

PERCEPCIÓN DE MADRES Y PADRES SOBRE LAS PREPARACIONES QUE LES BRINDAN A SUS HIJOS DE 6 A 60 MESES DE EDAD EN URUGUAY

Agustina Ayerza Durán; Maite Carina García Fernández; Agustina Noel Lezcano Raposo; Ana Belén Portela Machado; Oscar Gastón Silva Pérez
Tutora: Prof. Agda. Alejandra Girona^{1*}, Asist. Leticia Vidal^{2**}

¹Departamento de Nutrición Básica, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.
²Instituto Polo Tecnológico de Pando, Facultad de Química, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.
*mgirona@nutricion.edu.uy **lvidal@fq.edu.uy

INTRODUCCIÓN

Las cifras de sobrepeso y obesidad infantil han incrementado a nivel mundial. Esto se asocia entre múltiples factores a la ingesta de porciones de mayor tamaño al recomendado y al consumo de alimentos ultraprocesados (UP) que tienen efectos negativos en la salud de los niños, relacionándose con enfermedades no transmisibles. Asimismo, el consumo diario de UP hace que se dejen de lado los alimentos naturales o mínimamente procesados y se pierda el valor cultural de la comida casera. En los primeros años de vida se establecen los hábitos alimentarios que van a ser determinantes para la salud posterior del niño, donde los padres y las madres tienen un rol fundamental.

OBJETIVO



Explorar la percepción de madres y padres de niños de 6 a 60 meses sobre las preparaciones de alimentos brindadas a sus hijos en distintos tramos de edad en Uruguay

METODOLOGÍA



Estudio cuantitativo, experimental de corte transversal.



En los meses de julio y agosto 2022, 925 participantes (96% mujeres) que residen en Uruguay completaron un cuestionario en línea.



Temas del cuestionario:

- Tamaño de porción y tipo de preparación
- Preguntas sociodemográficas



Se consideraron distintas preparaciones caseras y en base a UP (Tabla 1). Se presentaron 9 fotos de cada preparación con distinto tamaño de porción. Los participantes debían seleccionar la porción que le darían a su hijo o si no le darían dicha preparación y justificar el motivo.

Tabla 1. Opciones de menú según el tipo de preparación por tiempo de comida

Tiempo de comida	Casero	Ultraprocesado
Desayuno	Leche con pan flauta	Yogurt de frutilla con cereales azucarados
Almuerzo	Churrasco con papa	Hamburguesas congeladas con caritas de papa
Cena	Pescado con puré de zapallo y zanahoria	Medallones de merluza congelados con puré de zapallo instantáneo

Se calculó el porcentaje de participantes que seleccionaron:

1- "No le daría" y se evaluó su asociación con la edad, utilizando el test de chi-cuadrado.

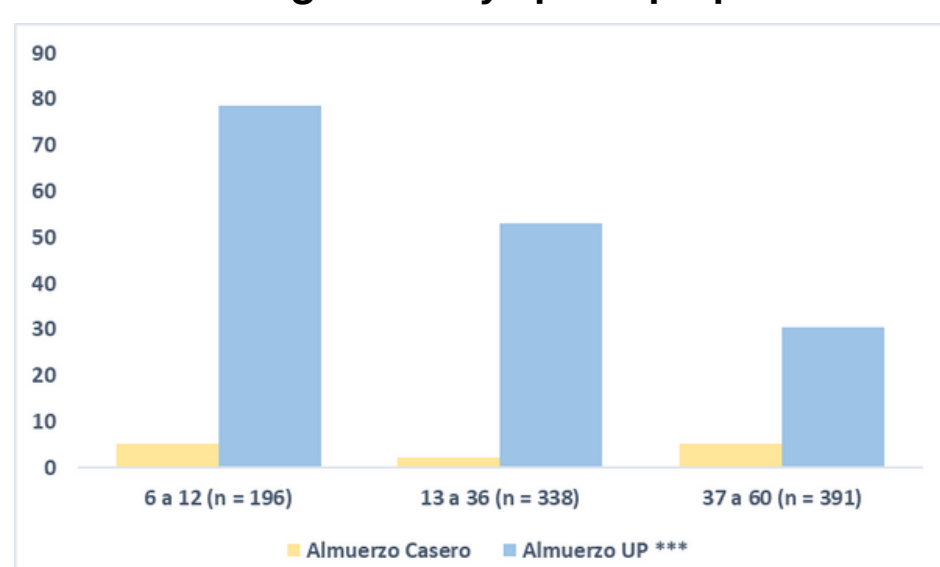
2- Cada una de las fotos para las preparaciones caseras, excluyendo los "no le daría". Para cada franja etaria se sumó el % de participantes que seleccionaron una foto donde se ofrecía una menor, adecuada y mayor cantidad de leche, carne y pescado.

3- El tamaño de porción en "menos de lo adecuado", "adecuado" y "más de lo adecuado" según guía de consumo previamente elaborada. Para evaluar la asociación entre las porciones ofrecidas y el tipo de preparación se realizó el test de chi-cuadrado.

RESULTADOS

Se mostrará a modo de ejemplo los resultados obtenidos para el almuerzo:

Porcentaje de madres que seleccionaron "no le daría" según edad y tipo de preparación



--> Existe una asociación entre "no le daría" y la edad. A medida que el niño crece más madres optan por incluir UP en su alimentación, como se observa en la Figura 1 para el almuerzo

Figura 1. Porcentaje de participantes que seleccionaron la opción "no le daría" para el tiempo de comida almuerzo por tipo de preparación y rango de edad.

*** p valor <0,001

Selección del tamaño de porción para preparaciones caseras

--> Existe una prevalencia a seleccionar la cantidad "adecuada" para todos los rangos de edad, destacándose un mayor porcentaje de adecuación en el tercero.

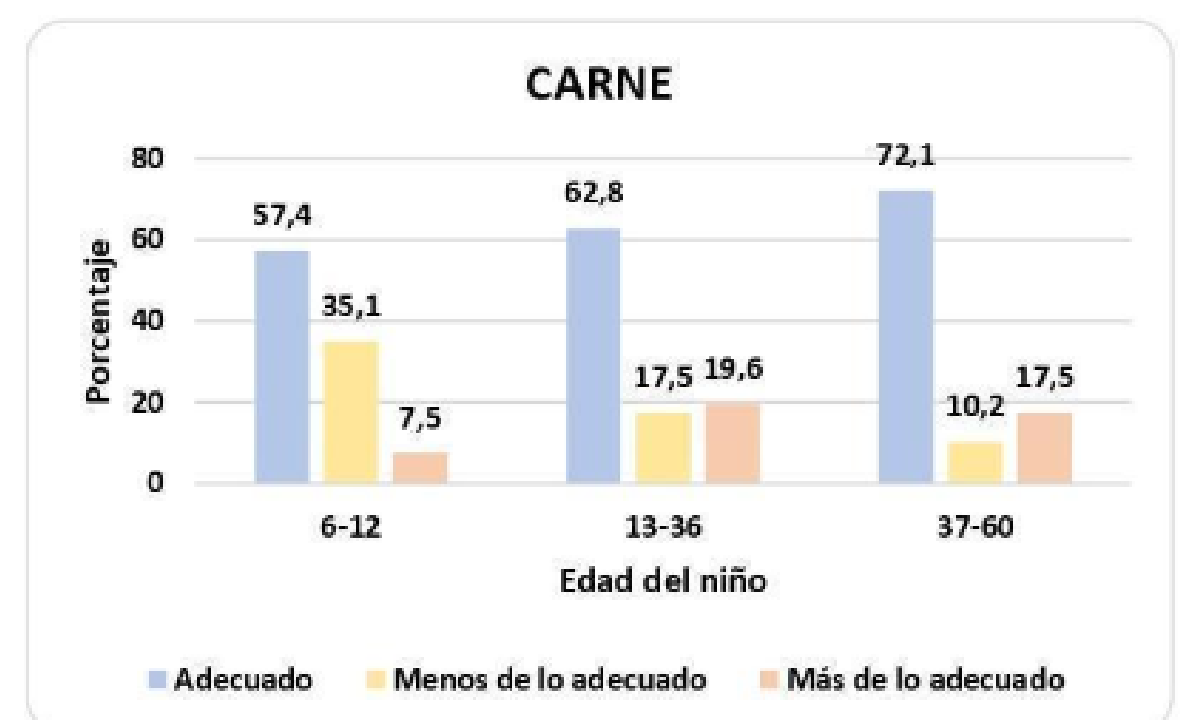


Figura 2. Porcentaje de participantes que seleccionaron un tamaño de porción para la carne según el rango de edad

Percepción del tamaño de porción según el tipo de preparación

Tabla 2. Porcentaje de participantes que seleccionaron un tamaño de porción menor, igual o mayor al adecuado según el tipo de preparación y rango de edad para el almuerzo.

		Almuerzo casero vs UP	Menos de lo adecuado	Adecuado	Más de lo adecuado
6 a 12 meses	Casero (n=188)		69,1	21,3	9,6
	UP (n=42)		83,3	11,9	4,8
13 a 36 meses	Casero (n=331)		36,3	45,0	18,7
	UP (n=159)		70,4	23,9	5,7
37 a 60 meses	Casero (n=381)		54,9	35,7	9,4
	UP (n=272)		60,3	33,5	6,3

--> Existe una tendencia a disminuir el tamaño de porción cuando se ofrece UP.

--> Contrario a lo que sugiere la literatura, el % de participantes que eligió brindar un tamaño de porción mayor al adecuado fue bajo, prevaleciendo un tamaño adecuado o menor.

--> En el segundo rango existe una asociación significativa entre el tamaño de porción y el tipo de preparación.

CONCLUSIÓN

Podemos concluir que las porciones grandes no son un problema según los resultados del estudio, pero a medida que el niño crece más madres optan por incluir UP en su alimentación.

Es importante hacer hincapié en estrategias de educación alimentaria nutricional que orienten y empoderen a las familias sobre la calidad y cantidad de alimentos a ser ofrecidos en la infancia, incluso desde el embarazo. Asimismo, revalorizar el rol de la comida casera a base de alimentos naturales, fortaleciendo y promoviendo hábitos saludables que sean perdurables y que se transmitan de generación en generación.