

LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN DEL ESCOLAR:

SANDRA RESTREPO MESA

Tesis para optar al título de Magíster en Salud Colectiva

Gustavo Arango Tamayo Asesor Sociólogo Magíster en Sociología

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE ENFERMERÍA

Departamento de Extensión y Posgrados

Medellín, 2003

Tabla de contenidos

MIS AGRADECIMIENTOS A: .	1
..	3
RESUMEN .	5
1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA . .	7
1.1 JUSTIFICACIÓN. .	7
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA. .	8
1.3 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN .	9
2. OBJETIVOS . .	11
2.1 OBJETIVO GENERAL .	11
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .	11
3. DISEÑO METODOLÓGICO . .	13
3.1 TIPO DE ESTUDIO . .	13
3.2 MUESTRA .	14
3.3 SELECCIÓN DE INFORMANTES .	15
3.4 ESTRATEGIAS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN . .	16
3.4.1. Escolares .	16
3.4.2. Madres .	17
3.4.3. Profesores .	17
4. ESTUDIO EXPLORATORIO .	19
5. MATERIALES Y EQUIPOS .	21
6. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS DATOS . .	23
7. RESULTADOS ESPERADOS . .	25
8. MANEJO ÉTICO DE LA INVESTIGACIÓN . .	27
9. RESULTADOS . .	29
9.1 LA ALIMENTACIÓN UN ACTO COTIDIANO. UNA MIRADA AL ENTORNO FAMILIAR DEL ESCOLAR. . .	29

9.1.1. La alimentación un acto cotidiano. . .	30
9.1.2. Conformación familiar y su relación con el contexto socioeconómico . . .	32
9.1.3. El vínculo con el cuidador y la formación de hábitos alimentarios . . .	37
9.2 LA ESCUELA, UN ESPACIO DE SOCIALIZACIÓN Y DE FORMACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTARIOS. . .	48
9.2.1. La escuela, un espacio para la socialización del escolar. . . .	50
9.2.2. Currículo escolar y el fomento de los hábitos alimentarios. . . .	51
9.2.3 El refrigerio escolar	53
9.2.4. El refrigerio, un espacio para la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. . . .	56
9.2.5. La selección de alimentos fuera del hogar	56
9.2.7. Propuestas	61
9.3 PERCEPCIONES FRENTE AL CUERPO DEL ESCOLAR . . .	63
9.3.2. Los hábitos alimentarios y la imagen corporal	68
9.3.3. Obesidad y autopercepción	69
9.3.4. Un vistazo a algunas causas de la obesidad	70
9.3.5. Percepción del escolar frente a su estado nutricional:	74
9.3.6. Percepciones de la madre frente al estado nutricional del escolar	76
9.3.7. Percepción de los profesores frente al estado nutricional del escolar. . . .	77
9.3.8. Propuestas desde el entorno familiar y escolar	77
9.3.9. La obesidad, los trastornos de la imagen corporal y la conducta alimentaría en el escolar	79
9.4 LA ALIMENTACIÓN COTIDIANA Y LAS PERCEPCIONES SOBRE LA SALUD Y LA ENFERMEDAD EN EL ESCOLAR. . .	81
9.4.1. El hambre y sus implicaciones en la salud del escolar	82
9.4.2. La obesidad y sus implicaciones en la salud del escolar	84
9.5 LA SITUACION ALIMENTARIA Y LA PERCEPCION DE FUTURO DEL ESCOLAR . . .	88
9.6 APORTES PARA LA CONSTRUCCIÓN Y ELEMENTOS PARA CONTINUAR CON LA INVESTIGACIÓN. . .	91
9.6.1. Necesidades con respecto a los programas de alimentación y nutrición en el ámbito escolar y recomendaciones finales. . . .	92

9.6.2. Procesos investigativos sugeridos para complementar los hallazgos y fortalecer la investigación. .	93
BIBLIOGRAFÍA CITADA . .	95
BIBLIOGRAFIA CONSULTADA .	103
ANEXOS .	107
ANEXO1. . .	107
ANEXO 2. .	107
ANEXO 3. .	108
ANEXO 4. .	109
ANEXO 5. .	109
ANEXO 6. .	110
ANEXO 7. .	111
ANEXO 8. .	112
ANEXO 9. .	112
ANEXO 10. .	113
ANEXO 11. .	116
ANEXO 12. .	117

MIS AGRADECIMIENTOS A:

La Escuela de Nutrición y Dietética por potencializar mi creatividad
y por su apoyo en este proceso.

La Facultad de enfermería por contribuir a la
construcción de mi conocimiento.

Mi Asesor Gustavo Arango T, por su compromiso
y capacidad para comunicar su saber.

La Escuela Tomas Carrasquilla, sus estudiantes,
padres de familia, profesores y directivas por compartir su cotidianidad.

Mis compañeras de trabajo: Gabriela, Adriana, Gelen, Maryori y
Ana Maria por aventurarse con migo en este sueño.

“Todo proceso de construcción
es posible gracias al apoyo y al
compromiso de personas
que creen en ti”

Dedicatoria

A mi familia que apoya mi proyecto de vida.
Y a mi amor por su compañía incondicional,
que siempre me llena de ganas para continuar.

RESUMEN

Se realizó un estudio con el propósito de conocer las percepciones de escolares, padres y maestros frente a la alimentación y el estado nutricional del escolar, para ello se utilizó la perspectiva de etnografía focalizada. El estudio se desarrolló en la Escuela Tomas Carrasquilla de la zona de Aranjuez de Medellín, Colombia. Los informantes fueron 29 escolares, 16 madres de familia y 12 profesores de la institución educativa.

En el estudio se encontró que en un medio con carencias y con alto grado de violencia social, se desarrollan diferentes estrategias de vida para afrontar la situación alimentaria tanto en el orden familiar como escolar. Los niños que viven en estas circunstancias de precariedad, tienen diferencias en su estado nutricional marcadas por el cuidado y que generan diferentes percepciones frente a la corporeidad y frente a la perspectiva de futuro del escolar.

De la investigación se derivan cinco capítulos que dan cuenta de las percepciones sobre la alimentación y nutrición del escolar así: la alimentación un acto cotidiano, una mirada al entorno familiar; la escuela un espacio de socialización y de formación de hábitos alimentarios; percepciones frente al cuerpo; la alimentación cotidiana y las percepciones sobre la salud y la enfermedad y finalmente la situación alimentaria y la percepción de futuro del escolar.

1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

1.1 JUSTIFICACIÓN.

La inseguridad alimentaria sigue siendo un serio problema en el mundo y Medellín no es la excepción, actualmente se presentan en nuestra ciudad altos índices de desnutrición en especial en la población preescolar y escolar. En el estudio realizado por la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia, en el cual se evaluaron 74.676 niños entre 5 y 16 años, usuarios del programa de restaurantes escolares de la Secretaria de Solidaridad del Municipio de Medellín, se encontró el 35.3% presentó riesgo de desnutrición global, el 48% riesgo de desnutrición crónica y el 8.9% riesgo de desnutrición aguda (1).

El estado nutricional de los escolares esta determinado por el contexto en el cual este se desarrolla y con la disponibilidad, el acceso, el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos. “Estudios realizados en América Latina y en los países en desarrollo coinciden en que existe asociación entre el bajo poder adquisitivo, limitado nivel educativo, malas condiciones de higiene y poca inocuidad de los alimentos, con las altas tasas de desnutrición, sin descontar la interacción entre la desnutrición y las infecciones que se agravan mutuamente (2).

Otro aspecto a considerar en el contexto escolar y que juega un papel de

trascendental importancia en el estado nutricional, son los hábitos y las costumbres alimentarias, los cuales se ven influenciados por el ambiente en el cual el niño se desarrolla. En esta edad se imitan algunas preferencias alimentarias de familiares, amigos y de personas que ellos consideren modelo para la alimentación, lo que produce efectos positivos y negativos en el patrón de alimentación que pueden contribuir a riesgos nutricionales y comprometer el estado de salud (3, 4).

La influencia de la madre es bastante fuerte en ésta etapa, ya que ella quien decide los alimentos que compra de acuerdo con su capacidad económica, disponibilidad de tiempo y los conocimientos y preferencias que tenga para la selección de alimentos. En la etapa escolar “el mundo del niño se amplía, al igual que las oportunidades de comer fuera del ambiente familiar y se expone a diferentes alimentos y diversas formas de prepararlos, con distintos horarios y lugares” (5).

Además de lo anterior, hay estudios que demuestran la relación existente entre los hábitos alimentarios y el nivel socioeconómico y cultural de las familias, con el estado nutricional, lo que puede deberse a la poca disponibilidad o a la calidad y cantidad de alimentos que se consumen que compromete el crecimiento por deficiencia de calorías y nutrientes (6).

En nuestro medio se desarrollan diferentes programas y proyectos que buscan contribuir a mejorar la situación alimentaria y nutricional de este grupos de población, desde la escuela, uno de estos programas es el de restaurantes escolares que en las últimas décadas han demandado la movilización de importantes recursos humanos y la destinación de muy elevados presupuestos, sin que al parecer el costo – efectividad de estos esfuerzos haya sido satisfactorio, pues no se ha reflejado en una significativa reducción de los problemas nutricionales (7), lo que puede deberse a que estos programas no han sido articulados a propuestas educativas contextualizadas que contribuyan al fomento de adecuados hábitos de alimentación, o a que las condiciones carenciales de las familias, no contribuyen al adecuado crecimiento y desarrollo de la población escolar.

En nuestro medio no se cuenta con experiencias verificables que permitan conocer cuál es el papel que juega la familia y la escuela en el fomento de hábitos y costumbres alimentarias, que redundan en el estado nutricional y cómo estos pueden ser articuladas a los currículos escolares y a los proyectos educativos institucionales.

Para lograr lo anterior, es necesario alcanzar un mayor conocimiento de la cotidianidad de los escolares desde lo alimentario y nutricional y para ello se requiere indagar cual es la percepción que frente a la alimentación y el estado nutricional de los escolares tienen las madres, los profesores y los niños, para alcanzar una mayor comprensión de la realidad alimentaria y nutricional de la población infantil, vista desde diferentes actores sociales.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

Uno de los problemas detectados en las instituciones educativas evaluadas por la interventoría realizada a los restaurantes escolares y en el estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno es que se desconoce cual es el pensar y el sentir referente a los hábitos alimentarios de los escolares y sobre el conocimiento que sobre el estado nutricional tienen los maestros, los padres de familia y los niños, aspecto que debe ser considerado, ya que de la forma como la comunidad escolar perciba su situación alimentaria y nutricional, dependerán las estrategias que se busquen para contribuir a la solución de esta problemática. Actualmente en nuestro medio no se cuenta con estudios que hayan indagado por este aspecto, los reportes con los cuales se cuenta hacen referencia a aspectos fragmentados de la alimentación y la nutrición escolar.

El cambio en el estilo de vida de las familias, ha hecho que los niños pasen la mayor parte del tiempo en las instituciones escolares, lo que influye los hábitos de alimentación y la calidad y cantidad de alimentos que se consumen, es así como se observa que comunidades con altos problemas de inseguridad alimentaria presentan un inadecuado aprovechamiento de los alimentos disponibles, un bajo consumo de los refrigerios escolares e inadecuados hábitos de alimentación que contribuyen al mayor deterioro de la nutrición escolar.

Los escolares tienen acceso a diferentes alimentos ofrecidos en el restaurante escolar, la tienda escolar y las ventas ambulantes. Los alimentos allí ofrecidos en su mayoría son bien acogidos por la comunidad infantil por ofrecer alimentos de preferencia de este grupo como dulces, productos empacados, gaseosas, entre otros. Uno de los mayores problemas de estas ventas es la contaminación, por la presencia de microorganismos en la materia prima y en los productos como resultado del incumplimiento de las condiciones y medidas higiénico - sanitarias durante la transformación de los alimentos (8).

Además de lo anterior, existe poco control en las instituciones educativas sobre la oferta de alimentos tanto en la tienda escolar como en las afueras de los establecimientos facilitando el acceso a alimentos de bajo valor nutricional y contribuyendo al fomento de inadecuados hábitos de alimentación.

Por lo anterior y con el propósito de fortalecer los procesos de gestión social, articulados a los lineamientos del plan de atención básica en salud, las políticas de escuela saludable y los proyectos educativos institucionales que buscan incrementar la eficiencia de los programas y proyectos sociales, desde los principios de equidad, focalización, impacto y participación ciudadana (9), se ve la necesidad de alcanzar una interpretación comprensiva de la percepción que sobre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los escolares tienen los padres, los maestros y los niños.

1.3 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

Cuáles son los hábitos y costumbres alimentarias de la población escolar.

Cuál es la percepción de los profesores, las madres y de los escolares frente al

estado nutricional de los escolares.

Cuál es la opinión de los profesores, las madres y los escolares con respecto a la alimentación escolar.

Qué papel juega la Escuela en el desarrollo de hábitos de alimentación en los escolares.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Explorar y analizar las percepciones de las madres, los maestros y los alumnos sobre la alimentación y la nutrición escolar.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Explorar cuál es la percepción de las madres, maestros y alumnos acerca de la alimentación y el estado nutricional de los escolares.

Identificar aspectos que influyen en la conducta alimentaria de la población escolar.

Indagar el papel que juega la escuela en la alimentación y el estado nutricional de los escolares.

3. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 TIPO DE ESTUDIO

El término metodología “designa el modo en que enfocamos los problemas y buscamos las respuestas” (10), es así como la investigación cualitativa busca construir las realidades de manera específica y local (11) desde las emociones, los motivos, el conocimiento y los significados, con el propósito de alcanzar una mayor comprensión de la cotidianidad y las relaciones sociales de los individuos (12).

Mientras que la metodología cuantitativa busca la magnitud de un fenómeno y su explicación, la metodología cualitativa busca comprender y aprehender la realidad desde el punto de vista de los participantes (13). La metodología cualitativa profundiza en el conocimiento de los sujetos, sobre su situación y sus condiciones de vida (14). Tal como lo plantea Taylor y Bogdan (15) esta produce datos descriptivos que permiten conocer las palabras de los sujetos y las realidades observables en su contexto.

La metodología cualitativa tiene varias perspectivas, entre ellas la teoría fundada, la fenomenología, la investigación acción participación y la etnografía (16). Esta última es un método usado para describir un grupo cultural (17), para Martínez (18) la etnografía etimológicamente significa la descripción (grafé) del estilo de vida de un grupo de personas habituadas a vivir juntas (ethnos). El presente estudio utilizó la perspectiva

etnográfica, con el propósito de interpretar y alcanzar una mayor comprensión de las circunstancias que rodean la alimentación y el estado nutricional de los escolares.

Esta perspectiva pone su atención algunas veces en el conjunto (estilo holístico), otras en el significado (estilo semiótico) y otras en el comportamiento (estilo conductista) (19), en este proceso investigativo se utilizó una combinación de los estilos etnográficos mencionados anteriormente, dando énfasis al estilo holístico, ya que se estudió la alimentación y nutrición del escolar desde los diferentes actores de la comunidad educativa: madres, escolares y maestros, y desde las diferentes posibilidades de alimentación de los escolares: refrigerio escolar, tienda escolar y alimentación en el hogar.

En la perspectiva etnográfica se presentan diferencias, ya que han ido surgiendo diversos estilos compuestos a su vez por sub-estilos teóricos y metodológicos (20), uno de estos estilos es el de la etnografía focalizada, la cual hace referencia al estudio de un aspecto específico de un grupo, en el cual la observación participante no requiere de un año o más, sino que bastan unas semanas de observación participante intensa para cumplir los objetivos del trabajo. El estilo focalizado es aquel en el cual, el etnógrafo investiga un solo aspecto de la cultura, en un corto periodo de tiempo. (21)

3.2 MUESTRA

El presente estudio se desarrolló con profesores, madres de familia y niños de la Escuela Tomas Carrasquilla de la zona de Aranjuez, Comuna número cuatro de Medellín. En este participaron 29 escolares de los grados de segundo a quinto de básica primaria, con edades comprendidas entre siete y doce años. Dos de estos niños tenían entre 7 y 8 años, 23 entre 9 y 10 años y 4 entre 11 y 12 años. De los niños entrevistados el 55% eran del género masculino y el 45% restante del género femenino.

De igual manera se contó con la participación de la persona encargada de la tienda escolar, 16 madres de los niños mencionados anteriormente, un padre y una hermana de tres de los menores, la cual tenía 15 años de edad, las demás mujeres entrevistadas oscilaron entre los 25 – 50 años de edad.

El grupo de profesores que participó del proceso de investigación estuvo conformado por 12 docentes de la institución, de los cuales 10 eran del sexo femenino y 2 del sexo masculino. Las edades de los docentes oscilaron entre los 30 y los 50 años.

Para la recolección de la información se tuvo en cuenta el criterio de saturación de la muestra y el postulado de Bertaux o saturación teórica Glasser y Strauss (22), el cual expresa que se llega a la finalización de la recolección de los datos cuando las entrevistas con las personas no producen ninguna comprensión auténticamente nueva.

Tanto en las entrevistas realizadas con los escolares y con las madres, como en el taller realizado con los profesores de la escuela se utilizó la grabación para captar la máxima información posible del trabajo realizado de los diferentes grupos y garantizar la confiabilidad de la información (23).

3.3 SELECCIÓN DE INFORMANTES

Para garantizar la recolección ordenada y ágil de información se realizaron los contactos con los diferentes porteros. Estos condicionan la conducción y desarrollo de la investigación, ya que son un canal de comunicación entre la comunidad y el investigador. La selección de los porteros es trascendental, ya que la aceptación del investigador depende en gran medida de los lazos y comunicación que logre establecer con los porteros. (24,25).

Para el desarrollo de la investigación se contactó a la directora, la presidenta de la junta de padres de familia y los profesores de la Escuela Tomas Carrasquilla; como personas que tiene un mayor conocimiento del establecimiento y de la comunidad educativa, además de gozar de aceptación general y en ese sentido convertirse en el puente entre el investigador y los informantes.

Los informantes fueron seleccionados por muestreo intencional, de acuerdo con los criterios o atributos previamente establecidos (26), por medio de este muestreo se seleccionan casos que resultan ser típicos y aportan a los objetivos del estudio (27).

Los escolares que participaron en la investigación fueron seleccionados en primera instancia, por el resultado de la evaluación antropométrica realizada en el mes de marzo de 2002 a los 400 alumnos de la Escuela y de acuerdo con su estado nutricional se seleccionaron 43 escolares, los cuáles se subdividieron en tres grupos, así:

El primer grupo tuvo como característica presentar déficit en su estado nutricional por los indicadores estatura para la edad y peso para la estatura (28), este estuvo conformado por 11 niños, al igual que el segundo grupo en el cual se agruparon niños con un adecuado estado nutricional por los indicadores peso para la edad, estatura para la edad y peso para la estatura, y el tercer grupo estuvo conformado por 7 niños con sobrepeso u obesidad por el indicador peso para la edad y peso para la estatura.

Un criterio utilizado para la selección de los informantes fue el de heterogeneidad, el cual se fundamenta en la elección de casos contrapuestos (29) con el propósito de abarcar un abanico amplio de posibilidades frente a las percepciones en alimentación y nutrición de los escolares que permite posteriormente la contrastación.

Para dar inicio al trabajo con los niños de cada uno de los grupos (déficit nutricional, estado nutricional adecuado, sobrepeso y obesidad) se realizó una actividad lúdica que constó de dos juegos: una golosa y un juego de escalera. Con estos juegos se posibilitó el acercamiento entre los niños y el grupo investigador, se indagó por algunos conocimientos en alimentación y nutrición por medio de preguntas que se realizaron en el juego. Fue así, como de 43 niños, se seleccionaron 29 los cuales se caracterizaron por tener buenas habilidades comunicativas y empatía con sus compañeros. Posteriormente los 29 menores se subdividieron en subgrupos de 4 a 5 niños para la recolección de información. El total de grupos fue de 8. (3 grupos con déficit en su estado nutricional, 3 grupos con estado nutricional adecuado y 2 grupos de niños con obesidad y sobrepeso).

Las madres convocadas a participar fueron las de los niños que finalmente conformaron los grupos mencionados anteriormente. Se entrevistaron 16 madres, 1 padre y una hermana la cual tenía bajo su cuidado tres de los escolares seleccionados como informantes; las demás madres no participaron por sus compromisos laborales y domésticos. De las madres que participaron 5 eran madres de los niños con riesgo nutricional, 5 madres de los niños con un adecuado estado nutricional y 7 madres de los niños con sobrepeso y obesidad.

Se contó con la participación de la totalidad de los docentes de la Escuela (12 profesores) y la persona encargada de la tienda escolar.

Es difícil plantear cuantas personas deben tenerse como informantes en un estudio cualitativo. El número de personas a entrevistar se seleccionó de manera dinámica, utilizando diferentes estrategias de recolección de información de acuerdo con el propósito y las necesidades de la investigación (30).

3.4 ESTRATEGIAS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

3.4.1. Escolares

A los escolares se les aplicó una entrevista grupal semi-estructurada, esta consiste en reunir varias personas para que expresen ideas sobre sus vidas y experiencias, aunque estas no permiten alcanzar la profundidad de las entrevistas persona a persona tienen un gran potencial para la recolección de información. Estas entrevistas han sido usadas por Cottle T, investigadores de la Universidad de Michigan, entre otros (31) (véase el anexo 7).

Las entrevistas grupales se han extendido en la etnografía, ya que permiten entrevistar un mayor número de personas, además de contribuir a que la entrevista sea menos extraña y tensa para los entrevistados, este tipo de entrevista permite la incentivación a hablar entre los participantes (32).

Los niños fueron distribuidos de 4 a 5 por grupo para participar en la entrevista. La recolección de información se hizo en primer lugar con los grupos de niños que presentaron déficit en su estado nutricional, el segundo lugar con los grupos de niños con un adecuado estado nutricional y el tercer lugar los grupos de niños con sobrepeso y obesidad. Los grupos se conformaron con niños y niñas en proporciones similares. Cada entrevista tuvo una duración que vario entre 45 minutos y una hora.

Las temáticas planteadas para la entrevista se presentaron a los grupos de una en una, permitiendo que todos los niños expresaran sus opiniones, compartieran experiencias de vida y generaran la discusión entre ellos, facilitando que los participantes ampliaran las respuestas y opinaran sobre las respuestas de sus demás compañeros de

grupo. En los momentos en que se detectaron aspectos importantes de profundizar sobre la conversación de los niños, se hicieron los cuestionamientos y observaciones necesarias para la orientación del diálogo y la obtención de información.

3.4.2. Madres

La obtención de información por parte de las madres se hizo por medio de entrevistas semi-estructuradas individuales (véase el anexo 8). Las entrevistas requieren de un diseño flexible por lo cual el investigador puede ir modificando las temáticas y preguntas durante la recolección de la información (33). La entrevista puede definirse como una conversación o intercambio verbal cara a cara, que tiene como propósito conocer lo que otra persona piensa o siente frente a determinada situación o circunstancia. En la investigación cualitativa se pueden usar diferentes tipos de entrevista como la informal conversacional, la estandarizada, la estructurada con guía, la semi-estructurada, entre otras.

Todas las modalidades de entrevista, presentan preguntas abiertas con el propósito de que los entrevistados expresen sus sentimientos y deseos en sus propias palabras. La diferencia entre los tipos de entrevista está marcada por el grado de precisión requerido para captar la información (34).

Para la recolección de la información con las madres y la persona encargada del restaurante escolar se utilizó la entrevista semi-estructurada o basada en un guión (35) la que se caracteriza por la preparación de temas a tratar y por que el entrevistador tiene la libertad de formular y ordenar las preguntas de acuerdo con el curso que tome la entrevista.

Al igual que en los grupos de escolares, se entrevistaron primero las madres de los niños con riesgo nutricional, en segundo lugar las madres de los niños con adecuado estado nutricional y por último las madres de los niños con sobrepeso y obesidad.

3.4.3. Profesores

La recolección de información con el colectivo de profesores se hizo mediante la técnica de taller, el cual se realizó en la jornada de planificación y programación de los docentes en el mes de diciembre. El tiempo de la actividad fue de 12 horas, las cuales se dividieron en tres jornadas de 4 horas.

La técnica de taller permite una indagación rápida para obtener información multidimensional. Esta técnica se desarrolló subdividiendo los 12 docentes de la Escuela en tres grupos de 4 personas, a cada uno de los grupos se les entregó una guía de preguntas para que fuera analizada desde varias miradas. Uno de los grupos respondió la guía teniendo como objetivo los niños con riesgo nutricional, un segundo grupo desarrolló la guía teniendo como objetivo los niños con adecuado estado nutricional y el tercer grupo con los niños con sobrepeso u obesidad. Posteriormente se realizó una socialización del trabajo realizado por los 3 grupos. Por medio de esta técnica, se generó un espacio para la discusión por subgrupos que además permitió a los profesores

expresar su sentir y pensar frente a la alimentación y estado nutricional de los escolares (36,37) (véase el anexo 9).

Además de lo anterior, se hicieron tres visitas de observación de dos horas aproximadamente, con el propósito de conocer como es la cotidianidad de la alimentación de los escolares e identificar aspectos desde los profesores y los mismos niños que den cuenta de aspectos relacionados con el tema de estudio. La observación se hizo a: la selección y compra de alimentos en la tienda escolar, al momento de consumo de refrigerio en el aula de clase y al comportamiento de los niños en el tiempo del descanso.

Esta técnica de recolección de información permite conocer los fenómenos tal y como se producen, contribuyendo así a conocer los aspectos característicos de la comunidad en la cual se desarrolla el proceso investigativo. La observación permite un acercamiento perceptivo de los hechos sociales (38). Según otros autores la observación permite registrar y aprehender el punto de vista nativo, sus relaciones con la vida y su visión del mundo (39).

En la investigación cualitativa, la observación constituye un instrumento adecuado para acceder al conocimiento cultural de los grupos, a partir de registrar las acciones de las personas en su ambiente cotidiano (40). La importancia de la observación participante es tal que algunos autores la consideran como un método en sí mismo para la comprensión de la realidad (41).

La observación puede ser estructurada o no estructurada (42), la primera utiliza instrumentos para la recolección de datos, estableciendo de antemano los aspectos que se han de observar; la segunda permite reconocer y anotar los hechos sin recurrir a la ayuda de medios técnicos especiales. También diferencia la observación según la participación del observador, en participante y no participante. La participante u observación activa, consiste en la real participación del observador en la vida de la comunidad o grupo a estudiar, y la observación no participante es la toma de contacto del observador con la comunidad o grupo a estudiar pero permaneciendo ajeno al mismo. En el presente se realizaron tres visitas de observación no participante.

4. ESTUDIO EXPLORATORIO

Antes de dar inicio a la recolección de los datos se realizó un estudio exploratorio, con un grupo de cuatro escolares, una madre y un profesor por medio de una entrevista semi-estructurada. En este se evaluó el procedimiento utilizado para la entrevista y se analizó la calidad, la claridad y pertinencia de las preguntas, el manejo del tiempo y la capacidad para la obtención de información por parte del investigador de acuerdo con los objetivos del estudio (43).

Para el desarrollo de la entrevista se plantearon temáticas y una guía de preguntas exploratorias, las cuales se ajustaron de acuerdo con el lenguaje de los menores, las madres y los profesores entrevistados y con las necesidades del estudio.

Además de lo anterior, se recurrió a la observación de los escolares en tres momentos: al consumir el refrigerio, en el descanso escolar y en el momento de la compra de alimentos en la tienda escolar, lo anterior con el propósito de identificar fenómenos y aspectos característicos de la alimentación y nutrición del escolar importantes de indagar en las entrevistas semi-estructuradas.

5. MATERIALES Y EQUIPOS

Los recursos necesarios para el proyecto de investigación son:

Materiales: casetes, baterías, tinta para impresora, papelería y materiales de oficina en general.

Equipos: Computador y grabadora automática.

Espacio físico: espacios de reunión y encuentro para las entrevistas.

6. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS DATOS

“El análisis de los datos es una experiencia continua y creativa, en la que se combina acción y contemplación”. La etapa de análisis no puede ser separada de las demás etapas del proyecto, ya que el análisis de los datos es integral a la recolección de la información, a la formulación de las preguntas, a la selección de los lugares. En el análisis hay un conjunto de procedimientos que deben ser combinados con imaginación.

El procesamiento de datos se hizo de forma manual en la medida en que se recolectó la información y se realizó un diario de campo para consignar los hallazgos de la observación durante el desarrollo de las entrevistas, de acuerdo con los lineamientos propuestos por Valles (44).

La información obtenida fue transcrita y posteriormente codificada de manera abierta, esta codificación tiene como propósito abrir la indagación y esta fundamentada tanto en los datos escritos, como en la experiencia del investigador y en el conocimiento de la literatura técnica que el analista trae a la indagación. La codificación abierta permite al investigador romper los datos analíticamente y conduce a la conceptualización.

Posteriormente se realizó una codificación axial, la cual consiste en el análisis intenso alrededor de una categoría determinada a partir de la codificación abierta. Lo anterior permitió encontrar relaciones entre las diferentes categorías avanzando a la fase de integración de categorías.

Dado que se utilizaron diferentes técnicas para la recolección de la información se hizo triangulación de técnicas, informantes y pares académicos para el análisis. La triangulación es la evaluación de la consistencia de los hallazgos contrastando como es el caso de esta investigación, la información obtenida mediante diferentes estrategias (45) entrevistas individuales, entrevistas grupales, talleres, observación y los diferentes informantes: padres, escolares, maestros, persona encargada de la tienda escolar

En esta etapa de análisis se buscaron “evidencias negativas que permitieran identificar datos para contradecir una conclusión dada o que sean inconsistentes con dicha conclusión, se buscaron evidencias que refutaran lo dado por cierto, estas evidencias aportaron nueva información que contribuyeron a las conclusiones de la investigación.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Construir una interpretación comprensiva de la percepción de los profesores, los padres y escolares sobre la alimentación y el estado nutricional de la población escolar.

Conocer el sentir de los niños frente a su alimentación y su estado nutricional.

Identificar los aspectos condicionantes de la alimentación y el estado nutricional de los escolares.

Proponer estrategias para contribuir a mejorar la situación nutricional de los escolares.

Identificar aspectos importantes de investigación que contribuyan a la comprensión de la situación alimentaria y nutricional de la población escolar.

8. MANEJO ÉTICO DE LA INVESTIGACIÓN

En este proceso investigativo se han considerado los diferentes conceptos éticos, morales y legales planteados en el Código de Nurember. (Tribunal Internacional de Nüremberg 1946).

De acuerdo con lo anterior, una vez identificadas los informantes del proceso de investigación, se hizo el contacto de forma oral y escrita para obtener su consentimiento informado. A cada una de las madres de los niños seleccionados como informantes claves por sus habilidades comunicativas se les remitió una carta (consentimiento informado) la cual se acompañó de una llamada telefónica por parte de los miembros del equipo investigador. En esta carta se le solicita a la madre su participación y la de su hijo (véase anexo 5).

En el caso de los escolares se explicó en los diferentes subgrupos el propósito del estudio y se dio libertad a los niños para participar de las entrevistas y demás actividades que programadas por el equipo investigador.

De igual manera a cada uno de los profesores se le remitió un consentimiento informado, el cual se acompañó de una conversación informal con el propósito de clarificar los objetivos del estudio y cual sería su forma de participación (véase anexo 6).

Con el objetivo de mantener los principios éticos, como el no dañar se tuvo especial cuidado con la fraseología de las preguntas, el lenguaje no verbal y la consignación de la

información. Para mantener el principio de respeto a la dignidad humana cada una de los participantes, ejerció su derecho de elegir participar o no del estudio, conociendo con anterioridad la información completa sobre la naturaleza de éste, responsabilidades del investigador y los beneficios de su participación. Se tuvo y se mantendrá absoluta reserva de la información individual que suministraron la cual solo será utilizada para los fines de la investigación.

El beneficio directo de los informantes fue conocer los resultados de la investigación y participar en actividades educativas sobre alimentación y nutrición del escolar.

9. RESULTADOS

9.1 LA ALIMENTACIÓN UN ACTO COTIDIANO. UNA MIRADA AL ENTORNO FAMILIAR DEL ESCOLAR.

Lo cotidiano entendido como modo de reproducción del orden social, en el cual se regulan las relaciones de los sujetos, permite la generación de representaciones y percepciones que contribuyen a la construcción colectiva de una realidad intergeneracional desde los hábitos, creencias y patrones de alimentación.

La vida cotidiana hace referencia a los eventos conocidos y convividos e implica algo más que acciones repetidas, son acciones con sentido. Por lo anterior la vida cotidiana nace del modo de ver la realidad desde las relaciones entre los sujetos que conforman una sociedad; en donde ella define y norma lo que ha de ser referido como común, dándole un valor social a los diferentes eventos de la vida cotidiana, como la alimentación (46).

Lo cotidiano implica una relación del sujeto - sociedad y sujeto - realidad que genera imágenes, valores, representaciones, percepciones y una reproducción del orden social en el que se define el sistema normativo y cultural que determina hábitos, costumbres y creencias. Así, cada acción, espacio, objeto desde lo cotidiano, son siempre vivencias a las que el sujeto les asigna un significado de acuerdo al código de su sociedad. La

comida y la alimentación se convierten así, en un referente marcado por la vida cotidiana de los individuos y colectivos.

9.1.1. La alimentación un acto cotidiano.

“Cuando haya comida que coman sino que se aguanten”

La alimentación es una instancia cotidiana donde emergen los grandes trazos de la vida social. En la cocina y en la mesa se registran los contactos entre las civilizaciones: el estado de la economía se traduce en las decisiones domésticas que restringen, ajustan o amplían en el consumo, las grandes y pequeñas celebraciones del ciclo festivo anual se plasman en los manteles. El sistema de estatus encuentra allí un modo de comunicar posiciones sociales y el conjunto de hechos políticos, económicos, culturales y tecnológicos de la globalización que intensifica el intercambio y mutua dependencia de naciones y regiones a escala planetaria, se manifiesta, proponiendo al paladar opciones gustativas desconocidas hasta entonces. En sentido amplio, la alimentación como un acto cotidiano trata del “conjunto de prácticas relacionadas con la alimentación culturalmente elaboradas y transmitidas de una cultura determinada” (47).

Este conjunto de prácticas corresponde al modo de comportarse del hombre ante los alimentos, al seleccionarlos, prepararlos y consumirlos. El análisis de esta conducta alimentaria incluye el examen de hábitos, creencias, costumbres y patrones de alimentación, los cuales están determinados desde el lado cultural, por normas sociales y desde el lado psicológico por exigencias inconscientes. La cultura con su tradición o historia colectiva y el inconsciente con su historia individual forman un trasfondo desde el cual cobra sentido el “acto de comer” (48).

Así, el inconsciente es una dimensión ineludible de tal conducta que específicamente puede apreciarse en la relación afectiva del niño con la madre, la cual alcanza un nivel especial en los momentos relacionados con su nutrición: si ella le ofrece los primeros alimentos sin afecto o con ansiosa preocupación, o si le provoca un destete extemporáneo, es seguro que las frustraciones se depositarán en el inconsciente del niño y le creará riesgos de traumatismo psicológico, de largas consecuencias incluso en la edad adulta. “La relación de orden emocional que se forma en el curso de los primeros meses de vida, entre el alimento y la madre, se fija en el inconsciente del niño a lo largo de su crecimiento y se mantiene incluso en el adulto, queda constantemente reforzada y modificada por experiencias siguientes del mismo orden” (49).

Ese “inconsciente” en el que se depositan las primeras experiencias alimentarias infantiles responden a un dinamismo real y profundo. “El recién nacido percibe inconscientemente la existencia de un objeto infinitamente bueno, del que se puede lograr el máximo bien y ese objeto es el pecho materno. Desde la primera experiencia habida en la alimentación, el hecho de perder y recuperar el objeto querido (pecho bueno) será fundamental en la vida emocional del niño y en la formación de sus hábitos alimentarios (50).

La estructuración de los hábitos alimentarios infantiles, no responde a un simple acto reflejo, estos comienzan a tener significación a través de una estructura integrada de

percepciones, imágenes, recuerdos, ideas, emociones y necesidades y la respuesta que da el niño, también implica sus necesidades, sus ideas, sus recuerdos y sus afectos. Entre los estímulos y la respuesta se intercala el ser orgánico con sus numerosas variables de orden fisiológico, psicológico y sociocultural (51).

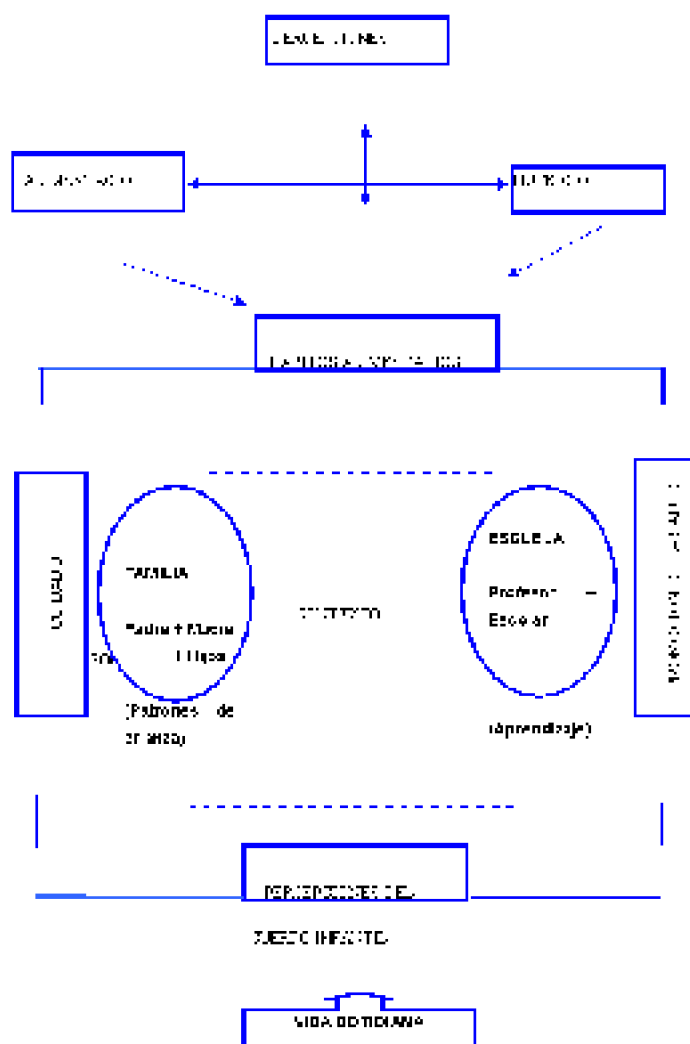
El alimento desde esta perspectiva se convierte en un material nutritivo apetecido por los deseos psicológicos individuales de los niños, capaz de satisfacer sus sentidos y apetito; y de insertarse en sus costumbres y hábitos (52), costumbres y hábitos que la madre se encarga de transmitir a sus hijos a través de la cocina, ella cumple una función transformadora al darle sentido y valor el acto alimentario, disponiendo de lo que se come, cómo se come y cuándo se come, con lo que se convierte en un instrumento de sociabilidad al transmitir normas, códigos y representaciones con valor social y cultural (53).

Por medio del acto alimentario, la madre también da sentido a lo cotidiano, la comida trasciende el hecho físico del alimento y se convierte en un lenguaje que permite expresar, el cuidado, el amor y la responsabilidad para con todos los miembros de la familia (54) Así, ella desde el hecho alimentario ejerce relaciones de protección y poder encaminadas a la búsqueda del bienestar principalmente de los niños. A pesar del cuidado y protección que ella les prodiga, los niños se ven sometidos por la agresiva publicidad que los rodea a cambios en los hábitos alimentarios (55) que pueden repercutir en su estado nutricional por ser el grupo más vulnerable.

A partir de este panorama general de la alimentación desde lo cotidiano, se busca conocer los aspectos que intervienen en el acto alimentario en el ámbito familiar. Para ello se consultó a los niños, madres y profesores de la escuela Tomás Carrasquilla de la zona de Aranjuez, sobre diferentes percepciones relacionadas con lo alimentario y lo nutricional.

La familia ha sido conceptualizada por la Antropología y la Sociología como una institución articulada con la sociedad ligada a la conservación de la vida y a la socialización de nuevas generaciones. Desde esta perspectiva la familia se convierte en agente fundamental de la transformación de valores y conductas aceptadas por la sociedad como deseables, además de ser la base del desarrollo emocional debido a que entre los integrantes de la familia se desarrollan estrechos lazos afectivos basados en obligaciones y sentimientos de pertenencia (56).

En este sentido, es importante dar cuenta de la familia y del contexto socioeconómico y cultural que la rodea, con la finalidad de identificar como la familia influye en el desarrollo de los diferentes comportamientos alimentarios que puedan beneficiar o afectar la salud de los niños escolares.



Véase figura 1.

Figura 1. Vida cotidiana. Percepciones frente a la alimentación y nutrición del escolar

9.1.2. Conformación familiar y su relación con el contexto socioeconómico

“En mi casa vivimos puras mujeres”

La situación de precariedad económica, así como la violencia social y el desplazamiento por los que atraviesan el país, han deteriorado las condiciones alimentarias de las familias de sectores más pobres. Esta situación ha incidido de manera negativa, en las posibilidades de empleo de los padres, en la educación de los niños y en su estado nutricional.

Aunque varias familias que participaron en este estudio, comparten en general las condiciones de pobreza y dificultades económicas, se encontraron algunas diferencias en

el estado nutricional de sus niños, que están relacionadas con la conformación familiar y las condiciones de empleo.

Las familias de tipo nuclear compuestas por el padre, la madre y los hijos, comparten la vivienda independiente de otros familiares cómo lo muestra la tendencia actual tienen entre 2 y 4 hijos, rompiendo así con el esquema tradicional antioqueño caracterizado por familias numerosas.

En estas familias, se encontró una marcada división de roles que evidencia algunos vestigios de la estructura tradicional patriarcal, en donde el hombre asume en su totalidad la responsabilidad económica (57) el padre cumple con su función de proveedor y la madre con su labor reproductiva doméstica, ella tiene la responsabilidad de la maternidad, crianza, preparación, distribución de los alimentos y limpieza, además de la reproducción social de la familia.

Mi esposo es el que va y compra, que si la carne, que si el arroz, porque el tiene la tradición que los hombres son los que compran y las mujeres no, como él es el que maneja la plata, usted cree que el me va a decir: tenga y vaya compre, de pronto yo me la gasto. ¡pensará él!. [Quien proporciona el dinero para comprar los alimentos] yo no tengo nada que ver ahí. MD3¹

Claro imagínese que para él, siempre ha sido muy importante que yo este en la casa cuidando de las niñas y que yo este esperándolo. Las niñas todavía están pequeñas y en una ciudad difícil como Medellín, es muy importante que yo este pendiente de mandarlas a la escuela, mientras él trabaja. MN11

La presencia constante de un padre responsable, con un trabajo estable [el papá es dueño de un taller, trabaja con el municipio o es pensionado] facilita y mejora las condiciones de alimentación de la familia, debido a que la disponibilidad de ingresos permite la compra de alimentos más variada en cantidad y calidad. Esta situación se hace evidente en los niños con estado nutricional adecuado o con exceso de peso.

Porque él tiene un trabajo fijo, entonces nunca nos ha faltado, que él tuviera un trabajo que un día sí, que un día no, nunca nos ha pasado. MN

En mi casa la alimentación es variada, sopa, arroz, sancocho, mondongo en mi casa se hace de todo. MO7

Nosotros creemos darle una buena alimentación a pesar de la pobreza, lo que son frijoles, las lentejas, los garbanzos, eso al niño no le falta lechita, el queso cuando se puede también. Yo creo que le estamos dando buena alimentación. MN2

Cuando el trabajo, elemento fundamental del desarrollo del ser humano es inestable o está mal remunerado, aunque el padre esté presente, la capacidad de compra o el acceso a los alimentos se ve limitada.

Yo no debo ser egoísta, porque imagínese el esposo mío gana el mínimo y un mínimo pa' que le va alcanzar a uno. MD10

Los padres son oficiales [trabajan en construcción] en su mayoría tienen periodo de

¹ Véase Anexo 12. Tabla de Códigos de los informantes.

trabajo de dos meses. GPN

Mi papá trabaja, él reparte bolis, en el carrito hay días que le va bien y otros días más o menos. El trabajo de él [esposo] es inestable. MD3

La situación alimentaria se vuelve más crítica cuando los padres han perdido su empleo.

La mayoría de los padres no tienen trabajo, que disponibilidad de alimentos va a haber. GPD

Yo creo que hay tanta hambre, por la situación económica. MD3 y GPD

Dentro de las familias estudiadas, también se presentan las familias incompletas, predominando aquellas madres solas con sus hijos (58) la ausencia del padre se debe en la mayoría de los casos al abandono, muerte u otras situaciones temporales (estar en prisión) que además de dejar a la mujer y a los niños en malas condiciones psicoafectivas, incide negativamente en su situación económica y alimentaria.

Mi papá se fue hace tres meses. ND11

No vivimos con mi papá por que mi papá se fue. ND1

Hace dos meses falleció mi esposo y entonces debido a eso nosotros estamos últimamente mal. MN3

Debe ser muy traumático para ellas, que él [papá] esté en prisión. Ellas lo quieren mucho de verdad que a mi me sorprende ese amor que le tienen. MN11

La falta de un padre proveedor, hace que la mujer se vincule a la vida productiva. Esta madre soltera es sujeto de discriminación por su condición social, educativa y sexual, lo que dificulta su acceso a un empleo estable y bien remunerado y debe conformarse con trabajos informales o temporales que le demandan la mayor parte de su tiempo y le generan muy pocos ingresos.

La madre que se dedica a las ventas callejeras no tiene horarios, ella debe permanecer fuera de su casa hasta que logre conseguir el sustento diario de sus hijos. Esta situación lo viven los niños con adecuado estado nutricional, donde el padre está ausente temporalmente o ha muerto, pero en su mayoría este tipo de conformación familiar y de condición económica la sufren los niños que presentan mayor riesgo nutricional.

A mi mamá no le pagan hay veces, ella trabaja y los fines de semana les dan la plata y hay veces que no, o la dejan para el otro día. ND

[Trabajo de la madre vendiendo ropa interior] más o menos mil quinientos pesos no es mucho lo que gano, son baratas, pero no todas las veces le va a uno bien, fuera de eso de lo que gano tengo que recoger para la luz y el agua. MN11

Ella trabaja aquí con lo de los refrigerios y ganaba \$ 10.000 entonces eso no le alcanzaba y si aguantábamos hambre. MD1

De otro lado, la condición de precariedad económica por la que pasan estas madres solteras o abandonadas, en muchos casos las ha llevado a introducir a sus hijos en edad escolar al mercado laboral, estos niños deben asumir trabajos mal remunerados como las

ventas callejeras, para contribuir a la compra de alimentos.

Sabe algo, este niño se gana cinco o seis mil pesos vendiendo cosas por ahí, y no sirve sino para aportar para la comida yo digo que la disponibilidad de alimentos es muy regular, no, muy poca, casi nada. GPD

Él [niño] trabaja los fines de semana vendiendo bolis y limones y le da a la mamá tres, cuatro o cinco mil pesitos y la mamá es contenta con eso. GPD

Algunos de estos niños tienen que realizar trabajos pesados que superan lo esperado para su edad y proceso evolutivo y que afectan su integridad física y psicológica como cargar adobes, o la mendicidad.

Vea cuando ellos trabajan, por decir algo, cargar adobes, ayudan al señor a repartir parva, a vender limones, cuando tienen empleitos así sutiles, ayudan mucho a la parte económica de la casa. GPD

Imagínese que el trabaja y venía con las manitos peladas, y miren le dio eso por ir andando buscando plata para poder comer todos en la casa. GPD

Imagínese que una niña dice, que todos los martes se va con la mamá a pedir limosna y como que recogen ese día mucha plata, que supuestamente para toda la semana, estamos hablando de cuatro o cinco niños para la alimentación con lo que les dan en un día. GPD

Las características de ocupación del proveedor económico (padre o madre o en muchos casos los niños) se han convertido en uno de los indicadores de las condiciones económicas de la familia y un fuerte elemento que incide en la calidad de la dieta y en el estado nutricional de los niños. Y según la conformación familiar es un elemento que ayuda a mitigar los problemas alimentarios o los ahonda. Véase figura 2.

De esta manera, la situación económica altera los patrones de consumo tanto de los niños como de los grandes. En las familias con un mejor poder adquisitivo, hay más variedad y frecuencia en el consumo de alimentos proteicos, carnes frías y huevo, además de pastas, arroz, arepa, panela, y en algunos casos verduras, estos alimentos son de consumo habitual de los niños principalmente con exceso de peso y con adecuado estado nutricional.

Yo no conozco de los obesitos que aguanten hambre, es que vea se toman el refrigerio y traen para mecatiar también y en la casa comen, no será pues un lujo, es decir no comen comida muy variada o seleccionada, pero si tienen que comer. GPO

Comida nunca falta, el sancocho, las lentejas, los garbanzos, el sudao, la sopa de guineo, la sopa de pastas, los espaguetis. MN2

En la casa se come de todo un poquito, no faltan las sopas de todo, de guineo, de espinaca, de ahuyama, de pastas de todo. La leche también se consume una bolsita diaria, casi nunca sola, más que todo para el chocolate, para los jugos, pero no sola. El huevo y la carne, que no se come diario. MO7

Yo cada 8 días le compro la legumbre, me da para la semana, para hacer sopas, los garbanzos, los frijoles, el arroz. MN5

En el caso de los niños cuyos padres o solo la madre tienen ingresos bajos o no

tienen empleo, los patrones de consumo se ven alterados de forma negativa, las familias tienden a comer menos, con menos variedad y frecuencia alimentos proteicos como la carne, los huevos, estos son reemplazados por los gordos de menor calidad nutricional o sustituidos por carbohidratos, por ser más baratos producir saciedad y aportar energía. Los alimentos a los que pueden acceder estas familias deben “rendir”, ser ricos (tener aceptación), baratos y sobre todo deben “llenar” (59).

Yo le digo honradamente no se a que horas compran carne. Yo creo que la mayoría se basa en aguapanela, la arepita no se acompañada con que. GPD

Hay niños que decían que con gorditos, que le daban arepa con gorditos, al desayuno era peladito o con arrocito. GPD

Va uno a conseguir carne [...].Está super cara, esta muy cara la carne [...]y eso si se lo come uno por hay cada año. MD10

En las familias con mayor disponibilidad económica se observó que la compra se hace más abundante y espaciada, cada 8 o 15 días.

En mi casa siempre hay comida, porque mi mamá merca y merca para 15 días. NO2

A diferencia de las familias con ingresos bajos donde la compra se hace diariamente pero en menor cantidad.

Pues nosotros con el trabajo que él tiene, no mercamos sino que compramos el diario todos los días, cuando hay oportunidad se merca pero de vez en cuando. MN10

La mayoría hacen el diario y dicen que comprarles algo para mis hijos, con dos mil pesos y eso es mucha plata para ellos. GPD

En cuanto a lo relacionado con la distribución alimentaria en el hogar y el número de comidas, se encontró que los niños con mayor disponibilidad económica, consumen tres comidas al día que complementan con el refrigerio escolar. Es importante destacar que los alimentos ingeridos por estos niños tienen un buen aporte de energético.

Como cuatro huevos y una arepa, como frijoles, al algo me como el refrigerio y a la comida como lentejas. Hago tres comidas en el día, desayuno, almuerzo y comida. NO3

Al almuerzo viene a ser la misma cosa, si ella me dice que quiere sopa de tal cosa, bueno se la hago, se toma un vasito de leche así solo o le hecha de ese chocolisto o kelloggs, la niña se hace las tres comidas fuera del refrigerio de acá. MO4

Hago cuatro comidas. Cuando por la noche me da hambre me hago un sánduche. NO1

Así, en el desayuno los niños que presentaban un adecuado estado nutricional u exceso de peso, referían el consumo de arepa, quesito, sánduche, huevo, salchicha, papa, fritos, chocolate o café. Y en el almuerzo y comida: sopas, carne frita, arroz, lentejas, huevos y frijoles.

En el caso de las familias con baja disponibilidad de alimentos se encuentra que los escolares pueden consumir tres comidas en el día, pero con un consumo limitado de alimentos y preparaciones, así como también en calidad nutricional. En el desayuno consumen: arepa y aguapanela.

En estas familias con baja disponibilidad económica algunas veces se tiene que sacrificar el desayuno para poder comer el almuerzo o la comida. Es importante resaltar la influencia del desayuno en la función cognoscitiva de los niños. Metabólicamente no desayunar en un periodo de más de doce horas implica que el organismo no cuenta con el aporte de proteínas y aminoácidos necesarios para la síntesis de neurotransmisores y el funcionamiento cerebral (60). Véase figura 2.

Vea para serle sincera, muchas veces, no hay desayuno en la casa, en el almuerzo casi siempre yo hago la forma de que haya, pero por ejemplo el desayuno que implica un paquete de arepas, pan o tostadas, a veces no tengo con que comprarlo de verdad. MN11

El almuerzo de estos niños también es precario y en muchos casos consiste en una sopa o en un plato de lentejas:

Almuerza sopa con arepa y come arepa con chocolate, aparentemente lo vez normal, y come dos o tres comidas al día. GPD

Al almuerzo escasamente les doy la sopa, por que ya por la noche me voy me rebusco en la tienda haber si me fían un pancito o una bolsa de leche y así. O darles arepa con quesito. MN3

Le describo el de hoy por ejemplo, hoy fue arroz, lentejas y agua panela. Ay muy rico, yo quedé llena, las lentejas bien preparadas son muy buenas. MN1

fig002.gif

2

Otro elemento que interviene en la nutrición de los miembros del hogar es la distribución. La mujer en su rol doméstico ha sido la encargada de manejar y distribuir los alimentos en el hogar con lo que ella cumple un papel fundamental en la nutrición familiar.

Las familias con buena disponibilidad económica la distribución alimentaria no es tan restringida.

Las mamás mantienen el surtido de parva, cositas en la nevera y a veces mucha carne fría. GPO

En las familias con poca disponibilidad de ingresos las provisiones alimentarias deben durar para asegurar un constante consumo aunque precario en cantidad y calidad

Si les dieron treinta papitas, esas treinta papitas deben durar una semana. GPD

9.1.3. El vínculo con el cuidador y la formación de hábitos alimentarios

Las interacciones del niño con su medio ambiente y en especial con el encargado de su cuidado, la madre o quien hace sus veces, cobran particular importancia en los primeros años de vida. Las características de este vínculo afectivo pueden favorecer o afectar

² Fuente: Trabajo de campo

negativamente determinados comportamientos alimentarios.

9.1.3.1. Gustos

“Fritos es lo que más les gusta”

En este proceso de aprendizaje e introyección de hábitos alimentarios es muy importante el rol materno, en la forma como el niño comienza a generar la aceptación a un alimento o el rechazo, si bien es cierto que en la elección alimentaria existen algunos sesgos de carácter biológico o predisposiciones genéticas como la preferencia innata por los sabores dulces y la aversión por los sabores amargos (61) la gran mayoría de las preferencias y rechazos son aprendidas en el proceso de crianza.

En general, al preguntar a los niños que participaron en este estudio, cuáles son los alimentos que prefieren, hicieron referencia a alimentos que comúnmente no consumen en sus casas, como: hamburguesa, perro caliente, jamón, dulces, alimentos de paquete, gaseosa, empanadas, papitas, torta, galletas, helados, parva, pizza y pollo apanado.

En particular los niños con mayor disponibilidad económica y tendencia a la obesidad preferían estos alimentos, promovidos ampliamente por la publicidad.

Las carnes, el pollo apanado y asado; también las hamburguesas, los perros, las salchichas, la mortadela, el salchichón. NO3

La carne, el pollo, la pizza, las papitas, los perros y esas papas que son como las francesas también y el arroz chino, porque me gustan, el arroz chino porque tiene un sabor muy bueno, la pizza lo mismo, todo por lo mismo. NO1

Coca cola, hay veces compran perro, como mi papá es tan mecatero, compra como nos alcahuatea tanto, nosotros nos vamos con mi papá y compramos muchas cosas. NN11

Se destaca el gusto que tienen todos los niños por los alimentos fritos. Aunque es más notorio en los niños con exceso de peso y estado nutricional adecuado.

Le encantan las cosas fritas, fritos es lo que más les gusta, en mi casa se preparan cosas fritas. Le encantan las arepas fritas. MO3

Así como también por los dulces y helados: paletas, esparquis, bolis y ponche que adquieren en la tienda de la escuela o en sus alrededores.

Hay veces que andan detrás del tío y detrás de la abuela para la moneda para ir a comprar parva. PGO

Esos niños obesos fuera de lo que se les da aquí tienen su mecató o su plática para comprar y les brega uno y no traen las papitas, galletas, la enlatada. GPO

Los niños con riesgo nutricional no manifestaron diferencias en los gustos por alimentos como: perros, arroz chino, chococrispis, pero los consideraban un lujo debido a que en su casa sus padres no pueden comprárselos.

¡Ah sí! él es muy creído, bueno carnitas bien pulpitas. De donde me saco yo la carnita pulpita todos los días? Pa' hacer el sudaito todos los días, todos los días.. Ah que arroz chino, que sudao y que mondongo de donde consigo yo la carne para el

mondongo? Y entonces eso que lleva el cayo ese, eso lleva carne picada, entonces ya tiene uno que gastar dos cosas de una sola vez, la carne y el cayo ese y las papas. ¡Y eso si se lo come uno, se lo come por ahí cada año!. MD10

Aunque el consumo de dulce en los niños con riesgo nutricional es menor porque no tienen dinero para comprarlo, los costos que tiene los dulces como bombones de cien o doscientos pesos los hacen accesibles.

Come bombones, confites y chicles. MD11

También se incluyen dentro de las preferencias, los alimentos que la madre prepara en la casa y que hacen parte de la tradición alimentaria antioqueña: el quesito, el chocolate, la mazamorra con bocadillo, el frijól sequito con arroz, fritos, arepas, vísceras y carnes frías.

Esto puede deberse a los constreñimientos culturales y a la exposición que facilita a los niños el consumo de alimentos disponibles en el hogar y preparados en el estilo tradicional, la sola exposición puede dar cuenta de buena parte de la adquisición del gusto por la cocina nativa (62).

Bueno con la mazamorra es fascinada, también se le consigue la mazamorra o yo se la hago en la casa y se la come con bocadillo. Los frijoles también le gustan mucho pero sequitos con arroz. MO4

A la niña le gusta mucho los frijoles, los garbanzos, los sancochos y cosas así. MD11

En el caso de los niños con exceso de peso esta tendencia es más notoria, debido a su preferencia por todos los alimentos

[lo que no le gusta] nada a ella todo le gusta. Lo único que no le gusta como mucho, es el quesito, pero si se lo doy se lo come. MO

Pues vos dirías que consume una variedad de alimentos, le gustan bastantes cosas, tiene buen apetito. MO

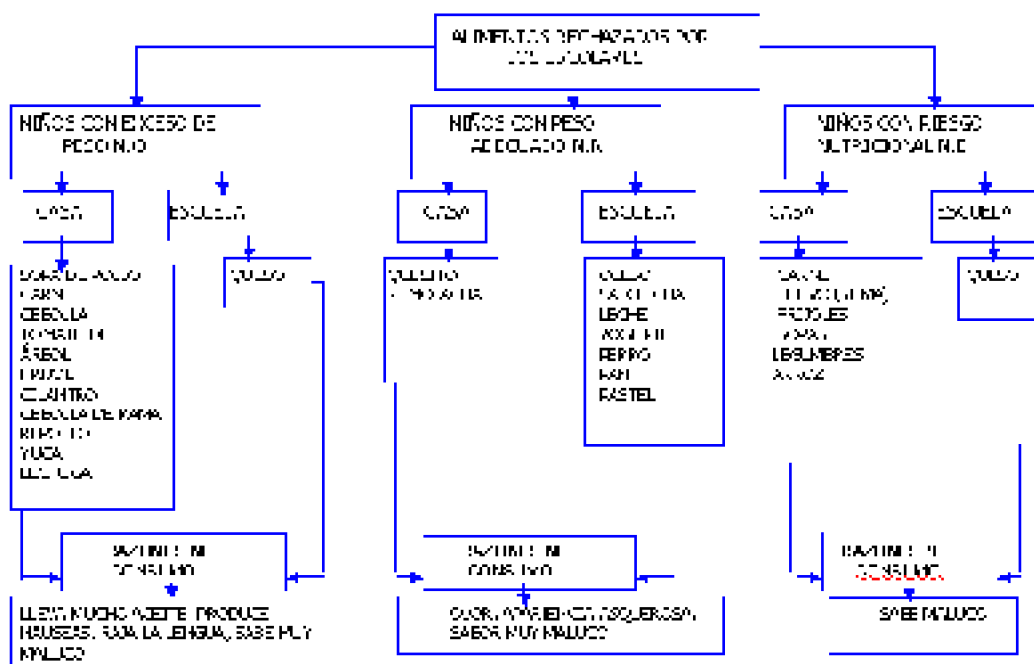


Figura 3. Alimentos rechazados por los escolares. Fuente trabajo de campo

9.1.3.2. Rechazos

“Eso no es comida para ese muchacho”

Los alimentos más notoriamente rechazados por los niños son: las verduras, carnes, sopas y condimentos como la cebolla. Además de los frijoles y el queso. Son muchas las motivaciones que llevan a producir rechazo sobre determinados alimentos entre ellos, está los factores sensoriales como el sabor, el olor y la apariencia. Véase figura 3.

Cuando uno mastica la cebolla de huevo, la cebolla de rama, el cilantro, el repollo. Eso se le queda pegado a uno en los dientes y cuando uno se cepilla, de todas maneras traga de eso al tomar agua, entonces eso le sabe a uno muy maluco. NO

Por el sabor los niños principalmente mostraron un fuerte rechazo a la cebolla de huevo y de rama, a las carnes; por la apariencia a la carne y la yuca y por el olor al quesito y queso. También manifestaron rechazo por algunas preparaciones como la sopa especialmente de guineo, el frijol y a algunas verduras tanto mezcladas como solas como la remolacha. Estos rechazos se presentaron en todos los niños pero principalmente en los que tenían exceso de peso y normales.

Lo que no le gusta mucho en la casa es el pollo cocinado, eso si lo saca del plato, a él no le gustan las alas, no le gustan las patas. NN5

Otra de las motivaciones que lleva a los escolares a rechazar alimentos como la mantequilla o la leche, son las ganas de vomitar o las alergias que les producen como en el caso de la leche.

Nunca he probado la margarina, por que no me gusta. NO

Yo me quedo “verraco” porque les cae mal la leche. Niños que no se pueden tomar la leche porque les aparecen ronchas en el cuerpo y son muchos. GPD

Fuera de estos factores sensoriales, existen otros como el exceso de exposición y el forzar al niño para que consuma un determinado alimento aunque no sea de su agrado. El deber de la madre frente a la nutrición de los niños genera tensiones que pueden llevar una aversión o rechazo:

Los frijoles se los come obligado, se los obligo comer porque solo los hago una vez a la semana. MO3

No le gusta la cebolla, de todas maneras se la hecho y que él la deje al ladito MO2

Sí..., a veces me da rabia..., porque yo a veces me como eso entero, no mastico. NN9

Aunque en los niños con riesgo nutricional se presentan rechazos en la mayor parte de los casos la dificultad para acceder al alimento, hace que la necesidad de alimentarse prime frente al gusto.

Ellos todo se lo comen. MD,1,6,7

Además, de generar en los niños aceptación y rechazo por algunos alimentos, el vínculo con el cuidador puede favorecer comportamientos alimentarios que se traduce en una ingesta sin normas claras, desordenada y abundante. Así, el excesivo cuidado e insistencia por parte de la madre para que los niños consuman los alimentos preparados en casa, la gran valoración cultural que tiene la comida, así como cierto sentimiento de culpa generado por condiciones de carencia vividas en la infancia por la madre por el padre o por ambos, puede provocar demasiada flexibilidad en el comportamiento alimentario de los niños, afectando su salud (véase la figura 4).

Las madres de los niños con exceso de peso y estado nutricional adecuado, fueron las que más refirieron aspectos relacionados con los hábitos y las conductas alimentarias de sus hijos en este sentido:

Me da risa, porque él se levanta y desayuna, si a las diez de la mañana le da hambre, saca algo de la nevera, ya sea parva o una frutita, almuerza y si le dio hambre más tarde volvió y comió, o sea prácticamente seis comidas al día. Porque el come, yo le doy las comidas y si el luego le dio hambre volvió y comió, o sea ya me cansé de pelear con él para que no coma tanto. MO1

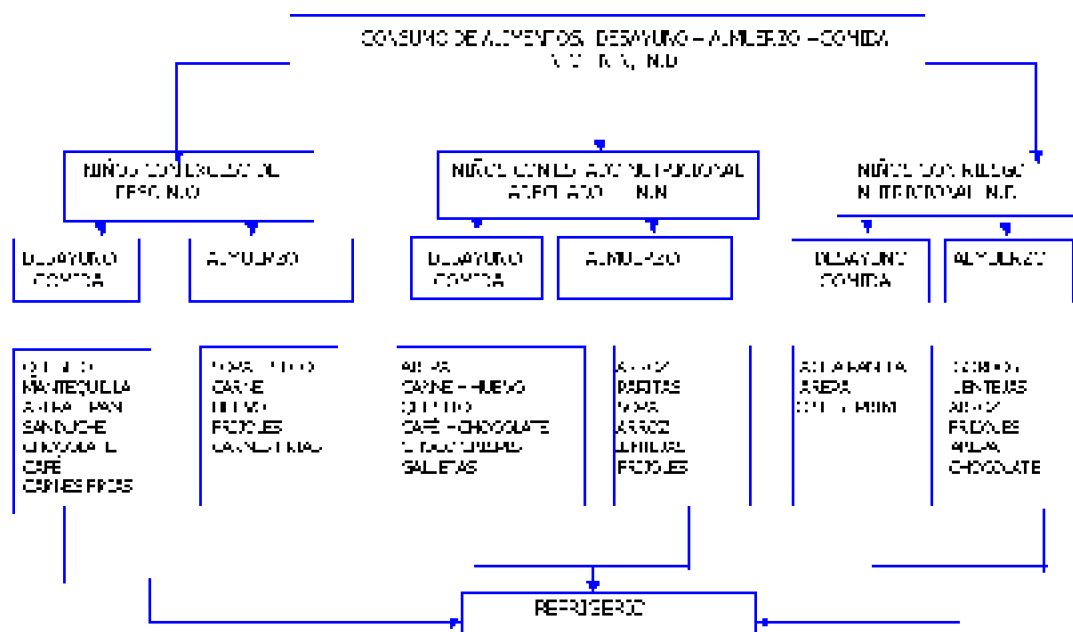


Figura 4. Comparativo de consumo de alimentos. Desayuno, almuerzo y comida en los escolares

3

Él come yogures y se los come a cualquier hora, coge los mangos, el coge la fruta que sea a las 8:00 o 10:00 de la noche y si esta por ahí levantado, va vuelve y come y revuelve de todo, porque el calienta la arepa, toma el chocolate el va y come fruta, limón con sal. Todo casi al mismo tiempo. MN2

Los profesores resaltan que estos niños comen mucho, pero los nutrientes no son adecuados, no hay una nutrición balanceada. Comen exageradamente, comen a deshoras, no hay control sobre el tipo de alimentos y todo el tiempo están con ansiedad de comer. La alimentación es un desorden total, destapan la olla, pican y pican, desayunan todo lo que le puedan dar, son desorganizados.

Son bastante ansiosos con la comida, tengo hambre y va y saca gaseosa, antes del almuerzo toma otra vez gaseosa con galletas 2 o 3 y si es el paquete mejor. GPO

En cambio ella (niña) le dice a uno, me da una arepa, y después le dice: me da un pan, me da una galleta, me da.... Así entonces ya esta que déme una papitas, que déme un bombón... pues es exagerada. MO7

El come muy bien, tanto que hay que decirle que no coma. Hay me da como una rabia cuando llega y me dice, hay ama es que tengo un hambre y hay mismo va y saca y yo le digo, hay no vos ya comiste, esperate hasta la hora de la comida. Ah no mami yo tengo hambre. Ay no otra vez a usted hay que llevarlo donde el médico porque tiene es solitaria. MN3

A diferencia de los niños con riesgo en su estado nutricional, donde hay un bajo consumo de alimentos que los llevan a experimentar estados de ansiedad pero por

³ Fuente: trabajo de Campo

hambre, para lo cual recurren a otras estrategias como, acostarse más temprano, salir a jugar a la calle, ir a buscar alimentos donde vecinos, amigos, tíos, primos, abuelos o pedirle a cualquier persona dinero o alimentos en la calle, salir a vender bolis, limones o confites en los semáforos.

De todas formas, la calidad del cuidador es muy importante para mantener una buena alimentación, esta función debe estar preferiblemente en manos de la madre, aunque ella a veces propicie comportamientos que afectan la nutrición de sus hijos. En el caso de que el cuidador no sea un adulto sino un niño, los riesgos de desnutrición son mayores tanto para él como para sus hermanos más pequeños. La falta de higiene, de manejo de horarios, las condiciones de cocción de los alimentos, las cantidades y el afecto inciden negativamente en la salud de estos niños.

En estas familias entrevistadas algunas madres por razones de trabajo, dejan la función nutricional a miembros menores de la familia que no están ni física, ni psicológicamente preparados para cumplir dicha función:

Los morenitos que yo tengo aquí, que pasa con ellos, que la mamá se va a trabajar y los deja con la niña de once años, dizque para que le haga la comida, a veces que está de buen genio les hace, sino los deja comiendo hambre. GPD

Sin embargo, el fortalecimiento de redes sociales permite afrontar los problemas de cuidado alrededor de la alimentación de los niños, que son dejados con sus hermanos menores:

Entonces la vecina les da la vueltecita, la señora le puede ayudar en algo [niños que cuidan otros niños]. GPD

En algunos casos el descuido de la madre afecta las condiciones nutricionales de los niños:

Sabe que yo he notado que hay mamás muy perezosas, que no quieren cocinar, ni lavar platos ni nada. GPD

Por comodidad le dan un arroz. GPD

Y por no lavar la licuadora no les dan jugo. GPD

Otros niños no comen porque la mamá no está a su cuidado y ellos deben prepararse sus propios alimentos:

Se iba desde la cinco y media de la mañana y llegaba a las diez y media de la noche y al niño le tocaba hacer y tal vez por pereza el se venía sin desayunar y era caído en el pupitre, como con ese cansancio. GPD

9.1.3.3. Clima familiar

“Me aterra que estén peliando”

Las buenas condiciones ambientales y de cuidado permiten que los niños se sientan mejor alimentados. Los niños con exceso de peso, y estado nutricional adecuado, parecen tener una mejor condición afectiva en su entorno:

En mi casa no se oyen discusiones o malas expresiones en ningún momento. MO4

Ella esta llena de cariño por todos lados de amor, de comprensión, de una cosa y de la otra. Mire que para el cumpleaños pidió un vestido y una grabadora y la mamá hay mismo se los dio. MO4

Y un mayor acompañamiento de la madre en todo su proceso de formación:

Nosotros conversamos mucho, por que a mi me toca ayudarle con las tareas, hay veces que me ofusca, por que él es el ofuscado, dice que eso no es así. Que usted no sabe nada mamita. Yo deajo que se le pase la pataleta y ya cuando se le pasa le digo venga pues estudiemos. MN2

En los niños con riesgo nutricional, el ambiente familiar es de permanente conflicto.

Yo he escuchado que mi papá era tomando trago; una vez le quemó la ropa a mi mamá. [...] el peliaba con mi mamá. ND8

Mi papá y mi mamá pelean [fuerte] si [tu como te sientes] mal, yo a veces les digo que no peleen y mi hermanito mayor también. ND3

Parejas que viven en constantes peleas, padres que han muerto o los han abandonado, padres presos, madres que no los desearon. Muchas de estas circunstancias afectan el desarrollo optimo e inciden en el comportamiento de los niños.

Usted porque no se va a trabajar a un circo; hay veces que me desespera, hay veces amanezco con el genio y me va dando como una rabia, porque el es payasiando, hace una cosa, hace la otra y me da como una rabia. MD3

Mi mamá a veces llega muy cansada y mi hermanito siempre pone quejas y mi mamá empieza a regañar. Nos pega para que no sigamos molestando [...] Cuando yo saco examen deficiente me pega. ND6

Así mismo, las expresiones de afecto son precarias entre padres e hijos. El contacto físico o las palabras cariñosas no son frecuentes como expresión de afecto.

Mi mamá no es que sea brava sino que mi mamá jode mucho, pues mi mamá se mantiene jodiendo la gente, cuando ella esta muy brava ella empieza a alegar y al ratico empieza a mimar y decirle cosas a uno. ND3

De igual manera sobresalen las relaciones y conflictos entre los hermanos, aspecto que hace parte de la cotidianidad familiar en especial en algunas edades. En ocasiones los desacuerdos entre los hermanos se convierten en una dificultad familiar.

Me aterra que estén peliando, entonces pues, yo les pego mucho, por que yo considero que yo soy muy pegona y procuro hacer la forma de no castigarlos porque les doy muy duro. MD11

[y su hijo pelea mucho con los hermanitos?] horrible, con el niño mayor pelea por que él la mira o por que le coge un color; llega de la Escuela y llega de mal genio y por cualquier cosa empieza a peliar. MD

La mayoría de estas madres enfrentan esta situación de hambre con violencia y golpes hacia sus hijos:

La mayoría se sienten con tanta rabia que agreden a sus hijos, y no quisieran que fueran las 6 de la tarde cuando el niño regresa de la escuela, porque es tanto el

desespero que no saben que van a hacer y algunos niños manifiestan que se enoja la mamá con agresividad y los golpea si piden comida GPD

La mamá de este niño me contaba que le tiró con la escoba y que le dio tres palazos, primero que le dio tres palazos y el se saltó por el muro y le dio con un alambre. Ella me dijo (que le había pegado) porque se estaba comiendo todo el mercado, que él tenía mucha hambre y se comía todo. Entonces era tanto el hambre que él llegaba a comer y la mamá no quería que el le acabara con lo poquito que había. GPD

Destapaba las ollas y le picaba la comidita al papá o a uno de los hermanitos, y entonces le arrancaba un pedacito más y le pegaba por eso, por coger las cositas de otros, que estaba guardando para los otros. GPD

Algunas madres y niños del grupo de riesgo nutricional manifestaron que el consumo de licor por parte del padre, era la causa para no llevar al hogar los alimentos, aspecto que genera sentimiento de rabia y de impotencia en los escolares.

Mi papá se gasta la plata.... Bebiendo. ND3

No hay comida por que él se gastó la plata les digo yo a ellos [niños], Al esposo mío le gusta mucho tomar. MD3

9.1.3.4. Con quién y dónde se come

“Comer juntos les enseña a ellos, o sea les da ejemplo”

Comer juntos estrecha los lazos familiares, el momento de comer debe convertirse en punto de encuentro, esparcimiento y diálogo, además de ser un espacio de aprendizaje y socialización de normas y hábitos alimentarios.

Los niños relatan que a la hora de consumir los alimentos están en compañía de sus hermanos más pequeños, sus madres y en algunos casos por el trabajo de las madres los niños están al cuidado de las abuelas. Se encontró que los niños de madres que trabajan frecuentemente comen solos. En las horas de la noche al terminar los diferentes miembros de la familia las actividades del día hay mayor facilidad para el encuentro familiar a la hora de comer. Las madres reconocen la importancia de este momento para construir lazos de unión familiar.

Nos sentamos todos juntos mis hermanos y yo a comer, mi mamá nunca esta con nosotros, ni los sábados, ni los domingos. ND1

Es agradable, es muy rico porque todos nos sentamos juntos y cogemos temas o a veces no, pero si siempre se le sirve a todos juntos.....papá: pero así sea en una sola comida que se pueda compartir juntos me parece a mi que uno les enseña a ellos , o sea les da ejemplo les enseña a ser compartidos, en la mesa es un lugar donde uno se sienta a comer y debe ser agradable . Ponemos un tema por ejemplo yo veo que el esta comiendo de una manera que no debe ser, le corrijo y ella [la madre] entra también a opinar. MO6 y PO6

[Qué piensa de comer en familia?] Que es muy bueno, que pereza uno servir y que el uno llega más tarde, y el otro más temprano, o sea que se esclaviza uno mucho [porque se esclaviza] Voy a estar a toda hora lavando platos o estar en la cocina pendiente

calentando, que se enfrió tal cosa, entonces va a estar maluca la comida y yo más cansada. MN10

A veces se sientan los tres niños, a veces con el papá a comer. Son muy desordenados y desubicados y eso no debe ser así, yo alego mucho por eso [por que?] Porque siempre uno tiene que sentarlos todos a la mesa, no que comen estos, después que comí yo, o así en desorden, eso es muy maluco, es muy bueno servir y que todos nos sentemos.[Usted cree que eso favorece algo en la familia?] A ellos mismos para que aprendan a comer bien, para que aprendan a comportarse bien. MO3

Algunos autores señalan que para inculcar buenos hábitos alimentarios, no hay nada mejor que comer en familia. Los niños que comen con sus padres adquieren hábitos alimentarios más saludables que los que no practican esta costumbre, las familias con mejores hábitos alimentarios no son las de los padres controladores, sino aquellas en la que estos padres comparten la comida en la mesa. Esto da a los hijos la idea de que en ese espacio tienen cosas más saludables para elegir y comer.

Otro aspecto por el que se indagó es el lugar para comer, la mayoría de los niños que participaron en este estudio, consumen sus alimentos viendo televisión, algunas de las madres no se preocupan por esta conducta.

Sentados viendo televisión... por lo general todos nos sentamos en las camas, pegamos para la pieza donde esta el televisor, entonces ya todos nos acomodamos, cada uno busca su silla, los dos chiquitos se sientan en el suelo, pero todos nos buscamos el uno al otro. MD11

Todos comen pegados del televisor, sobretodo cuando esta el papá porque como el se va para allá, como les dice uno que no, si el papá les esta dando el mal ejemplo. MO7

En las familias con mayor número de necesidades básicas insatisfechas, que fueron precisamente las de los niños con deterioro en su estado nutricional, no se da mucha importancia al lugar donde se come, debido a que muchas de estas familias solo disponen de un espacio único que cumplen funciones de dormitorio, cocina, baño comedor y lugar de descanso y recreo.

¿Sabe cómo come él? Patas pa' arriba, acostado, no se sienta ni a comer, quien lo levanta, parece de ahí por Dios que me va a chorrear los tendidos pues, de pronto. MD10

Como en la silla o en la cama, en mi casa no hay comedor. ND2 Comemos en la sala MD11, Comemos en el piso porque no hay comedor. ND1

9.1.3.5. Redes de apoyo. La familia extensa

"Mi papá ve por mis hijos, él es jubilado"

"Tengo una amiga que para mí, es mi brazo derecho"

Dentro de los diferentes tipos de familia que se encuentran entre los escolares se encuentra que la familia extensa facilita o ayuda a mitigar las dificultades económicas. Esta familia compuesta por núcleos familiares completos o no, además de abuelos, tíos, suegros u otros parientes, conforman redes de apoyo que contribuyen a cubrir las necesidades básicas, de vestido, educación salud y alimento. La familia extensa en este

caso, cuenta con más miembros generadores de ingresos que pueden ayudar en las dificultades económicas.

[En caso de que falte la comida] lo mando donde la abuela. MN5

En las familias incompletas, donde se presenta el madresolterismo, en algunos casos la abuela o el abuelo, o el sustituto paterno, se encargan del mantenimiento económico y de dar afecto a los niños, que por razones de abandono y trabajo de la madre se ven carentes de éste, lo que afecta sus comportamientos alimentarios.

La suegra es jubilada y entonces ella nos colabora a nosotros y él esposo hace dos meses que falleció y entonces debido a esos nosotros estamos mal. MN3

Comida nunca nos falta la abuela es pensionada. MN3

Papá ve por mis hijos es jubilado. MD11

El señor que vive con mi mamá es muy querido [...] él trabaja en una arepería, de noche y de día. Cuando no tenemos nada que comer, vamos y él nos da arepas. ND6

Mi papá dejó a mi mamá cuando estaba embarazada de mí, entonces él dejó a mi mamá y se fue con otra mujer, entonces mi primo me cuidaba y a mí me gusta decirle papá. Él nos da plata para la comida. NO2

Las madres solteras y sus hijos, por las precarias condiciones económicas siguen viviendo en la casa de sus padres, o de la abuela de la madre o de los padres de su esposo o compañero o de sus hermanos. Estas familias, se caracterizan por tener lazos de consanguinidad, lo que la convierte en una proyección del parentesco, con estrechas relaciones de solidaridad (63).

Suegra- madre y el niño. MN3

Abuela, madres y nietos. MN2

En algunos casos cuentan con el apoyo de otros miembros de la familia, abuelos o tíos. MO2-MO3

Vive la madre con el niño en la casa de la abuela y dos tíos. MO4

Madre, el papá de la madre y el niño. MO1

Además de la familia extensa, existen otras redes de apoyo, los vecinos o amigos que ayudan al abastecimiento alimentario en caso de dificultades económicas. Estas redes de apoyo se han vuelto muy importantes para las madres solteras, pues en muchos casos se sienten más inclinadas a pedir ayuda fuera de su casa que dentro de su familia debido a que piensan que ellas y sus hijos son una carga muy pesada para sus padres o familiares.

Aunque la dueña de la casa se preocupa mucho por que los niños coman bien y ella me dice que no me quede callada y no los deje sin comer. MN11

Yo le digo a una amiga mía, vea hágame el favor usted tiene una sopita para que me regale para los chiquitos y me colabore. MN3

Tengo una amiga que para mí, es mi brazo derecho fuera de mi familia y a ella es la que me toca muchas veces acudir. MD11

Dentro de esas redes sociales de ayuda a la familia se encuentra la escuela, en la mayoría de los casos, es apreciada no solo como lugar de aprendizaje de nuevos conocimientos sino también de seguridad frente al contexto barrial violento y de seguridad alimentaria a través de los comedores escolares, esto permite mitigar en alguna medida los problemas alimentarios que se generan por la pérdida de la capacidad adquisitiva, debido a los bajos ingresos o al desempleo. Algunas de estas familias suplen en parte las deficiencias alimentarias o el hambre de sus hijos por medio del programa de refrigerio. El refrigerio es muy importante para los niños:

Pero no solo un niño, sino la mayoría de los del grado, que yo me he dado cuenta y vea, nosotros que más o menos estamos para repartir el refrigerio de dos y media en adelante, con decirle que era la una y media, y todos le preguntaban a uno, ¿profe a que horas va a repartir el refrigerio? Uno les dice, pero no se acabaron de tomar la leche, pero es que está haciendo mucha hambre. Entonces como conclusión son niños que no han almorzado en la casa, niños que la alimentación en la casa es mala, que gracias a Dios la escuela le proporciona esas oportunidades. GPD

Es así, cómo el análisis de la alimentación desde lo cotidiano permite una aproximación a las condiciones económicas, sociales y culturales que rodean el acto alimentario. En las familias estudiadas, el desplazamiento, la violencia tanto externa como interna, el abandono por parte de uno de los padres, el madresolterismo, el desempleo y subempleo inciden, en la calidad de vida de estas familias, al limitar los ingresos que deben ser utilizados en la compra de alimentos, lo que tiene repercusiones en el cuidado y suministro de una dieta equilibrada que permita el desarrollo integral de sus hijos. Sin embargo, la existencia de redes de apoyo como la familia extensa, vecinos, amigos y la escuela se convierten en elementos importantes que permiten enfrentar situaciones de inseguridad alimentaria.

9.2 LA ESCUELA, UN ESPACIO DE SOCIALIZACIÓN Y DE FORMACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTARIOS.

La Cumbre mundial a favor de la infancia estableció entre sus metas la institucionalización de la vigilancia y la promoción del desarrollo infantil del escolar, difusión de conocimientos básicos para capacitar a las familias en seguridad alimentaria, expansión de la enseñanza primaria y facilitar a las familias conocimientos básicos para mejorar el nivel de vida. A su vez el Plan Nacional de Alimentación y Nutrición Colombiano, se fundamenta en los derechos constitucionales al inclinarse por la adecuada alimentación y nutrición, ya sea a nivel individual o grupal, asumiendo diferentes estrategias que permitan dar cumplimiento a los objetivos del plan. Dichas estrategias se plasman en líneas de acción que buscan el fortalecimiento de los mecanismos de coordinación, participación ciudadana, equidad e investigación a nivel municipal, departamental y nacional. Por esta razón se incorporan cuatro áreas de políticas que son: (64)

Política de nutrición, la cual se fundamenta en el bienestar humano, nutricional y alimentario de toda la población en especial de los grupos mas vulnerables como los niños, mujeres y ancianos.

Política de salud y seguridad social, esta es la principal estrategia para mejorar los indicadores de salud es el acceso al plan obligatorio de salud y que se complementa con el plan de atención básica.

Política de seguridad alimentaría, se crea con el fin de que la disponibilidad de los alimentos sea suficiente, estable, autónoma, sustentable y equitativa en el ámbito nacional, regional o local.

Política educativa, pretende facilitar que la comunidad educativa implemente la cultura de la salud, nutrición y alimentación logrando así la transformación de los escolares dentro de la sociedad y el mejoramiento de la calidad de vida.

Estas y otras políticas, programas y proyectos como la de Escuela Saludable, y el pacto por la infancia derivadas de políticas internacionales y nacionales del orden de la salud social y cultural, buscan mejorar las condiciones de vida de la población infantil y escolar. Lo anterior ha contribuido a que la escuela sea un espacio de trascendental importancia para la socialización y formación de la población infantil.

Se puede afirmar que la cultura escolar, es una forma de producción y reproducción que tiene la organización racional de la vida social cotidiana. En la escuela se desarrollan un conjunto de prácticas, saberes y representaciones que cobran vida en el clima y en el ambiente escolar, en ella los niños continúan su proceso de socialización transformando desde la escuela su cotidianidad, aprenden nuevos elementos ajenos al espacio familiar, que genera demandas desde la disciplina, el control de prácticas, saberes y representaciones en las cuales se encuentran las relacionadas con la alimentación y la nutrición (65).

En América Latina la mayoría de los escolares se encuentran concentrados en las ciudades, en Colombia cerca del 71% de la población escolar habita en el área urbana, factor que ha llevado a que las condiciones sociales y las redes de apoyo se vean afectadas por todo lo que implica la urbanización. Es así como el escolar colombiano está afectado por problemas tales como: el difícil acceso a la educación, inadecuadas condiciones de salud, la malnutrición, la exposición a la violencia, a sustancias psicoactivas, actividad sexual temprana, la inserción laboral precoz, entre otras (66).

La institución educativa en la cual se realizó esta investigación no es ajena a esta situación, la comunidad presenta un conflicto social marcado por la inseguridad, la pobreza, el desempleo que determina el crecimiento y desarrollo de la población escolar. En su mayoría los alumnos de la Escuela Tomas Carrasquilla son de estrato dos y con gran cantidad de necesidades básicas insatisfechas, lo que genera niveles de inseguridad alimentaria, que afecta el estado nutricional y por consiguiente el aprendizaje y la permanencia de los niños en la escuela.

Esta institución educativa tiene como Misión ofrecer el servicio de educación preescolar y básica primaria, con calidad y con una metodología personalizada para la comunidad. Ha sido merecedora de varios reconocimientos a nivel municipal, su

organización y disposición para el trabajo con la comunidad y el compromiso del personal directivo y docente la convierte en una institución educativa modelo, para su comunidad. Una de sus fortalezas es contar con el refrigerio escolar ofrecido por la Secretaria de Solidaridad del municipio de Medellín a todos sus alumnos.

Alrededor del refrigerio escolar, el personal directivo y profesoral de la institución, ha desarrollado diferentes actividades, que contribuyen al fomento de hábitos de alimentación saludable, además de ser una oportunidad de acceso al consumo de alimentos para los escolares que viven en situación de inseguridad alimentaria en el hogar. Las características mencionadas anteriormente, hicieron de esta institución educativa un excelente espacio para indagar por las percepciones sobre la alimentación y nutrición del escolar.

9.2.1. La escuela, un espacio para la socialización del escolar.

“Los niños son seres únicos e irrepetibles gestores de su permanente proceso de crecimiento y desarrollo y los adultos tienen el compromiso ineludible de acompañarlos inteligente y afectuosamente en dicho proceso”. Con el paso de los años el cuidado infantil ha cobrado importancia, contribuyendo al desarrollo de la puericultura, esta se encarga del conjunto de normas que imparten los adultos para una buena crianza, teniendo presente que el niño es un sujeto moldeable (67). Tradicionalmente los profesionales de la salud se han dedicado a la prevención y al tratamiento de las enfermedades infantiles, pero la tendencia moderna marca nuevos esquemas en los cuales es relevante la promoción de la salud entendida como la vida misma en la cual ganan significado los patrones de crianza, el cuidado, el ambiente familiar y social en el que el niño se desarrolla.

La etapa escolar comprendida entre los seis y once años de edad, permite al niño ampliar su espacio de socialización, gracias a sus profesores y compañeros. En esta etapa el desarrollo de los niños se caracteriza por importantes logros, en especial los relacionados con la construcción del sentido del deber y de la responsabilidad, así como de una aceleración de la socialización y la formación de la conciencia (68).

La edad escolar es un periodo determinante, ya que el niño debe desenvolverse en un escenario totalmente diferente al medio familiar protector, el nuevo medio le demanda no solo aspectos académicos, sino que es necesario adaptaciones desde lo social que le permitan coexistir con sus iguales y aprender a respetar otras líneas de autoridad diferentes a las de sus padres. Mediante el método de ensayo y error el niño acumula experiencia y se apoya en la de los demás, para conseguir habilidades que le permitan construir un código de comportamiento. La etapa escolar como un periodo de construcción, marca en el niño aspectos como el trabajo para el cual exige reconocimiento, su impulso hacia el éxito, se preocupan por como se hacen las cosas y como funcionan, es una etapa para la estructura de la personalidad, determinante para reforzar en el niño los comportamientos y la socialización e interacción con los compañeros y profesores (69).

Entre estos comportamientos cobran importancia, los relacionados con la

alimentación y nutrición del escolar, la escuela es un espacio donde el mundo del niño se amplía y en lo relacionado con la selección de alimentos el escolar gana autonomía en lo relacionado con el consumo fuera del hogar. El consumo de alimentos en la escuela está determinado por el refrigerio, la lonchera o alimentos que se lleven de la casa para la escuela, la tienda escolar y las ventas ambulantes en las cuales los niños compran alimentos al iniciar o al terminar su jornada escolar. Véase figura 5

Una de las comidas más importantes para los niños y para algunos la más completa en su balance nutricional o la única a la que tienen acceso, es el refrigerio escolar. El cambio en el estilo de vida de las familias y las cambiantes condiciones sociales ha hecho que los niños pasen la mayor parte del tiempo en las instituciones escolares, por lo anterior y ante la situación de inseguridad alimentaria de nuestras comunidades, proyectos sociales como el de restaurantes o refrigerios escolares cobra cada vez mayor importancia. La escuela como un espacio para la socialización de los escolares y para el consumo de alimentos juega un papel en el desarrollo de hábitos de alimentación adecuados.

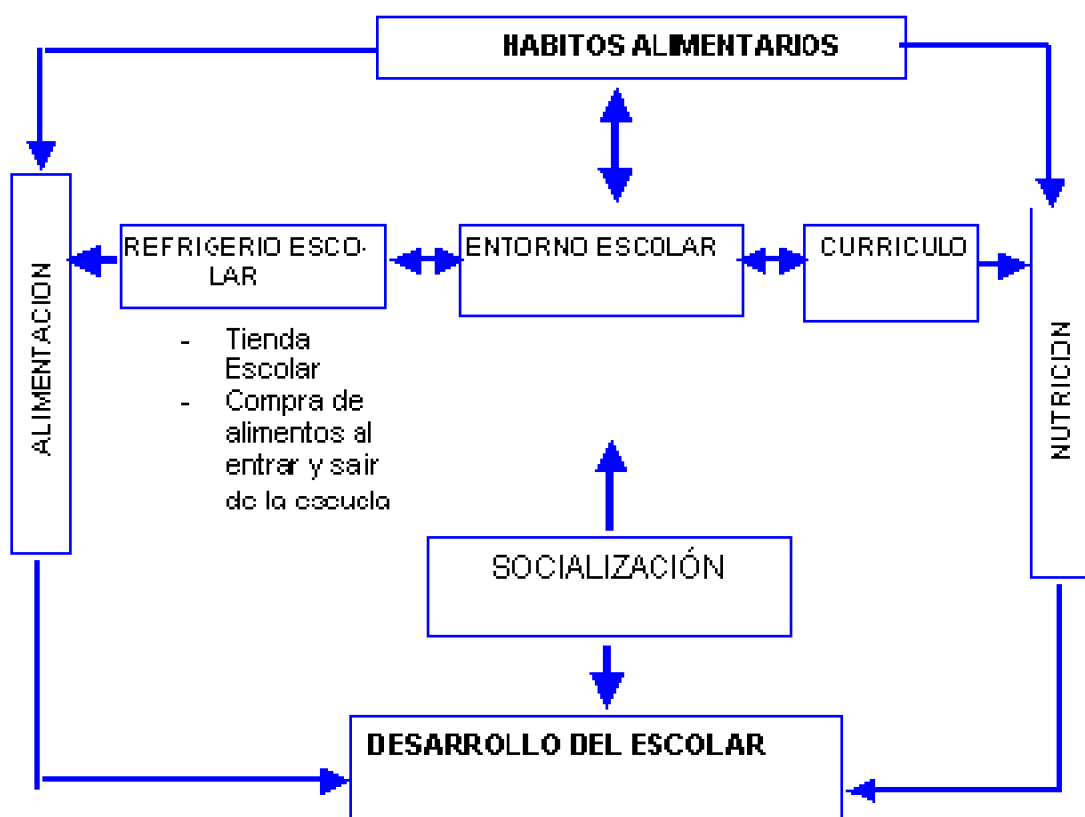


Figura 5. La escuela, un espacio para la formación de hábitos alimentarios.

9.2.2. Currículo escolar y el fomento de los hábitos alimentarios.

“Cuando les dan el refrigerio, les enfatizo mucho en el contenido nutricional de los alimentos”

La promoción de la salud mediante la escuela, es una de las estrategias más oportunas y efectivas que favorecen el desarrollo humano de los escolares. Además mejora y favorece la creación de ambientes saludables, que permitan la promoción del bienestar integral, fomento de habilidades y control de los factores de riesgo de los escolares. Por esta razón la escuela se convierte en un medio eficaz para la educación nutricional donde se trate de combinar conocimientos, aptitudes y actitudes que posibilitan prácticas saludables en la población infantil. Para lograr lo anterior se requiere que el currículo escolar se construya y se ejecute teniendo en cuenta estrategias y actividades que contribuyan a la formación de nueva cultura alimentaría.

Es conocido que la salud y la nutrición de los escolares influye de manera directa en su formación, su asistencia a la escuela y su rendimiento académico, el problema de la desnutrición en el escolar y la deficiencia específica de micro-nutrientes son considerados como problemas de alta prioridad que requieren ser tenidos en cuenta para el desarrollo de programas en nutrición y alimentación. Un estudio realizado sobre el estado nutricional y los hábitos alimentarios del 100% de los niños de la Escuela Tomas Carrasquilla conformado por 412 escolares en el año 2001, mostró que el 41% de los escolares presentaba riesgo de desnutrición global, el 46% riesgo de desnutrición crónica y el 13% riesgo de desnutrición aguda en diferentes grados de severidad y un 12% presentó exceso de peso (70).

En lo relacionado con los hábitos alimentarios se encontró un alto consumo de productos de paquete, gaseosas, dulces y bolis. La base de la alimentación esta dada por cereales, tubérculos, plátanos, mientras el consumo de alimentos fuentes de proteínas, vitaminas, minerales y calcio es insuficiente, todo lo anterior es un factor de riesgo para la salud y el buen desempeño de la población escolar (71).

Los profesores de la Institución, comparten la idea de que la escuela realiza esfuerzos para contribuir al estado nutricional de los niños, en muchos de los casos el refrigerio es la única comida a la que los niños tienen acceso, la situación socioeconómica limita el consumo de alimentos a nivel familiar. Además los profesores consideran que desde las asignaturas se hacen esfuerzos por sensibilizar a los niños frente a la importancia de una buena alimentación.

Todos los profesores tratamos de que cada niño aprenda el valor nutricional de los alimentos, que valoren los alimentos que no los destruyan. GPD

[¿El currículo de la escuela, contribuye al desarrollo de hábitos de alimentación saludable?]. Si porque nosotros cuando damos el refrigerio, nosotros les enseñamos a los niños de hábitos y de alimentación también. Uno les refuerza mucho eso aquí: GPO

[¿Tú sabes si aquí a los niños los profesores les enseñan cosas de nutrición?] Si, los profesores si les enseñan nutrición, ellos les explican que las frutas son saludables, que las leguminosas son saludables, les enseñan cuales son las leguminosas, les enseñan desde el aseo personal que es nutritivo hasta lo que consumen, los profesores si les recalcan mucho a los niños eso. TE

Los profesores argumentan que el refrigerio escolar si crea hábitos alimentarios, ya que en ese momento se les explica a los niños el valor nutricional de cada uno de los alimentos que incluye el refrigerio, se les enseña normas para comer en la mesa y los

hábitos higiénicos que se deben tener antes, durante y después de comer.

Yo creo que el refrigerio se maneja como un eje transversal del currículo. Mire que cuando usted va a trabajar los alimentos en ciencias usted referencia enseguida lo del refrigerio. GPN

[¿El currículo de la escuela contribuye al desarrollo de hábitos alimentarios saludables?] Hombre si, porque es el sentir de cada profesor y las bases del currículo. Vea que cuando hablamos de cómo nos sentimos nosotros cuando veíamos los niños con hambre y tener la oportunidad de explicarle a ellos el valor del refrigerio. Cuando vemos en ciencias naturales los grupos de alimentos, cuando vemos la parte del sistema digestivo, osea yo aprovecho esos momentos para reforzar. GPD

Y mire en matemáticas, hacemos lo del tendero. Uno va y compra para hacer un almuerzo, va que el arroz que vale tanto, que compra la libra a tanto, o tres libras, que un kilo de papas, si me entienden para que apliquen, suman y dividan y por hay derecho van aprendiendo. GPD

Y vean nosotros aprendemos a hacer jugo de tomate de árbol, para ver el tomate. Vimos el dulce de tomate de árbol. Se acuerda que pasamos tan bueno, que les enseñamos a elaborar los bombones de coco y el pan: GPD

Los profesores reconocen la importancia de sensibilizar y capacitar a los alumnos para el mejor aprovechamiento de los alimentos disponibles y para mejorar el consumo de los alimentos del refrigerio ya que muchos de los niños por el bajo consumo de los mismos en el hogar, los rechazan. Además de lo anterior destacan que requieren capacitarse para poder hacer mayores aportes a las familias y a los niños en lo referente a la alimentación y nutrición.

9.2.3 El refrigerio escolar

“Sinceramente Dios quiera que nunca nos falte”

Los programas de alimentación escolar fueron concebidos inicialmente como programas de compensación social, como una forma de aliviar las condiciones de pobreza, inseguridad alimentaria y hambre de niños y niñas. Los programas de alimentación escolar han evolucionado y cobrado renovada importancia y significación, de ello dio cuenta el encuentro Suramericano de alimentación escolar realizado en Medellín, en 1999. De acuerdo con este encuentro la alimentación escolar no puede ser solo un programa de compensación o de justicia social para calmar el hambre, debe posibilitar mejorar la calidad de los sistemas educativos, ampliar las jornadas escolares, mejorar el rendimiento de los niños, posibilitar el desarrollo educativo, el de la salud y el social (72).

En la institución educativa en la cual se realizó la investigación el refrigerio es altamente valorado por los escolares, las madres y los profesores. Para los niños el momento del refrigerio es uno de los más importantes del día, para algunos es su posibilidad de consumir una variedad de alimentos que no encuentran en su casa, compartir con sus compañeros y tener la energía suficiente para responder a las

actividades diarias. Los profesores han generado en las aulas un espacio para compartir y estimular el consumo de una mayor variedad de alimentos.

Los niños describen el refrigerio como algo especial y agradable, especialmente cuando reciben alimentos como los cereales, la leche, el yogur y los jugos. Expresan que los alimentos que hacen parte del refrigerio los ayudan a crecer, evitan que se enfermen y les aporta nutrientes.

El refrigerio de hoy estuvo rico, me gustó todo lo que me dieron. Todos los refrigerios me gustan y me como todo. Me parece que el refrigerio es muy bueno porque nos dan muchas cosas y a mi me gusta. NN

Él dice que el refrigerio es muy bueno y a él lo que más le gusta son los tales choco crispí que les dan con leche. MND11

Fue posible identificar que los niños tienen unos conocimientos básicos sobre alimentación y nutrición, pero que en muchas ocasiones dista de la realidad en la selección y el consumo de alimentos.

Es nutritivo porque nos ayuda a crecer. El quesito hace tener los dientes blancos, la leche y las frutas son alimenticios. NN

Es nutritivo porque tiene muchas vitaminas, nos ayuda para que la piel se nos vuelva bonita, el queso nos ayuda a que los dientes se nos coloquen blancos y a que no tengamos desnutrición. ND

Aunque la gran mayoría de los alimentos son de aceptación de los escolares, algunos manifiestan que el queso y el pan con salchicha, son poco agradables. Estos alimentos son de poco consumo en los hogares y muchos de los niños no tienen el hábito de consumirlos por la poca exposición a los mimos. En el caso del queso la variedad que se les ofrece es mozzarella, variedad que por su costo y características sensoriales es poco utilizado en estas familias.

Hay una cosa que no me gusta: el queso, no me gusta por que me sabe vinagre. ND

Lo único que no le gusta es el queso, de resto todo lo que le dan se lo come. MND10

El rechazo a estos alimentos hace que los niños tomen ciertas actitudes con el refrigerio como: botarlo, esconderlo o comer obligado algunos alimentos y hasta salirse del refrigerio, ya que se sienten presionados por los profesores y las personas encargadas del refrigerio.

Botan el refri porque no les gusta, y a veces se encuentran los quesos allá en el baño de las mujeres... o se lo meten al bolsillo y cuando salen lo meten en la mochila [Entrevista realizada durante la observación del refrigerio escolar].

En cuanto a las madres de familia, ellas manifiestan que la mayor fortaleza de la escuela, es el refrigerio que les ofrecen a los niños, ya que este, según ellas es nutritivo, variado, balanceado y con agradables características sensoriales.

El refrigerio que le dan a los niños en la Escuela es muy rico, para los niños que muy posiblemente se vienen muchas veces sin comer de la casa, que los padres no tienen con que despacharlos, si de pronto llegan a quitarlo hay padres que no tienen con que despacharle nada a sus hijos para la escuela. MN5.P10

Las madres enfatizan que el refrigerio es un gran ahorro para ellas y para la economía del hogar, haciendo la comparación, que con cuatrocientos pesos que vale el refrigerio semanalmente no se puede comprar un algo con alto contenido nutricional como el que les ofrecen en la escuela.

El refrigerio para nosotras las mamás es un ahorro muy grande, hoy en día con mil pesos no se compra un refrigerio para tener un niño bien. MNN3

El refrigerio que le dan a los niños es muy bueno, tanto para los niños como para uno, es una ayuda para uno, porque vea uno no puede estarles dando para el algo y mientras uno se pone a comprarles una gaseosa y un paquete de papitas, mejor les da lo que vale el refrigerio. Entonces a mí me parece espectacular lo que están haciendo con los muchachos. MND11

Para las madres es muy importante que los niños consuman el refrigerio y se preocupan de que los niños lo consuman en su totalidad. En las entrevistas, ellas referían que les consultan a sus hijos sobre el consumo del refrigerio.

Que lastima que hay niños que no lo saben apreciar, pero yo a mi niña la aconsejo mucho y le digo que cuidadito no se come el refrigerio, porque un refrigerio como el que dan acá nadie lo da. MN3

La información que las madres reciben de sus hijos acerca del refrigerio es positiva y cuando es negativa, las mamás buscan argumentos o explicaciones de las ventajas del refrigerio que se les ofrece en la escuela. Lo anterior les proporciona a las madres información acerca de los gustos y los rechazos que tienen los escolares frente al refrigerio.

Yo siempre le pregunto a ella ¿mija que le dieron de refrigerio? Entonces ella me dice mamita hoy fue un yogur o un jugo con un pan o un pastel con leche. MNO4

La impresión que tienen los profesores de la escuela Tomas Carrasquilla, acerca del refrigerio escolar es similar a la de los niños y padres de familia al afirmar que el refrigerio es un gran soporte nutricional importante para los escolares que lo reciben. Ante esto los educadores afirman:

El refrigerio es una excelente posibilidad, eso es lo mejor que les puede pasar a los muchachos y el tener el refrigerio para todos los niños, es una ganancia. GPN

“El refrigerio tiene la proteína en el queso, entonces tiene la harina en el pan y también hay algunas veces que trae carne, entonces ahí está la proteína, el jugo, entonces trae la fruta, yo pienso que eso complementa un poquito. GPN

Cada grupo de profesores describe el comportamiento de los niños en el aula de clase en el momento del refrigerio y plantean diferencias de acuerdo con el estado nutricional de los niños. Los niños que presentan exceso de peso son muy ansiosos, preguntan sobre el refrigerio, buscan la manera de llamar la atención para que les den el refrigerio, son los primeros que acaban, siempre quieren repetir y algunos llevan lonchera adicional.

Son ansiosos y preguntan [...] les encanta ese refrigerio, pero ellos desde que las señoras entran el refrigerio, ellos buscan la manera de desfilarse por el escritorio haber cual

es el refrigerio del día. GPO

En el salón tengo uno, que es uno de los primeros que termina y cuando entran las señoras del refrigerio a preguntar ¿Quién quiere repetir? Siempre levanta la mano. GPO

Mientras que los niños con adecuado estado nutricional en términos generales tienen una actitud más tranquila frente a la alimentación, consumen el refrigerio con gusto y agrado, son ordenados e ingieren el refrigerio en su totalidad (GPN) y los niños con riesgo nutricional “hacen una fiesta” quieren que les entreguen el refrigerio de inmediato, se concentran cuando están consumiendo el alimento y además quisieran repetir.

En el momento en que los niños comparten el refrigerio escolar en las aulas de clase, hay una alegría inmensa, mejor dicho, en mi salón es una fiesta [...] para ellos es una delicia la hora del refrigerio. GPD

Se quedan calladitos, yo creo que es el silencio más profundo en esta escuela, cuando ellos se están comiendo el refrigerio y están tan concentrados que no se oye nada. GPD

9.2.4. El refrigerio, un espacio para la formación de los hábitos alimentarios en el escolar.

“El refrigerio de la escuela, ha creado buenos hábitos alimentarios”

Al indagar por la escuela y su relación con la formación de hábitos alimentarios, se encontró que especialmente los profesores consideran que el refrigerio ha permitido fortalecer algunos aspectos relacionados con los hábitos y conductas alimentarias en los niños. Uno de los más notorios son los hábitos higiénicos, que se han podido construir alrededor del refrigerio.

En el momento en que los niños comparten el refrigerio, aprender a ser aseados a la hora de comer, a usar los individuales, lavarse las manos antes del refrigerio y posteriormente a cepillarse los dientes. GPD

El utilizar el individual, lavarse las manos, hace que los muchachos vayan asumiendo comportamientos y hábitos adecuados para alimentarse. GPN

En esta institución educativa se ha logrado que el momento del refrigerio sea un momento agradable para los estudiantes, caracterizado por el orden y la alegría por parte de los niños. Lo anterior genera un momento de socialización cálido, tranquilo y seguro que induce a fortalecer actitudes positivas a la hora de consumir los alimentos, promoviendo así el crecimiento y desarrollo del escolar.

9.2.5. La selección de alimentos fuera del hogar

“Compro chupetitas de esas de cien y bolis”

Otro de los lugares donde los escolares obtienen alimentos en la Escuela es en la tienda escolar y en las ventas callejeras, especialmente las que se ubican a la entrada de las escuelas. En estos espacios los niños pueden seleccionar libremente determinados

alimentos. Para indagar sobre la compra en la tienda escolar se hizo observación directa en el momento de los descansos. Los alimentos que se brindan en la tienda son especialmente productos empacados, una amplia variedad de confitería, gaseosas, bolis y productos de panadería. Al preguntarles a los niños cuales son los alimentos que más compran en la tienda, todos coinciden en que son los más económicos.

Compro unos bolicitos que valen \$300, esparquis, unas chupetitas que son picantes y mentas. También papitas fritas que son de \$300. NO3

Lo que más se vende: cositas de \$50 y de \$100 que son caramelitos de leche, dragus o colombinas, leche azucarada. Que la empaco yo misma. Los bolis, que por el calor no faltan. Yo misma los hago. TE

Para las madres el consumo del refrigerio escolar es suficiente y consideran que los niños no requieren del consumo de más alimentos en la jornada escolar, en otros casos no cuentan con dinero para que el niño lleve a la Escuela.

Por ejemplo cuando mi mamá esta trabajando en una casa, nos da de a doscientos. NN11

Nunca he sido partidaria de darle plata, ni a él, ni a ninguno de mis hijos, para que compre chucherías en la escuela. Además él se viene almorzado de la casa, el refrigerio de acá es muy bueno, entonces para que va a comprar más. MNO2

Así, yo tenga modo yo no les doy, les digo vea con eso mejor compramos otras cosas y hacemos un jugo, una cosa rica y comemos todos; mientras que usted va y se compra un mango verde [...] pero casi no acostumbro darles plata para llevar a la escuela. MND11

En la medida que el niño crece se vuelve más independiente para la selección de los alimentos, lo cual puede llevar a la malnutrición por déficit o exceso, ya que estos tienen baja calidad de nutrientes y alta densidad calórica. La publicidad es un factor determinante en la selección y consumo en la población infantil, lo que genera una gran distancia entre el discurso de los niños sobre la nutrición y los alimentos y la selección de los mismos a la hora de la compra. Los valores agregados que la publicidad incluye en los productos infantiles juegan un papel importante en la socialización y del juego de los escolares, lo que aumenta el consumo de los productos.

[...] solo por la cosita que trae adentro, es que la curiosidad, que lo compran. Para llamarles la atención a los niños, eso es lo que venden hoy en día. Si yo no la vendo la compran a fuera, entonces uno lo tiene que comprar; que porque trae el anillito, entonces la lechita, que porque trae la bolita, la canica con la que ellos juegan, entonces por eso compran el pitillito, entonces uno debe venderlo. TE

[...] el niño compra en la tienda diario sus cincuenta, cien y doscientos pesos como máximo, pero como compran después de comerse el refrigerio compran es por golosear, porque muchas veces yo encuentro que les vendo un arrocito y a veces esta regado en el patio, solo lo compran por la cosita que trae adentro. TE

En los espacios de observación sobre la compra de alimentos en la tienda escolar y en las entrevistas realizadas a los diferentes grupos de niños se encontró que a los niños les gustaría que les ofrecieran otro tipo de alimentos como frutas, preparaciones caseras

y lácteos. Lo cual debe ser tomado en cuenta por la persona que administra la tienda escolar, para que les ofrezca alimentos y preparaciones con alto valor nutricional, atractivas preparaciones y de bajo costo.

Me gustaría que en la tienda vendieran frutas, bueno las mas comunes como manzanas, mangos. NN9

Me gustaría que vendieran leche, porque es muy nutritiva y porque nos alimenta. NN

La persona que maneja la tienda manifiesta:

Yo pocas veces preparo cosas, porque uno sabe que día se va a mover la tienda y que días no, cuando esta bueno, por ejemplo: hoy es quincena, viene hacer bueno el lunes y martes, que tienen plata. Por decir algo el niño trae \$1000; \$400 para el refrigerio y \$600 para gastar, entonces hay es donde yo aprovecho y les traigo arepa con mortadela, con chorizo, con queso y mantequilla. TE

Por otra parte, los educadores de la institución coinciden en afirmar que la tienda escolar no cumple con las características que se requieren para brindarle a los niños una alimentación con una adecuada calidad nutricional, esto debido a que el espacio físico no es adecuado, los alimentos ofrecidos no se ajustan a las necesidades de los escolares y son de bajo contenido nutricional, solo se venden productos atractivos para los niños por la publicidad que acompaña sus empaques.

Yo digo honradamente que la señora de la tienda escolar, piensa en ganarse unos pesitos de más, no piensa en la necesidad de los alumnos. Pues personalmente yo pienso que la tienda de aquí no ofrece alimentos nutritivos. Pura comida chatarra. Ella necesita que los niños le compren y los niños compran lo que dice la publicidad y que trae los muñequitos y muchas veces no compran, sino por el anillito y la bombita. Si ella les vendiera por ejemplo: bananos que son baratos, que un banano nunca va a valer quinientos pesos. GPO

Esas cosas que ella vende allá no refuerzan lo que nosotros enseñamos, nosotros le habíamos solicitado que hiciera salpicón, que vendiera frutas y de pronto les hiciera avena o cosas así. GPO

Testimonios similares se encontró en los tres grupos de profesores, que participaron del proceso de investigación.

Para mejorar el servicio y las condiciones de la tienda escolar los profesores desearían que este lugar fuera un medio de educación para los niños y los padres de familia, en cuanto a la formación de adecuados hábitos alimentarios. Para esto los educadores proponen brindar educación nutricional a la persona encargada de la tienda escolar y realizar un sondeo sobre los gustos, preferencias y capacidad de compra de los escolares.

Entonces a mí me parece que hace falta, que debe entrar a un trabajo, porque el apoyo debe ser de todas partes. Hay muchas cosas ricas y atractivas que ella puede ofrecer a los niños. GPO

En el estudio sobre hábitos alimentarios realizado en la institución en el 2001, se encontró que más de la mitad de los niños compran alimentos fuera de la casa, ya sea en

la tienda escolar o en las afueras de la escuela antes de iniciar o al terminar la jornada escolar. Los alimentos que prefieren los niños para comprar son: Mango (20%), bolis (25%), alimentos empacados (47%), Gaseosas (35%) confites y dulces (35%). Lo anterior muestra que tanto la selección de los escolares, como la oferta de alimentos fuera de la casa, no favorece el adecuado consumo de nutrientes, ni la formación de hábitos adecuados de alimentación (72).

Estos alimentos ofrecidos en la calle, son de gran aceptación por parte de los escolares y son un factor de riesgo para la salud de los niños por el inadecuado manejo o manipulación que se les da a los alimentos.

Antes de entrar él dice que se compra un ponche de los que venden allá, que no me gusta porque hay veces se me ha enfermado, le da vomito, hace poco lo tuve enfermo, por haberse tomado ese ponche. MNO

Siempre antes de entrar a la escuela compro raspao de doscientos, NN5.

Compro ponche que es como una espuma y le echan como un hielito. Sabe como a cerveza. Yo creo que eso me alimenta, porque eso lleva huevo. A mi si me parece rico, para uno calmar la sed. NN8

El ponche sabe a cerveza, las solteritas saben buenas y los mangos también, yo pienso que esos alimentos están limpios y calman la sed. NO1

Por lo anterior es necesario que los educadores de la institución y los padres de familia fomenten en los escolares buenos hábitos alimentarios, orientación en la selección de alimentos nutritivos y sensibilicen del riesgo que se corre al obtener alimentos en la calle. Estas estrategias contribuirían a formar conductas alimentarias adecuadas y ofrecer al escolar una alimentación variada, equilibrada y moderada para cubrir sus necesidades nutricionales

La alimentación y el rendimiento del escolar

“Académicamente le va muy bien, nunca ha perdido años”.

El sistema educativo ha mostrado altas tasas de deserción y repitencia, para Colombia en 1997 el índice de repitencia fue de 22.5% (73) respecto a esta problemática se han realizado investigaciones centradas en su mayoría en analizar los aspectos socioeconómicos y culturales sobre el proceso de enseñanza aprendizaje, observándose escasa información, en lo que respecta al impacto que sobre él ejerce la situación alimentaria y nutricional del niño, su desarrollo cerebral y su inteligencia.

Está demostrado que la desnutrición en los primeros años de vida podría afectar el crecimiento del individuo, y que es posible lograr posteriormente una mejoría en la adecuación de la estatura y del peso corporal a través de una buena alimentación, ya que el niño continua su crecimiento hasta los 18 años. Sin embargo, hay una notable excepción en el cerebro y en general todo el sistema nervioso. La desnutrición a edad temprana reduce la tasa de división celular en el cerebro, reduciendo la mielinización y el crecimiento cerebral, por lo anterior se ha planteado que la desnutrición disminuye la capacidad intelectual. Actualmente se ha demostrado que altera el desarrollo intelectual por interferencia con la salud, niveles de energía, tasas de desarrollo motor y crecimiento y bajo nivel socioeconómico (74).

En el caso de la escuela Tomás Carrasquilla, el 46% de los niños presenta desnutrición crónica (75) porcentaje bastante similar para el resto de la población escolar según los últimos reportes de la Secretaría de Solidaridad del Municipio de Medellín. Los factores sociales adversos de nuestra población, familiares, sociales, económicos y culturales han aumentado la inseguridad alimentaria de la población y por ende el número de niños con riesgo nutricional, esto nos llevan a pensar en las implicaciones que esta situación genera sobre el rendimiento escolar.

La información suministrada por los profesores sobre el rendimiento académico de los niños con adecuado estado nutricional, revela que éstos, no tienen mal rendimiento académico, se encuentran en un nivel aceptable. Enfatizan que a los alumnos les falta dedicación, esfuerzo y buenos hábitos de estudio para obtener un mejor desempeño y participación en todas las actividades académicas que se realizan en la escuela.

Yo digo que la escuela no tiene mal rendimiento académico, pero no es un rendimiento académico alto y no pretendemos que sea muy alto, los niños están en el montoncito, ni muy buenos, ni muy malos, están ahí. Mas bien les falta dedicación y esfuerzo. GPN

En el caso de los niños con exceso en su estado nutricional los profesores manifiestan que estos escolares a la hora de realizar las actividades académicas asumen actitudes de pereza, distracción y lentitud en algunos casos. Sin embargo su rendimiento académico es bueno.

Los de mi grupo son perezosos, lentos, distraídos y se elevan con cualquier cosita. GPO

En cuanto a los profesores que desarrollaron la guía de trabajo para los niños con riesgo nutricional, aseguran que los niños presentan bajo rendimiento académico debido a sus deficiencias nutricionales. Sobre este tema los profesores dicen:

Los niños que tienen mal rendimiento académico, en mi salón, son los niños que tienen dificultades nutricionales bien graves. GPN

Sin embargo hay algunos casos excepcionales, donde el escolar presenta riesgos nutricionales y su rendimiento académico es bueno. Los profesores respaldan lo anterior afirmando que estos escolares ya han aprendido a convivir con el hambre y que lo que más afecta su rendimiento académico son los conflictos que se viven en sus hogares, más no la falta de comida.

Les afecta más, cuando ellos conocen los problemas de la casa, eso les genera un bajo rendimiento. En cambio cuando ellos saben que no hay comida, eso es como lo normal, trabajan bien y se acostumbran. GPD

Vea a mí me llama mucho la atención los niños que viven cerca del río y uno mira y el rendimiento académico es bueno. Niños que viven en tugurios, en hacinamiento y el rendimiento académico es bueno, comparándolos con otros que tienen todas las comodidades. GPD

Al hacer referencia de la relación entre el consumo de alimentos y el rendimiento escolar hay un aspecto que debe resaltarse y es la importancia del desayuno, si bien garantizar todas las comidas del día es importante para el buen crecimiento y desarrollo

del escolar, el desayuno tiene un significado especial, por ser la primera comida del día. El desayuno debe proveer el 25% de las recomendaciones de calorías y nutrientes, en América Latina muchos niños salen de sus hogares y asisten a la escuela sin desayunar, ignorándose en ocasiones las consecuencias que esta práctica puede causar en el funcionamiento cognoscitivo, en el aprendizaje y en el rendimiento escolar (76). En un estudio previo sobre hábitos alimentarios realizado en la institución educativa se encontró que a pesar de que la jornada escolar es en horas de la tarde, un 4% de los niños inicia las actividades escolares a las 12:00 m sin desayunar y un 12% sin almorzar.

Metabolitamente no desayunar o tener un ayuno mayor a diez horas, implica que el organismo no tiene una fuente exógena de combustible, macro y micronutrientes. Durante el ayuno el organismo no cuenta con el aporte de proteínas y aminoácidos necesarios para la síntesis de neurotransmisores implicados en el funcionamiento cerebral y en diferentes fases del proceso cognoscitivo. Los niveles cerebrales de sustancias relacionadas con la función cognoscitiva, con la atención, con la memoria y con la afectividad del trabajo intelectual del escolar dependen del consumo de alimentos, los cuales promueven la liberación de la insulina, que estimula la síntesis de neurotransmisores, asegurando niveles plasmáticos adecuados (77).

Tal como se aprecia en la figura 4, los niños con exceso en el estado nutricional y estado nutricional adecuado consumen proteínas y carbohidratos en el desayuno, el almuerzo y comida, presentándose mayor variedad y cantidad en los niños con exceso. En contraste el desayuno, el almuerzo y la comida de los niños con riesgo nutricional está conformado principalmente por carbohidratos. El desayuno es poco variado y con baja densidad de nutrientes y sin ningún aporte de proteínas. En muchos de los casos los niños que participaron se encontró omisión del desayuno y del almuerzo, así la primera y tal vez la única comida del día estaba representada en el refrigerio escolar.

El ayuno prolongado por disminución de la glucosa cerebral y del sustrato proteico para la síntesis de neurotransmisores influye sobre la función cognoscitiva del escolar. Investigaciones han demostrado al aplicar test de aprendizaje que el ayuno influye de manera notable en la fatiga, cansancio, debilidad y agotamiento del individuo. Las investigaciones realizadas hasta ahora no son concluyentes y es necesario seguir investigando sobre este aspecto, sin embargo todos los hallazgos apuntan a que los programas de alimentación escolar son sumamente importantes, ya que puede generar cambios en el estilo de alimentación, en la conducta alimentaria, en el estado nutricional, en la función cognoscitiva y en el rendimiento escolar (78).

9.2.7. Propuestas

“Muy rico capacitar a los padres de familia, para que los papás busquen otra forma de preparar los alimentos”.

Preocupados por la situación nutricional de los niños, los inadecuados hábitos de alimentación en la familia y en especial por la situación de hambre de muchos de los escolares, los educadores de la institución proponen ciertas estrategias que desde el aula de clase pueden realizar para contribuir a mejorar los hábitos de alimentación y el estado

nutricional de los niños de la escuela, pero enfatizan la necesidad de iniciar y promover un esfuerzo conjunto entre padres de familia, maestros, directivas de la institución, escolares y la administradora de la tienda escolar, con el ánimo de hacer que la escuela contribuya a la promoción de estilos de vida saludable mediante la educación.

Pero esa preparación debe ser a todo nivel hay que hablar con los niños, hay que hablar con las mamás, para motivarlas, hay que hablar con la señora encargada de tienda escolar y con nosotros los profesores, que debemos estar ahí, para que todos apoyemos lo mismo. Vamos a reforzar eso en los niños... sería mejor si esas charlas no las dictamos nosotros, sino la nutricionista, que ellos vean una persona diferente y una persona que esta capacitada con el tema y que pueda responder las preguntas. GPO

Para los padres de familia y la persona responsable de la tienda escolar, se recomienda aprovechar el consejo de padres que ya existe para brindarles un taller teórico práctico sobre hábitos alimentarios adecuados, preparaciones de alto valor nutricional, alta disponibilidad y bajo costo. Se sugiere que las charlas sean realizadas por una nutricionista dietista.

Bueno hay que empezar con las mamás. En el consejo de padres empezar a capacitarlos sobre nutrición, una capacitación sobre la preparación de los alimentos. GPN

Es necesario enseñarles cómo debe ser el almuerzo y qué debe ir en el desayuno, sin embargo yo creo que es mas que educación y preparación, para mi es primordial el trabajo con los profesores. GPN

Nosotros como profesores y la escuela como institución debemos exigirle a la persona que coja la tienda escolar que venda cosas que alimenten en verdad a los niños. GPD

Otras de las propuestas que surgieron de los profesores para fortalecer la alimentación y nutrición en la cultura escolar fueron:

Mire el proyecto que hablamos de hidropónicos. A mi me parece algo tan sencillo, que usted en un pedazo de matera, en un pedazo de coca vieja, o el proyecto de la huerta casera y de incrementar en ciencias sociales esas cositas. GPD

Yo creo que a los niños esto debemos enseñárselos bien rico, en forma lúdica que sean a través de juegos, de títeres bien montados, cositas que les llame la atención y que les lleve el mensaje. GPO

Y por último, los profesores identifican la necesidad de capacitarse en los temas básicos de alimentación y nutrición, que les permitan formar a los escolares como futuros adultos, padres y madres que tendrán que realizar una adecuada selección de alimentos.

Y que nosotros mismos tengamos la formación para poderles insistir a los niños en el consumo de ciertas cosas y no en consumo de otras. Porque si nosotros mismos [...] tenemos la formación para poder explicar que un alimento les conviene más que otro y por qué, entonces podemos acertar indicando qué es lo que deben comer. GPO

La Escuela saludable es aquella que realiza acciones integrales de promoción de la salud en torno al centro educativo como una oportunidad para la vida, el trabajo y el aprendizaje, propicia el desarrollo humano de los niños y niñas, permite el desarrollo de

habilidades y destrezas para cuidar la salud y colaborar con la del cuidado de la familia y la comunidad y apropiarse críticamente de los saberes, competencias, actitudes y destrezas necesarios para comprender y transformar la realidad. Construye además valores desde la escuela, fortalece la autoestima y respeta los derechos humanos (79). Todos los elementos planteados anteriormente, sin duda alguna al ser implementados contribuirían al desarrollo social desde la escuela e impactaría el ámbito familiar. Los profesionales del área de la salud y del área social están llamados a movilizar las fuerzas políticas para la toma de decisiones y para la formulación de proyectos en torno al mejoramiento del entorno escolar como un espacio determinante en el desarrollo infantil y social.

Los factores adversos que enfrenta la población, en especial la de más bajos recursos económicos hace necesarios cambios en el ámbito escolar que permitan construir una nueva cultura de la salud, en la cual la alimentación y la nutrición es un elemento de trascendental importancia, de ella depende que los recursos utilizados en educación no se desperdicien, ya que los niños en riesgo de desnutrición o desnutridos están intelectualmente debilitados. Los programas de alimentación escolar deberían ser considerados como programas que propicien el verdadero desarrollo escolar y para ello es necesario que de manera intersectorial se propicien más que estrategias para calmar el hambre, se requiere de estrategias que contribuyan al óptimo crecimiento y desarrollo del niño en la etapa escolar, esto además de mejorar el rendimiento escolar permitiría el aprovechamiento máximo de los recursos destinados a salud, educación y solidaridad social.

9.3 PERCEPCIONES FRENTE AL CUERPO DEL ESCOLAR

Al indagar por el consumo de alimentos y el estado nutricional de los escolares desde la perspectiva de los niños, las madres y los profesores, emergió la categoría percepciones frente al cuerpo infantil.⁴

La etapa escolar comprendida entre los seis y diez u once años de edad, es determinante en el desarrollo psicosocial del niño, inicialmente éste tiene el pensamiento mágico del preescolar, para posteriormente establecer sistemas de clasificación. El pensamiento pasa de ser inductivo a ser deductivo; es así, como el concepto de espacio, causalidad y tiempo cambia. Para el preescolar el tiempo estaba dado en el antes y el después, para el escolar esta dado en pasado, presente y futuro (80).

El niño en esta etapa se desenvuelve en un escenario totalmente diferente al medio familiar protector, el nuevo medio le demanda no solo aspectos académicos, sino que es necesario adaptaciones desde lo social y lo cultural que le permitan coexistir con sus

⁴ En esta categoría emergió muy poca información sobre la percepción del cuerpo de los niños con riesgo nutricional., razón por la cual este aspecto no se profundiza en este capítulo, se espera que sea un aspecto a indagar en un proceso investigativo posterior.

iguales y aprender a respetar otras líneas de autoridad diferentes a las de sus padres, y aparecen otros adultos importantes para el niño con los cuales quiere identificarse, entre ellos, los maestros. Mediante el método de ensayo y error el niño acumula experiencia y se apoya en la de los demás, para conseguir habilidades que le permitan construir un código de comportamiento (81).

La etapa escolar es un periodo de construcción que marca en el niño aspectos como el trabajo, para el cual exige reconocimiento, el éxito o fracaso gana significado en la vida cotidiana para el desarrollo de la autoestima. Hacia la edad de 6 o 7 años el niño entra en un período en donde pierden fuerza los instintos sexuales, por lo que es considerada como una etapa de latencia en el desarrollo psicosexual, en esta la estructura psíquica del escolar se enriquece de manera notable con elementos sociales y culturales, se amplía el campo del simbolismo y se enriquece el pensamiento.

Los logros importantes en lo práctico, cultural y social influyen en los patrones de alimentación porque es el momento en el cual el niño ve afianzadas la responsabilidad, el respeto mutuo y la conciencia colectiva con lo cual gana significado el qué, cómo, cuándo y dónde se come y la compañía en el momento de comer. En este momento del desarrollo es entonces, cuando el niño está capacitado para entender el por qué es importante alimentarse de un modo saludable y la relación que existe entre alimentación y cuerpo, lo que indica que el escolar inicia una etapa en la cual puede prever consecuencias en lo relacionado con la alimentación y con la corporeidad.

En esta etapa se generan los sentimientos de competencia y solidaridad. Al estar en contacto con compañeros de su mismo sexo juega un papel muy importante la percepción que el niño tiene de su corporalidad, el mundo social del niño se aumenta y aparecen los amigos y las "barras" donde no hay intereses comunes para los dos géneros y donde gana importancia la aceptación por los compañeros del mismo sexo, de ahí se generan las modas, y una conciencia corporal colectiva y se reafirma su identidad sexual como hombre o mujer. Al final de la etapa de latencia, comienza la etapa genital la cual es muy variable de acuerdo al desarrollo biológico y psicosocial, en algunos puede presentarse de manera temprana y en otros de manera tardía. En esta etapa el niño se interesa por el otro sexo y la percepción del cuerpo adquiere mayor importancia en su función socializadora (82).

Es así como desde la etapa de latencia se van formando en el sujeto las percepciones futuras del cuerpo. Esta formación está altamente influenciada por la interacción que tanto la familia como el ámbito escolar desarrollan con el individuo. Podemos concluir que "desde el día en que el niño se transforma en escolar, a esta influencia de la familia, que persiste, se une la influencia de otro ambiente social, el ambiente escolar".

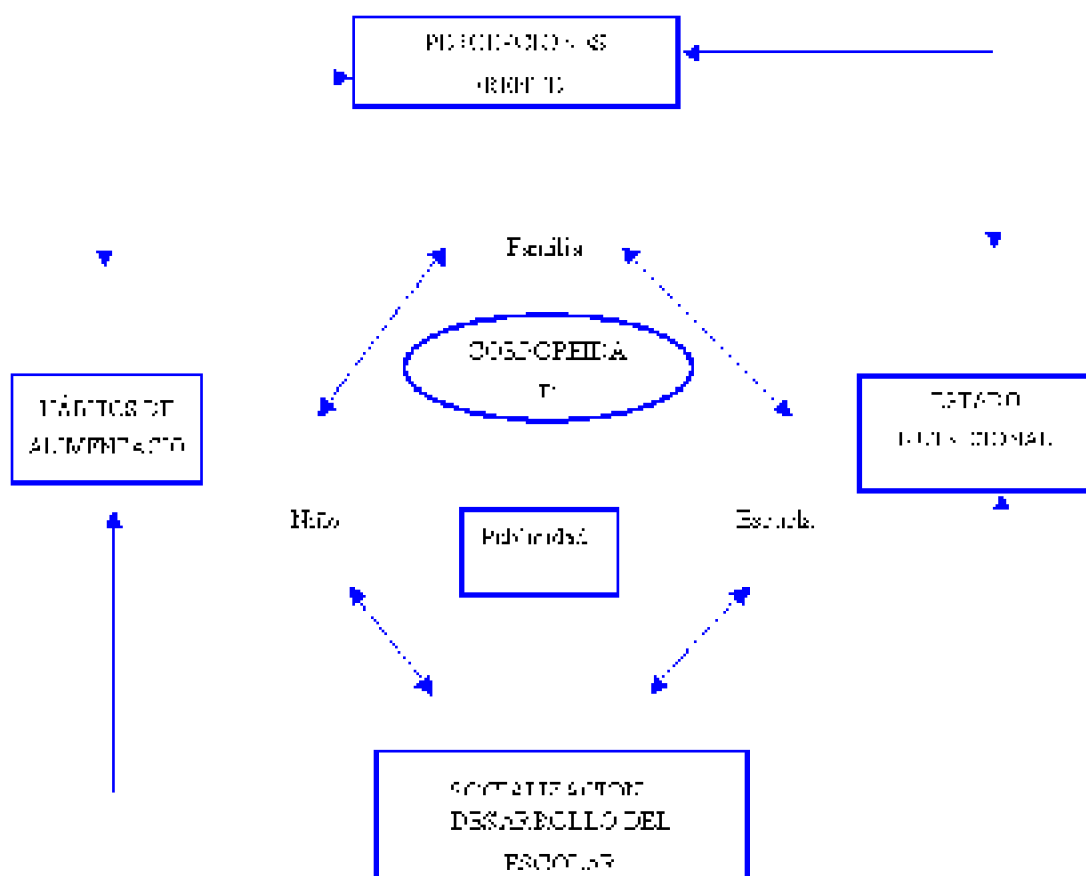


Figura 6. Percepciones frente al cuerpo Infantil.

El escolar y la construcción de su corporeidad

La corporeidad hace referencia a la conciencia corporal, que se manifiesta “en el sentido del cuerpo”, el cual tiene una doble función, de un lado percibir el propio cuerpo como emisor de información que debe ser interpretada y del otro percibir con el cuerpo la información del entorno. Se trata entonces de una experiencia en la cual se integran las dos dimensiones que atraviesan el sujeto. En el cuerpo también se presenta una interacción con la realidad y la consecuente construcción del Yo. Es así como cada individuo posee una relación afectiva, de identidad, de socialización y cultural relacionada con su propio cuerpo. Véase figura 6.

La cultura, ofrece referentes de identidad que determinan un cuerpo deseable que cargan de significado a las personas. El cuerpo es un lugar de intervención y de manifestación de los parámetros sociales. El cuerpo humano es pues, un cuerpo de época constituido en función de las demandas del entorno. Por lo tanto el cuerpo

desborda lo orgánico y es marcado por variables culturales y actitudes que están arraigadas en la condición de sujetos (83).

La cultura y la sociedad han controlado el cuerpo, especialmente el cuerpo femenino, el cual ha tenido instancias reguladoras como la vida, la iglesia, la familia y la escuela. En la actualidad el cuerpo es altamente valorado como fuente de gratificación y vehículo de buena salud física y mental, de éxito erótico y profesional, de ideal de belleza.

La corporeidad no es pues un asunto meramente biológico, sino que está atravesada por conceptos como cultura, imagen, identidad, estima. (84). En este sentido, una de las principales fuentes de formación del concepto corporal del niño se desarrolla desde su ingreso a las aulas, pues en este espacio empieza a interactuar con otros sujetos que influyen en su concepto personal del cuerpo.

Desde la infancia padres y madres emprenden un proyecto estético en sus hijos, de acuerdo con los patrones establecidos en la familia, los cuales usualmente están acompañados de un discurso de salud que tiene múltiples posibilidades de ser abordado y, que en muchos casos, puede generar una inadecuada conducta alimentaria (85).

“Las pautas de conducta que rigen nuestras vidas domésticas están fuertemente arraigadas en la tradición y, siendo la familia el primer escenario de la convivencia social, toda transformación que en ella se produce tiene enorme trascendencia en el ejercicio de las funciones socializadoras y educativas que se derivan de ella provocando cambios y tendencias de consumo de alimentos” (86).

El cuerpo en el ser humano no es sólo un organismo, es la construcción que se hace de dicho organismo gracias a una imagen. Esta imagen está estrechamente ligada con la percepción que la madre o quien hace las veces de cuidador del niño o del escolar, ya que este comienza la construcción de la imagen corporal gracias a la identificación con su madre. Más adelante, en la etapa escolar, el niño tiene interacción con el entorno que lo rodea que también influye en la imagen que éste tiene de su cuerpo. “El sentimiento de un cuerpo es una resultante de la relación a otro, es el efecto producido por la constitución de una relación en espejo” (87). Se puede inferir, que las pautas alimentarias están muy influenciadas por la percepción que el niño, sus padres, y más adelante el entorno escolar, tienen sobre la imagen corporal. Puede ocurrir entonces, que la imagen corporal, no siempre corresponde a la realidad, así un niño con adecuado estado nutricional puede sentir que tiene exceso de peso.

Ella cuando se coloca la ropa, me dice: vea mami ya me sirve este pantalón, me queda mucho mejor, se coloca un vestido y me dice: mami, ese me queda muy feo, se mira mucho en el espejo, es horrible. MN3

Todos los días habla de que ella se siente gorda, para ella es muy importante el peso. MN3

“La corporalidad se constituye en un instrumento precioso de nuestra propia personalidad, sirve para tomar contacto con el exterior, comparándonos con otros cuerpos y objetos” (88). Al indagar por la percepción de los escolares frente a su cuerpo, se devela el ideal estético, la imagen corporal y los sentimientos frente al cuerpo lo que crea un alto impacto en el concepto local de moda que rodea al sujeto en su entorno

cultural y que es magnificado por los medios de comunicación y la publicidad. Estas herramientas se convierten hoy en día en remitente principal de los sujetos a la hora de crear su propio concepto de estética.

Me gustaría tener el cuerpo de la Barbie, así como flaquita. NN11

Uno se ve más bonito, flaco, porque a uno le echan piropos y todo. NO

Estos dos testimonios son una clara muestra de cómo ha afectado lo recibido por el ambiente que rodea el concepto estético no solo de la juventud paisa, sino también de los niños en etapa escolar lo recibido por el ambiente que los rodea, especialmente los medios de comunicación. En estos se refuerza constantemente el ideal de delgadez como el referente estético que marca las tendencias de nuestra sociedad.

Los escolares desde pequeños, aun siendo niños escolares, se ven enfrentados a las demandas del medio y a las demandas sociales; y además, pretenden que la persona que esté a su lado, cumpla con un ideal estético al cual ellos no se ajustan en este momento.

Me gustaría ser flaco porque tengo novia flaca. NO

Me gustan las niñas flacas y no me gustan las gordas. NO6

Los testimonios anteriores revelan como los niños no solo generan estereotipos para ellos, sino que los exigen de los demás. esto demuestra que la figura corporal puede ser uno de los elementos de aceptación o de rechazo entre los niños y entre los grupos de amigos que se forman en la escuela.

Tal como se mencionó al inicio del texto, es en la escuela donde el niño amplía su proceso de socialización, este es el lugar donde él disfruta la mayor parte de su tiempo y es aquí donde hace innumerables contactos, comparte con sus amigos y profesores e interactúa con parte del mundo exterior; sin embargo, también se convierte en el lugar donde el niño está más expuesto a la aceptación o rechazo por su apariencia física o su actitud; lo cual incide de manera importante en el desarrollo del escolar.

Después del hogar, la escuela se convierte en el lugar donde el niño pasa la mayor parte del tiempo y, según esto, los profesores son las personas que comparten con él todas sus experiencias tanto familiares como curriculares, siendo testigos de la interrelación entre el niño y los demás compañeros de clase. El profesor es alguien importante en la vida del escolar y puede llegar a ser muy influyente en los cambios de actitud y comportamiento.

Los niños aprenden de acuerdo con la relación que establecen con su profesor y con el grupo al que pertenecen, por esto es tan importante la inclusión del grupo en el aprendizaje. El niño aprenderá más cuando se cumplan las tres reglas fundamentales de pertenencia, cooperación y pertinencia a un grupo. Esta relación que el niño establece con su profesor y su grupo de compañeros está subrayada por su esquema corporal, su aceptación o rechazo dentro del grupo: "Siguiendo el aprendizaje en términos de conducta alimentaria, podemos seguir paso a paso todos sus trastornos. El aprender y el enseñar forman una pareja que tiene modelos semejantes al alimentario. El enseñar, es enseñar a comer, a vigilar la comida, y a cuidar el cuerpo" (89).

Se puede concluir que la corporeidad del escolar está determinada por factores tanto familiares, como de identificación con otras figuras como profesores y compañeros. El escolar se encuentra en una etapa donde está socializándose y el cuerpo es el “instrumento” por medio del cual logra dicha socialización. Por esto la imagen corporal que tenga el escolar de su cuerpo y la concepción que tiene de este, desde el hogar, se ve enriquecida en esta etapa que, además, al estar atravesada por el aprendizaje, se hace sumamente básica para la adquisición de hábitos alimentarios adecuados.

Si el escolar tiene unos buenos hábitos alimentarios desde su hogar y éstos le son reforzados en el ámbito escolar, es posible que sea menos susceptible a caer en inadecuadas prácticas alimentarias o en el juego estético planteado por los medios de comunicación y la moda. Sin embargo, si éstos hábitos no son planteados al niño desde sus primeros años con argumentos sólidos que le clarifiquen la importancia de los mismos, entonces se corre el riesgo de que el escolar caiga en conductas como las descritas anteriormente.

9.3.2. Los hábitos alimentarios y la imagen corporal

Los hábitos alimentarios y su relación con la imagen corporal están influenciados por los medios de comunicación, éstos generan una campaña explosiva que impone la necesidad de consumir ciertos alimentos, a los cuales la publicidad y el mercadeo les atribuyen significados especiales de alto valor para la población infantil como: estatus, poder, belleza, salud, fuerza (90).

En la actualidad, las consecuencias de esas décadas de mercantilización de los productos desencadenan en la comercialización de la imagen que ha alcanzado a adultos, jóvenes y niños. Al mismo tiempo que los medios de comunicación ofertan alimentos cuya función es la de proporcionar una gratificación inmediata a los deseos, la publicidad impone como ideal estético una figura delgada “Es una cultura contradictoria: los medios de comunicación incitan al consumidor a comer al mismo tiempo que subrayan la importancia de estar delgado” (91). El constante bombardeo de la publicidad llega a crear problemas con la propia imagen. La percepción del ideal estético afecta a las personas que no pueden cumplir con este cuerpo propuesto por los medios.

Analizando la influencia que los medios de comunicación ejercen en los hábitos de consumo de la población infantil, encontramos que los alimentos son algunos de los productos más fuertemente comercializados en programas de televisión para niños. Al hacer el análisis de un estudio realizado en Estados Unidos se encontró que la mayoría de los alimentos que se promocionan son altos en grasas, azúcar y/o sal (92).

Los mil pesos me los gasto en papitas de limón y bombones. NO

Compro papitas, esparquis y de esos nuevos que son a cien, gaseosas, cosas así.
NO1

Pese a que los niños identifican cuáles son los alimentos de mayor valor nutricional y que son adecuados para su salud, “Pollo, lentejas, carne, arroz, frutas, verduras” (ND NN NO), se puede ver la influencia que tienen los medios de comunicación a la hora de que los escolares elijan los alimentos, sobretodo en el espacio extrafamiliar.

Es por esto que a la hora de implementar estrategias educativas se hace necesario el saber por qué los escolares, aun sabiendo cuales son los alimentos nutritivos, prefieren los alimentos que son ofertados por los medios de comunicación. Para poder promover hábitos alimentarios saludables, se hace necesario además, crear estrategias que permitan al escolar adoptar una posición crítica y de responsabilidad a la hora de escoger sus alimentos, acorde con la etapa de su desarrollo.

Si los hábitos alimentarios no son transmitidos de una forma adecuada por parte de la familia, y en segunda instancia la escuela, pueden surgir los trastornos alimentarios, que son influenciados por la percepción que tiene el sujeto de su cuerpo la cual está, directamente relacionada con los prototipos propuestos por los medios de comunicación, la moda y la cosmética.

En Medellín por ejemplo, estos tres factores han desencadenado un estereotipo que impone una silueta de mujer que no es posible alcanzar por el biotipo de las mujeres Colombianas, lo que ha impulsado la construcción de mujeres sintéticas, con ejercitación de los músculos, cuyo objetivo es el moldeamiento forzado de los cuerpos, acompañado de una inadecuada conducta alimentaria (93).

Al indagar por las percepciones sobre el estado nutricional del escolar en el grupo de niños, madres y profesores, se encontraron grandes inquietudes en torno tanto al estado nutricional, como a los hábitos alimentarios de los niños con exceso de peso, debido a que esta población presenta peculiaridades en lo referente a la percepción de su imagen corporal y los hábitos de consumo de alimentos. Lo contrario sucedió con los niños que presentaron un adecuado estado nutricional y riesgo nutricional, las preocupaciones frente a estos últimos estuvieron marcadas por la relación socio cultural en la cual el niño se desarrolla y las implicaciones que esto tiene en el consumo de alimentos. De acuerdo con lo anterior, se ve la necesidad de presentar las percepciones sobre el exceso de peso vistas por los niños, padres y maestros.

9.3.3. Obesidad y autopercepción

El exceso de peso es una consecuencia del desequilibrio entre ingestión del consumo de alimentos en relación con el gasto de energía, lo cual puede desencadenar en obesidad la cual está caracterizada por acumulación excesiva de grasa corporal. Este estado fisiológico no sólo debe ser considerado como factor de riesgo para la salud orgánica sino también una manifestación sintomática de que algo puede estar sucediendo a nivel comportamental o psicológico. La experiencia corporal vivenciada por el obeso genera un sinnúmero de consecuencias que trascienden no solo a nivel emocional sino también familiar y social. El escolar está socializando su corporeidad en esta etapa, y es por esto que la obesidad puede vivenciarse como algo angustiante y la alta ingestión de alimentos también puede ser considerada como un indicador de que el niño está padeciendo un conflicto psíquico donde el alimento cumple la función simbólica de "consuelo". Véase figura 7.

La obesidad, además de acarrear consecuencias que predisponen al sujeto a padecer enfermedades, produce una sensación de culpa y remordimiento en el escolar,

por que la etapa de desarrollo en que se encuentra puede “generar un malestar interno del cuerpo, un temor al ridículo, un proceso de deterioro de la autoimagen y de la seguridad personal” (94). En el niño, se está produciendo el proceso de socialización con el entorno y se está construyendo la autoestima se puede generar un conflicto con su corporeidad. Esto se puede comprobar a través de testimonios como:

O como se pudo sentir él, cuando fuimos a la aventura de la vida, todo el mundo estrenando camiseta y ninguna talla de las que mandaron le servia. GPO

Se puede decir que, según algunos autores, muchas veces las personas con sobrepeso en lugar de transmitir una imagen sana y de nutrición, dan una imagen de mal manejo alimenticio y de algunos problemas de autoestima o emocionales, los cuales tratan de resolver a través de la comida. También se puede afirmar que tener exceso en el estado nutricional no esta necesariamente asociado con la buena nutrición.

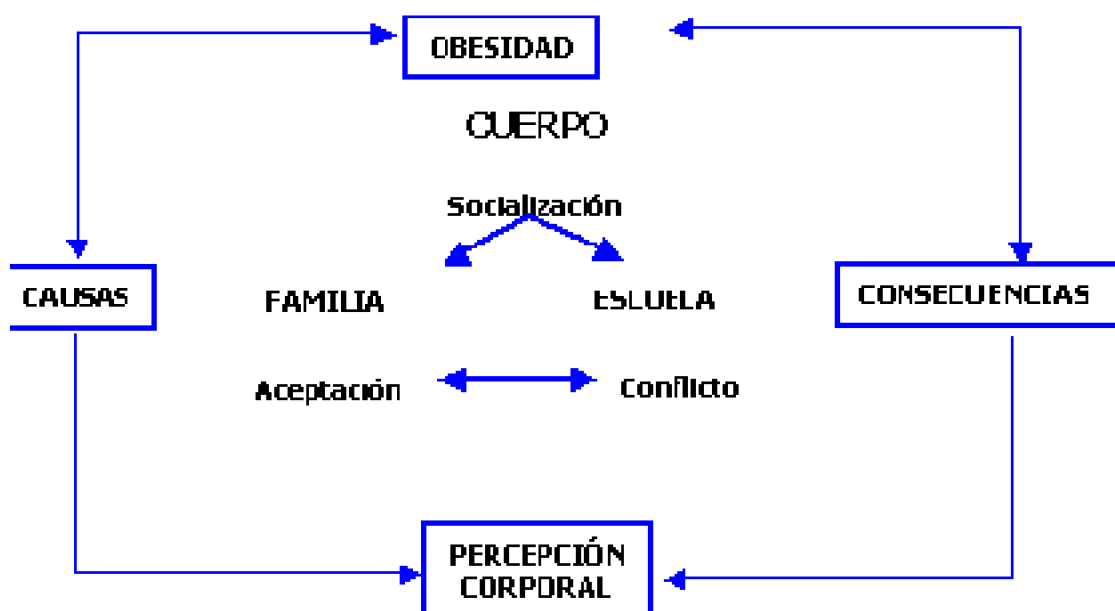


Figura 7. Percepción frente a la obesidad del escolar

9.3.4. Un vistazo a algunas causas de la obesidad

“Son caprichosos, exigentes y la mamá les tapa la boca con todo lo que piden”

La percepción de profesores, madres y niños sobre la obesidad tiene como causas la soledad, el consumo de algunos alimentos, las circunstancias sociales en las que viven algunos niños, pero de manera especial se resalta la ansiedad como la causa primordial que ocasiona el excesivo consumo de alimentos.

Las madres y/o profesores perciben que los niños con exceso de peso u obesidad presentan una conducta mediada por los excesos en la alimentación, las percepciones de los niños, madres y profesores develan como causas de dicha ansiedad:

Ella le dice a uno: me da una arepa, y después le dice: me da un pan, me da una galleta , me da unas papitas, me da un bombón, ¡es exagerada! MO7

Yo le doy la comida y él está viendo televisión, no me puede ver porque me dice: mami tengo hambre y yo le digo: ¿tú me ves cara de comida?, pero si ya almorzaste. Yo alego con él, y le digo ¿porque no tomás un vasito de agua y te acuestas?. Y cuando me voy a hacer alguna cosa, llego y ahí está ese muchacho bien sentado comiendo. MO1

...hasta repite, es la verdad, se lo come todo y repite. MO2

Yo digo que es exagerado, no es tan gordo para lo que consume. MO1

El estado de ánimo, la tristeza y la ansiedad, tienen una estrecha relación con los hábitos alimentarios y la forma de comer de los escolares; de igual forma, la compañía se convierte en un factor determinante de la actitud del niño frente a la alimentación.

La situación social de las familias demanda que tanto padres como madres se vinculen a la fuerza laboral, lo que genera en muchos casos el dejar los escolares solos, responsables de su propia alimentación. La soledad aparece como un factor desencadenante del consumo excesivo de alimentos

Como se queda sola en la casa entonces me dijo: sí, deme el desayuno, entonces desayunó y se fue para la clase de deportes y cuando yo volví, ella ya había llegado y se había comido un sánduche, chocolate, yo le dije: pero usted si es exagerada, enseguida se va a almorzar y dónde se va a meter toda esa comida. MO7

Como mucho cuando estoy sola, cuando no hay nadie en la casa y me toca quedarme sola. NO

Para otros la causa es la ansiedad, la cual es conceptualizada como una conducta desorganizada que tiende imperiosamente a ordenarse (95); por lo tanto, la comida en este caso cumple la función de aplacar o intentar organizar fallidamente un conflicto vivenciado por el niño. “En todos los casos, la adicción a la comida representa un intento infructuoso de dominar la culpa, la depresión o la angustia mediante la actividad incorporativa” (96).

Es que ella es más bien nerviosa, entonces ella empieza esa comedera de chicle. MO4

Cuando estoy aburrido en la casa, que estoy castigado, me toca llamar a mi mamá para que me deje comer. NO

Pero eso es como una ansiedad que ella mantiene, como un desespero, porque aunque ella esté llena ella come [...] por épocas se pone que come mucho y otras veces como que merma. MO7

El ambiente familiar en el cual se desarrolla el niño es verdaderamente influyente en sus hábitos alimentarios y en su comportamiento. Específicamente en este grupo de escolares, los profesores notan cierto descuido y falta de control de parte de los padres y por este motivo, los niños encuentran en la comida y en el comer constantemente la mejor manera de llamar la atención y lograr un acercamiento.

Los patrones de crianza que permitan a los niños el fortalecimiento de la disciplina y la toma de decisiones que favorezcan su salud y su calidad de vida protegen al escolar

de la aparición de trastornos alimentarios e inadecuados patrones de alimentación. Aquí son los profesores los que perciben con mayor facilidad la relación entre la madre y el escolar y como esto influye en la alimentación y la nutrición.

Falta de control en la casa y la comida. GPO

Mal ambiente familiar; ellos por la situación se vuelven inestables y compensan la situación con alimentos. GPO

Piden comida para llamar la atención, que muchas veces no los alcanzan a ver. GPO

Son muchas las causas que pueden llevar a tener exceso de peso; y entre ellas la genética y los hábitos alimentarios juegan un papel clave. Estas causas son percibidas por los profesores; los cuales manifiestan las diferentes situaciones que llevaron al niño a tener exceso de peso; algunas comunes, otras tal vez extrañas y preocupantes como la habilidad para manipular y de esta forma conseguir comida, la actitud frente a ésta y el papel que juega el deporte en la vida de estos niños. Además, la actitud de la madre juega un papel determinante.

Comen comida chatarra. GPO

Son manipuladores en la casa: es que tengo hambre, todo el tiempo con esa cantaleta; nadie es capaz de aguantarse, teniendo comida. GPO

Desorganizados, no tienen horarios, comen una cosa detrás de la otra. GPO

Los profesores manifiestan comportamientos típicos de los niños con este estado nutricional, los describen como caprichosos, exigentes y también ansiosos, siendo la ansiedad y el deseo de comer uno de los aspectos más relevantes que ha conducido al exceso de peso que se observa en los escolares.

Aunque no lo tengan, buscan el mecate. GPO

Piden monedas para comprar parva. GPO

Nunca desprecian cosas que les gustan. GPO

Mastica mal, por eso les da hambre más rápido. GPO

Repiten refrigerio aún estando llenos. GPO

También se aducen causas orgánicas:

Es por la glándula. GPO

Mal funcionamiento de la hormona. GPO1

De acuerdo con la percepción de los profesores el alimento parece ser utilizado como instrumento para acallar a algunos niños por parte de sus familiares. En algunos hogares donde se presentan circunstancias difíciles, parece ser que la forma de aplacar la ansiedad que dichas condiciones genera en los niños es a través de la compensación con comida. Con esto las madres lo que realmente logran es deformar los hábitos de alimentación, lo cual favorece la obesidad.

Y otra cosa es que esos niños son hijos únicos, que son caprichosos y que exigen y a la mamá está acostumbrada de tapanle la boca con todo lo que piden. GPO

Los papás les dan y les dan comida, no los controlan para que no las desespere y entonces les dan para taparles la boca, con la comida que ellos quieran y muchas veces les dan monedas para que compren en la tienda. GPO

Pero es que estos niños que tienen problemas de obesidad, demandan tanto que la mamá mantiene el surtidito de parva, surtidito de cositas en la nevera y a veces mucha carne fría. GPO

El factor de orden social también aparece como determinante para la ansiedad y donde al parecer, la comida cumple un papel para aplacarla en este grupo de niños con exceso de peso.

La ansiedad los hace comer mucho, ese estrés que manejan los muchachos, por la situación que maneja el barrio, como se calienta, como dicen ellos, hay tanta violencia y eso dispara la indisciplina y las ganas de comer, a estos niños les toca vivir en una violencia tremenda, entonces ellos comen por estrés y el estrés les da con gastritis. GPO

Comen desesperadamente y constantemente, es un niño nervioso, se volvió obeso después de ver un accidente. GPO

La ansiedad y los nervios le daban por comer. GPO

La ansiedad y el consumo excesivo de alimentos guarda relación con una fijación en la fase oral, etapa del desarrollo psicosexual, en la cual el alimento está ligado a una experiencia satisfactoria que queda marcada en el individuo como excitación placentera de la cavidad oral y de los labios; lo que está estrechamente relacionado con la alimentación. Los placeres y dolores sirven principalmente para la fijación de hábitos. En este caso, comer es registrado como una sensación placentera que aplaca estados de ánimo que son vivenciados como displacenteros, tales como aburrición, tristeza, ansiedad. "La persona que come compulsivamente utiliza los alimentos como un sedante. La comida es un pacificador, así como algunos lo hacen con las drogas, el alcohol o los tranquilizantes" (97).

Hay una asociación, o algo así con los comelones. Imagínese todos tratando de controlarlo, como cualquier vicio y apenas lo van a controlar, el estómago ya está acostumbrado a recibir cada ratito comida, eso hace que se comporten como un pichoncito con el pico abierto a toda hora. GPO

Yo he visto en todos los grupos que estos niños obesitos, que fuera de lo que se les da aquí, traen su mecato o su platica para comprar y les brega uno y no. Por lo general ellos mastican mal y tragan muy rápido. GPO

Otra de las causas de la obesidad se atribuyen al consumo de algunos alimentos:

Porque todos los días al desayuno como mucha mantequilla. Si no comiera mantequilla no estuviera así tan gorda como yo. NO

Como vimos, son varias las causas que generan malos hábitos alimentarios que desencadenan la obesidad, siendo el más relevante la ansiedad, la cual puede ser generada por circunstancias familiares, escolares o sociales, por lo cual se hace fundamental que las entidades o personas encargadas de la formación del individuo presten gran atención a estos síntomas y apliquen correctivos adecuados para evitarlos.

Con un buen acompañamiento de sus mayores y profesionales de la salud, el niño puede moldear la percepción que tiene de sí mismo y de su cuerpo, de manera que corresponda con su realidad y la del entorno que lo rodea, así, el niño podrá lograr los parámetros corporales que influyen adecuadamente en su salud y buen desarrollo, según los estándares nutricionales normales.

9.3.5. Percepción del escolar frente a su estado nutricional:

“Me siento bien, así como estoy”

Con el propósito de responder a los objetivos de la investigación, se indagó a los escolares sobre la percepción frente a su estado nutricional.

Los niños escolares con exceso de peso entre los 6 y los 9 años, son concientes de su estado nutricional y de su cuerpo; Para estos niños el hecho de estar gordos no es sinónimo de malnutrición; por el contrario, ellos se perciben bien nutridos y bien alimentados y, encuentran cualquier justificación a su exceso de peso. Es así, como la herencia o “constitución”, la forma de comer y algunos alimentos, se convierten en factores directamente responsables del sobrepeso.

En esta etapa del desarrollo los niños tienden a agruparse con pequeños de su mismo sexo, por lo cual aún no se ha manifestado la necesidad de agrandar al otro sexo y esto hace que su percepción corporal no se vea tan afectada como en niños mayores.

Yo pienso que mi estado de nutrición está bien, porque yo me miro y estoy gordo porque me alimento bastante. NO3

Tengo sobrepeso porque como mucho, todo el día al desayuno y al almuerzo. NO

Al indagar cómo perciben su exceso de peso, los niños tienen diferentes respuestas:

Algunos se identifican con sus padres:

Porque mi papito y todos los de mi casa nacieron así y mi mamá también es gordita. NO

De pronto en la comida no va; porque si fuera uno de esos niños comilones que exageran, no sé, yo pienso que más bien es por herencia. MO3

Pues nosotros de por si venimos de familia más bien robusta y por parte del papá también. MO1

Estos testimonios dan cuenta de la identificación que los hijos hacen con sus padres; ya que ésta, es un proceso psicológico “mediante el cual un sujeto asimila un aspecto o una propiedad, un atributo de otro y se transforma total o parcialmente, sobre el modelo de aquel” (98). Si bien este mecanismo puede observarse en psicopatologías, también es un proceso normal dentro del desarrollo psicológico del niño. Este proceso se puede dar por simpatía, empatía o admiración de una figura significativa como en este caso, los padres; por lo cual, al niño se le genera al interior un conflicto; puesto que si bien es un atributo de esa “figura admirada” (Padre o madre) la obesidad en este caso es censurada y rechazada socialmente.

Yo no como casi, yo no tengo la culpa, no ves que soy como mi papá. NO4

La concepción que tiene el niño de su cuerpo, se ve influenciada por la percepción y las opiniones de otras personas. Aspecto que es determinante en el desarrollo de la imagen corporal. Mientras algunos niños aceptan su cuerpo, otros manejan sentimientos de culpa frente a su cuerpo, a causa de exceso de peso.

Me decía que los niños le decían buñuelo [...] Pero papi por lo mismo, porque comes bastante, él llora [...] y le digo que no le pare bolas a eso. MO1

El no tiene prejuicios de ninguna clase. A él no le interesa si allí lo vieron gordo, si le dijeron aquello o no, él es muy tranquilo, asimila su gordura sin ningún problema, no le da pena de nada. PNO6

Frente a esta imagen corporal –obesidad- los niños sienten que son señalados o censurados, se asumen diferentes reacciones o conductas defensivas que son “técnicas con las que opera la personalidad total para mantener un equilibrio homeostático, eliminando una fuente de inseguridad, peligro, tensión o ansiedad”. Son técnicas que logran que el sujeto se adapte a una situación pero no resuelven el conflicto más profundo, en este caso la obesidad y las implicaciones psicológicas que conlleva. Esto se puede evidenciar en los testimonios donde la niña “racionaliza” formas de negación como razones o argumentos para evitar el conflicto, en este caso el aspecto de la obesidad poniéndolo como un ideal cultural (la gorda de botero) o negando que esta situación le afecta:

No, a ella no le preocupa mucho que digamos, pues es que aquí los compañeritos le gritan que es una gorda de botero; y ella les contesta: ah!, mejor soy famosa, soy gordita botero y soy famosa. MO4

Como estás de barrigona con sólo diez años. ah! que no le hace mamita. MO4

Una vez el niño abandona la primera etapa escolar y se empieza a adentrar en la preadolescencia, se inician unos procesos de socialización diferente, en el cual ya se manifiesta un interés distinto y más marcado por sus compañeros de otro sexo y, por lo tanto, empieza a preocuparse por su figura.

Ahora si le está dando penita por las niñas, le dicen que está muy gordo y él me dice: mami, yo que hago, ayúdeme a adelgazar. MO6

Váyase poniendo las pilas para que vaya adelgazando para que tenga un cuerpo bien bonito. MO4

Ellos frente a su cuerpo sienten como rechazo, porque además le dicen “hay como estas de gordo” “es que si se toma toda la sopita” y ellos se sienten mal, es un motivo mas de preocupación y que desgraciadamente los hace comer mas, porque les crea mas ansiedad. GPO

En esta etapa de la vida la aprobación es un modo de reafirmar el yo, por lo tanto el niño con exceso de peso vivencia conflictos con su imagen corporal porque siente que no es aceptado porque siempre se genera la pregunta “qué van a decir de mi?” “me encontrarán bien” “Si alguien nos dice que tenemos un supuesto defecto, especialmente si es en forma de burla, como es frecuente durante la infancia y la adolescencia, podemos establecer una gran modificación en nuestro esquema corporal, que además puede constituir un gran trauma psíquico que origine sentimientos de inferioridad e

incluso un auténtico complejo” (99).

Pueden ser las burlas, o sea, son muchas cosas, es que ahora es muy difícil, o sea, cuando ven a un niño así la gente se ríe. MO1

Pues yo aparentemente la veo bien, pues ella para tener esos años es muy grande, muy alta y muy troza. Yo la molesto y le digo: usted va a quedar como yo, porque ella me dice: ay mami usted tan gorda, y entonces yo le digo: no me critiques que mira vos como estás de gordita. MN10

Y las veces que hemos ido a piscina no se mete, porque él se siente que se puede ahogar mas fácil que todo el mundo, ósea él siente que esta en un riesgo mayor y yo pienso que siente pena, de que los vean en la pantaloneta. GPO

Los sentimientos de los niños reflejan el grado de autoestima y la importancia que tiene para ellos el cuerpo y básicamente la estética. La apariencia física influye de manera directa en lo que piensan los niños, siendo para algunos motivo de llanto y preocupación; mientras que para otros pasa aparentemente desapercibido y no se le presta mucha importancia. Sin embargo, es fundamental que los niños traten abiertamente este tema.

9.3.6. Percepciones de la madre frente al estado nutricional del escolar

“En mi concepto lo veo bien”.

Las madres son las responsables de la alimentación en el hogar, las conductas que ellas promueven entre los diferentes miembros de la familia son determinantes en la adquisición de hábitos y conductas alimentarias en los escolares. De acuerdo con la cultura alimentaria, los colectivos, las familias y los individuos, determinan lo que puede ser comido, el concepto de lo que es sano o nutritivo para comer. Los padres son fundamentales en el manejo que el niño le da a su cuerpo y en promover aceptación y adopción de conductas alimentarias y de vivir, que le permitan al niño un desarrollo físico y mental saludable.

La corporeidad entendiéndose ésta desde el exceso de peso, no siempre es un factor de alarma o un motivo de preocupación para las madres. “Existe un tipo de madre que protege y alimenta en exceso a los niños; ella misma se representa a través de los alimentos. Si sus hijos comen tiene la sensación de ser aceptada; si rechazan la comida, se siente rechazada” (100). Para estas madres el hecho de que sus hijos tengan exceso de peso no es preocupante o es sinónimo de buena salud.

La percepción de estas madres frente al estado nutricional de los niños con exceso de peso es la siguiente:

No le veo ninguna enfermedad, es un niño aliviado, se mantiene alegre, contento; yo lo veo bien. MO2

Yo pienso que el estado de salud es bueno, es normal, es que yo no lo veo así demasiado gordo, tampoco en exageración, lo veo casi normal. MO3

No, él está es macizo, él tiene un poquito de barriga pero no lo veo como supremamente gordo...hay niños que están más gordos que él, que son gordos pero no son altos, son gordos y bajitos. MO1

Otras madres con una visión diferente de los excesos nutricionales y de la corporeidad de sus hijos, llegan incluso a ser demasiado fuertes cuando opinan al respecto. "El cuerpo se constituye en lo único que nos evidencia materialmente ante los otros, de lo que se desprende que le confiera identidad a una persona para diferenciarla y distinguirla del resto" (101). Este aspecto llama la atención ya que puede estar afectando la percepción corporal de los escolares que viven esta situación:

Pero es que ella es sobretodo muy barrigona, porque de cuerpo a mí me parece que tiene piernas, cadera, todo normal, pero es muy barrigona y ella para la edad que tiene, a mí no me gusta que sea así [...] personalmente como la mamá no la quiero ver flaca o que vaya a aguantar hambre por verse bonita, pero si me gustaría que moderara un poquito la forma de comer. MO7

Ella es gordita pues, si me la viera; ella es muy gordita, sobretodo muy barrigona, yo le digo: como estás de barrigona con sólo diez años. MO4

9.3.7. Percepción de los profesores frente al estado nutricional del escolar.

"Uno los ve sanitos, gorditos y con ánimo"

Los profesores son concientes de la situación alimentaria y nutricional que se vive en la escuela y en relación a los niños con exceso de peso, tienen su propio concepto; definiendo a la obesidad como un desorden alimenticio por exceso. Mientras observan a los niños con exceso de peso, son muchas las inquietudes y los comentarios que se generan; además, los profesores tienen su propia percepción y al igual que muchas de las madres, el hecho de verlos gorditos muchas veces no tiene ninguna relación con que estén enfermos o mal alimentados.

Uno los ve sanos, les da menos gripa, se quejan más los otros niños, que son muy flaquitos. GPO

Una cosa es tener riesgo y otra estar enfermo, uno los ve sanos con energía y con gusto de hacer las cosas. GPO

Para otros profesores está claro que la obesidad puede acarrear consecuencias para la salud:

Se están hinchando. GPO

En otras épocas los niños gorditos eran considerados sanos; ya uno identifica a los muy gorditos o a los muy flacos como enfermos, ambos tienen riesgo de distinta índole. GPO

9.3.8. Propuestas desde el entorno familiar y escolar

“Que haga mucho deporte para que crezca y al crecer adelgace”

Las soluciones propuestas por las madres y profesores para que los escolares tengan un adecuado estado nutricional varían. Algunas madres ubican en el cuerpo de sus hijos la angustia que está asociada a un peligro exterior que constituye una amenaza, en este caso una enfermedad ocasionada por la obesidad. La comida se constituye en uno de los causantes del sobrepeso convirtiéndose así en un peligro que hay que evitar o restringir pero sin indagar las causas que ocasionan este hábito inadecuado de alimentación que es un síntoma y no una enfermedad en sí.

Yo he cogido a las malas y le he restringido la comida y ha rebajado, pero ella no, a mí me da como cosita. MO7

Yo le doy más poquitico a la hora de la comida, y le digo que no coma tanto arroz, solamente una cucharadita. MO7

Yo creo que para que pierda peso es necesario que deje de comer tanto, yo pienso que de pronto con el basketball, porque yo he notado que los que juegan basketball se estiran mucho, yo pienso que de pronto ella estirándose, bota esa barriga. MO7

Hacer dieta que uno mismo se la inventa y mucho ejercicio. MO

Debe comer las tres comidas, debemos es motivarlo a que haga mucho ejercicio. MO6

Hay veces me voy para comfama a trotar o algunas veces monto en bicicleta o patino. NO

Las soluciones propuestas giran en torno a la actividad física y a tener una alimentación saludable. La obesidad es un problema multicausal, deben tenerse en cuenta, a la hora de implementar estrategias para mejorar los hábitos nutricionales, aspectos psicológicos y sociales que son determinantes.

Según los profesores, para que los escolares con exceso de peso puedan lograr adquirir un estado nutricional adecuado, los padres deben ser partícipes de este proceso.

Lo que más falta es control. GPO

Y es muy importante que el papá si cumpla con esa dieta, porque de nada sirve llevarlo donde el nutricionista y darle las recomendaciones y el papá en la casa no las cumpla. GPO

Y también y cuando este niño diga que tiene mucha hambre, le den una fruta, le den una verdura, que lo enseñen a comer la zanahoria. GPO

Para lograr la adopción de hábitos alimentarios saludables se requiere un acompañamiento y un proceso educativo adecuado ya que la cotidianidad en que viven estos niños está marcada precisamente por una conducta alimentaria que no favorece su estado nutricional y por la poca actividad física que caracteriza los niños con exceso de peso. Además de lo anterior esto requeriría de un reforzamiento en el ámbito escolar. Los padres, profesores y profesionales de la salud, tienen pues un rol preponderante en la planeación de soluciones que permitan al niño adquirir adecuados hábitos alimentarios y una sana percepción corporal. En estos adultos están las herramientas para lograr un mejor futuro nutricional en los niños. Lo anterior muestra que para implementar la

adquisición de hábitos alimentarios saludables, se deben tener en cuenta varios factores como los psicológicos, los sociales, la relación del niño con sus padres y cómo estos transmiten los hábitos alimentarios.

La percepción corporal del niño con sobrepeso lo hace especialmente sensible a burlas y a ser el centro de preocupación en la familia o en el ámbito escolar, lo cual repercute de modo negativo. Es por esto que es importante también tener en cuenta la relación que existe entre imagen corporal y alimentación para crear estrategias que permitan que el escolar adquiriera hábitos alimentarios saludables.

9.3.9. La obesidad, los trastornos de la imagen corporal y la conducta alimentaria en el escolar

“Me encierro en el baño a comer”

La etapa escolar, como se ha explicado a lo largo del texto, se caracteriza porque en ella hay una marcada influencia del entorno sobre la percepción corporal del menor que se está formando. También en esta etapa, las nuevas enseñanzas por parte del ámbito educativo refuerzan o pueden modificar hábitos alimentarios que el escolar trae de su hogar. Al final de la etapa escolar, cuando comienza la preadolescencia, hay un marcado interés por el otro sexo y la percepción corporal se vuelve de suma importancia para el individuo. Por lo tanto, es en la etapa escolar donde se deben implementar estrategias para prevenir trastornos de alimentación porque ellos están ligados a la autopercepción del cuerpo y a los hábitos alimentarios, y si bien dichos trastornos se presentan en la adolescencia, estos se incuban en la niñez, en el acompañamiento que la familia hace para el desarrollo de los hábitos de alimentación del niño y posteriormente en la vivencia escolar.

La discriminación del niño con exceso de peso es una situación muy frecuente y está facilitada por la valoración que hace la sociedad actual de los cuerpos delgados, lo que se refleja en una preferencia de los niños por pares de menor peso corporal. Por otra parte la incapacidad del niño con exceso de peso por destacarse en las actividades recreativas o deportivas aumenta este rechazo que puede terminar en aislamiento. Con la edad esto repercute en la autoestima, la que suele ser normal en los niños pequeños pero está disminuida en los niños mayores y en los adolescentes (102).

Estudios longitudinales han demostrado una repercusión de la obesidad juvenil en la sociabilidad y en las condiciones socioeconómicas futuras, encontrándose que las adolescentes obesas alcanzaron menor escolaridad, menor nivel socioeconómico y menor tasa de matrimonio que las no obesas. Si bien la asociación entre obesidad y desórdenes del apetito es controvertida, algunos estudios han demostrado que el 10% de las adolescentes obesas desarrollan conductas del tipo anorexia nerviosa y el 30% de las niñas obesas mórbidas presentaron este trastorno del apetito” (103).

Los trastornos de la conducta alimentaria, son un problema que se presenta de manera lenta y concomitante a hechos y circunstancias individuales, familiares y sociales que van instaurando actitudes y maneras de relacionarse con los alimentos y con la imagen del cuerpo, dichas conductas se establecen desde la niñez y se pueden

desencadenar en la adolescencia (104).

Los inadecuados patrones de alimentación adquiridos desde los hogares y/o las aulas pueden desencadenar en problemas en el estado nutricional como el sobrepeso, la obesidad, la malnutrición y, en algunos casos, pueden llegar a generar trastornos del comportamiento alimentario no específicos frente al consumo de alimentos como la anorexia y la bulimia; en el caso de la población escolar, se pueden llegar a apreciar algunas aversiones o excesos en el consumo de alimentos, comportamientos que se gestan desde el entorno social, familiar, escolar e individual.

Las conductas relacionadas con el exceso en el consumo de los alimentos pueden, en el caso de los escolares, generar trastornos de la conducta alimentaria y de la imagen corporal no realista y anormalidades psicológicas o del desarrollo (105).

Cada que suena el teléfono y mi mamá va a contestar, yo me hago la que voy para el baño, cojo el plato, lo lleno y me encierro en el baño a comer. NO

Algunos factores de riesgo desencadenantes son preocupación por el aumento del peso, imagen corporal desvalorizada, altos niveles de depresión y poca autoestima, miedo, dietas, presión social por un cuerpo perfecto, influencias negativas de la familia dadas por la forma de pensar de los padres respecto a la alimentación, trastornos afectivos, personales, familiares y de índole sociocultural (106,107) esto se puede constatar en testimonios como:

Bueno yo digo ¿cuándo él crezca, sí irá a encontrar una novia que se vaya a enamorar de él? ¿ira a ser una persona segura? Porque a mi me parece que esta gente se vuelve insegura, no por falta de capacidad, sino porque no se sienten aceptados ¿serán capaces de afrontar una universidad? O ¿van a tener pena de que se burlen? A mí me parece muy complicado. GPO

Porque no nos digamos bobadas para muchas mujeres salir con un hombre gordo puede representar una cosa muy difícil de asumir, ósea se convierte en salir con una persona que no está socialmente aceptada. GPO

Podemos concluir pues, que el cuerpo es la construcción que se hace del organismo gracias a una imagen, la cual es subjetiva y no corresponde necesariamente a la imagen "real" del organismo. Es por esto que niños con exceso de peso pueden sentirse "normales" o niños con peso adecuado pueden sentirse "gordos". La alimentación es mucho más que un acto biológico, con ella se pueden tratar de resolver conflictos psíquicos. A su vez la alimentación puede generar conflicto para los niños cuando estos asocian el consumo de alimentos con una imagen corporal obesa.

También se ha visto que es de suma relevancia la responsabilidad que la relación madre- hijo establece en los hábitos alimentarios; lo cual, marca un modelo de relación social o vínculos afectivos que el niño establece con su entorno el cual, también ejerce presión a través de los medios de comunicación y por lo tanto, las prácticas de alimentación transmitidas en el hogar tienen una enorme repercusión en los hábitos alimentarios de los niños, quienes muchas veces aun sabiendo cuales son los alimentos más nutritivos, prefieren consumir "mecato".

Además de lo anterior, los currículos de la educación primaria y secundaria en sus

propuestas pedagógicas no incluyen de un modo determinante, ni con la capacitación adecuada, elementos de alimentación, nutrición e imagen corporal que fortalezcan la generación del auto cuidado y de estilos de vida saludables. Por esto se hace necesario investigar esta temática, con el propósito de fortalecer programas de promoción de la salud que permitan construir con los padres de familia, los profesores y los escolares una conciencia corporal que logre superar los esquemas del mercado y la publicidad.

Es necesario instaurar propuestas investigativas, pedagógicas y de intervención que no sólo busquen la comprensión de la situación sino que generen estrategias que contribuyan a la generación de conocimientos, actitudes y prácticas adecuadas de alimentación, nutrición e imagen corporal antes de la pubertad, porque es justamente en la etapa escolar donde el niño está socializándose y por ende enriqueciendo su corporeidad.

9.4 LA ALIMENTACIÓN COTIDIANA Y LAS PERCEPCIONES SOBRE LA SALUD Y LA ENFERMEDAD EN EL ESCOLAR.

“Uno no puede estar demasiado gordo, por que se puede enfermar, ni demasiado flaco por que le falta fuerza en los huesos”

La industrialización, la globalización y los cambios en la dinámica mundial han generado aceleradas trasformaciones socioculturales, que determinan nuevas formas de vida y esquemas de salud y enfermedad. Mientras gran parte de la población padece de problemas de salud relacionados con el excesivo consumo de alimentos, la otra mitad del mundo se enferma y muere por no tener nada para comer.

Investigaciones realizadas en diferentes países Latinoamericanos sobre las condiciones de vida de sus poblaciones, revelan como este continente que paradójicamente es catalogado como uno de los más ricos, constituye una de las grandes regiones de hambre del mundo. Parece mentira que en medio de tanta diversidad nuestras comunidades no tengan la suficiente disponibilidad de alimentos para abastecerse. Respecto a este problema las Naciones Unidas plantean que cerca de 830.000 millones de personas no tienen adecuado acceso a los alimentos y que esto no se debe exactamente a la escasez de los mismos, sino al bajo poder adquisitivo. De igual manera investigaciones como la realizada por el Food First, mostraron como en el mundo se producen al día casi 2.000 g de alimentos por persona, incluyendo vegetales, cereales, pescado, carne, granos suficientes para nutrir a todo el planeta (108).

El hambre, es la causa de la subnutrición que sufre la humanidad, en especial los grupos más vulnerables como los niños, lo que desencadena no solo un sinnúmero de enfermedades generadas por la inmunosupresión, como las parasitarias, inmunológicas, respiratorias entre otras, sino trastornos que están marcados por la pérdida o deterioro en la calidad de vida como la depresión, la tristeza y la apatía.

Por su contexto cultural y social los problemas alimentarios y nutricionales deben trascender razones meramente biológicas para ser mirados desde diferentes dimensiones, por esto se requiere que la seguridad alimentaria se aborde de manera integral ya que dichos problemas involucran múltiples esferas del desarrollo del ser humano.

9.4.1. El hambre y sus implicaciones en la salud del escolar

“Se siente uno como todo mariado”.

Las madres refieren que la alimentación es la causante de algunas de las enfermedades de sus hijos. La diferencia está dada por el tipo de enfermedades o síntomas que se presentan de acuerdo con el estado nutricional. Las madres de los niños con alteración en el estado nutricional relatan que sus hijos se enferman de malestares como dolor de cabeza y de estómago.

A la niña le duele mucho la cabeza, pero como te dije, no se sinceramente de que será, claro que ahorita en estos días se ha estado quejando mucho del estómago, no es de comer mucha galguería por ahí por que no consume de eso. MD3

[Frecuenta mucho el médico?] No, porque sinceramente, no me gusta por que es que me toca guardar la fórmula y con eso no se me va aliviar la niña, yo se que es descaro de parte mía, pero me parece una bobada muy grande, yo hago lo posible por darle alguna pastillita, aunque me han dicho que eso es malo y yo se de antemano que es malo, por que como me han dicho, eso puede ser de las vistas [dolor de cabeza], pero [...] a ella me le han hecho exámenes de la visión y me le han salido buenos, no yo siempre le doy acetaminofen y no más. MD11

En el caso de estos niños, dichos problemas pueden estar relacionados con la carencia de alimentos, que genera hipoglucemia por los largos periodos de ayuno. Los niños expresaron las manifestaciones físicas, las sensaciones y las acciones a las que recurren para evadir el hambre. Los síntomas más comunes son el dolor de cabeza, el de estómago, el desaliento, el sueño y las ganas de vomitar. Algunas de las consecuencias generadas por esa carencia se reflejan en la inasistencia a la escuela, la dificultad para realizar actividad física, el bajo rendimiento escolar, entre otros.

[Cuáles cree usted que son las consecuencias de una mala alimentación de los niños?] van a tener problemas con el crecimiento de los huesos, de los dientes, de pronto el estado de ánimo también, pues uno con hambre que va a querer jugar o terminar alguna actividad. MN11

Cuando no hay almuerzo yo no los mando a la escuela, por que con hambre no tienen alientos de estudiar. MD11

Los escolares relatan que para evitar estos síntomas, recurren a diferentes actividades o estrategias como, acostarse más temprano para no sentir el hambre, salir a jugar a la calle, ir a buscar alimentos. Los largos periodos de privación de alimentos afectan de manera significativa a los escolares, no solo en su estado nutricional y en su desarrollo cognoscitivo sino en su socialización, y en su forma de percibir el mundo, esta

última puede ser la consecuencia más grave y que seguramente perdurará durante toda la vida.

Pero no solamente los niños son los afectados, los demás miembros de la familia también son víctimas de la situación de hambre, situación que es percibida por los niños.

Mi mamá es muy flaquita y a mi me da pesar porque ella está toda desnutrida. ND

Mi hermanita tiene ocho años y que pesar de ella que no tiene comida. ND3

[y qué hace el niño cuando usted le dice que hoy no hay desayuno?] No, pues el se ve triste por que el se levanta con esa ilusión de la comida, el desayuno mas que todo. MD3

Lo que me da pesar es de mi hermanita, que es muy flaquita, pues no es trosuda, en cambio yo si tengo bastante carnita, yo si aguanto, yo por mi hermanita [...] hago lo que sea, pues yo no como, que coma ella. NN11

Las madres al igual que los niños, se sienten deprimidas y tristes al enfrentar el hambre

Yo aguanto con los muchachos, me da mucho pesar. Eso es algo muy desesperante, uno ver los hijos con hambre. MD11

Se han identificado numerosos factores relacionados con la desnutrición, esta genera en los escolares carencia simultanea de micro nutrientes, cambios en los patrones de alimentación, enfermedades infecciosas agudas, parasitosis, bajo rendimiento escolar, entre otras. Lo anterior puede ser evidenciado a simple vista, pero las secuelas del hambre en un niño, no son solo del orden fisiológico, un niño con riesgo de desnutrición o desnutrido esta debilitado, pierde su capacidad productiva para realizar las actividades diarias. En muchos casos se pierden las ganas de realizar actividad física, la socialización se limita y en ocasiones se pierde la esperanza y hasta las ganas de vivir (109).

Tal como se presentó en el numeral 7.1 en las familias en las que se presenta inseguridad alimentaria juega un papel importante las redes de apoyo. Las familias extensas, en las que miembros de diferentes núcleos familiares comparten los gastos de alimentación, contribuyen a la sobre vivencia del colectivo y en especial al cuidado y manutención de los niños. Es así como las "estrategias familiares de vida" pueden ser determinantes para que en medio de carencias un niño pueda tener un estado nutricional adecuado (110).

En este proceso de investigación se encontró que varios de los niños con adecuado estado nutricional, viven en condiciones similares a las de los niños con riesgo nutricional desde la disponibilidad de alimentos, pero con diferencias marcadas por el cuidado y las redes de apoyo familiar encargadas del bienestar del niño.

La mayoría de los escolares con riesgo nutricional presentaron mayores conflictos familiares, subempleo o ausencia de la figura paterna y ausencia de la madre durante el día por el desarrollo de actividades laborales, razón por la cual los niños más pequeños quedan al cuidado de los hermanos mayores, es aquí donde la calidad del cuidador también juega un papel importante en la salud y en el estado nutricional.

Un estudio realizado en México, sobre estrategias familiares de vida y su relación

con la desnutrición en niños, mostró que tanto la cantidad y calidad de la alimentación, como la cantidad y calidad del cuidado que la familia proporciona de acuerdo con las características individuales del niño (edad y sexo del niño), las características de la familia (escolaridad de los padres, ingresos económicos etc.) y las características del medio ambiente juega un papel de trascendental importancia en el estado nutricional de los menores. La combinación de estos factores permite identificar o formular modelos de análisis del estado de salud y nutrición de una familia. Otras investigaciones han mostrado que aspectos como el intervalo intergenésico, el tiempo que dedica la madre al cuidado y la crianza de los hijos y las características de ocupación del padre son fuertes determinantes del estado nutricional de los niños (111).

Otros autores como Cartay R, refuerzan que la seguridad alimentaria a nivel de los hogares está determinada por los miembros generadores de ingresos, el control de los ingresos en los hogares es mayor cuando la mujer es la jefa del hogar, ya que ella dedica una mayor proporción del ingreso en la alimentación de la familia y la educación, la ocupación de la madre y el tiempo dedicado a la preparación de los alimentos se relaciona positivamente con la calidad de la dieta (112).

El ingreso y la distribución de éste, dentro del hogar afecta la salud, a mayor ingreso la probabilidad de un mejor estado de salud y nutrición aumenta en todos los miembros de la familia, mientras que con un bajo ingreso, comienza un proceso de selección y aparecen diferencias en la distribución de los bienes, incluidos los alimentos, entre los miembros de la familia lo que genera distribución inequitativa. En conclusión es importante reconocer la importancia de la familia como productora y responsable de las condiciones de salud y enfermedad de sus miembros. Los niños como integrantes más vulnerables dependen de la familia con respecto a su alimentación y al resto de los bienes que se les debe proporcionar. El análisis de las estrategias de vida de las familias permite estimar su capacidad para interactuar con el entorno y para transformar los insumos en bienes que después son repartidos entre sus integrantes (113).

9.4.2. La obesidad y sus implicaciones en la salud del escolar

“Lo que se le atravesase ella se lo come, por esa misma causa se mantiene muy enferma”

Durante las últimas décadas ha habido una transformación dietaria caracterizada por el aumento del consumo de alimentos ricos en colesterol, grasa saturada, sacarosa y sodio. El consumo de estos alimentos se determina desde la infancia de acuerdo a los patrones alimentarios de la familia y se amplían en otros espacios de socialización como la escuela. Asociado al consumo de estos se ha observado un aumento en las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición, como la obesidad, las dislipidemias, enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión arterial y cáncer. Hay creciente evidencia epidemiológica que sugiere que estas enfermedades se inician en la infancia e incluso en el periodo fetal (114).

Para muchas de las enfermedades crónicas asociadas con la sobrealimentación, hay evidencia de que su desarrollo fisiopatológico se inicia con la adquisición de pautas alimentarias en la familia, etapa en la que los niños aprenden hábitos de alimentación

aceptables para su ambiente sociocultural, así la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la nutrición deberían enfocarse en forma integrada con programas desde las primeras edades. Sin embargo, esto implica reconocer que no solo las pautas culturales determinan los hábitos alimentarios, sino que también estas costumbres tienden a ser transmitidas y aprendidas inconscientemente con la cultura (115).

Las experiencias tempranas del niño con la comida y en especial las prácticas de alimentación utilizadas por los padres, tienen fundamental importancia en los hábitos de alimentación. En el caso de la obesidad o sobrepeso, las madres manifiestan su preocupación sobre las enfermedades crónicas que pueden llegar a padecer los niños en la edad adulta, debido al exceso en el consumo de alimentos, además de los problemas de salud actuales que padecen y que afectan su cotidianidad.

[Usted qué piensa sobre el estado de salud de la niña?]. A mi me parece que ella para la edad que tiene es muy gordita, no me gustaría que estuviera así tan gordita; ella es muy exagerada para comer, come de todo no solamente mecató sino, lo que sea. Lo que se le atravesase ella se lo come por esa misma causa se mantiene muy enferma. Se mantiene enferma del colón, de pronto como de la presión, porque a ella hay veces que trata de subírsele la presión, se mantiene con mareos, que le duele el estómago, que le duele la cabeza, pero yo creo que es por la parte alimenticia, ella aunque uno la quiere cuidar mucho, ella no se deja. [Usted cree que influye el hecho de que ella este gordita, porque?] Porque ella come desordenadamente o sea ella es capaz de comerse dos o tres desayunos a la vez, entonces yo pienso que puede ser eso, [qué tipo de problemas del colon ha tenido la niña?] Se le inflama y le duele el estómago, le da mareo, cuando se irrita toca llevarla al médico [el médico ya le confirmó que es por la alimentación?] cuando la llevo el médico, le restringe mucho la alimentación, o sea le quitan por ejemplo lo que es el huevo la leche, la carne gorda o frita; dice que hay que darle alimentos muy suaves, darle muchas frutas, entonces yo me imagino que si es por la alimentación. MO7

Según lo que yo sé, a un niño de la edad de él, le puede dar diabetes y él viene de familia que sufre de la presión, que sufre de diabetes, de todo eso, entonces él tiene riesgos a todo eso; o sea, en cuanto a eso, yo sí digo que está mal. MO1

Por ejemplo mire que a muchos niños les da paro cardíaco, tan pequeñitos y ya sufren de paro cardíaco, se cansan mucho, no son capaces de correr. MO6

Los niños, no se preocupan inicialmente por su exceso de peso, tal como se amplía en el numeral 9.3, en el cual se hace referencia a las percepciones frente al cuerpo infantil. La preocupación por la imagen corporal se da cuando los escolares se acercan a la preadolescencia y desean estándares corporales aceptados socialmente.

Si uno está gordo puede sufrir muchas enfermedades y si está flaco de nada. NO

Uno de los elementos importantes a considerar, y que hace parte de los estilos de vida saludable, es la actividad física, en el caso de los escolares con exceso de peso se encontró como característica general, que estos son sedentarios y perezosos a la hora de realizar actividades deportivas. La obesidad puede afectar de manera traumática el desarrollo físico y sobretodo la autoestima por todas las dificultades que trae para un niño con sobrepeso hacer cualquier tipo de actividad física. Al respecto los profesores opinan

lo siguiente:

No tienen control del cuerpo, se sientan y quedan incómodos, no se pueden desplazar con facilidad. GPO

Son sedentarios, no botan la energía acumulada y hágalos hacer ejercicio pues y como no hacen ejercicio más obesos se ponen. GPO

No hay quien los haga salir a una caminata. Se mantienen aperezados pero con muy buen apetito. GPO

Es sabido que un niño obeso tiene alta probabilidad de ser un adulto obeso por los patrones de alimentación que se pueden instaurar durante toda la vida. Los profesores evidencian como el sobrepeso afecta a los escolares tanto a nivel físico, como emocional y de salud y se sienten realmente preocupados por tal situación.

Uno ya sabe que tienen riesgo de todo. GPO

No pueden tener la vida que tiene todo el mundo, manifiestan una ansiedad distinta a la de otras personas. GPO

Se cansan mucho. GPO

Ante los actuales cambios de conducta alimentaria motivados por la industrialización de los alimentos es importante promover la información sobre la composición de los mismos y el etiquetado nutricional que permita la toma de decisiones de una manera más conciente. En los países desarrollados la obesidad es un problema de salud pública en los escolares, el cual se ha asociado con el tiempo que destinan a ver televisión y con los inadecuados hábitos de alimentación en la familia. En Chile en un estudio realizado con el fin de identificar la influencia de la publicidad televisiva en la génesis de las preferencias alimentarias de los escolares se aplicó una entrevista semiestructurada en 786 escolares y se encontró que el 99% de los niños veía diariamente televisión. Los comerciales preferidos eran los de productos dulces y salados, como papás fritas, chocolates, galletas y bebidas con azúcar. Los autores concluyen que el alto porcentaje de escolares que ve diariamente televisión y la aparente influencia de la publicidad sobre las preferencias alimentarias requieren de una urgente estrategia educacional para promover hábitos de alimentación saludable (116).

Si bien, en estas comunidades no se puede garantizar que el exceso en el consumo de alimentos, sea por el exceso en el consumo de productos industrializados, si se encontró una relación con la ansiedad que esta dada por las condiciones de la familia y sociales en las que el niño se desarrolla.

Tal y como se ha discutido, la etapa escolar es importante, por que en ella se presentan periodos de socialización y de desarrollo trascendentales para la vida. En la actualidad se rescata la importancia de una alimentación sana que contribuya a la calidad de vida y esta debe ser promovida no solo desde la escuela, sino desde la familia. Los patrones de alimentación familiares pueden determinar si un niño es o no obeso y por las consecuencias de este problema que no son solo del orden fisiológico sino psicológico, es necesario motivar a profesores y padres de familia para el fomento de hábitos de alimentación saludables que contribuya al desarrollo del escolar.

9.4.3. Otros aspectos relacionados con la salud en el escolar.

“En el embarazo de él a mi me fue muy mal, entonces el niño viene desde allá con esa debilidad”

Al indagar por los aspectos relacionados con la salud y la nutrición del escolar, se encontró que las madres relacionan situaciones vividas como causa para la situación actual del escolar.

Ella tiene una gran ventaja, cuando yo estuve en embarazo ella ha sido la que más oportunidad ha tenido en cuanto a la alimentación, por que yo me alimente muy bien en el embarazo, luego como ella nació apenas con 2000 gr de peso, no le pudieron aplicar la primera vacuna, sin embargo de salud estaba muy bien y eso tenía que ver con la alimentación mía en el embarazo, por que como fue con los alimentos principales leche , verduras, pescado, todo eso comía yo luego durante el crecimiento de ella, le di solo leche de soya, muchas verduras y mucha fruta, ha sido la más alentadita. Ella conserva los nutrientes de bebé y yo creo que por eso es que ella se ve toda alentadita. Pero en términos generales ella esta bien. MN11

Algunas de las madres se refieren al comportamiento del escolar como una enfermedad, en el caso de esta madre, es algo que tiene su origen en la escuela.

El niño es hiperactivo, al niño desde que entró aquí a estudiar estamos con ese problema, la directora de la Escuela fue la que dijo que él era hiperactivo. [Usted cree que eso es malo] A mi me parece que es un niño con muchas energías, que es un niño sano que necesita cambiar esas energías en algo, pues eso entiendo yo, para otras dicen que es demasiado necio. Como les digo es que yo levante 6 hijos y yo se que los 6 obraron de distintas maneras y todos piensan tan distinto. Yo veo que el es un niño normal, nació demasiado alentado, nació con demasiados bríos. Por que así como hay pasivos, hay otros que son muy alborotaditos, yo no se si estaré equivocada. MN2

Una de las madres relacionó la salud y el estado nutricional de su hijo, con creencias, que generan prácticas especiales para la búsqueda de la salud, de acuerdo con el sistema cultural propio de la familia.

El niño tuvo mal de ojo. El niño lo tuve hospitalizado, si me entiende, los médicos me lo entregaron así, porque en el hospital infantil no curan eso, lo lleve donde un señor a Itagui, además fui a la feria de ganado y lo metí dentro de un buche y se me curo. Además él sufre desde muy pequeño de anemia, del mismo ojo que le conté a usted, es que el niño tiene historia [...] por eso es que el es tan atrasadito. MD11

Tradicionalmente la selección de alimentos no se hace a ciegas, los alimentos no solo se consumen por estar disponibles, sino que las elecciones se hacen con base en un complejo sistema de valores sociales y culturales. Cada alimento es investido del significado que se le da a sus partes y formas aceptadas del comer, ese significado es parte de la herencia cultural, los alimentos comerciales son en esta línea un símbolo de modernidad (117).

Las costumbres, son normas de comportamientos que se adquieren como miembro de un grupo social, los individuos responden a presiones de conducta en los cuales se incluye las relacionados con lo alimentario y lo nutricional, seleccionando alimentos o

comportamientos que le son aceptables de acuerdo con la cultura. Cada grupo social transpasa de generación en generación pautas alimentarias (118).

Los resultados del presente estudio, muestran que tanto el hambre como la obesidad, son problemáticas relacionadas con la alimentación y nutrición y que se presentan en el contexto escolar. Por tal razón y dadas las implicaciones de cada una de ellas en el crecimiento y desarrollo infantil deben ser abordadas con la comunidad educativa, por medio de programas integrales.

La implementación de la estrategia escuela saludable, es sin duda, una posibilidad para motivar a profesores, padres y escolares frente a los diferentes aspectos relacionados con la alimentación y la nutrición. Además de lo anterior, debe retomarse la idea de implementar en el currículo escolar de básica primaria contenidos de nutrición que contribuyan a los conocimientos y actitudes frente a la alimentación y la nutrición por parte de los escolares, que posteriormente redunden en el cuidado de su salud y en sus prácticas como futuros cuidadores.

9.5 LA SITUACION ALIMENTARIA Y LA PERCEPCION DE FUTURO DEL ESCOLAR

“Es maluco tener hijos porque es que con tanta violencia y uno ahí aguantando hambre”

Unas buenas condiciones sociales y económicas en la niñez tienen importancia no solo para lo que pasa en esta etapa de la vida, sino para la vida futura y en las aptitudes para llegar a ser adulto. Un ambiente familiar adecuado y buenas condiciones alimentarias contribuyen a la salud, el estado nutricional, el desempeño mental y físico y pueden minimizar las condiciones adversas de la violencia doméstica y social. (119)

Estas buenas condiciones en la familia que se reflejan en otros espacios como la escuela y la sociedad, pueden hacer que las vidas de los adultos sean más fructíferas y menos problemáticas, ya que una niñez segura puede aumentar la habilidad de los niños para vivir una buena vida futura, para ser económicamente productivos, relacionarse con los demás, y establecer vínculos sociales y afectivos. (120)

En los escolares de familias con mayor estabilidad laboral e ingresos y una alimentación más variada y constante se percibió, una visión más optimista y con mayores esperanzas frente a la vida.

Los padres esperan que pese a las adversidades sus hijos sean hombres y mujeres de bien, reconocen que el nivel educativo o el “estudio” que alcancen es determinante para que ellos salgan adelante o como dice uno de ellos “no sea uno más del montón”. Valores como la responsabilidad y la seriedad son reconocidos por los padres como necesarios para que sus hijos alcancen sus sueños.

[Cómo quisiera que fuera tu hijo en el futuro, cómo lo han soñado?] Papá: Como un hombre de bien, como un profesional. Que no sea de los tantos del montón, que se quedan en las calles sin hacer nada, simplemente haciendo daño a los demás. Mamá:

que estudie, que vaya a la Universidad, que sea alguien en la vida que sea alguien de bien, responsable que trabaje. MO

[Usted como se sueña a su hija cuando sea grande?] Que siga estudiando, hasta donde Dios me ayude, le voy a dar todo el estudio que ella quiera, que sea un persona seria y responsable. MN3

[Sabes qué quiere ser tu hijo cuando sea grande?] El quiere ser doctor, siempre le ha gustado y siempre me lo dice y me lo repite y yo le digo, vos como sos de perezoso y querés ser un doctor. Pero vos sabes que para uno ser doctor hay que saber muchísimo, pero ahora la verdad es que no le paro muchas bolas. Yo pienso que más adelante cuando él este en bachillerato, cuando tenga un poquito más de responsabilidad a lo mejor logre lo que quiere, no siempre uno es lo que anhela ser cuando pequeñito, sino que siempre es lo contrario, uno siempre piensa cuando esta pequeñito y grande decide otra cosa MO1

Estos niños relatan que desean ser médicos, odontólogos, jugadores de fútbol profesional, enfermeras, policías, profesores recreacionistas etc; todos quieren alcanzar una profesión que les permita tener mejores ingresos, formar un hogar, ayudar a su familia y a otras personas.

[Tu qué quieres ser cuando estés grande?] Yo quiero ser un doctor, [Por qué te gusta ser un doctor] Porque me gusta ayudar a las personas y ayudar a mi familia, así puedo darles plata. NO1

Yo quiero ser profesor [porqué profesor?] Para ayudar a los niños y a mis hijos. MO3

Yo quiero ser soldado [porqué te gusta ser soldado] Para salvar a la gente. NO2

Yo quiero ser doctora o sicóloga. MO7

Cuando se les preguntó a los niños si querían formar una familia, estos respondieron en su mayoría que deseaban casarse NN4, NN7, NN5. Esperan que si se casan puedan hacerlo con personas sinceras, no celosas, ni cansonas.

[Cómo te gustaría que fuera la mujer de tu vida?] que no se quita-maridos, porque uno siendo novio de ella y ella engañándolo a uno. NN5

La mayoría de ellos respondió que les gustaría tener un solo hijo, NN1, NN2, NN3, NN8, NN5. Las razones que dieron fueron básicamente económicas y psicológicas, derivadas de su realidad social.

[Pero te gustaría tener hijos] Si, uno, por que no me quiero encartarme con más muchachitos. MO7

Es que los niños pueden ser un encarte y son muy cansones, hay que alimentarlos, comprarles ropa y zapaticos. NN11

Cuando los hijos están grandes se van y lo dejan a uno solo. N5

En otros escolares se aprecia una posición positiva hacia la maternidad o paternidad:

Me gustaría tener una niña para cargarla y peinarla todos los días NN10, los niños alegran la vida por que son cariñosos. N9

Son muy lindos, muy tiernos, uno les toca la manito y piensa hay que rico. NN11

Pienso tener 5 hijos [porqué?] Por que me gustan mucho los niños. NO1

A pesar de todas las dificultades económicas, alimentarias, emocionales que los niños exponen para tener o no hijos, se encuentra un deseo por superar su situación económica precaria y de violencia en la que han vivido como niños y un convencimiento de que sus hijos no pasarán dificultades económicas como ellos que afecten sus condiciones alimentarias.

Me parece horrible lo de los hijos, por que uno con un hijo aguantando hambre y si es bien bebecito uno se rebusca, y si no le dan muy maluco porque toca aguantar hambre. Mi primita tiene un bebecito ella tiene diecisiete años y el marido le pega y ella consigue comida para darle al bebe por que ella lo quiere mucho. El niño es gordote (hinchado) pero desnutrido. NN11

[Ustedes qué piensan de tener un hijo y no tener nada para darle de comer] Uno sentiría pesar porque si uno esta grande puede aguantar pero uno pequeño no, a uno le daría mucho remordimiento, por que uno puede estar enseñado pero los hijos no, entonces uno se sentiría irresponsable. NN8

Yo creo que no es bueno tener hijos, por que yo he visto señores que aguantan mucha hambre, para darles a los hijos y ellos a veces son muy malagradecidos. NN8

Es maluco tener hijos porque es que con tanta violencia y uno ahi aguantando hambre, pero bueno por que uno lo tiene, lo quiere y lo apoya y hace lo que sea por él. Pero malo por que tiene que aguantar hambre, pues uno aquí con tanta violencia y todo. NN8

Al indagar por la visión de los niños con problemas nutricionales y dificultades de su entorno familiar su visión era de desesperanza y en sus relatos están convencidos de que vivirán la misma historia de sus padres, o de sus hermanos, en la edad adulta. La mayoría no deseaba tener hijos, ni casarse debido a lo precario de sus condiciones económicas, no quieren que sus hijos aguanten hambre como ellos.

Yo no quiero tener hijos porque soy muy pobre, y no me da para eso, pues si yo consigo un trabajo fijo, pues muy bueno, pero es que yo no tengo para comprar casa aparte o así. Porque en el mi casa son dieciséis y son muchos, y yo hay veces que duermo con mi mamá; ahora gracias a Dios, me consiguieron una cama pequeña para dormir, y a duras penas la estoy teniendo porque no hay con que comprarle la tablas. ND3

La pobreza y el bienestar social no solo responden a una condición económica de carencias de vivienda, vestido y alimentos, sino también a la ausencia de capacidades y oportunidades para cambiar estas condiciones. En este contexto se restringe la libertad de los más pobres al negarles oportunidades económicas, facilidades sociales, educación, condiciones de buena salud y alimentarias, mientras otros pocos tienen la oportunidad de disfrutarlos, la desigualdad es una preocupación central que limita la libertad de los niños y su perspectiva de futuro.

9.6 APORTES PARA LA CONSTRUCCIÓN Y ELEMENTOS PARA CONTINUAR CON LA INVESTIGACIÓN.

El abordar las percepciones frente a la alimentación y el estado nutricional de los escolares, en un medio con carencias y con un alto grado de violencia social ha hecho necesario conocer esta población desde sus condiciones de vida y desde las diferentes estrategias que han desarrollado para afrontar su condición alimentaria. Estas estrategias de vida imponen una mirada al interior del ámbito familiar por ser ésta, la instancia mediadora entre el alimento y el estado nutricional de los niños.

En la familia se desarrollan las pautas culturales y los hábitos alimentarios que la madre socializa a través de la cocina, donde se recrean las identidades familiares y sociales, los roles y vínculos domésticos, el placer, el gusto y el rechazo por distintos alimentos. Los niños son innovadores de por sí y están formando sus gustos y preferencias individuales que van muy asociados a la formación de su personalidad, muchas veces el acto alimentario se convierte en algo impositivo, las mamás no pueden dar a los niños lo que les gusta, sino lo que ellas piensan que es bueno, saludable, culturalmente aceptable y económicamente posible.

El tener acceso a alimentos en cantidad, variedad y frecuencia depende de los ingresos que genera un empleo estable y se convierte en un factor determinante que incide en la dieta de la familia y de los escolares, pero no es suficiente para explicar sus condiciones nutricionales, debido a que estas familias pobres encuentran en la conformación familiar, en las redes de apoyo social y en sus estrategias de vida, una forma de minimizar su situación de precariedad económica y de marginalidad. Así, la familia de tipo patriarcal, que posibilita la complementariedad de los sexos (el padre proveedor y la madre dedicada al cuidado de sus hijos), la existencia de redes parentales como la familia extensa y las redes de apoyo extrafamiliares, vecinos y amigos juegan un papel fundamental en la alimentación de los niños que se ve favorecida en un ambiente de protección y cuidado. Este trabajo en su exploración encontró que niños que viven en las mismas circunstancias de precariedad tienen diferencias en su estado nutricional marcadas por el cuidado, no solo de la madre sino de la red familiar y de apoyo que velan por su bienestar.

En condiciones de desajuste familiar e individual, el madresolterismo, el abandono parcial o total por parte de uno de los padres, los conflictos constantes entre los miembros de la familia, la baja escolaridad de la madre, rompe el delicado equilibrio en que se sustentan las adaptaciones para la supervivencia, afectando el estado de salud tanto física como psicológica de los niños, así como su situación alimentaría y nutricional.

El proceso de socialización continúa y se dinamiza en la etapa escolar, en este nuevo espacio el niño atraviesa por diferentes periodos de su desarrollo que son determinantes en la formación de sus valores, de su personalidad y de su identidad

como sujeto. La escuela es un espacio en el que el niño aprende nuevas conductas y fortalece otras adquiridas en la familia. En lo relacionado con la alimentación, la escuela es un espacio para la selección, el descubrimiento y el aprendizaje de conocimientos, actitudes y prácticas determinantes en el estilo de vida y en el consumo de alimentos.

Tal como lo muestran los resultados de esta investigación, los programas de complementación alimentaria son importantes no solo para el escolar sino para su familia y para la sociedad, estos contribuyen a aliviar el hambre a corto plazo de los escolares, mejorar el rendimiento académico y físico del escolar; la asistencia, la permanencia y la atención en las clases y el aprovechamiento de los recursos destinados a la educación. Además de lo anterior, estos programas pueden potenciarse como espacios para la formación y construcción de hábitos de alimentación saludable que articulados al currículo escolar, permitan que los estudiantes de manera crítica y conciente realicen una adecuada selección de los alimentos y se preparen como futuros adultos, padres y madres para la selección de los mismos.

Otro aspecto importante encontrado es esta exploración, es el relacionado con la construcción de la imagen e identidad corporal del escolar, la cual se relaciona con el estado nutricional. El cuerpo del escolar va más allá de un organismo, es también la construcción que se hace de este, a través de una imagen, la cual se logra gracias a la identificación con la madre y más adelante con el entorno escolar especialmente con sus compañeros y amigos. En la escuela se hace más perceptible la influencia de los medios de comunicación en la alimentación del escolar y la relación que esta puede tener con su corporeidad, lo que se refleja en los hábitos alimentarios no solo a nivel individual, si no colectivo, los cuales guardan relación con el prototipo de cuerpo propuesto por la publicidad.

Además de lo anterior, se encontró que en los niños con sobrepeso los hábitos alimentarios están muy condicionados por la ansiedad, la cual guarda relación con el entorno social y familiar. Existe un tipo de madre que se representa a través de los alimentos, y que tiende a sobrealimentar a sus hijos y otros tipo de madre que señala a los niños por su peso, lo cual puede alterar en el escolar la percepción de la imagen corporal y la insatisfacción con el cuerpo, factor de riesgo para los trastornos de la conducta alimentaria y la auto aceptación del escolar.

La etapa escolar se caracteriza porque en ella, el niño desarrolla su habilidad de prever consecuencias y tiene conciencia de reversibilidad, por lo cual se puede decir, que es una etapa propicia para implementar estrategias que permitan generar hábitos alimentarios saludables y una conciencia del cuerpo adecuada, determinantes en el presente y futuro del escolar.

9.6.1. Necesidades con respecto a los programas de alimentación y nutrición en el ámbito escolar y recomendaciones finales.

La poca capacitación de los padres de familia y de los profesores en temas de alimentación y nutrición no permite una interacción entre la familia y la escuela que contribuyan al fomento y práctica de hábitos de alimentación saludable que redunden en

el bienestar físico y mental del escolar. Por lo anterior es importante incluir en el proyecto educativo institucional estrategias para sensibilizar, informar y capacitar a los padres de familia y los profesores en temas de alimentación y nutrición.

Los hallazgos de la investigación muestran que para el escolar es importante la alimentación como necesidad básica. De igual manera de acuerdo a su nivel de desarrollo es importante cómo percibe y cómo perciben los demás su cuerpo y su imagen corporal, lo anterior da sentido a la corporeidad desde los diferentes procesos de socialización del escolar. Este interés y motivación puede ser potenciado para incluir en el currículo del grado cero al grado quinto de básica primaria, temas de alimentación y nutrición que permitan un aprendizaje no solo de conocimientos, sino de actitudes y prácticas saludables en alimentación y nutrición.

El interés de los profesores tanto personal, como profesional debe ser aprovechado para la construcción de unidades de aprendizaje (UAI) en alimentación y nutrición que puedan ser incluidos en el currículo escolar. El grupo de investigación con el propósito de fortalecer este aspecto hizo entrega a la escuela de un módulo educativo que se espera sea validado por los profesores para posteriormente hacer los ajustes que se consideren pertinentes de acuerdo con la evacuación y análisis del mismo.

El restaurante escolar no debe ser solo un espacio para la alimentación, este debe ser utilizado como un espacio pedagógico en el cual el niño complementa y practique los conocimientos adquiridos en la familia y en el currículo escolar como variedad, calidad, presentación de los alimentos, valor nutricional, higiene en el momento del consumo, modales en la mesa etc.

Las recomendaciones planteadas a partir de este proceso investigativo pueden ser articuladas por medio de la estrategia de escuela saludable, la cual está siendo impulsada por la Secretaría de Salud de Medellín e insertada en el proyecto educativo de la institución.

9.6.2. Procesos investigativos sugeridos para complementar los hallazgos y fortalecer la investigación.

Para fortalecer los hallazgos de la investigación se considera pertinente continuar profundizando en aspectos como:

Estrategias familiares de vida, que contribuyen al cuidado de la salud y del estado nutricional de la población infantil.

Impacto de la situación social y económica en el estado nutricional del escolar.

Importancia de los programas de complementación alimentaria en la permanencia y el rendimiento académico y físico del escolar.

Influencia de la educación nutricional, en los conocimientos actitudes y prácticas en alimentación y nutrición de los escolares y sus familias.

Influencia de los medios de comunicación en los hábitos alimentarios de la familia y del escolar.

Impacto del hambre en la calidad de vida y en la salud física y emocional del escolar.

Este tipo de investigaciones, permitiría ampliar el conocimiento de la situación actual de la población escolar, para contribuir al desarrollo de estrategias contextualizadas de promoción de la salud que redunden en una mejor calidad de vida para este grupo de población.

Finalmente, es importante tener presente que los rápidos cambios en los hábitos de alimentación del mundo moderno, generan nuevos desafíos en la investigación. Las estrategias para analizar dichos cambios deben incluir una complementariedad entre las ciencias de la alimentación y la nutrición, con las ciencias sociales, particularmente la antropología que aporta a una mejor comprensión de los problemas de salud relacionados con la conducta alimentaria.

Es necesario motivar a los profesionales en nutrición y alimentación para tender puentes entre las metodologías cuantitativas y cualitativas de investigación, con el propósito de que se complementen en la comprensión del fenómeno de la nutrición humana, y así poder entregar mejores herramientas para la intervención en los temas de salud pública y educación alimentaria y nutricional (121).

BIBLIOGRAFÍA CITADA

Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética. Evaluación del estado nutricional de los escolares beneficiarios del programa de restaurantes escolares de la Secretaria de Solidaridad del Municipio de Medellín. [Informe].2002

Restrepo Calle MT. Factores condicionantes del estado nutricional. En: Estado nutricional y crecimiento físico. Medellín: Universidad de Antioquia; 2000. p.1-32.

Restrepo Calle MT. El niño en edad escolar. En: Estado nutricional y crecimiento físico. Medellín: Universidad de Antioquia; 2000. p.259.

Bastidas Acevedo M. Puericultura del niño en edad preescolar. En: El niño sano. Medellín: Universidad de Antioquia; 1997. p.327.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Guías alimentarias para la población colombiana menor de dos años. Bogotá: Ministerio de salud; 2000. p.32.

Velásquez U. G. Alimentación del niño en edad escolar. En: Temas sobre alimentación del niño. Medellín: Abel Serrano A.; 1992. p.238.

Colombia. Departamento Nacional de Planeación. Plan nacional de alimentación y nutrición 1996–2005. Bogotá; 1996. p.15-17

Servicio Nacional de Aprendizaje; SENA. Centro de servicios a la salud. Protección de alimentos, factores de contaminación por microorganismos. Cartilla 3. Medellín: SENA; 1996. p.13.

Universidad de Antioquia. Facultad de Sociología. Centro de Estudios de Opinión.

Propuesta de interventoría a los restaurantes escolares de la Secretaria de Bienestar Social del Municipio de Medellín. Medellín: Universidad de Antioquia; 2002.

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

De la Cuesta Benjumea C. Tomarse el amor en serio. Medellín: Universidad de Antioquia; 2002. p. 16-23.

Caulon A. Etnometodología de la educación. Barcelona: PAIDOS; 1995.

Ader Egg E. Técnicas de Investigación Social. 20 ed. Buenos Aires: Humanitas; 1985.

Bonilla, E, Rodríguez P. La investigación en ciencias sociales. Métodos cuantitativos y cualitativos. Más allá del dilema de los métodos. Bogotá: Facultad de Economía, Universidad de los Andes. Centro de Estudios de Desarrollo Económico. 1995. p.45-51.

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis;1997. p.89-96.

Morse J. Los métodos cualitativos el estado del arte. 1992 Rev. Universidad de Guadalajara. 1992 .Dossier investigación cualitativa en salud. P. 31-39.

Martínez Martínez R, Restrepo Betancur M. Conocimientos y creencias sobre alimentación en la población de la tercera edad del club de vida en el sector de Aranjuez en la ciudad de Medellín en 1993. [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética. Medellín; 1993.

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis;1997. p.89-96

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis;1997. p.89-96

Boyle Joyceen S. Estilos of ethnography. En: Issues in cualitative research. New bury park, ca: sag. J Morce; 1993. p:172

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Hammersley M, Atkinson P. Etnografía. Métodos de Investigación. Barcelona: Paidós; 1994

Pardo de Vélez G, Cedeño Collazos M. El muestreo en pocas palabras. Santa Fé de Bogotá: McGraw Hill;1997. p.125 y 126

Padua J. Técnicas de investigación aplicada a las ciencias sociales. México: Fondo de cultura Económica, 1987. p.63-85.

Restrepo Calle MT. Abel Serrano, Ed. Indicadores antropométricos en la evaluación del estado nutricional del niño menor de 5 años. En: Temas sobre alimentación del niño. Medellín: Universidad de Antioquia; 1992. p. 301-328.

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis;1997. p.89-96

Rodríguez G, Gil F J, García E. El análisis en la secuencia de la investigación. En: Metodología de la investigación cualitativa. España: Ediciones Aljibre; 1996. p. 142-165

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Hammersley M, Atkinson P. Etnografía. Métodos de Investigación. Barcelona: Paidós; 1994.

Taylor SJ, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Barcelona: Paidós; 1998. p.15-19.

Bonilla E, Rodríguez P. La investigación en las ciencias sociales. Más allá del sistema de los métodos. Bogotá: Universidad de los Andes. Facultad de economía. Centro de estudios de Desarrollo Económico. 1995. p.82-132

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis; 1997. p.89-96

Alzate Yépez T. El grupo focal factor de eficacia en la educación nutricional. Rev. Perspectivas en Nutrición Humana. 1999; (1):37-53.

Bonilla E, Rodríguez P. La investigación en las ciencias sociales. Más allá del sistema de los métodos. Bogotá: Universidad de los Andes. Facultad de economía. Centro de estudios de Desarrollo Económico. 1995. p.82-132.

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis; 1997. p.89-96.

Minayo, M C. Desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa. Rio de Janeiro: Hucitec-Abrasco; 1999. p.134-137.

Bonilla, E, Rodríguez P. La investigación en ciencias sociales. Métodos cuantitativos y cualitativos. Más allá del dilema de los métodos. Bogotá: Facultad de Economía, Universidad de los Andes. Centro de Estudios de Desarrollo Económico. 1995. p.45-51.

Minayo, M C. Desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa. Rio de Janeiro: Hucitec-Abrasco; 1999. p.134-137.

Ader Egg E. Técnicas de Investigación Social. 20 ed. Buenos Aires: Humanitas; 1985

De la Cuesta Benjumea C. Tomarse el amor en serio. Medellín: Universidad de Antioquia; 2002. p. 16-23

Valles S M. Diseños y estrategias metodológicas en los estudios cualitativos. En: técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. España: Síntesis;1997. p.89-96

Bonilla, E, Rodríguez P. La investigación en ciencias sociales. Métodos cuantitativos y cualitativos. Más allá del dilema de los métodos. Bogotá: Facultad de Economía, Universidad de los Andes. Centro de Estudios de Desarrollo Económico. 1995. p.45-51

Canales M. Sociología de la vida cotidiana. [sitio de internet] En: [http:// www.uchile.cl.Facultades/csociales/excerpta/canales.html](http://www.uchile.cl/Facultades/csociales/excerpta/canales.html). Acceso marzo de 2002.

Canales M. Sociología de la vida cotidiana. [sitio de internet] En: [http:// www.uchile.cl.Facultades/csociales/excerpta/canales.html](http://www.uchile.cl/Facultades/csociales/excerpta/canales.html). Acceso marzo de 2002.

Cruz J. Light & Heavy: antropología de la semántica alimentaria. *Anthropologica* 1993; 13-14:115-31

Cruz J. Light & Heavy: antropología de la semántica alimentaria. *Anthropologica* 1993; 13-14:115-31

Cruz J. Light & Heavy: antropología de la semántica alimentaria. *Anthropologica* 1993; 13-14:115-31

Cruz J. Light & Heavy: antropología de la semántica alimentaria. *Anthropologica* 1993; 13-14:115-31

Cruz J. Light & Heavy: antropología de la semántica alimentaria. *Anthropologica* 1993; 13-14:115-31

Maya M. El modelo alimentario en la zona rural de Medellín, Colombia. *Agroalimentaria* 1998; 7:68-79

Maya M. El modelo alimentario en la zona rural de Medellín, Colombia. *Agroalimentaria* 1998; 7:68-79

Pérula L.A. et al. Hábitos escolares de una zona básica de salud de Córdoba. *Rev esp de salud pública* 1998:147-50

Horwitz N. Consideraciones sociológicas acerca de la relación entre familia y atención primaria de salud. En: *Salud Familiar*. Santiago de Chile: Corporación de promoción universitaria. 1986. p. 59-74.

Gutierrez V. la familia en perspectiva del año 2000: modalidades e influencias de los medios de comunicación. Medellín: Presencia Ltda; 2000. p. 22-25

Gutierrez V. la familia en perspectiva del año 2000: modalidades e influencias de los medios de comunicación. Medellín: Presencia Ltda; 2000. p. 22-25

Cattáneo A. Alimentación salud y pobreza: la intervención de un programa contra la desnutrición. *Arch. Argent. pediatric* 2002;100(31): 222-231

Márquez A, Sutil R, Rivas de Y, Rincón M, Torres M, Yépez R, Portillo Z. Influencia del desayuno sobre la función cognoscitiva de escolares de una zona urbana de

Valencia, Venezuela. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. 2001; 51(1): 57-63.

Rozin P. Perspectivas psicobiológicas sobre preferencias y aversiones alimentarias. En: Contreras J, comp. Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: Universidad de Barcelona; 1995. P.87-89

Rozin P. Perspectivas psicobiológicas sobre preferencias y aversiones alimentarias. En: Contreras J, comp. Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: Universidad de Barcelona; 1995. P.87-89

Gutierrez V. la familia en perspectiva del año 2000: modalidades e influencias de los medios de comunicación. Colección mesa redonda. 2000. p. 22-25

Colombia. Departamento Nacional de Planeación. Plan Nacional de Alimentación y Nutrición. 1996-2005. Bogotá: Departamento Nacional de Planeación. Consejería de Política Social;1996

Agudelo L, Giraldo C, Gaviria M, Sandoval C, Rodríguez M, Juan F. et al. La Escuela y los comportamientos de los niños. En: Características de las familias y escuelas relacionadas con los comportamientos agresivos y prosociales de niños y niñas de 3 a 11 años. Medellín: Colciencias, CES, Universidad de Antioquia. 2002 p. 94-101

Colombia. Ministerio de Salud, Ministerio de Educación, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, OPS, UNICEF. Escuela Saludable, la alegría de vivir en paz. Santa Fe de Bogota: Ministerio de Salud ;1999

Gomez H. Quien es el niño. En: El niño sano. Medellín: Universidad de Antioquia; 1997. p. 9-11

Bastidas M, Posada A, Ramirez H. Crecimiento y desarrollo del niño escolar. En: temas de alimentación del niño. Editorial Universidad de Antioquia. 1997. p 222-235

Bastidas M, Posada A, Ramirez H. Crecimiento y desarrollo del niño escolar. En: temas de alimentación del niño. Editorial Universidad de Antioquia. 1997. p 222-235

Restrepo Mesa S, Galeano N. Estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios del escolar. Medellín. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética, Secretaría de Salud del Municipio;2001.

Restrepo Mesa S, Galeano N. Estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios del escolar. Medellín. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética, Secretaría de Salud del Municipio;2001.

Restrepo Mesa S, Galeano N. Estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios del escolar. Medellín. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética, Secretaría de Salud del Municipio;2001

Colombia. Ministerio de Salud, Ministerio de Educación, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, OPS, UNICEF. Escuela Saludable, la alegría de vivir en paz. Santa Fe de Bogota: Ministerio de Salud ;1999

Boris L., Inzulza N, Perez H, Castro V, Jansana JM, Toro D, et al. Algunas consideraciones sobre el impacto de la desnutrición en el desarrollo cerebral, inteligencia y rendimiento escolar. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición* 2001; 51(1): 64-71

Restrepo Mesa S, Galeano N. Estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios del escolar. Medellín. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética, Secretaría de Salud del Municipio;2001

Arboleda R, La buena Mesa: Cultura Alimentaria de la Mujer Gestante. En: el pan de las nueve lunas, alimentación y estado nutricional de la mujer gestante. Grupo de investigación en alimentación y nutrición, Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia. Fondo Editorial Biogénesis. 2003. Pág. 13-62.

Arboleda R, La buena Mesa: Cultura Alimentaria de la Mujer Gestante. En: el pan de las nueve lunas, alimentación y estado nutricional de la mujer gestante. Grupo de investigación en alimentación y nutrición, Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia. Fondo Editorial Biogénesis. 2003. Pág. 13-62.

Arboleda R, La buena Mesa: Cultura Alimentaria de la Mujer Gestante. En: el pan de las nueve lunas, alimentación y estado nutricional de la mujer gestante. Grupo de investigación en alimentación y nutrición, Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia. Fondo Editorial Biogénesis. 2003. Pág. 13-62.

Colombia. Ministerio de Salud, Ministerio de Educación, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, OPS, UNICEF. Escuela Saludable, la alegría de vivir en paz. Santa Fe de Bogota: Ministerio de Salud ;1999

Bastidas M, Posada A, Ramirez H. Crecimiento y desarrollo del niño escolar. En: temas de alimentación del niño. Editorial Universidad de Antioquia. 1997. p 222-235

Bastidas M, Posada A, Ramirez H. Crecimiento y desarrollo del niño escolar. En: temas de alimentación del niño. Editorial Universidad de Antioquia. 1997. p 222-235

Bastidas M, Posada A, Ramirez H. Crecimiento y desarrollo del niño escolar. En: temas de alimentación del niño. Editorial Universidad de Antioquia. 1997. p 222-235

Bañuelos C. Los patrones estéticos en los albores del siglo XXI. Hacia una revisión de los estudios en torno a este tema. España:Universidad Complutense. REIS; 1994. P119-140

Bañuelos C. Los patrones estéticos en los albores del siglo XXI. Hacia una revisión de los estudios en torno a este tema. España:Universidad Complutense. REIS; 1994. P119-140

Restrepo Calle MT. Abel Serrano, Ed. Indicadores antropométricos en la evaluación del estado nutricional del niño menor de 5 años. En: Temas sobre alimentación del niño. Medellín: Universidad de Antioquia; 1992. p. 301-328

Riviére, P. Aprendizaje y conducta alimentaria. [Sitio de Internet] Disponible en: www.espiraldialectica.com.ar/5-9-66.htm . Acceso el: Mayo de 2003

Borzekowski D., Robinson T. El efecto 30 segundos: Un experimento que revela el impacto de los comerciales de televisión sobre las preferencias alimentarias de preescolares. Journal of the American Dietetic Association Enero de 2001. EN: DIAETA 2001;(94): 33 – 40.

Laplanche J, Pontalis J. Diccionario de Psicoanálisis. 2 Ed España: Labor; 1994. 535 p

- Debesse M. Psicología del Niño. 3 ed. Buenos Aires: Nova; 1969
- Restrepo Mesa S, Galeano N. Estudio epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios del escolar. Medellín. Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética, Secretaría de Salud del Municipio;2001.
- Acosta H, Restrepo M P. Acerca del cuerpo. En: Utopía siglo XXI. Medellín: Universidad de Antioquia, facultad de ciencias sociales; 1997 (1): 97.
- Cardona O. Prevención de la Obesidad infantil. Documento en proceso de publicacion, 2002
- Arias Lopez, B. La utopía de la liberación corporal: una monografía de la higiene y el cuerpo. Medellín: Universidad Surcolombiana; 1996
- Acosta H, Restrepo M P. Acerca del cuerpo. En: Utopía siglo XXI. Medellín: Universidad de Antioquia, facultad de ciencias sociales; 1997 (1): 97.
- Medina Cano F. El Cuerpo En La Posmodernidad. EN: Signo y Pensamiento. 1996;15 (28):102-109
- Hernandez De Lisac, M. Un vistazo psicoanalítico de los comedores compulsivos. [Sitio en internet]. Disponible en: <http://www.addictus.com/lizac02.htm> . Acceso el Mayo de 2003
- Hernandez De Lisac, M. Un vistazo psicoanalítico de los comedores compulsivos. [Sitio en internet]. Disponible en: <http://www.addictus.com/lizac02.htm> . Acceso el Mayo de 2003
- Bleger J. Psicología de la conducta. 3 ed. Buenos Aires: Paidós: 1985
- Laplanche J, Pontalis J. Diccionario de Psicoanálisis. 2 Ed España: Labor; 1994. 535 p
- Hernandez De Lisac, M. Un vistazo psicoanalítico de los comedores compulsivos. [Sitio en internet]. Disponible en: <http://www.addictus.com/lizac02.htm> . Acceso el Mayo de 2003
- Mitchell Ress J. Nutrición en la adolescencia. En: Krausse. Nutrición y Dietoterapia. 8 ed. México: Interamericana; 1995.p. 237
- Moreno Vélez S, Ramírez Restrepo L, Yepes Isaza M. Investigación: Bienestar Saludable en Adolescentes Escolarizadas de la Ciudad de Medellín y del Área Metropolitana Expuestas a los Trastornos de la Conducta Alimentaria. [Informe de investigación]. Medellín; 1999
- Krausse. Nutrición y Dietoterapia. 8 ed. México: interamericana; 1995. P. 319
- Arias Lopez, B. La utopía de la liberación corporal: una monografía de la higiene y el cuerpo. Medellín: Universidad Surcolombiana; 1996.
- Krausse. Nutrición y Dietoterapia. 8 ed. México: interamericana; 1995. P. 319
- Arias Lopez, B. La utopía de la liberación corporal: una monografía de la higiene y el cuerpo. Medellín: Universidad Surcolombiana; 1996
- Restrepo S, Ruiz P, Galeano N. Perfil epidemiológico del niño escolar y su entorno.

Medellín: Secretaria de Salud. Universidad de Antioquia. Facultad de Medicina. Escuela de Nutrición y Dietética, 2001.p.15

Anuradha M. La exportación del hambre. El conversatorio. En: Revista Semana;2002(3):70

Busdiecker B, Castillo CD, Salas IA. Cambios en los hábitos alimentarios durante la infancia: una visión antropológica. *Rev. Chil. Pediatr.* 71(1):5-11

Busdiecker B, Castillo CD, Salas IA. Cambios en los hábitos alimentarios durante la infancia: una visión antropológica. *Rev. Chil. Pediatr.* 71(1):5-11

Busdiecker B, Castillo CD, Salas IA. Cambios en los hábitos alimentarios durante la infancia: una visión antropológica. *Rev. Chil. Pediatr.* 71(1):5-11

Cartay R. El rol de la mujer en la estrategia de mejoramiento de la seguridad alimentaria. Memorias curso: el contexto económico, político y social de la seguridad alimentaria y nutricional;1999 Sep. 20-24; Medellín: Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética; 1999.

Busdiecker B, Castillo CD, Salas IA. Cambios en los hábitos alimentarios durante la infancia: una visión antropológica. *Rev. Chil. Pediatr.* 71(1):5-11

Olivares S, Yañez R. Publicidad de alimentos y conductas alimentarias en escolares de 5° a 8° grado básico. *Rev Chil Nutr* 2003;30(1):36-42

Olivares S, Yañez R. Publicidad de alimentos y conductas alimentarias en escolares de 5° a 8° grado básico. *Rev Chil Nutr* 2003;30(1):36-42

Sandoval A A. et al., Estrategias familiares de vida y su relación con desnutrición en niños de dos años. *Salud pública de México* 2002; 44: 41-49.

Olivares S, Yañez R. Publicidad de alimentos y conductas alimentarias en escolares de 5° a 8° grado básico. *Rev Chil Nutr* 2003;30(1):36-42

Olivares S, Yañez R. Publicidad de alimentos y conductas alimentarias en escolares de 5° a 8° grado básico. *Rev Chil Nutr* 2003;30(1):36-42

Sen A. Romper el ciclo de la pobreza: Invertir en la infancia.[Sitio en internet] Disponible en: <http://esgeocities.com/páginatrasversal/econoamartia/> . Acceso el 14 de julio de 2003

Sen A. Romper el ciclo de la pobreza: Invertir en la infancia.[Sitio en internet] Disponible en: <http://esgeocities.com/páginatrasversal/econoamartia/> . Acceso el 14 de julio de 2003

Romo M, Castillo DC. Metodologías de las ciencias sociales aplicadas al estudio de la nutrición. *Rev. Chil. Nutr.*2002;29(1):14-22

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

Antropología de la alimentación. Madrid: Eudema; 1993

Backman D. et al; Psychosocial predictors of healthful dietary behavior in adolescent. Journal of Nutrition 2002; 34:184-91

Bastidas Acevedo M. Puericultura del niño en edad preescolar. En: El niño sano. Medellín: Universidad de Antioquia; 1997. p.327.

Calvo L. "Any Fries?" una perspectiva en torno a la alimentación contemporánea. España: Instituto de antropología de Barcelona; 1993; 13-14:238-48

Caro E, Hernández M E. Conocimientos, prácticas y actitudes hacia las hortalizas en los estudiantes del 1º al 8º semestre de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia en 1996. Medellín:Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética;1996.

Contreras J. Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: Universitat de Barcelona; 1995

Cruz Cruz J. Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria. Pamplona: Eunsa; 1991

Douglas M. Las estructuras de lo culinario. Lo comestible y sus percepciones. En: Contreras J, comp. Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: Universitario de Barcelona; 1995. P. 171-96

Duque B E, Gutiérrez C. Conocimientos sobre nutrición de los encargados del

cuidado de preescolares del barrio Marco Fidel Suárez de Medellín. Medellín: Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética; 1993.

Educación alimentaria y nutricional. [Sitio en Internet]. Disponible en: <http://www.fao.org/regional/Lamerica/prior/segalim/nutri/edualim.htm> . Acceso el 10 de agosto de 2002.

Educación en Nutrición para enseñanza básica. [Sitio en Internet]. Disponible en: http://www.rlc.fao.org/prensa/coms/2001_1.htm . Acceso el 11 de agosto de 2002.

Escuela Tomas Carrasquilla. Proyecto educativo institucional (PEI) año 1999-2005. Medellín: Escuela Tomas Carrasquilla;1999.

Galvez A. Sabor lácteo, sabor local. El consumo de la leche en Medellín. Uis-Humanidades 1997; 26:153-63

Gitlelsohn J.et al. Food perceptions and dietary behavior of American-Indian children their care gives, and educator. Journal of Nutrition 2002;34: 2-11

Gómez L, Herazo G. Relación entre conducta alimentaria y estado nutricional de niños escolares de 7 a 10 años de la escuela de la cuarta brigada. [Informe de práctica]. Medellín: Universidad de Antioquia .Escuela de Nutrición y Dietética; 1995.

Gracia M. La transformación de la cultura alimentaria. Cambios y permanencias en un contexto urbano. Madrid: Ministerio de educación y cultura; 1997

Gran Enciclopedia Larousse. 10ª ed. Bogotá: Planeta; 1980. p. 324,568,367,540.

Heller R. S y col. Temas de pediatría. Asociación Mexicana de Pediatría. México: Interamericanal; 1996. p.47.

Kathleen M, Escott-Stump S. Nutrición y Dietoterapia de Krause. 10ª ed. México: Interamericana Mc Graw-Hill; 2001. p. 380-280.

La técnica de recolección de información mediante los grupos focales. [Sitio en internet] Disponible en: [uitoto.udea.edu.co/ceo/articulos/grupos focales](http://uitoto.udea.edu.co/ceo/articulos/grupos_focales). Acceso el 9 de Agosto de 2002.

Los gorditos, la educación física y la alimentación. [Sitio en Internet]. Disponible en: <http://www.elcomercioperu.com.pe/online/>. Acceso el 10 de agosto de 2002.

Marquez Acosta M. Et al. Influencia del desayuno sobre la función cognoscitiva de los escolares de una zona urbana de valencia. Venezuela 2001; 51: 57-63

Morón C. Proyecto TCP/CHI/0065 "Educación en Nutrición en las escuelas Primarias". [Sitio en internet]. Disponible en: <http://www.rlc.fao.org/paises/chile/edubachi.htm> . Acceso el 8 de agosto de 2002.

Organización panamericana de la salud. Evaluación para el planeamiento de programas de educación para la salud. Washington: OPS;1980. Paltex para técnicos medios y auxiliares N°18.

Restrepo M. Galeano N. Evaluación del estado nutricional de los escolares de 11 escuelas. Programa Escuela Saludable.Medellin Secretaria de Salud del Municipio, Universidad de Antioquia. Escuela de Nutrición y Dietética; 2001.

Sandoval A. A. et al., Estrategias familiares de vida y su relación con desnutrición en niños de dos años. Salud pública de México 2002; 44: 41-49.

Shack D. N. El gusto del catador. Determinantes sociales y culturales de las perspectivas alimentarias. En: Contreras J, comp. Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: Universitat de Barcelona; 1995. P. 111-125

Taylor SJ, Bogdan R. Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación. Barcelona: Paidós; 1992.

Universidad de Antioquia. Centro de Estudios de Opinión. Interventoría al programa de restaurantes escolares de la Secretaría de Solidaridad del Municipio de Medellín. Medellín: Secretaría de solidaridad; 2002.

Zamora A, Barrera S. Rendimiento escolar y estado nutricional. Bogotá: Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. Editorial sagitario S.R.L; 1998.

ANEXOS

ANEXO1.

ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN

Presentar los resultados en un espacio académico de carácter regional o nacional.

Proponer estrategias que contribuyan a mejorar la situación nutricional de los escolares.

Publicar un artículo de carácter nacional o preferiblemente internacional con los resultados de la investigación.

Presentar los resultados de la investigación a la comunidad participante del proceso de investigación y a diferentes pares académicos.

ANEXO 2.

COMPROMISOS OPCIONALES

Con el propósito de aportar a la institución en la cual se realizó la investigación se

LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN DEL ESCOLAR:

realizaron las siguientes actividades

Un taller sobre hábitos de alimentación con los escolares participantes.

Dos talleres de 4 horas cada uno sobre alimentación saludable y preparación de alimentos con los profesores de la institución.

Un taller con las madres de los niños que participaron del proceso de investigación.

Entrega de un módulo educativo con temas de alimentación y nutrición, para ser incluidos en el currículo escolar, del grado 0 al grado 5 de básica primaria.

ANEXO 3

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Mes Actividad	2002												2003											
	Ene	feb	Mar	Abri	may	jun	jul	ago	sep	oct	nov	dic	ene	feb	mar	abr	may	jun	j					
Sensibilización y presentación del proyecto a padres, profesores, niños y funcionarios de las unidades integrales.																								
Estudio Exploratorio																								
Desarrollo de entrevistas																								
Tabulación y análisis de información																								
Elaboración del informe																								
Evaluación y ajustes																								
Presentación de resultados																								

ANEXO 4

PRESUPUESTO GLOBAL DEL PROYECTO

RUBROS	FUENTES				TOTAL
	U. DE A.	ESC DE N Y D.	CIAN ESCUELA DE NUTRICION Y DIETETICA	AUTO FINANCIACION	
Personal	7.947.920	3.500.000			11.447.920
Equipo			3.000.000		3.000.000
Material fungible			524.000		524.000
Publicación		1.500.000		2.000.000	3.500.000
TOTAL	7.947.920	5.000.000.	3.524.000	2.000.000	18.471.920
%	43%	27%	19%	11%	

ANEXO 5

Consentimiento informado para las madres de los niños

Señora

Cordial Saludo.

En calidad de profesor y estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia, deseamos obtener su aprobación para que usted y su hijo o hija haga parte de la investigación “percepción frente a la alimentación y nutrición del escolar”.

Dado que la alimentación es un aspecto muy importante para la adecuada nutrición y salud de los niños, se quiere conocer que piensan las madres, sus hijos y los profesores sobre la alimentación y nutrición del escolar. Esta información se recogerá por medio de una entrevista, la cual durará de 45 a 60 minutos aproximadamente.

Con anticipación se informará al director y al profesor coordinador de grupo el día y hora de su entrevista y la de su hijo o hija.

Es importante aclarar que todos los datos obtenidos son de absoluta reserva y sólo se utilizarán como fuente de información para la investigación, sin darle ningún título personal. Si en algún momento usted o su hijo desean retirarse de la investigación pueden hacerlo, guardando la confidencialidad de esta decisión.

Agradezco su atención y espero que usted acepte vincularse en este proceso, ya que

nuestro deseo es contribuir al mejoramiento de la nutrición de los escolares de nuestra ciudad

Desea participar de esta investigación Sí ____ No ____

Autoriza la participación de su hijo o hija en esta investigación Sí ____ No ____

Si desea participar por favor llene los siguientes datos:

Nombre completo del niño o niña

Grupo _____

Edad _____ pertenece al refrigerio escolar si ____ no ____

Tiempo que lleva en el refrigerio escolar _____

Nombre completo de la madre o del acudiente _____

Teléfono _____

ANEXO 6

Consentimiento informado para los profesores de la Escuela.

Profesor

Escuela Tomas Carrasquilla

Cordial Saludo.

Como profesora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia, desea obtener su aprobación para participar de la investigación “percepción frente a la alimentación y nutrición del escolar”.

Dado que la alimentación es un aspecto muy importante para el crecimiento y rendimiento escolar de la población infantil, se quiere conocer que piensan los profesores sobre su alimentación y nutrición. Esta información se recogerá por medio de una actividad grupal con todos los profesores de la Escuela, la estrategia que se utilizara para la recolección de información será la de grupos focales. La duración de esta actividad será de 4 horas y media aproximadamente. Con anticipación se le informará el día y hora de la actividad

Es importante aclarar que todos los datos obtenidos son de absoluta reserva y sólo se utilizarán como fuente de información para la investigación, sin darle ningún título personal. Si en algún momento usted desea retirarse de la investigación puede hacerlo.

Agradezco su atención y espero que usted acepte participar en este proceso, ya que nuestro deseo es contribuir al mejoramiento de la situación nutricional de los niños de nuestra ciudad.

Desea participar de esta investigación Sí ____ No ____

Si desea participar por favor llene los siguientes datos:

Nombre Grupo _____

Escuela _____

Tiempo que lleva en la institución educativa _____

Teléfono donde pueda ser ubicado _____

ANEXO 7.

Guía de entrevista para escolares

Escuela _____

Nombre del escolar _____

Profesor coordinador del grupo al que pertenece el niño

Jornada mañana _____ tarde _____

Grado _____

Edad _____ Sexo F _____ M _____

Estado nutricional _____

Temáticas a desarrollar con los escolares

Número de comidas que el menor hace la día y donde las consume

Causas por las que consume ese numero de comidas

Con quien como el niño en su casa

En que lugar se come en la casa

Cual es la importancia que le da al desayuno

Desayuna el escolar en la casa

Comidas o alimentos que consume el menor fuera de la casa

Criterios para la selección de los alimentos preferidos y los alimentos rechazados

Dinero que se lleva para la escuela y destinación de ese dinero.

Compra de alimentos al entrar o salir de la escuela

Opinión frente al estado nutricional

Sentimientos y descripción del hambre

Pasar algún día sin nada de alimentos (sin comer)

Ha faltado comida en la casa, porque. Disponibilidad de alimentos en el hogar

Opinión frente al consumo de alimentos en la escuela: tienda escolar, restaurante,

ventas ambulantes, loncheras

Opinión frente a tener hijos cuando sean grandes

Que desean ser cuando sean grandes

ANEXO 8

Guía de entrevista para madres

Opinión sobre el estado de salud del hijo

La alimentación del hijo

Numero de comidas del día que hace el hijo

Disponibilidad de alimentos en el hogar

Gustos y rechazos de del hijo

Opinión del refrigerio escolar

Comportamiento del niño frente a la alimentación

Compra y preparación de alimentos en la casa

Tiene en cuenta lo que al niño le gusta al preparar los alimentos

Momento de la comida en la casa: Lugar (dónde), Hora, Quiénes comen, Ambiente a la hora de comer, Ambiente del hogar.

Concepto de alimentación nutritiva

Opinión frente a aguantar hambre

Opinión frente al estado nutricional y de salud del hijo

Descripción del hijo en la actualidad

Como imagina a su hijo en el futuro

ANEXO 9

Guía de preguntas para profesores

Qué opina usted sobre el estado nutricional de estos niños?

Cómo cree usted que es la alimentación de estos niños en la casa y en la escuela?

Para estos niños, cómo considera usted que debe ser una alimentación nutritiva y saludable?

Cuántas comidas creen ustedes que hacen estos niños en el día?

Cuál es la disponibilidad de alimentos en el hogar de estos los niños y cuantas

comidas cree que puede hacer en un día?

Cuál es el comportamiento de estos niños frente a la alimentación?

Cómo es el momento en que estos niños comparten el refrigerio escolar en el aula de clase.

Hay niños que aguantan hambre y porque?

Cómo se siente usted cuando esto sucede (ver sus alumnos con hambre)?

Cómo cree usted que se sienten estos niños con hambre (Como describiría uno de estos niños con hambre)?

Cómo es el comportamiento de las madres frente a la situación de hambre de sus hijos?

Qué aspectos contribuyen a mejorar o disminuir la situación de hambre estos niños? (quien les ayuda o de que manera calman el hambre)

Cómo cree usted que estos niños ven , sienten y perciben su cuerpo?

Cómo ve usted el estado de salud de estos niños?

Cómo es el rendimiento escolar de estos niños?

Conoce usted de hábitos o costumbre particulares de estos niños frente a la alimentación, que desencadenen o generen su estado nutricional actual (hábitos, costumbres, comportamientos).

Influye el ambiente familiar en la alimentación de estos niños?

Cómo influye la publicidad en la alimentación de estos niños?

El currículo de la Escuela contribuye al desarrollo de hábitos de alimentación saludable? Porque?

Cómo quisiera usted que fuera el estado nutricional de sus alumnos?

Cómo se imagina sus alumnos en el futuro?

Cual es su opinión sobre la tienda y sobre el refrigerio escolar?

Qué propuestas de enseñanza aprendizaje haría usted para mejorar los hábitos de alimentación y el estado nutricional de los niños de la Escuela? (Qué podemos hacer desde el aula de clase)

ANEXO 10

DATOS BÁSICOS DE LOS INVESTIGADORES

SANDRA LUCIA RESTREPO MESA

Títulos Universitarios. Nutricionista Dietista. Especialista en Nutrición Humana con énfasis en alimentación y nutrición materno infantil.

Cedula de ciudadanía: 43.684.363 de Caldas

Dependencia: Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia

Teléfono: 4259229 - 4259225. beeper 2628183 código 4057

Dirección electrónica: sanres@geo.net.co

Tipo de vinculación con la universidad: profesor ocasional

Función dentro del proyecto: Investigador principal

Dedicación al proyecto: 10 horas a la semana

Título de los últimos proyectos en los que participó:

Evaluación de Habilidades de Conocimiento en el Aprendizaje Basado en Problemas. Liderado por el Proyecto UNI Rionegro. Publicación: Restrepo B, García N, Restrepo S. La evaluación del aprendizaje basado en problemas experimentación y validación. Universidad de Antioquia. Facultad de Enfermería;2002.

Cultura Alimentaria y Estado nutricional de la Mujer Gestante. Estudio en mujeres gestantes asistentes al programa prenatal de la ESE Hospital Gilberto Mejía Mejía del Municipio de Rionegro. Investigador principal: Sandra Restrepo M. Aprobada por el CODI en 1998. Finalizada 2001. De este proceso de investigación se publicaron dos artículos en la Revista Perspectivas en Nutrición Humana y se publicó el libro "El pan de las nueve lunas, alimentación y estado nutricional de la gestante".

Perfil epidemiológico del niño escolar y su entorno. Componente hábitos alimentarios y estado nutricional. Secretaria de salud de Medellín, Universidad de Antioquia. 2001. En proceso de publicación.

ANA MARIA OCHOA HOYOS

Títulos Universitarios. Nutricionista Dietista. Universidad de Antioquia. 1998. Especialista en psicología clínica, énfasis salud mental. Universidad Pontificia Bolivariana. 2000

Cedula de ciudadanía: 43.586.046

Dependencia: Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia

Teléfono: 4259229 - 4111661

Dirección electrónica: anama8a@yahoo.com

Tipo de vinculación con la universidad: Docente de Cátedra.

Función dentro del proyecto: Coinvestigador

Dedicación al proyecto: 10 horas a la semana

Título de los últimos proyectos en los que participó:

Trabajo de grado para optar el título de especialista en sicología clínica. El culto al cuerpo y sus implicaciones en la salud mental. 2000

MARYORI MAYA GALLEGO

Títulos Universitarios: Antropóloga. Universidad de Antioquia. Magíster en Ciencias

Sociales, con énfasis en estudios regionales. Universidad de Antioquia.

Cedula de ciudadanía: 43.061694 de Medellin

Dependencia: Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia

Teléfono: 4259229 - 4259225

Dirección electrónica: marma@pijaos.udea.edu.co

Tipo de vinculación con la universidad: Docente de Cátedra

Función dentro del proyecto: Coinvestigador

Dedicación al proyecto: 10 horas a la semana

Título de los últimos proyectos en los que participó:

Conocimientos locales y diferencias de género, en la producción de hortalizas de la zona rural de Marinilla y su incidencia en la seguridad alimentaria y nutricional. 2003.

Ingesta de calcio en mujeres jóvenes universitarias de Antioquia, bases para el diseño de un programa educativo para el aumento de la masa ósea y la prevención de la osteoporosis. 200.

El modelo alimentario de la zona rural de Medellín. 1999.

ADRIANA PATRICIA OSORNO GUTIÉRREZ

Títulos universitarios: Estudiante de Nutrición y Dietética del séptimo semestre.

Cédula de ciudadanía: 43.874.261 de Envigado

Teléfono: 347-24-39

Dirección electrónica: adry_81@latinmail.com

Función dentro del proyecto:

Coordinación de actividades de sensibilización con los escolares

Recolección de la información: Entrevistas semi-estructuradas a las madres y a los niños que participan en la investigación y participación en actividades de observación.

Participación en la construcción del referente conceptual.

Dedicación al proyecto : 5 horas a la semana

Proyectos en los que participa:

Presidente del grupo "Cultura Láctea"; el cual tiene dos proyectos educativos: Hábitos Alimentarios Adecuados y proyecto ALMA (Apoyo a la Lactancia Materna), realizados con grupos de comunidades deprimidas más vulnerables frente a la desnutrición, entre ellos madres gestantes y lactantes, preescolares y escolares.

LUZ GABRIELA RIVERA CANO

Títulos universitarios: Estudiante de Nutrición y Dietética del séptimo semestre

Cédula de ciudadanía: 32.255.374 de Medellín

Teléfono: 234-66-21

Dirección electrónica: lgrcano@hotmail.com

Funciones dentro del proyecto:

Coordinación de actividades de sensibilización con los escolares

Recolección de la información: Entrevistas semi-estructuradas a las madres y a los niños que participan en la investigación, participación en actividades de observación.

Participación en la construcción del referente conceptual.

Dedicación al proyecto: 5 horas a la semana

Título de los proyectos en los que participa:

Integrante del grupo "Cultura Láctea"; el cual tiene dos proyectos educativos: Hábitos Alimentarios Adecuados y proyecto ALMA (Apoyo a la Lactancia Materna), realizados con grupos de comunidades deprimidas más vulnerables frente a la desnutrición, entre ellos madres gestantes y lactantes, preescolares y escolares.

GELEN JURLEY OCHOA JARAMILLO

Títulos universitarios: Estudiante de Nutrición y Dietética del séptimo semestre

Cédula de ciudadanía: 43.865.827 de Envigado

Teléfono: 333-02-89

Dirección electrónica: gelen8a@hotmail.com

Funciones dentro del proyecto:

Coordinación de actividades de sensibilización con los escolares

Recolección de la información: Entrevistas semi-estructuradas a las madres y a los niños que participan en la investigación, participación en actividades de observación.

Participación en la construcción del referente conceptual

Dedicación al proyecto: 5 horas a la semana

Título de los proyectos en los que participa:

Integrante del grupo "Cultura Láctea"; el cual tiene dos proyectos educativos: Hábitos Alimentarios Adecuados y proyecto ALMA (Apoyo a la Lactancia Materna), realizados con grupos de comunidades deprimidas más vulnerables frente a la desnutrición, entre ellos madres gestantes y lactantes, preescolares y escolares.

ANEXO 11

INFORMACIÓN SOBRE EL GRUPO RESPONSABLE DEL PROYECTO

Nombre del grupo: grupo de investigación en alimentación y nutrición humana. Línea alimentación y nutrición materno infantil.

Ubicación física: Escuela de Nutrición y Dietética. Universidad de Antioquia.

Nombre del coordinador: Luz Mariela Manjares C.

Dependencia, teléfono y dirección electrónica: Escuela de Nutrición y Dietética.
4259230. Imanjares@pijaos.udea.edu.co

Nombre de los integrantes de la línea de investigación:

Beatriz Elena Parra Sosa. bpaso@pijaos.udea.edu.co

Sandra Restrepo Mesa. sanres@geo.net.co

Número de proyectos terminados: 3

Número de los proyectos en ejecución: 2

Fuentes de financiación más frecuentes: CODI

Número de publicaciones nacionales: 3

Número de publicaciones internacionales: 1

Número de estudiantes graduados con trabajos desarrollados por el grupo: 2

ANEXO 12

TABLA DE CÓDIGOS

ND Niños con riesgo nutricional.

NNiños con adecuado estado nutricional

NONiños con exceso de peso

A cada uno de los niños pertenecientes a los diferentes grupos ND, NN, NO se le asignó un número. Ejemplo NN5, NO4. algunos textos significativos se presentan solo con letras, sin el respectivo número, lo anterior se debe a que en las entrevistas grupales no es posible identificar la voz del niño.

MD Madre de un escolar con riesgo nutricional

MNMadre de un escolar con adecuado estado nutricional

MOMadre de un escolar con exceso de peso

A cada una de las madres se les asignó un número, el cual corresponde con el numero de su hijo: así: NN4. Niño con adecuado estado nutricional y MN4 corresponde a la madre de este escolar.

A una de las entrevistas acudieron el padre y la madre del niño razón por la cual se presenta el código PNO, correspondiente a uno de los niños con exceso de peso.

GPDGrupo de profesores que abordaron las percepciones frente a la alimentación y nutrición de los niños con riesgo nutricional.

GPNGrupo de profesores que abordaron las percepciones frente a la alimentación y nutrición de los niños con adecuado estado nutricional.

GPO Grupo de profesores que abordaron las percepciones frente a la alimentación y nutrición de los niños con exceso de peso.

TE Persona encargada de la tienda escolar.