



CONOCIMIENTO sobre alimentación saludable y factores biosociales de madres con niños menores de 5 años

Iván Rodrigo Congacha Aushay¹
Eugenia Adriana Pilicita Merizalde²

¹Docente Escuela de Medicina, Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, Escuela Superior Politécnica del Chimborazo, ESPOCH, Riobamba, Ecuador, CP: 060110

²Centro de Salud de Guano, Obstetra, Universidad Central del Ecuador, UCE, Quito, Ecuador, CP: 060110

Correspondencia enviar a: bubblers2@hotmail.com

RESUMEN

Fundamento: que las madres adquieran conocimiento sobre la alimentación saludable, es indispensable para el crecimiento y desarrollo de los niños. Las buenas prácticas alimentarias se realizan correctamente si es que se tiene un alto nivel de conocimientos acerca de alimentación saludable.

Objetivo: Determinar la relación entre conocimiento sobre alimentación saludable y los factores biosociales en madres de menores de 5 años.

Metodología: Se realizó un estudio descriptivo, correlacional, transversal en el universo de madres de la comunidad San Pedro de Ayacón (41), del 1 de enero al 30 de junio del 2016. Se utilizó la entrevista para la recolección de datos y como instrumento un cuestionario que permitió determinar el nivel de conocimientos en alimentación saludable. El análisis de datos se llevó a cabo con el programa llamado SPSS, e incluyó la prueba de Fisher para identificar la relación y diferencia significativa entre variables.

Resultados: El grupo predominante fue de 20 a 29 años 53,7%, agricultura 63,4 %, mujeres con relación de pareja 87,8, con nivel de instrucción primaria completa 48,8%, madres con uno a dos hijos 56,1 %. Predominó el nivel de conocimiento no satisfactorio sobre alimentación saludable



73,2 %. Se encontró relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la variable ocupación ($p=0.004$).

Conclusiones: Se observa que el conocimiento sobre alimentación saludable en las madres es no satisfactorio; además es importante resaltar que existe relación significativa entre el conocimiento y la ocupación de las madres, el diseño de la estrategia educativa es un aporte muy interesante a las madres para elevar su conocimiento.

Palabras Clave: Conocimiento, alimentación saludable, madres, menores de 5 años.

ABSTRACT

Background: that mothers acquire knowledge about healthy eating is essential for the growth and development of children. Good food practices are done correctly if you have a high level of knowledge about healthy eating.

Objective: To determine the relationship between knowledge about healthy eating and biosocial factors in mothers under 5 years of age.

Methodology: A descriptive, correlational, cross-sectional study was carried out in the universe of mothers from the community of San Pedro de Ayacón (41), from January 1 to June 30, 2016. The interview was used for data collection and as an instrument A questionnaire that allowed to determine the level of knowledge in healthy eating. The data analysis was carried out with the program called SPSS, and included the Fisher test to identify the relationship and significant difference between variables.

Results: The predominant group was between 20 and 29 years of age, 53.7%, agriculture 63.4%, women with a relative 87.8, with primary level of education 48.8%, mothers with one or two children 56, 1 %. The level of unsatisfactory knowledge about healthy eating prevailed 73.2%. A statistically significant relationship was found between knowledge and occupational variable ($p = 0.004$).

Conclusions: It is observed that knowledge about healthy eating in mothers is unsatisfactory; It is important to emphasize that there is a significant relationship between knowledge and occupation of mothers, the design of educational strategy is a very interesting contribution to mothers to raise their knowledge.

Keywords: Knowledge, healthy eating, mothers, children under 5 years.



INTRODUCCION

La nutrición adecuada durante la niñez temprana es fundamental para el desarrollo del potencial humano del infante. Es aceptado que el periodo entre el nacimiento y los tres años de vida hay una "ventana crítica" de tiempo, para promover un crecimiento y desarrollo óptimo.¹⁻³

La OMS expone llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como distintas enfermedades no transmisibles y diferentes afecciones.²

La alimentación ha evolucionado con el tiempo y se ve influida por muchos factores e interacciones complejas.³ Los ingresos, los precios de los alimentos, las preferencias y creencias individuales, las tradiciones culturales, y los factores geográficos, ambientales y socioeconómicos interactúan de manera compleja para configurar los hábitos individuales de alimentación.

Las consecuencias inmediatas de la malnutrición por defecto durante estos años, tienen implícito una morbimortalidad significativa y un retraso del desarrollo psicomotor.⁴ Así como sus prejuicios sociales, que esto conlleva en el aspecto

económico ya que se necesitan más recursos para su prevención, tratamiento, posibles complicaciones y rehabilitación.

En el 2014 la OMS y la Organización para la Agricultura y la Alimentación de las Naciones Unidas (FAO) organizaron conjuntamente la segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición.²⁻⁵

En el Ecuador la desnutrición afecta al 21,8% de esta población según el INEC- 2011. En la provincia de Chimborazo como vimos alcanza un 40 % por la mayor concentración de zonas rurales que la conforman.⁶⁻⁷

En nuestra comunidad San Pedro de Ayacón el porcentaje alcanza el 40.7 % de niños que tienen algún problema de desnutrición. Esto se da por las particularidades que tiene al ser una comunidad indígena con una cultura muy arraigada, costumbres ancestrales que dificulta el trabajo o el llegar con conocimientos por su bajo nivel educativo, pobreza entre otras. Hacen que sea el lugar propicio para que se agudice esta situación. A pesar de los programas que se han implementado en el Ecuador para mejorar este problema, la alimentación es una de las necesidades básicas que permanece sin ser satisfecha entre los niños de países de América Latina y el Caribe.



De aquí que el conocer sobre la alimentación saludable como una cadena de hechos que comienzan con el cultivo, selección y preparación del alimento hasta las formas de presentación y el consumo de ellos, ajusta a nuestra realidad como cantón y provincia por la problemática ya mencionada.

Por tal motivo la importancia de estar al tanto en conocimiento de las madres será una guía para la posterior implementación de una estrategia de intervención, ya que brindara una mejor perspectiva y visión de la alimentación saludable en nuestras comunidades.⁸⁻⁹

A veces el conocimiento no es suficiente para cambiar una práctica o conducta, pero es el primer paso necesario. Con los conocimientos podemos hacer una mejor selección, preparación y consumo de los alimentos que vamos a consumir, los cuales no son siempre los más caros.¹⁰⁻¹¹

El estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el conocimiento sobre alimentación saludable y factores biosociales de madres de niños menores de 5 años.

METODOS

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, que incluyó 41 pacientes, correspondientes al total de madres de niños

menores de 5 años en la comunidad San Pedro de Ayacon, en el periodo de enero a septiembre 2016, registradas en las fichas familiares del CM#2. Centro anidado Guamate.

Fueron excluidas del estudio las madres que al momento no vivían en dicha comunidad y aquellas que no dieron el consentimiento informado. Variables estudiadas: edad materna, ocupación, instrucción, relación de pareja y número de hijos. Se realizó una entrevista teniendo como herramienta un cuestionario previamente valido por un grupo de expertos.

Para la evaluación del conocimiento se utilizó un sistema de puntuación a través de sumatorias de respuestas correctas evaluando como conocimiento satisfactorio cuando responde correctamente el 60 % o más de los ítems realizados y no satisfactorios cuando responde correctamente menos del 60 % de los ítems realizados.

Las técnicas estadísticas son de tipo descriptivas con distribución de frecuencias absolutas y relativas. El análisis de datos se llevó a cabo con el programa llamado SPSS, e incluyó la prueba de Fisher para identificar la relación y diferencia significativa entre variables.

RESULTADOS



De un total de 41 madres estudiadas el grupo predominante fue de 20 a 29 años 53,7%, agricultura 63,4 %, mujeres con relación de pareja 87,8%, con nivel de instrucción primaria completa 48,8%, madres con uno a dos hijos 56,1 %.

En la tabla 1. madres de niños menores de 5 años según conocimientos sobre alimentación saludable se observó que el conocimiento no satisfactorio fue del 73,1 %.

En la tabla 2. Madres de niños menores de 5 años según dimensiones del conocimiento en alimentación saludable se observó que predominó el no satisfactorio sobre el consumo de alimentos 97,5%; preparación de los conocimientos 92,6%; selección de los alimentos 87,8 % y repercusiones de alimentación no saludable 75,6%.

En la tabla 3. madres de niños menores de 5 años según factores biosociales y conocimiento sobre alimentación saludable se observa que predominó un conocimiento no satisfactorio sobre alimentación saludable en las madres de 20 a 29 años con el 52,3 %; el 66,6 % de madres con primaria completa; el 86,6 % de las madres con relación de pareja; 50 % de madres con 1 o 2 hijos. En tanto que predominó un conocimiento satisfactorio en la agricultura con el 75% y la relación entre el conocimiento y la ocupación fue significativa $p=0,004$, en el resto de variables el valor fue

mayor $p=0,05$ por lo que se consideró que no hubo relación.

DISCUSIÓN

Todo lo anteriormente descrito se puede resumir que el conocimiento no satisfactorio encontrado en las madres de los niños menores de 5 años, analizados y discutidos en las tablas conllevaría a la propuesta de un diseño de una estrategia de intervención educativa para la adquisición de los conocimientos, que como hemos identificado son un pilar fundamental o una guía para mejorar en dichas madres los hábitos y prácticas para una alimentación saludable y de esta manera prevenir problemas de salud relacionada con ello.

Lo cual indica que el conocimiento no satisfactorio en madres es no adecuado para facilitar una alimentación saludable o de calidad a sus hijos, siendo esto perjudicial para el niño pues no está recibiendo todo el aporte nutricional que debería, lo que podría representar graves daños a su salud y un mayor riesgo a enfermar.

Castro K (2016) en su estudio menciona que en relación al nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación complementaria se tiene que del 100% (50) madres encuestadas, el 28% (14) tienen un conocimiento alto, de la misma forma tenemos que el 32% (16) poseen un



conocimiento medio y el 40% (20) tienen un conocimiento bajo. Que como se observa los datos son similares a nuestro estudio.

Galindo D (2012) menciona que del 100% (30) de madres evaluadas, 67% (20) presentó un nivel de conocimientos de medio a bajo sobre alimentación saludable. Además cabe mencionar que nuestro estudio se realizó en una comunidad indígena en la cual su cultura puede ser un factor determinante al momento de realizar la estrategia.

BIBLIOGRAFIA

1. Méndez, Cecilia Díaz, et al. *Alimentación, consumo y salud*. Obra Social, Fundación "la Caixa", 2008.
2. Organización Mundial de la Salud. 62^a Asamblea Mundial de la Salud, Monitoreo del logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio relacionados con la salud. Punto 12.6 del orden del día, 2 de Abril de 2009. Disponible en: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/A62/A62_10-sp.pdf
3. Álvarez, Heberto Romeo Priego, María del Rosario Rivera Barragán, and Juan Antonio Córdova Hernández. "Programa educativo de alimentación y nutrición en una comunidad del Estado de Tabasco." *Horizonte Sanitario* 9.3 (2014): 7-15.
4. Jácome, X. Relación entre las prácticas de alimentación complementaria y el estado nutricional de niñas y niños de 6 a 24 meses de edad que asisten al centro de salud n°10 Rumiñahui de la ciudad de Quito durante el mes de abril del 2013. [Tesis]. Ecuador: Pontificia Universidad Católica de Quito. Facultad de nutrición.
5. Naciones Unidas (UN). Objetivos de desarrollo del Milenio (2010). Disponible en: http://www.un.org/spanish/millenniumgoals/pdf/MDG_Report_2010_SP.pdf
6. Freire, W. y Col. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición – ENSANUT, Quito – Ecuador. (2010), Disponible en: <http://instituciones.msp.gob.ec/images/Documentos/varios/ENSANUT.pdf>
7. Ecuador situación nutricional, las cifras de desnutrición en el Ecuador. (2011). URL disponible en: <http://ecuador.nutrinet.org/ecuador/situacion-nutricional/58-las-cifras-de-la-desnutricion-en-ecuador>.
8. Galindo Bazalar, Deny Amelia. "[Conocimientos y prácticas de las madres de niños de 6 a 12 meses sobre alimentación complementaria en el Centro de Salud "Nueva](#)



- [Esperanza", 2011.](#)" TESIS : para optar por el Título Profesional de Licenciada de Enfermería, Universidad Nacional Mayor De San Marcos. Facultad De Medicina Humana E.A.P. de Enfermería , 2012.
9. Castro Sullca, K. Conocimientos sobre alimentación complementaria y su relación con el estado nutricional del niño menor de 2 años. Programa CRED de un CS SJ. M 2015. Disponible en: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4699>
10. Borroto Molina J M, LA GESTIÓN DEL CONOCIMIENTO EN LA NUEVA ECONOMÍA. ALGUNOS APUNTES. Ciencia en su PC 2007 30-40. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=181315033004>. Fecha de consulta: 21 de noviembre de 2016.
11. Artiles, V. L., Iglesias, O. J., Barrios, O, I. (2008). *Metodología de la investigación para las Ciencias de la Salud*. La Habana: ECIMED. p. 248-264. Disponible en: <http://www.hvil.sld.cu/biblioteca/descarga/Met%20Inv%20Ciencias%20de%20la%20Salud.pdf>

ANEXOS

Tabla 1: Distribución de madres según conocimiento sobre alimentación saludable

Conocimiento sobre alimentación saludable	Nº	%
No Satisfactorio	30	73,1
Satisfactorio	11	26,8
Total	41	100

Tabla 2: Distribución de madres de niños menores de 5 años según dimensiones del conocimiento.

Dimensiones del conocimiento sobre alimentación saludable	N=41			
	No Satisfactorio		Satisfactorio	
	No.	%	No.	%
Conocimientos previos de alimentación saludable	21	51,2	20	48,7
Conocimiento sobre selección de los alimentos	36	87,8	5	12,1
Conocimiento sobre Preparación de los alimentos	38	92,6	3	7,3
Conocimiento sobre Consumo de los alimentos	40	97,5	1	2,4
Conocimiento sobre repercusión de la alimentación no saludable	31	75,6	10	24,3

Tabla 3. Distribución de madres según factores biosociales y conocimiento en alimentación saludable.

Factores biosociales	Conocimientos sobre alimentación saludable						<i>p</i>
	No Satisfactorio		Satisfactorio		Total		
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Edad							
< 20 años	0	0	1	5,0	1	2,4	0,7
20 – 29 años	11	52,3	11	55,0	22	53,6	
30 - 39 años	7	33,3	7	35,0	14	34,4	
40 años y más	3	14,2	1	5,0	4	9,7	
Ocupación							
Agricultura	11	52,3	15	75,0	26	63,4	0,004
Quehaceres Domésticos	8	38,1	0	0,0	8	19,5	
Otra	2	9,5	5	25,0	7	17,0	
Instrucción							
Primaria incompleta	7	23,4	0	0,0	7	17,1	0,05
Primaria completa	20	66,6	7	63,6	27	65,8	
Secundaria	3	10,0	4	36,3	7	17,1	
Relación de Pareja							
Con Relación	26	86,6	10	90,9	36	87,8	0,5
Sin Relación	4	13,3	1	9,1	5	12,2	
# de hijos							
1 o 2	15	50,000	8	72,727	23	56,098	0,539
3 o 4	11	36,667	2	18,182	13	31,707	
5 y más	4	13,333	1	9,091	5	12,195	