y ultra procesados no deben ser consumidos; y, si se consumen debe ser máximo unas tres veces al mes, que representa un 24%, tendencia que representaría un total del 54%. Las tendencias semanales; una a dos veces a la semana arroja resultados del 29%; y, más de cuatro veces por semana un 17%, representando un total de 46%.

Entonces, se valora el criterio de educadoras desde su labor docente en la siguiente tabla de contingencia: el no consumo o consumo mínimo (550 y 557) y consumos frecuentes, semanal y mensual (451 y 313). Reflejando los

totales parciales y el total de respuestas (1871) logrado de una población de 52 docentes de educación inicial.

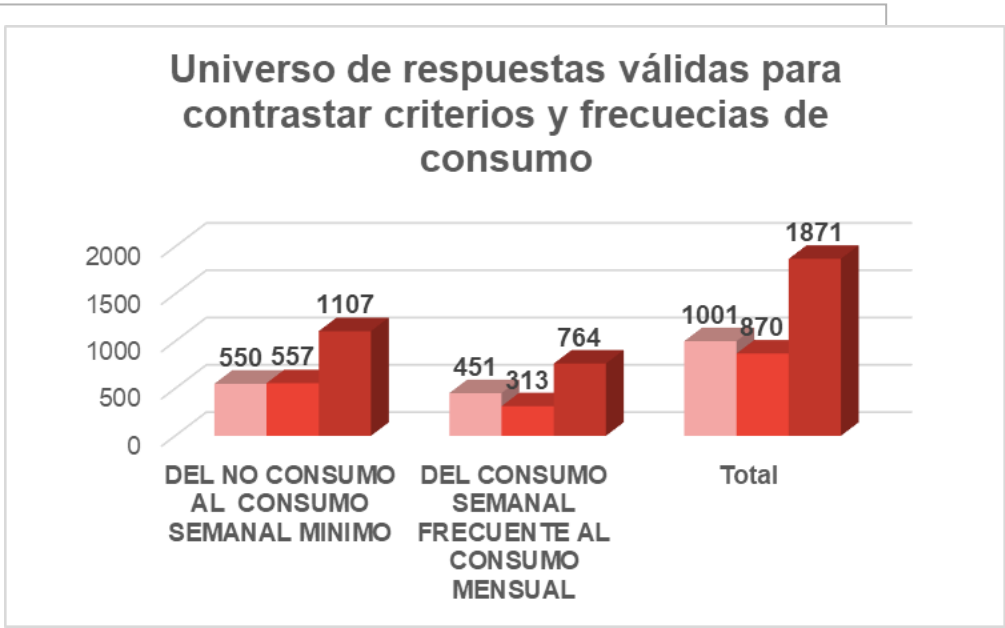


Figura 2

Tabla de contingencia.

Elaborado por Arcos – Mora.

La figura 2 muestra el universo de datos con respuestas válidas emitidas por las 52 docente respecto de los conocimientos sobre alimentación y la frecuencia de consumo de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Las 52 encuestas recogieron 1871 respuestas validas en las cuales se establece: en primer lugar, que todas las docentes (52) tienen conocimientos sobre nutrición infantil adecuada. En segundo lugar las frecuencias de consumo de alimentos de los tres segmentos delinean claramente dos tendencias respecto del consumo de alimentos procesados y ultra procesados: la primera, agrupa las frecuencias que consideran el no consumo (550 igual al 29%) o un consumo mínimo semanal (557 igual al 30%) que representan 1107 o el 59%; la segunda tendencia muestra que 764 o el 41% de docentes; considera que esta bien el consumo semanal (451 o el 24%) y mensual (313 o el 13%) frecuente de alimentos procesados y ultra procesados. Estos datos ponen de manifiesto la asociación intrínseca que existente entre frecuencia de consumo y criterios de consumo.

Se puede considerar que es débil la diferencia entre criterio y frecuencia de consumo, apenas un 9%; lo que podría implicar que, a pesar de los conocimientos teóricos que tienen las docentes de educación inicial sobre alimentación adecuada, estos se subsumen en la propia

cotidianidad donde, por acción de la propaganda de las grandes corporaciones, se va incrementando y se ha naturalizado el consumo de alimentos procesados y ultra procesados, con las previsibles consecuencias para la salud.

CUADRO RESUMEN GENERAL SOBRE LAS TENDENCIAS RESPECTO DE LAS MADRES QUE ESTAN DANDO DE LACTAR					
FRECUENCIAS DE CONSUMO	Alimentos procesados y ultra procesados				Alimentos naturales
	Opinion sobre la frecuencia con que las madres que están amamantando deben consumir gaseosas	Opinion sobre la frecuencia con que las madres que están amamantando deben consumir bollería, galletas, dulces, carnes	Opinion sobre la frecuencia con que las madres que están amamantando deben consumir Bebidas	Opinion sobre la frecuencia las madres que están amamantando deben consumir Zumos envasados	Opinión sobre la frecuencia con que las madres que están amamantando deben consumir Frutas y verduras
Nunca o rara vez	90,30%	48,08%	84,62%	63,46%	1,93%
Una a dos veces a la semana	0%	13,46%	9,62%	9,62%	30,77%
Mas de 4 veces por semana	0%	0%	0%	0%	65,38%
Una a tres veces al mes	10,20%	38,46%	5,77%	26,92%	1,92%
	100%	100%	100%	100%	100%

Cuadro 1

Resumen general sobre las tendencias respecto de las madres que están dando de lactar.

Elaborado por Arcos – Mora.

Se refleja que más de 95% que considera que el consumo de frutas y verduras sería beneficioso para las madres que dan de lactar. Sin embargo, llaman la atención los datos en torno a alimentos procesados y ultra procesados de la tabla de bollería, galletería, carnes procesadas, precocidos y los cuadros sobre bebidas gaseosas, energéticas, zumos o bebidas azucaradas o edulcoradas. Pues en cuanto al consumo de bollería hay dispersión de datos, que no mantiene la tendencia de los otros cuadros; si se lo analiza se descubre que el 48% se suma al 38%, y tenemos que con un 76% se mantiene dentro de la tendencia que considera su consumo de vez en cuando.

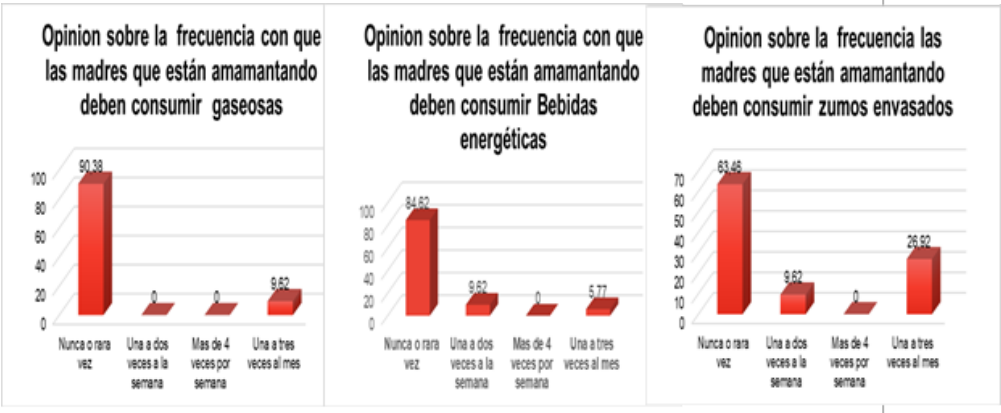


Figura 3.

Consumo de gaseosas, bebidas energética o zumos envasados.

Elaborado por Arcos – Mora.

La figura 3 en torno al consumo de bebidas procesadas o ultra procesadas muestra que hay una tendencia de más del 90%, de no consumirlas nunca o rara vez; sumada al consumo máximo de tres veces al mes; plantea una tendencia que puede significar que existe un alto nivel de conciencia entre las docentes, respecto de lo perjudicial que resultaría el consumo de tales bebidas durante la etapa de lactancia. No obstante, será que las educadoras escogieron dichas opciones porque conocen que las bebidas industrializadas disminuyen los micronutrientes en la leche materna o simplemente lo hicieron por intuición.

Tabla 2

Cuadro general sobre las tendencias respecto de la alimentación complementarias

CUADRO RESUMEN GENERAL SOBRE LAS TENDENCIAS RESPECTO DE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA							
FRECUENCIAS DE CONSUMO	Alimentos procesados y ultra procesados			Alimentos naturales			
	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir: leche entera o yogur saborizado	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir embutidos?	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir galletas, jugos artificiales, gaseosas?	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir verduras y frutas?	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir pescado y mariscos?	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir carne de bovino y aves de corral?	¿Entre los 6 y 12 meses de edad, con qué frecuencia los niños deben consumir huevos?
Nunca o rara vez	48,08%	75%	69,23%	0%	13,46%	13,46%	7,69%
Una a dos veces a la se	23,08%	5,77%	7,69%	26,92%	36,54%	53,85%	53,85%
Mas de 4 veces por sem	17,31%	0%	0%	69,23%	15,38%	3,85%	21,15%
Una a tres veces al mes	11,54%	19,23%	23,08%	3,85%	34,62%	28,85%	17,31%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Elaborado por Arcos – Mora.

La Tabla 2, muestra una clara tendencia respecto de no incluir alimentos procesados y ultra procesados en el período de alimentación complementaria y optar por productos naturales.

En lo referente al consumo de alimentos procesados y ultra procesados para el segmento de cuidado y crianza de niños comprendidos entre 6 y 24 meses de edad, son porcentajes que sobrepasan el sesenta por ciento (69% y 75%) que resultan contradictorios pues están a favor del alimento de origen natural sin embargo están de acuerdo en que los lactantes de manera ocasional consuman leches saborizadas o entera, embutidos, galletas, zumos.

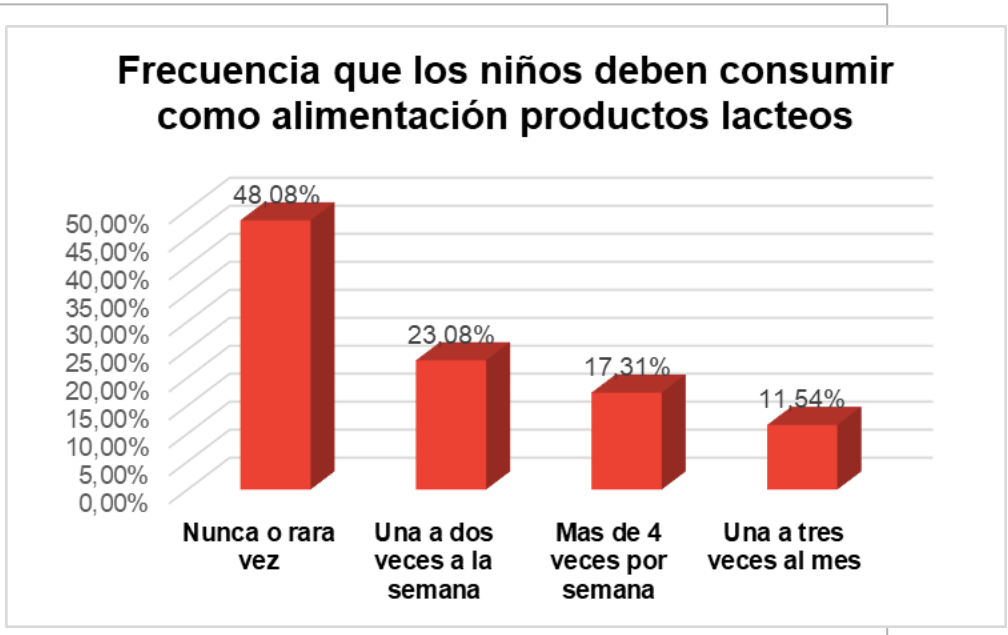


Figura 4.

Lácteos (leche entera de vaca, yogur o bebidas lácteas).

Elaborado por Arcos – Mora.

Se muestra que un 48,08% considera que no se debe consumir lácteos como alimentación complementaria; en cambio el 23,08% piensa que su consumo puede darse dos veces a la semana; un 17,31% más de cuatro veces a la semana y un 11,54% una a tres veces al mes.

La alimentación complementaria hace referencia a los alimentos que el niño pequeño debe recibir para complementar a la leche materna, entre los 6 y 24 meses de edad. En este aspecto hay opiniones divididas, un 59,62% (de la sumatoria de 48% + 11,54%) considera que debe incluirse en la alimentación complementaria la leche de vaca, aunque mínimamente; mientras el 40,39% considera que los productos lácteos deben incluirse con asiduidad durante la semana. Esto podría responder a la existencia de un conocimiento y también a la vigencia de ciertos imaginarios y culturales, que consideran a la leche de vaca como alimento esencial.

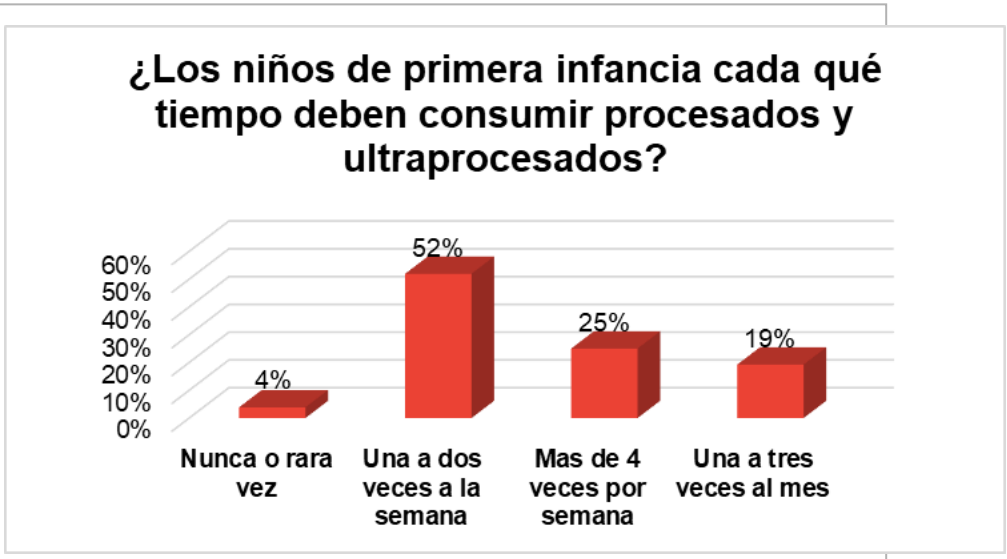


Figura 5.

Consumo de alimentos procesados y ultra procesados en la primera infancia.

Elaborado por Arcos – Mora.

En este cuadro el hallazgo relevante es que los criterios indican que el consumo de productos procesados y ultra procesados, propuesto para niños entre dos y cinco años, sería del 77% (52%+25%). Ante esta evidencia, espontáneamente surge la pregunta ¿Qué pasó?; ¿por qué?, luego de mantener una tendencia fuerte hacia el consumo de productos naturales, entre los cero y dos años, de pronto los productos procesados y ultra procesados se proyectan de manera potente.

Cuadro 3.

Resumen sobre las tendencias respecto de la alimentación en niños de 2 años

CUADRO RESUMEN GENERAL SOBRE LAS TENDENCIAS RESPECTO DE LA ALIMENTACIÓN PARA NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS O PRIMERA INFANCIA

FRECUENCIAS DE CONSUMO	Alimentos procesados y ultra procesados				Alimentos naturales para el consumo en la primera infancia							
	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo	¿Los niños de primera infancia cada qué tiempo
Nunca o rara vez	6%	46%	4%	2%	2%	0%	2%	0%	4%	12%	0%	2%	4%
Una a dos veces a la semana	56%	12%	52%	46%	50%	43%	21%	50%	48%	50%	73%	52%	50%
Mas de 4 veces por semana	13%	4%	25%	46%	38%	39%	75%	31%	19%	2%	17%	37%	42%
Una a tres veces al mes	25%	38%	19%	6%	10%	17%	2%	19%	29%	37%	10%	10%	4%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Elaborado por Arcos – Mora.

Respecto del consumo de alimentos procesados y ultra procesados en la primera infancia, los datos contrarían la tendencia por el consumo de alimentos naturales. Un 52% opina que se pueden consumir una o dos veces a la semana y 25% más de cuatro veces por semana. Esto nos da un promedio de consumo de 12 veces por mes. En cambio, que el no consumo o sólo 3 veces al mes no son significativos

Al proponer específicamente como productos procesados y ultra procesados; el resultado es un cambio de tendencia súbito. Un 77%, opina que estos productos podrían consumirse con una frecuencia de dos veces por semana 52% (eso significa al menos 8 veces al mes); y de más de cuatro veces por semana 25% (que significa 16 veces al mes). Este hallazgo a pesar de lo contradictorio que parece, no lo es; es relevante tanto en cuanto ratifica lo ya proyectado en el gráfico 1; donde ya se demostró que los alimentos procesados y ultra procesados tenían una proyección de consumo casi a la par de los naturales.

Análisis y discusión

Por un lado, según datos del Censo INEC (2014), el 25% de niños menores de 5 años sufre desnutrición crónica; la situación se agrava en los pueblos indígenas donde es del 50% que padece desnutrición y el 40% sufre anemia. Por otro lado, para nadie es desconocido que la desnutrición potencia o merma el desarrollo de los niños lo que constituye una hipoteca para toda la vida que les condena a obtener menos logros educativos y menores ingresos económicos durante su edad adulta. En Ecuador, el consumo, un promedio general indica que los ecuatorianos consumen 142 gramos de procesados como la carne y salchicha al día; excediendo el consumo según las recomendaciones de promotores de la salud (Telegrafo, 2021).

Luego del análisis de los resultados obtenidos en la encuesta la investigación plantea una serie de cuestionamientos que se resumen en los siguientes puntos y dan solución a la pregunta:

¿Qué alimentos deben consumirse con mayor o menor frecuencia para evitar las consecuencias de la malnutrición?

Las docentes efectivamente discriminan cuáles son alimentos saludables para el consumo durante la lactancia, alimentación complementaria y primera infancia; eso puede significar que tienen un conocimiento sobre el tema, pero porque en los centros educativos se sigue ofreciendo alimentos mayormente procesados y ultra procesados, cómo entender que, a pesar que las docentes conocen sobre nutrición infantil; en muchos casos sus propios hijos sufren desnutrición, anemia o sobrepeso.

Un ejemplo de esta disociación se reflejó en los criterios divididos sobre el consumo de leche de vaca; al momento

de considerar si esa leche puede introducirse como alimentación complementaria. Se evidencia que la leche de vaca es fuente de nutrientes esenciales como calcio, proteínas, ácidos grasos necesarios para el neurodesarrollo y la función visual del lactante (Vega et al., 2012). Pero por su alto contenido de grasas y proteína que no pueden ser procesados por el sistema renal, puede causar deshidratación; o alergia a la proteína de la leche si se la ofrece antes del primer año de vida (Lopez & Vela, 2010).

El estudio deja en claro que las docentes; por un lado, consideran un mayor consumo de productos naturales; y casi a la par también el de alimentos ultra procesados; de acuerdo con la información de la figura 8. De ahí que, si profesionales de la infancia tienen cierta claridad sobre alimentación saludable, también optan por productos sintéticos. Es posible que las campañas publicitarias pueden trastocar conocimientos y criterios sobre que se consume o no.

Estos cuestionamientos llevan a plantearse cómo volver muy asequible los análisis que tienen en torno a los productos ultra procesados; los cuales serían elaborados con tecnologías que hacen cambiar las características organolépticas de los alimentos (OPS & OMS, 2015); que desnaturaliza la estructura orgánica; por tanto, el organismo humano para lograr asimilarlos necesita alterar los mecanismos del sistema gastrointestinal, glandular y cerebral, como sostiene actualmente la neuro nutrición. Los productos procesados industrialmente afectan las necesidades innatas del organismo (Valle et al., 2017). Al margen de lo dicho se contesta a las interrogantes:

¿Qué tipo de iniciativas se puede impulsar para contrarrestar la malnutrición y desnutrición en y desde un centro educativo?, ¿qué tipo de iniciativas se puede impulsar para contrarrestar la malnutrición y desnutrición en y desde un centro educativo?

En educación inicial la docente tiene un rol protagónico, al punto que sus afirmaciones llegan a ser más importantes que las de sus padres; “...es que la señorita dijo...”, “...no tú no sabes, mi profesora me dijo...”, “...así no dijo mi señorita...”; desde este protagonismo las docentes de educación inicial tienen la posibilidad de incidir para definir hábitos de consumo y alimentación sana en los niños de la primera infancia.

Coincidiendo con Sánchez (2015): esta especie de poder, propio de las docentes de educación inicial, debe ser aprovechado responsablemente; esto implica que las docentes deben tomar conciencia de su rol, para desde este protagonismo incursionar en la toma de conocimientos sobre lo vital que resulta aplicar conocimientos sobre alimentación que orienten a las familias en general y de manera específica en la formación y acuñamiento de hábitos de consumo de alimentos nutritivos y sanos. La desnutrición es un hecho altamente prevenible si en este cometido se involucran de manera total los docentes individualmente y el sistema educativo de manera general, los medios de comunicación y se desarrolla un sistema preventivo de salud (Moreta et al., 2019).

Conclusiones

La carrera de Educación Inicial tiene que capacitar líderes que dominen conocimientos de nutrición infantil en el periodo de lactancia, alimentación complementaria y primera infancia para prevenir y combatir la malnutrición. Las entidades que forman docentes para la primera infancia deben replantear los contenidos, pues estos se basan en teorías clásicas donde la educación de la primera infancia no se contemplaba; basada, en modelos pedagógicos que responden más a expectativas administrativas y experiencias de educación con niños en edad escolar, antes que a las necesidades innatas de los niños durante sus primeros años.

La formación de docentes debe ofertar talleres sobre hábitos de consumo; que lleve a cuestionarse sobre prácticas y vivencias propias. Una parte de las prácticas para la inserción laboral debiera contemplar pasantías que les permita experimentar; el cultivo, cosecha y preparación de alimentos. Estas experiencias podrían ser fuente de inspiración para implementar vivencias y experiencias con los niños y procurando involucrar en las mismas a las familias. Desarrollar conciencia en educadoras, que más de un 80% de los productos que se consumen en Ecuador son procesados y ultra procesados; y así propiciar soberanía alimentaria, dejar de normalizar el consumo de productos industrializados.

Los centros educativos, deberían incorporar políticas institucionales o propuestas pedagógicas al asegurar programas de salud nutricional que logren un efecto que incida en los consumos cotidianos de alimentos, en la

escuela y la familia. Y rompan con la contradictoria realidad donde se supone que educadoras que tienen cierta claridad sobre los beneficios de una alimentación equilibrada y de origen natural, optaron por elegir el consumo de productos procesados y ultra procesados a la vez ejercer el papel transformador de la educación al romper costumbres culturales de alimentación nocivas para la salud.

Finalmente, las educadoras de la primera infancia impulsen una educación sanadora; potenciando su quehacer pedagógico con el diseño, orientación e implementación de sistemas de alimentación sana; que a la postre beneficie la salud, la educación y la economía de las familias y la comunidad.

Referencias

Ares, S.,Ansótegui, J., &Díaz,M. (2016). La importancia de la nutrición materna durante la lactancia, ¿necesitan las madres lactantes suplementos nutricionales? Anales de Pediatría, 84(6), 1-2. https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2015.07.024

Cubero,J.(2012). La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. Scielo, 11(27), 337-345. http://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412012000300018

Ensanut.(2020). La desnutrición crónica en niños aumento en Ecuador. El comercio. https://www.elcomercio.com/actualidad/desnutricion-cronica-ninos-aumento-ecuador.html

EPIC.(s.f.).This questionnaire asks for some background information about you, especially about what you eat.World Health Organization.https://www.epic-norfolk.org.uk/wp-content/uploads/2020/11/CAMB-PQ-6-1205a_front.pdf

Freire, W.(2017). Lista de alimentos, preparaciones y bebidas que se consumen en Ecuador según la Clasificación NOVA 2017. Escuela de Salud Pública, Instituto de Investigaciones de Salud y Nutrición, 23-126.

Lopez, S., & Vela, M. (2010). Desventajas de la introducción de la leche de vaca en el primer año de vida. Redalyc,31(3),123-128. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423640323007

Macias,M.(2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Scielo.39(3),40-43. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006

Muquinche,M.,&Valencia,E.(2019). Propuesta Educativa sobre Alimentación para la prevención de malnutrición dirigida a madres con hijos menores de 5 años de la localidad de Yaruquíes. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores,14-15. https://www.dilemascontemporaneoseducacionpolitica yvalores.com/index.php/dilemas/article/view/556/951

Martínez, M., Jiménez, I., Peral, A., Bermejo, L., & Rodríguez, E. (2020). Importancia de la nutrición durante el embarazo. Nutrición Hospitalaria,37(2),1-5. https://dx.doi.org/10.20960/nh.03355

MaryPaz, A. (2019). Influencia del Marketing en el Comportamiento de los Niños sobre el Patrón de Adquisición por parte de sus Padres de Productos Ultraprocesados (Tesis de pregrado).Pontificia Universidad Católica,Ecuador.

Mendoza,C.,Vichido,M.,Montijo,E.,Cadena.J.,Cervantes,R.,T oro,E.,&RamirezJ.(2017). Actualidades en alimentación complementaria. Scielo,38(3),182-201. http://dx.doi.org/10.18233/APM38No3pp182-2011390

Mingo, B. (2020). Los 3 primeros años de vida juegan un papel fundamental. Ser padres. https://www.serpadres.es/bebe/4-8-meses/articulo/por-que-son-tan-importantes-los-tres-primeros-anos-de-vida-pautas-para-preparar-a-tu-bebe-para-aprender-271527082380

Ministerio de Educación del Ecuador y Ministerio de Salud. (2017). Guía de alimentación y nutrición para docentes. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2013/11/GUIA-DE-ALIM-DOCENTES-web-07-07-2017.pdf

Moreta, H.(2019). Desnutrición en Niños Menores de 5 Años: Complicaciones y Manejo a Nivel Mundial y en Ecuador. Recimundo, 3(1), 345-362. https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.345-361

Noboa,J.(2019).Educación, resistencia y agenciamiento humano: La posibilidad emancipadora del espacio educativo(Tesis de pregrado), Pontificia Universidad Católica, Ecuador.

OPS/OMS.(2015).Clasificación de los alimentos y sus implicaciones en la salud.OPSEcuador,15.https://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_content&view=article&id=1135:clasificacion-alimentos-sus-implicaciones-salud&Itemid=360

OMS.(2019). La OMS revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019.Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/es/news/item/09-12-2020-who-reveals-leading-causes-of-death-and-disability-worldwide-2000-2019

Pang,WW.,Tan,P.,Cai,S., Fok,D., Chua,M., Lim,., Shek,P., Chan,Y., Tan,H.,Yap,F., Gluckman,D.,Godfrey,K.,Meaney,J.,Broekman,B.,Kramer, M.,Chong,Y., &Rifkin, A.(2019).¿Nutrientes o lactancia? Comprender cómo la alimentación con leche materna afecta la cognición del niño. Revista Europea de Nutrición. https://doi.org/10.1007/s00394-019-01929-2

Rios, C. (2019). Come comida real. España: Planeta, S.A.

Sampieri,H.(2014).Metodología de la investigación.https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf

Sánchez, E. (2015). La educación alimentaria y nutricional. Scielo,1-23. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S10112251201500010009&lng=es&tlng=es.

El telégrafo. (2021). Los embutidos son una fuente alta de grasas y sal que impactan en la salud.Ensanut.https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/los-ecuatorianos-consumen-142-gramos-de-carnes-al-dia#:~:text=En%20promedio%20general%2C%20los%20ecuatorianos,carnes%20y%20salchichas%20al%20d%C3%ADa.&text=Su%20preocupaci%C3%B3n%20aument%C3%B3%20luego%20de,c%C3%A1ncer%20colorrectal%20en%20el%2018%25.

Vega et al. (2012). La importancia de los ácidos grasos en la leche materna. Instituto de investigación en Ciencias de la Alimentación, 63(2), 10-12. http://dx.doi.org/10.3989/gya.083411

Modelo de publicación sin fines de lucro para conservar la naturaleza académica y abierta de la comunicación científica
HTML generado a partir de XML-JATS4R