



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

DEPARTAMENTO DISCIPLINARIO DE NUTRICIÓN

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

“ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LOS CONOCIMIENTOS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, PREFERENCIAS ALIMENTARIAS, CONSUMO DE ALIMENTOS DE DUPLAS DE PADRES Y/O APODERADOS CON SUS NIÑOS DE 2 A 5 AÑOS, PERTENECIENTES A ESTABLECIMIENTOS EDUCACIONALES DE LA REGIÓN DE VALPARAÍSO”.

Seminario de Título para optar al Título de Nutricionista y al Grado de Licenciado en Nutrición

Verónica Alejandra Cáceres Espinosa

Kamila Andrea Contreras González

Alexandra Pilar Cortés Monárdez

Karen Olivia González Olmos

María Alejandra Tapia González

Prof. Guía: Nta. MSc. (c) María José Silva Montenegro

Valparaíso, 2021

DEDICATORIA

“La vida es complicada en todos los sentidos, pero con esfuerzo, paciencia y perseverancia todo se logra. Muchas veces podemos sentir que ya no podemos seguir, que ya no tenemos fuerza para continuar y en esos momentos en mi vida fue donde apareció gente que yo no esperaba, personas muy lindas que a veces con un consejo o una palabra me subían el ánimo para continuar. Principalmente a mis padres que gracias a su apoyo pude lograr mis metas. También reconocer el apoyo incondicional de mi pololo el que siempre ha estado en las buenas y en las malas, dándome aliento para continuar y en ocasiones gritándome porque no quería hacer lo que debía hacer. Y finalmente pero no menos importante mis compañeras de tesis y profesora guía que fueron y espero continúen siendo unas excelentes personas. A todos les doy las gracias enormemente ya que de no ser por ellos tal vez no estaría donde estoy y no iría hacia dónde voy”.

Verónica Alejandra Cáceres Espinosa

“Quiero dedicar este trabajo a mi madre, hermanas, sobrinos, abuelos, tíos y amigos quienes durante este largo proceso fueron los que me brindaron apoyo y aliento para continuar, quienes me sostuvieron emocionalmente cuando más lo necesite, quienes me aconsejaron en cada momento y por sobre todo quienes entendieron que este fue un complicado proceso en donde muchas veces me ausente porque debí priorizar mis estudios que a la vez debía complementar con mi trabajo. A todos ellos les agradezco”.

Kamila Andrea Contreras González

“Este trabajo está dedicado a los pilares fundamentales de mi vida, mi grupo familiar, ya que sin su ayuda no hubiese podido culminar este proceso. Especialmente a mis padres que me brindaron toda su confianza, entregándome las herramientas necesarias para que esto fuese posible, estuvieron conmigo a lo largo de este camino, brindándome siempre su apoyo incondicional y animándome a continuar cada vez que el camino se ponía difícil”.

Alexandra Pilar Cortés Monárdez

“Agradezco a Dios y a mis padres, hermano y familia por el apoyo incondicional que me han dado durante todos estos años, que sin su ayuda no habría llegado donde estoy ahora. A mi hija y esposo por su comprensión en todo momento. Y también a mis compañeras y profesora guía, ya que sin su cooperación esto no hubiera sido posible. Todas maravillosas personas que, con sus consejos, palabras de aliento y amor me daban fuerzas para seguir adelante en este proceso. Por eso muchas gracias a todos ustedes, mi sueño de ser una profesional de la salud es hoy en día una realidad”.

Karen Olivia González Olmos

“Con perseverancia, esfuerzo y responsabilidad, podemos alcanzar nuestras metas. Dedicada a mi madre que siempre ha estado conmigo y me ha entregado su apoyo y enseñanzas a lo largo de mi vida y en especial en este proceso lleno de altos y bajos, a mi padre que también me entregó su apoyo. Dedicada también a mi familia que siempre me impulsó a seguir con palabras de aliento y a no rendirme en los momentos difíciles”.

María Alejandra Tapia González

AGRADECIMIENTOS

“Como grupo de trabajo queremos agradecer a nuestra docente guía Nta. MSc. (c) María José Silva Montenegro por habernos acompañado y guiado durante todo este proceso, por habernos otorgado su tiempo, paciencia y dedicación. También por ayudarnos a resolver nuestras dudas e inquietudes que surgían en el desarrollo de nuestra tesis. Así mismo agradecer a la Docente Nta. MSc. Sofía Coñuecar Silva por haber hecho las gestiones necesarias para llevar a cabo nuestro proyecto.

A los jardines, padres y estudiantes, por haber tenido la disposición de responder nuestra encuesta y gracias a ello, desarrollar nuestro proyecto de tesis.

Al Docente Dr. José Alejandro González Campos por colaborar con sus conocimientos sobre estadística, para que nuestra tesis tuviera el soporte necesario para cumplir con los objetivos planteados”.

A todos ustedes muchas gracias.

Verónica Alejandra Cáceres Espinosa
Kamila Andrea Contreras González
Alexandra Pilar Cortés Monárdez
Karen Olivia González Olmos
María Alejandra Tapia González

ABREVIATURAS

Abreviatura	Significado
OMS	Organización Mundial de la Salud
ECNT	Enfermedades crónicas no transmisibles
JUNAEB	Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas
SB	Sobrepeso
OB	Obesidad
ENS	Encuesta Nacional de la Salud
PAP	Prácticas alimentarias parenterales
JUNJI	Junta nacional de jardines infantiles
MINSAL	Ministerio de Salud de Chile
GABA	Guías Alimentarias basadas en alimentos
UNU	Universidad de las Naciones Unidas
MINEDUC	Ministerio de educación
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación.

TABLA DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	1
AGRADECIMIENTOS	2
ABREVIATURAS	4
TABLA DE CONTENIDOS	5
RESUMEN	9
CAPÍTULO I	1
ANTECEDENTES DEL ESTUDIO	1
1.1 Formulación del problema	1
1.2 Justificación	3
1.3 Viabilidad	4
1.4 Deficiencias en el conocimiento del problema	4
1.5 Pregunta(s) de investigación	5
1.6 Objetivos	5
1.6.1 Objetivo general	5
1.6.2 Objetivos específicos	5
CAPÍTULO II	6
MARCO TEÓRICO	6
2.1 Preescolar	6
2.2 Alimentación del preescolar	6
2.3 Malnutrición por exceso	9
2.4 Estudios relacionados con la alimentación y nutrición del preescolar a nivel país	10
2.5 Alimentación en el adulto	11
2.6 Conocimientos en alimentación y nutrición	13
2.7 Preferencias alimentarias	14
2.8 Consumo de alimentos	14
CAPÍTULO III	15
MARCO METODOLÓGICO	15
3.1 Tipo de Investigación	15
3.1.1 Enfoque de la investigación	15
3.1.2 Alcance de la Investigación	15
3.2 Unidad de estudio	16
	5

3.2.1 Población de estudio	16
3.2.2 Selección de la muestra	16
3.2.3 Criterios de selección	17
3.2.4 Muestra	17
3.3 Variables	18
3.3.1 Variables dependientes	18
3.4 Recolección de datos	18
3.4.2 Validación del instrumento	20
3.5 Validez y confiabilidad del instrumento	21
3.5.1 Procedimiento de validación	21
3.5.2 Confiabilidad	22
3.5.3 Procedimiento de confiabilidad	23
3.6 Análisis de datos	23
3.7 Resguardo bioético	23
3.8 Consideraciones éticas	23
CAPÍTULO IV	24
RESULTADOS	24
4.2 Análisis descriptivo de los conocimientos, preferencias y hábitos de padres y/o apoderados y sus niños(as) de 2 a 5 años.	31
4.3 Índice de alimentación por niveles, de padres e hijos.	37
CAPÍTULO V	38
DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	38
5.1 Discusión	38
5.2 Conclusiones	40
5.3 Sugerencias	42
REFERENCIAS	44
ANEXOS	49

Índice de Gráficos

Gráfico 1. Distribución de los padres y/o apoderados según sexo	25
Gráfico 2. Distribución de los preescolares según sexo	25
Gráfico 3. Distribución de los padres y/o apoderados según edades	26
Gráfico 4. Distribución de los preescolares según edades	26
Gráfico 5. Distribución de los preescolares según presencia de enfermedades	27
Gráfico 6. Distribución de preescolares según presencia de alergias alimentarias	27
Gráfico 7. Distribución de padres y/o apoderados según su parentesco con el preescolar	28
Gráfico 8. Porcentaje de participación de establecimientos educacionales	28
Gráfico 9. Clasificación de los padres y/o apoderados según niveles educacionales	29
Gráfico 10. Conocimientos de los padres y/o apoderados según establecimiento	31
Gráfico 11. Conocimientos de los padres y/o apoderados	31
Gráfico 12. Preferencias de los padres y/o apoderados según establecimiento	32
Gráfico 13. Preferencias de los padres y/o apoderados	32
Gráfico 14. Preferencias de preescolares según establecimientos	33
Gráfico 15. Preferencias de los preescolares según sexo	34
Gráfico 16. Consumo de los padres y/o apoderados según establecimiento	34
Gráfico 17. Consumo alimentario de los padres y/o apoderados	35
Gráfico 18. Consumo de alimentos de los preescolares según establecimientos	36
Gráfico 19. Consumo de alimentos de los preescolares según sexo	36

Índice de tablas

Tabla 1. Requerimientos de energía	9
Tabla 2. Resultados validación de instrumento por comité de expertos	21
Tabla 3. Confiabilidad del instrumento	22
Tabla 4. Caracterización de la muestra según sexo, edad, parentesco con niño/a de duplas de padres y/o apoderados e hijos	30
Tabla 5. Frecuencia de la alimentación de los padres	37
Tabla 6. Frecuencia de alimentación de los preescolares.	37

RESUMEN

Introducción: Datos de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) muestran cifras de sobrepeso y obesidad por sobre el 50% en los niveles educativos que van desde prekínder a primero medio, siendo kínder el curso con mayor prevalencia de obesidad, en donde la alimentación juega un rol importante en la malnutrición por exceso.

Objetivo: Describir los conocimientos en alimentación y nutrición, preferencias alimentarias y consumo de alimentos de duplas de padres y/o apoderados y las preferencias alimentarias de sus niños de 2 a 5 años pertenecientes a 8 establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, durante el último trimestre del año 2021.

Metodología: Estudio con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y diseño no experimental, de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por duplas de padres y/o apoderados y sus niños de 2 a 5 años, pertenecientes a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión del estudio. Los datos se obtuvieron con un cuestionario que se aplicó a través de la plataforma Google Forms con preguntas cerradas y de selección múltiple, posterior a esto los datos recolectados fueron tabulados y analizados. El análisis de los datos se realizó a través del software Jamovi.

Resultados: Participaron 79 padres y/o apoderados, pertenecientes a jardines infantiles JUNJI e INTEGRA. 62% (n=49) de los padres y/o apoderados tienen un alto conocimiento sobre una correcta alimentación de los preescolares. En cuanto a las preferencias alimentarias, los padres y/o apoderados prefieren una alimentación saludable con un 41% (n=32) y los niños(as) no saludable con un 37% (n=29). Con relación al consumo alimentario, en los padres y/o apoderados fue equitativo entre las categorías no saludable, poco saludable, medianamente saludable, suficientemente saludable, saludable con un 20% aproximadamente (n=16) y en los preescolares tuvo mayor frecuencia en la categoría de poco saludable con un 23% (n=18).

Conclusión: Padres y/o apoderados, presentaron un alto nivel de conocimientos y una preferencia alimentaria saludable, en cambio los preescolares presentaron una mayor tendencia hacia las preferencias no saludables.

Palabras Claves: Nutrición, Preescolar, Preferencias alimentarias, Conocimientos, Hábitos.

Abstract

Introduction: Data from the Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) show overweight and obesity figures above 50% in educational levels ranging from kindergarten to first grade, being kindergarten the grade with the highest prevalence of obesity, where food plays an important role in excess malnutrition.

Objective: To describe the knowledge on food and nutrition, food preferences and food consumption of parents and/or guardians and the food preferences of their children from 2 to 5 years old belonging to 8 educational establishments in the Valparaíso region, during the last quarter of the year 2021.

Methodology: A quantitative approach study, descriptive scope and non-experimental, cross-sectional design. The sample was composed of pairs of parents and/or guardians and their children aged 2 to 5 years, belonging to educational establishments of the Valparaíso region, who met the inclusion and exclusion criteria of the study. The data were obtained with a questionnaire that was applied through the Google Forms platform with closed and multiple choice questions, after which the collected data were tabulated and analyzed. The data analysis was performed using Jamovi software.

Results: 79 parents and/or guardians from JUNJI e INTEGRA kindergartens participated. 62% (n=49) of the parents and/or guardians have a high level of knowledge about the correct feeding of preschoolers. Regarding food preferences, parents and/or guardians prefer healthy food with 41% (n=32) and unhealthy children with 37% (n=29). In relation to food consumption, among parents and/or guardians, it was equitable among the categories unhealthy, unhealthy, moderately healthy, healthy enough, healthy with approximately 20% (n=16) and in preschoolers it was more frequent in the category of unhealthy with 23% (n=18).

Conclusion: Parents and/or guardians presented a high level of knowledge and a healthy food preference, while preschoolers presented a greater tendency towards unhealthy preferences.

Key words: Nutrition, Preschool, Food preferences, Knowledge, Habits.

INTRODUCCIÓN

Una alimentación adecuada y equilibrada es fundamental desde que los niños y niñas inician su alimentación a los 6 meses de edad, a partir de esto la instauración de hábitos saludables son de suma importancia para un adecuado crecimiento y desarrollo en los primeros años de vida, los cuales se verán reflejados en la adultez con un menor riesgo de padecer enfermedades del tipo no transmisibles y también con un mejor estado nutricional; sin embargo, la realidad de la alimentación de los escolares se aleja de estos ideales, según la organización mundial de la salud (OMS), la obesidad (OB) infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI, se calcula al año 2016, más de 41 millones de niños menores de cinco años en todo el mundo tenían sobrepeso (SB) o eran obesos. Los niños obesos y con SB tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer a edades más tempranas enfermedades no transmisibles (ENT) como la diabetes mellitus y las enfermedades cardiovasculares de modo que se debe dar prioridad a la prevención de la OB infantil (1).

En Chile la situación no es diferente, según el mapa nutricional 2020 publicado por la junta nacional de auxilio escolar y becas (JUNAEB) evidenció una prevalencia y OB de 54% en todos los niveles (prekínder, kínder, primero básico, quinto básico, primero medio) siendo kínder uno de los cursos con alta prevalencia de OB con un total de 29,5%. En cuanto al sexo, 4 de cada 10 niños presentan OB severa, por sobre las niñas (2).

Desde la infancia, las prácticas alimentarias parentales (PAP) influyen en el aprendizaje del comer saludablemente. Al estudiar la relación entre padres e hijos a la hora de la comida, se encontró que un alto porcentaje de progenitores inducen a sus hijos a comer más allá de las señales de autorregulación innatas, en un intento por entregar una buena nutrición a sus hijos (3).

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

1.1 Formulación del problema

En Chile, hace algunos años se ha comenzado a hacer énfasis en la promoción de la alimentación en todos los rangos etarios de la población, programas como 5 al día y elige vivir sano se han encargado de promocionar y educar acerca de hábitos saludables, con la finalidad de que la población los adquiera y así prevenir enfermedades no transmisibles que alcanzan elevados índices en nuestro país, los hábitos adquiridos en la niñez son los más importantes, por ello se hace necesario determinar los conocimientos de los niños acerca de los principales grupos alimentarios y también en qué proporción son consumidos por los escolares chilenos. De igual forma, hay que destacar la influencia que puedan tener los padres en la conducta alimentaria del niño, normalmente la conducta alimentaria del niño se ve moldeada por diferentes factores como la disponibilidad de alimentos en el hogar, las tradiciones familiares, el estatus social, entre otros. La exposición repetida del niño a estos modelos familiares genera un estímulo condicionado que asocia determinados alimentos con eventos específicos (fiestas, castigos, estaciones, entre otros), ejerciendo un efecto modulador sobre su comportamiento alimentario. Como consecuencia del reforzamiento positivo de la conducta derivado de las experiencias de alimentación, los niños adoptan las preferencias alimentarias y costumbres familiares que le resultan agradables, seleccionando las conductas que repetirán en el futuro (3).

En la actualidad según la encuesta nacional de la salud (ENS) entre los niños menores de 8 años un 96,2% son sedentarios, también nos indica que en menores de 8 años solo el 13,7% consume al menos 5 porciones de frutas y verduras al día, esto disminuye desde la ENS del año 2009-2010, donde se indica que los

menores de 8 años que consumen al menos 5 porciones de frutas y verduras al día es de un 14,8%. (4).

En conjunto con la ingesta de todos los grupos alimentarios en la etapa escolar, el desayuno es un factor protector para los niños, ya que se encuentran en una etapa de acelerado crecimiento y desarrollo.

En un estudio de corte transversal, realizado en Santiago de Chile en el año 2017, Rodríguez. X y col; buscaron la asociación entre el estado nutricional, riesgo cardiovascular y el consumo de desayuno en escolares de 6 a 9 años de ambos sexos. La muestra fue conformada por 434 escolares, obteniendo como resultados que el 18,9% no consume desayuno todos los días (5).

A diferencia con los sujetos que consumen siempre desayuno, el riesgo de OB fue mayor en aquellos escolares que nunca consumían desayuno (Odds ratio (OR): 1,9 [(IC) del 95%: 0,91-2,97], $p=0,11$), al igual que el riesgo de OB abdominal (Odds ratio (OR): 1,66 [(IC) del 95%: 0,91-2,97], $p=0,32$) (5).

Gaete. D y col. en Chile observaron que, en niños de entre quinto y octavo básico, en un estudio denominado “Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares chilenos de quinto a octavo año básico en el año 2021” evidenció que, existe relación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los escolares. Entre los resultados obtenidos los escolares presentaron una baja proporción de frecuencia de consumo saludable, para determinar la frecuencia de consumo saludable de los grupos de alimentos se realizó una categorización basada en la recomendación de la Guías alimentarias basadas en alimentos (GABA) del adolescente: lácteos (≥ 3 porciones), verduras (≥ 2 platos), frutas (≥ 3 unidades), pescado (≥ 2 veces por semana), legumbres (≥ 2 veces por semana), pan (≤ 2 unidades), agua (≥ 6 vasos), jugos y bebidas (no consume), dulces y golosinas (no consume), snack salados (no consume), pasteles y masas dulces (no consume), papas fritas, completos y masas fritas (no consume) (6).

Al tomar las asignaturas de lenguaje y matemáticas, los resultados arrojaron que los alumnos que tenían mejores notas eran los que habían declarado tomar desayuno todos los días (En este estudio se observó una mayor frecuencia de consumo de desayuno en las categorías de mejor rendimiento académico en las asignaturas de matemática y lenguaje) (6).

En este contexto queremos describir los conocimientos en alimentación, nutrición, preferencias alimentarias y consumo de alimentos de duplas de padres y/o apoderados con sus niños de 2 a 5 años pertenecientes a 8 establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, durante el último trimestre del año 2021. Cabe destacar que nuestro estudio corresponde a la primera etapa de un estudio mayor, el cual tiene como objetivo describir una intervención sobre los conocimientos, preferencias y hábitos alimentarios con 5 cuentos sobre los principales grupos de alimentos (cereales, frutas y verduras, lácteos, legumbres, huevo, pescado y frutos secos), además de juegos para educar en alimentación saludable; Como bien se sabe, la niñez es la etapa donde se comienzan a formar los hábitos y la conducta alimentaria que se mantendrán en etapas posteriores de la vida, esto tiene directa influencia en su crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar, como también la prevención de enfermedades a largo plazo como los trastornos de la conducta alimentaria y las enfermedades crónicas no transmisibles.

1.2 Justificación

El aumento en el consumo de energía y la disminución del gasto calórico producen un desbalance energético que, al mantenerse en el tiempo, inciden sobre la OB, esta condición no solo afecta a población adulta, sino que también existe elevada prevalencia de OB infantil (7).

En Chile, el incremento de esta condición ha llegado a ser un importante problema de salud pública y nutricional. La prevalencia de OB infantil se cuadruplicó entre

los años 80 y 90, llegando en la actualidad a cifras que superan el 30%, especialmente en los niveles socioeconómicos más vulnerables, esto se debe a dietas altas en grasas saturadas, azúcares y el sedentarismo que son fuertes determinantes de esta tendencia en la población infanto-juvenil (8). Debido a esto las complicaciones de la OB infantil pueden ser agrupadas en psicosociales y médicas. Los niños obesos sufren constantemente de discriminación, la que se traduce en trastornos de conducta, angustia, depresión, tendencia a la baja autoestima y aislamiento e inseguridad. Con respecto a las complicaciones médicas tienen relación con el aumento de la grasa corporal, el desarrollo de hiperinsulinismo, dislipidemias e hipertensión arterial, además se asocia a otras comorbilidades como apnea del sueño, alteraciones dermatológicas y ortopédicas (9).

1.3 Viabilidad

Se considera que la aplicación de este estudio es viable ya que la intervención no requirió de recursos económicos directos, puesto que fue vía online, sin embargo, se invirtió tiempo en la creación de material educativo e instrumentos aplicados. Además, el recurso humano necesario fueron las alumnas que llevaron a cabo el estudio y la nutricionista guía de la carrera en conjunto con el apoyo del profesional estadístico docente de la Universidad de Playa Ancha.

1.4 Deficiencias en el conocimiento del problema

Debido a que la nutrición no está enfocada en la educación de preescolar es difícil recopilar información en esta área, por otro lado, los estudios que asocian el conocimiento y los hábitos alimentarios son pocos, sin embargo, cabe destacar que existen estudios que se enfocan en ellos por separado.

1.5 Pregunta(s) de investigación

- ¿Cuáles son los conocimientos, preferencias y hábitos alimentarios de las duplas de padres y/o apoderados y sus niños(as) de 2 a 5 años, pertenecientes a 8 establecimientos educacionales de la región de Valparaíso durante el último trimestre del año 2021?

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo general

Describir los conocimientos en alimentación y nutrición, preferencias alimentarias y consumo de alimentos de duplas de padres y/o apoderados y sus niños de 2 a 5 años pertenecientes a 8 establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, durante el último trimestre del año 2021.

1.6.2 Objetivos específicos

1. Determinar los conocimientos en alimentación y nutrición de los padres y/o apoderados de niños de establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, según sexo y establecimiento.
2. Identificar las preferencias alimentarias de los padres y/o apoderados de niños de establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, según sexo y establecimiento.
3. Identificar las preferencias alimentarias de los niños de 2 a 5 años pertenecientes a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, por reporte de los padres y/o apoderados, según sexo y establecimiento.
4. Describir el consumo de alimentos de los padres y/o apoderados de niños de establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, según sexo y establecimiento.
5. Describir el consumo de alimentos de los niños de 2 a 5 años pertenecientes

a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, por reporte de los padres y/o apoderados, según sexo y establecimiento.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Preescolar

Se denomina preescolar al niño(a) que se encuentra en el periodo que abarca desde los 2 hasta los 5 años de edad (10).

La etapa del preescolar engloba el periodo desde que el niño adquiere autonomía en la marcha hasta que empieza a asistir regularmente a la escuela. En este período, se produce una desaceleración del crecimiento: 8-9 cm en el 3º año y, a partir de esa edad, unos 5-7 cm/año; lo cual conlleva una disminución de las necesidades en energía y nutrientes específicos en relación con el tamaño corporal. De forma paralela, el aumento de peso también se enlentece y el incremento ponderal pasa a ser de 2-3 kg anuales, hay un aumento de la masa muscular, disminuyendo la cantidad de agua y porcentaje de masa grasa corporal.

A esta edad presentan un rápido aprendizaje del lenguaje, una maduración en la motricidad fina y gruesa, es una etapa importante de socialización. Se inicia la adquisición de los hábitos y costumbres propias de la familia- esta representa un modelo de dieta y conducta alimentaria que los niños aprenden- y de la cultura en que vive (11).

2.2 Alimentación del preescolar

La alimentación del niño(a) en la etapa preescolar, tiene como objetivo asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y la promoción de hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo (12). Los hábitos de vida que se adquieren

durante la infancia son esenciales para mantener un estilo de vida saludable en la edad adulta (13).

Las GABA, nos orientan sobre el adecuado consumo de alimentos, tanto en calidad como en cantidad, por lo que la alimentación del niño(a) menor de 2 años debe basarse en ellas. Las Guías Alimentarias son un conjunto de mensajes educativos que adaptan los conocimientos sobre alimentación y actividad física a las necesidades de la población general. Estos mensajes, son considerados un aporte esencial al logro de las metas establecidas por la OMS en la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud 2004, que intentan contribuir a que las personas logren un equilibrio energético y un peso normal.

Recomendaciones que facilitan la obtención de un patrón alimentario saludable, las cuales corresponden a:

- Consumir 4 comidas establecidas en el día: desayuno, almuerzo, once y cena. Se recomienda que la distribución energética de estos tiempos de comida sea desayuno 25%, Almuerzo 30%, Once 15%, Cena 25%.
- Ofrecer los alimentos en trozos pequeños para facilitar el uso del cubierto y así, propiciar la independencia al comer.
- Proporcionar alimentos de diferentes texturas para reforzar las habilidades masticatorias y favorecer la secreción salival.
- Realizar las comidas en un ambiente familiar tranquilo y de afecto. Ofrecer los mismos alimentos que reciben los otros integrantes de la familia, eso permite educar por imitación e incorporar alimentos nuevos.
- Evitar alimentos que tengan el mensaje de advertencia: “ALTO EN” calorías, azúcares, sodio y grasas saturadas.

Por otro lado, el Ministerio de salud (MINSAL) en Chile a través de la guía de alimentación del niño(a) menor de 2 años hasta la adolescencia nos indica que en la etapa preescolar comprendida entre los 2 a los 5 años de edad, se deben

entregar los siguientes grupos de alimentos y en sus correspondientes cantidades, estableciendo recomendaciones tales como:

- Lácteos: Se recomiendan 3 tazas, cuya frecuencia de consumo debe ser diaria.
- Pescado: Se recomienda consumir 1 presa chica con una frecuencia de 2 veces por semana.
- Legumbres: Se recomienda consumir 1 plato chico, 2 veces por semana.
- Carnes bajas en grasa: Se debe consumir 1 presa chica, 2 veces por semana.
- Huevos: Se debe consumir 1 unidad, con una frecuencia de 2 a 3 veces por semana.
- Verduras: Se deben consumir 1 plato chico, diariamente.
- Frutas: Se deben consumir 2 unidades de tamaño regular, diariamente.
- Cereales, pastas o papas cocidas: Se recomienda consumir 1 plato chico, 4 a 5 veces por semana.
- Pan: Se hace una distinción, ya que para los niños se recomienda consumir 1 ½ unidad diaria, mientras que las niñas se les recomienda consumir 1 unidad diaria.
- Agua: Debe ser de consumo diario entre 1,2 litros y 1,5 litros.
- Aporte calórico: Se hace una distinción, para los niños se recomienda un aporte de 1350 calorías; mientras que para las niñas un aporte de 1200 calorías (14).

La Guía de Alimentación del menor de 2 años hasta la Adolescencia establece los requerimientos de energía de acuerdo con la edad y el peso del niño/a según sexo, lo cual se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 1. Requerimientos de energía

Edad	Peso (kg) ²		Energía (Kcal/kg/día)	
Años	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
2.1-3	14,3	13,9	84	81
3.1-4	16,3	16,1	80	77
4.1-5	18,3	18,5	77	74
5.1-6	20,5	20,2	74	72

*Estos requerimientos están calculados en base a actividad moderada, si la actividad es leve se deben disminuir en un 15% y si es vigorosa aumentar en un 15%.

² Mediana de peso para la edad, datos obtenidos de OMS 2007.

2.3 Malnutrición por exceso

De acuerdo con la OMS, el SB y la OB se definen como una acumulación anormal o excesiva de tejido adiposo que puede ser perjudicial para la salud (15).

La OB es una enfermedad crónica, compleja y multifactorial que suele iniciarse en la infancia y/o adolescencia. SB y OB se asocian a problemas de salud en la infancia y representan un importante factor de riesgo temprano de morbilidad y mortalidad en la edad adulta, los niños afectados presentan mayor riesgo de enfermedades relacionadas con la salud cardiovascular, alteraciones endocrinas, afecciones respiratorias, alteraciones musculoesqueléticas, digestivas y psicológicas, entre otras (16).

En el caso de los niños menores de 5 años, el SB es el peso para la estatura con más de dos desviaciones estándar por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS; y la OB es el peso para la estatura con más de tres desviaciones estándar por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS (15).

2.4 Estudios relacionados con la alimentación y nutrición del preescolar a nivel país

En relación a la realidad de la alimentación de los niños en nuestro país, un estudio realizado en Isla de Pascua a 50 estudiantes de primero básico, buscó evaluar el estado nutricional, hábitos de alimentación y actividad física, de acuerdo a una encuesta previamente validada y realizada con la finalidad de conocer sus hábitos dentro como fuera del colegio, concluyó que existe un perfil de hábitos saludables durante la jornada escolar, en la que se combinan actividad física regular e ingesta de alimentos saludables. Los hábitos fuera del horario escolar tienen por el contrario un perfil menos saludable, destacando la ingesta de alimentos ricos en azúcar, grasa y tendencia a la inactividad física (17).

Por otro lado, existe consenso en Chile y en el mundo sobre la necesidad de educar en alimentación saludable a los niños y sus familias desde la escuela. La estrategia de "aprender la preferencia de alimentos saludables" ha sido una de las mejor evaluadas a nivel internacional, como lo demuestran publicaciones recientes, para ello, es necesario tener un diagnóstico del consumo, hábitos alimentarios y habilidades culinarias que existen en la escuela (18).

Vio. F y col. Aplicaron un estudio llamado "Consumo, hábitos alimentarios, y habilidades culinarias en alumnos de tercero a quinto año básico y de sus familias" en Chile, que consistió en la aplicación de encuestas, para luego realizar intervenciones educativas en alimentación saludable en el ámbito escolar (18).

La encuesta arrojó que en cuanto a los niños, el consumo de alimentos saludables está por debajo de lo recomendado en las guías alimentarias, ya que presentan un bajo consumo de agua con una mediana de 3 vasos diarios, siendo la recomendación de 6 a 8 vasos al día; productos lácteos 2 porciones diarias, faltando una porción para cumplirse las 3 porciones estipuladas y pescado 1 porción semanal por debajo de las 2 veces a la semana sugeridas en las guías

alimentarias, por otro lado, las recomendaciones se cumplían sólo en el consumo de frutas-verduras y legumbres, las cuales son 5 porciones diarias de diferentes colores y 2 porciones semanales respectivamente (18).

Un estudio realizado por Vio. F y col. en la comuna de Ñuñoa-Chile llamado “Conocimientos y consumo alimentario en escolares, sus padres y profesores: un análisis comparativo” donde realizaron encuestas alimentarias con respecto a los conocimientos alimentarios de 65 alumnos entre prebásica y básica (19).

Como resultado, el 69% demostró conocimientos sobre el pescado como alimento saludable, 80% acerca del aporte de vitaminas y minerales en frutas y verduras, 77% sobre las ensaladas, lentejas y frutas como almuerzo saludable y un 42% sobre el calcio en lácteos (19).

Por otro lado, respecto al consumo, un porcentaje dice consumir alimentos saludables: lácteos (97%); frutas y verduras (94%); pescado (89%); legumbres (83%). En cuanto a la ingesta de alimentos no saludables, un 86%, bebidas azucaradas; un 65% golosinas saladas; un 58% dice consumir completos; 55% helados y golosinas dulces; y un 54% papas fritas (19).

2.5 Alimentación en el adulto

La edad adulta, etapa comprendida entre el fin de la pubertad y el inicio de la senectud, es el período más largo de la vida. El Comité de la FAO/OMS/UNU delimita dos intervalos: de los 18 a los 29 años y de los 30 a los 59 años (20), en esta etapa ya no existen las elevadas demandas energéticas y nutritivas que caracterizan a otros períodos, tales como la infancia o la adolescencia. Estas necesidades son sensiblemente menores en relación con el peso corporal, y dependen, entre otros factores, de: edad, sexo y grado de actividad física (21).

Las necesidades energéticas de los sujetos adultos se definen como el nivel de ingesta energética procedente de los alimentos que equilibrará el gasto energético. Determinadas por el metabolismo basal, la termogénesis inducida por los alimentos y la actividad física; estos componentes se ven afectados a su vez por diversas variables como la edad, el sexo, el peso, la talla, factores genéticos, situación fisiológica, etc. (20).

La alimentación en esta etapa de la vida, al igual que en todas las edades, debe reunir las características generales de la alimentación correcta, es decir, debe ser completa, equilibrada, suficiente, variada, inocua y adecuada a las circunstancias particulares del adulto (20).

Las Guías Alimentarias para la Población Chilena en la adultez, fueron actualizadas el año 2013 con el fin de contribuir a que las personas logren un equilibrio energético y un peso normal e indican las siguientes recomendaciones (14):

- Para tener un peso saludable, come sano y realiza actividad física diariamente.
- Pasa menos tiempo frente al computador o la tele y camina a paso rápido, mínimo 30 minutos al día.
- Come alimentos con poca sal y saca el salero de la mesa.
- Si quieres tener un peso saludable, evita el azúcar, dulces, bebidas y jugos azucarados.
- Cuida tu corazón evitando las frituras y alimentos con grasas como cecinas y mayonesa.
- Come 5 veces verduras y frutas frescas de distintos colores, cada día.
- Para fortalecer tus huesos, consume 3 veces al día lácteos bajos en grasa y azúcar.

- Para mantener sano tu corazón, come pescado al horno o a la plancha, 2 veces por semana.
- Consume legumbres al menos dos veces por semana, sin mezclarlas con cecinas.
- Para mantenerte hidratado, toma 6 a 8 vasos de agua al día.
- Lee y compara las etiquetas de los alimentos y prefiere los que tengan menos grasas, azúcar y sal (sodio).

2.6 Conocimientos en alimentación y nutrición

La alimentación es el conjunto de actividades y procesos por los cuales tomamos alimentos del exterior que nos aportan energía y sustancias nutritivas, necesarias para el mantenimiento de la vida. Es un acto voluntario y consciente y, por lo tanto, susceptible de educación (22).

Diversos autores han estudiado la influencia de los conocimientos nutricionales en el comportamiento alimentario de los individuos. Varios estudios han reportado, por ejemplo, que mayores conocimientos nutricionales son asociados con mayores ingestas de frutas y vegetales. Por lo anterior el conocimiento de los alimentos, de sus propiedades nutricionales y de las recomendaciones sobre frecuencia de consumo y porciones a ingerir deben ser tópicos indispensables y conexos en los programas de educación nutricional, así como en las oportunidades de realizar educación nutricional incidental a lo largo de la vida de los individuos (23).

2.7 Preferencias alimentarias

Definición conceptual: Las preferencias alimentarias están dadas por el gusto, una experiencia que puede ser positiva o negativa frente a los alimentos y que combina sabor, agrado y en ocasiones, costumbres familiares y sociales. Otro factor que influye en las preferencias y por tanto en la elección alimentaria, es lo que se deriva de los lineamientos de la nutrición, y que han hecho que se incremente el interés por la salud del cuerpo y la mente. A esta intervención se suma la publicidad de los alimentos (cada vez en aumento), otro elemento que influye en las formas de comer de individuos y grupos poblacionales (24).

2.8 Consumo de alimentos

Es la cantidad de comida consumida por cualquier individuo. Este consumo se refiere a que las existencias alimentarias en los hogares respondan a las necesidades nutricionales; el volumen y la composición de este consumo depende del nivel de ingresos disponibles del individuo (y del hogar del cual forma parte), el grupo de población al que pertenece (urbano, rural) así como de ciertos factores sociales y culturales –incluyendo el conocimiento sobre cómo comer de manera saludable (25).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de Investigación

3.1.1 Enfoque de la investigación

- Cuantitativa

“El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (26).

Este estudio busca describir numéricamente los conocimientos en alimentación y nutrición que tienen los padres y/o cuidadores sobre los preescolares de 8 establecimientos educacionales pertenecientes a JUNJI e INTEGRA de la Región de Valparaíso.

3.1.2 Alcance de la Investigación

- Descriptivo

“Los estudios de alcance descriptivos buscan especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (26).

El presente estudio tiene como motivo identificar los conocimientos y hábitos alimentarios de los padres sobre la alimentación de los niños entre 2 a 5 años pertenecientes a 8 establecimientos educacionales de JUNJI e INTEGRA de la Región de Valparaíso.

3.1.3 Diseño de la investigación

- Diseño no experimental, corte transversal

Las investigaciones no experimentales son definidas como “Estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” y se entiende por estudios transversales a “Investigaciones que recopilan datos en un momento único” (26).

Este proyecto cumple con las características antes mencionadas ya que no se manipulan las variables y la recopilación de datos corresponde a un periodo único.

3.2 Unidad de estudio

3.2.1 Población de estudio

En el presente proyecto la población de estudio abarca a preescolares entre 2 a 5 años y sus padres y/o apoderados pertenecientes a los establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, durante el último trimestre del año 2021.

3.2.2 Selección de la muestra

La selección de la muestra consta de apoderados y niños pertenecientes a jardines infantiles JUNJI e INTEGRA.

Jardines pertenecientes a JUNJI:

- Jardín infantil Sauce de Luz
- Jardín infantil Pequeños Genios
- Jardín infantil Volantín de Colores
- Jardín infantil Florida

Los jardines pertenecientes a INTEGRA son:

- Jardín infantil Gabriela Mistral
- Jardín infantil Alice Guy
- Jardín infantil Aprendemos Jugando
- Jardín infantil Guacolda

3.2.3 Criterios de selección

A) Criterios de inclusión

- Que pertenezcan a establecimientos educacionales seleccionados de Valparaíso.
- Preescolares entre 2 a 5 años.
- Padres y/o apoderados de los preescolares de entre 2 a 5 años.

B) Criterios de exclusión

- Que no pertenezcan a los establecimientos educacionales de la región de Valparaíso.
- Que no cumplan con el rango de edad.
- Que no sean padre y/o apoderados de un preescolar de 2 a 5 años.

3.2.4 Muestra

La muestra está compuesta por duplas de padres y/o apoderados y sus niños de 2 a 5 años de edad, pertenecientes a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, que aceptaron participar en el estudio por medio de un consentimiento informado para los padres, por lo que la muestra fue definida por conveniencia. Finalmente, la muestra estuvo compuesta por 79 padres y/o apoderados.

3.3 Variables

3.3.1 Variables dependientes

- Conocimiento en alimentación (Variable cualitativa, de tipo nominal).
- Conocimiento en nutrición (Variable cualitativa, de tipo nominal).
- Preferencias alimentarias (Variable cualitativa, de tipo nominal).
- Consumo de alimentos (Variable cualitativa, de tipo nominal).

3.4 Recolección de datos

3.4.1 Instrumentos

Se realizó un instrumento tipo cuestionario que fue aplicado a los padres y/o apoderados, incorporando preguntas sobre la alimentación y nutrición que debiera seguir el preescolar, así como de las preferencias y consumo de alimentos tanto de ellos como de sus niños. (Anexo 1)

3.4.1.1 Encuesta de hábitos alimentarios

El instrumento de recolección de datos correspondió a una encuesta denominada “Encuesta de alimentación y nutrición del preescolar” dirigida a los padres, documento que estuvo dividido en 5 partes: Antecedentes generales, ficha nutricional de el/la niño(a), conocimientos sobre la alimentación y nutrición del niño(a), preferencias alimentarias del niño(a) y consumo de alimentos del niño(a).

- Antecedentes generales

Este apartado se subdivide en datos de el/la encuestado(a) y datos de el/la niño(a). En donde los datos del encuestado corresponden a 4 preguntas que corresponden al parentesco que tienen con el niño, fecha de nacimiento, sexo,

nivel educacional, mientras que los datos de el/la niña consta de 3 preguntas que consisten en el género del menor, fecha de nacimiento y con quien vive el niño(a).

- Ficha Nutricional de el/la niño(a)

Abarca 4 preguntas sobre el estado de salud del preescolar, si posee alguna enfermedad o condición de salud, antecedentes de enfermedades familiares y si presenta alergias/intolerancias alimentarias y señalar cual.

- Conocimientos sobre la alimentación y nutrición del niño(a)

Consiste en 22 preguntas en donde los padres deben responder según la alimentación que el menor debiera tener, según los criterios de los padres y/o apoderados.

- Preferencias alimentarias del niño(a)

Contiene 2 preguntas en donde la familia debe responder según los gustos y/o preferencias alimentarias del menor. Se debe seleccionar los 3 grupos de alimentos de mayor preferencia por parte del menor y a continuación los 3 grupos de alimentos de menor preferencia. Los grupos de alimentos abarcan pan, fideos, arroz, frutas, verduras, lácteos, pescados, carnes rojas y blancas, huevos entre otras.

- Consumo de alimentos del niño(a)

Incluye 9 preguntas relacionadas al consumo habitual que tiene el niño(a). Estas preguntas están basadas en los grupos de alimentos, estos corresponden a: pan, fideos, arroz, galletas, frutas, verduras, lácteos, pescados, legumbres, huevos y frutos secos. En cada pregunta se utiliza una imagen de referencia que corresponde a la porción que debe consumir el niño(a).

- Preferencias alimentarias de los padres y/o apoderados

Corresponde a 2 preguntas en donde el apoderado debe responder según sus gustos, debe seleccionar los 3 grupos de alimentos que mayormente prefiere y a continuación los 3 grupos de alimentos menos preferidos.

Los grupos de alimentos son: pan, fideos, arroz, frutas, verduras, lácteos, pescados, carnes rojas y blancas, huevos entre otras.

- Consumo de alimentos de los padres y/o apoderados

Incluye 9 preguntas relacionadas al consumo habitual que tienen los padres y/o apoderados. Estas preguntas están basadas en los grupos de alimentos que corresponden a pan, fideos, arroz, galletas, frutas, verduras, lácteos, pescados, legumbres, huevos y frutos secos.

Los datos obtenidos en la encuesta fueron tabulados y analizados con la orientación del profesional estadístico a través del programa “JAMOVÍ”, luego se construyeron gráficos de acuerdo al sexo y establecimientos, que permitieron el análisis descriptivo de la alimentación, hábitos, preferencias y conocimientos de los niños y sus padres y/o apoderados, pertenecientes a 8 establecimientos de JUNJI e INTEGRA.

3.4.2 Validación del instrumento

El instrumento “Encuesta de alimentación y nutrición del preescolar” fue sujeto a validación por medio de expertos nutricionistas docentes de la Universidad de Playa Ancha, incluyendo a cinco profesionales con experiencia en el área de nutrición y alimentación infantil, que trabajan o han trabajado con niños y familias, idealmente desempeñándose en establecimientos educacionales.

3.5 Validez y confiabilidad del instrumento

3.5.1 Procedimiento de validación

Una vez elaborado el instrumento de recolección de datos, se sometió a un juicio de expertos conformado por nutricionistas docentes de la Universidad de Playa Ancha, a quienes se les pidió la evaluación de los siguientes criterios del cuestionario: suficiencia, coherencia, relevancia, claridad. Esta validación se llevó a cabo durante el mes de agosto del año 2021.

Se recopilaron las respuestas de los expertos que se evaluaron mediante una escala de evaluación, donde los expertos debían marcar si cumple o no cumple con el criterio para evaluar la validez y se incluyó un espacio para que los expertos agreguen sus observaciones sobre el cuestionario. En la evaluación el criterio de suficiencia se cumplió en un 83%, coherencia se cumplió en un 68%, relevancia se cumplió en un 88%, claridad en un 73%. También se tomaron en cuenta las sugerencias que hicieron los expertos respecto al instrumento, como eliminar dos preguntas en las que se consideraba que la respuesta sería siempre si, además de eliminar unos datos personales que se solicitaban que no eran de relevancia nutricional.

Tabla 2. Resultados validación de instrumento por comité de expertos

INDICADORES	CUMPLE	NO CUMPLE
SUFICIENCIA	83%	17%
COHERENCIA	68%	32%
RELEVANCIA	88%	12%
CLARIDAD	73%	27%

3.5.2 Confiabilidad

La confiabilidad de un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce iguales resultados (26). Se utilizó el método del coeficiente confiabilidad alfa de Cronbach el cual requiere una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre 0 y 1.

El valor mínimo aceptable para el coeficiente alfa de Cronbach es 0,70; por debajo de ese valor la consistencia interna de la escala utilizada es baja. Por su parte, el valor máximo esperado es 0,90 por encima de este valor se considera que hay redundancia o duplicación. Usualmente, se prefieren valores de alfa entre 0,80 y 0,90 (27). Este índice de consistencia interna puede ser calculado manualmente o en Excel de la siguiente forma:

- Mediante la varianza de los ítems, esto nos permite el cálculo del coeficiente de Cronbach el cual nos comprueba la confiabilidad del instrumento creado.

Tabla 3. Confiabilidad del instrumento

	Cronbach's α	McDonald's ω
Escala	0.880	0.868

De acuerdo con los resultados, el instrumento elaborado por las tésistas es confiable según el coeficiente de Cronbach's.

3.5.3 Procedimiento de confiabilidad

Esta parte será aplicada cuando se tome la primera muestra del instrumento en los establecimientos educacionales y al finalizar su aplicación, se hará el análisis correspondiente.

3.6 Análisis de datos

Los datos se registraron en Excel por formularios Google y fueron analizados bajo un enfoque cuantitativo. Los datos se describieron de acuerdo al tipo de variables: variables continuas, variable nominal y variable ordinal. Para la tabulación de los datos y su posterior análisis completo se ocupará el programa estadístico informático “JAMOV”.

3.7 Resguardo bioético

Se incluyó un consentimiento informado para los participantes voluntarios del estudio y se señaló a los participantes de los resguardos referentes a la identidad, datos personales y datos sensibles de todos los participantes. (Anexo 2)

3.8 Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas del Seminario de Título cumplieron con todas las exigencias y respaldos por parte de la institución. El protocolo de este estudio fue aprobado por el Comité de Bioética de la Vicerrectoría Académica de la Universidad de Playa Ancha (Acta N.º 040/2021). (Anexo 3 y 4)

CAPÍTULO IV

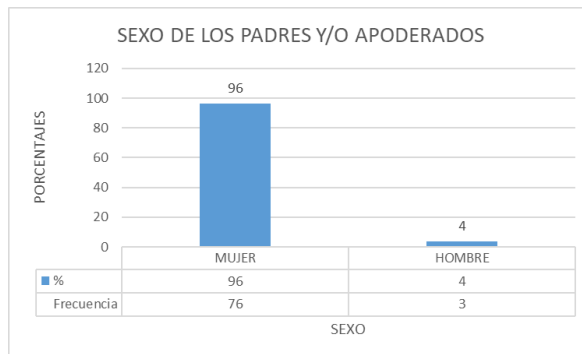
RESULTADOS

En base al instrumento elaborado y aplicado por las tesoristas, validado por cinco docentes expertos en el área de nutrición y dietética de la Universidad de Playa Ancha, se obtuvo información sobre los conocimientos, preferencias y hábitos alimentarios de los padres y/o apoderados y sus niños(as), de los ocho establecimientos educacionales de Valparaíso pertenecientes a JUNJI e INTEGRA.

Los datos obtenidos de la encuesta fueron tabulados para posteriormente caracterizar la muestra y realizar un análisis descriptivo de los conocimientos, preferencias y hábitos de padres y/o apoderados y sus niños(as) de 2 a 5 años de edad, mediante la creación de gráficos de barra según sexo y establecimiento educacional, por medio de la categorización de la alimentación en los niveles: no saludable, poco saludable, medianamente saludable, suficientemente saludable y saludable.

4.1 Caracterización de la muestra

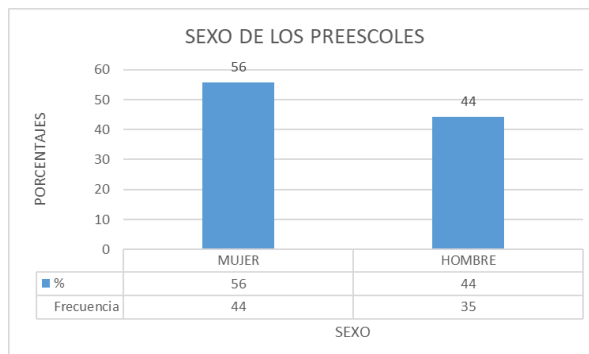
Gráfico 1. Distribución de los padres y/o apoderados según sexo



En el gráfico 1 se observa que en nuestro estudio la mayor prevalencia corresponde al género femenino con una frecuencia del 96%, correspondiente a 76 mujeres del total de encuestados, siendo el sexo masculino representado por solo un 4%, haciendo referencia a 3 hombres.

Se puede ver reflejado en los resultados de este estudio que la mayor parte de la encuesta fue respondida por el género femenino, ya que el cuidado y educación del niño recae principalmente en la mujer, lo que podría incidir en que la mayor cantidad de respuestas sea de este género.

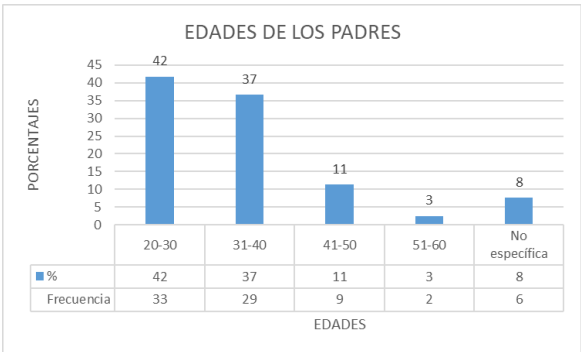
Gráfico 2. Distribución de los preescolares según sexo



En el gráfico 2 se observa que la distribución de los preescolares tiene una mayor prevalencia hacia el sexo femenino, con un 56% correspondiente a 44 alumnas.

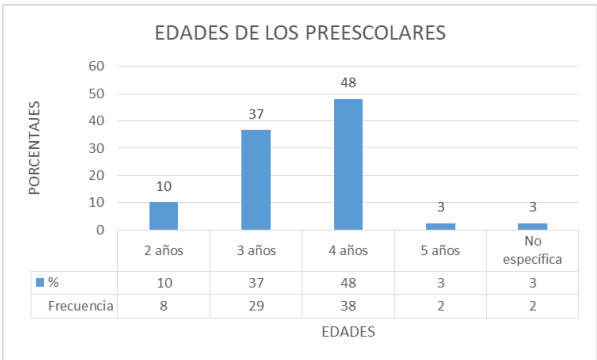
En cuanto a los estudiantes del sexo masculino se aprecia una menor frecuencia, con 35 preescolares representando un 44%.

Gráfico 3. Distribución de los padres y/o apoderados según edades



En el gráfico 3 se observa que un 42% (n=33) de los encuestados tiene entre 20-30 años de edad siendo esta la mayor frecuencia, encontrándose en la etapa de adulto-joven, le sigue el rango etario de 31-40 años de edad con un 37% (n=29), un 11% (n=9) corresponde a 41-50 años de edad y con un 3% (n=2) las edades entre 51-60 años y un 8% (n=6) no especificaron su edad.

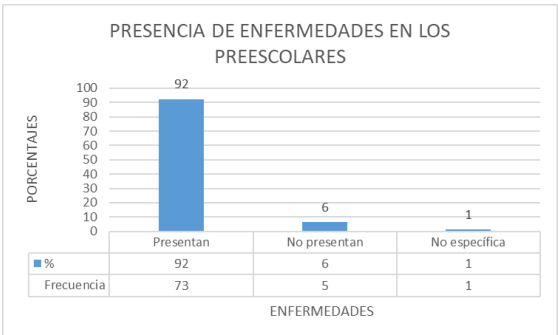
Gráfico 4. Distribución de los preescolares según edades



En el gráfico 4 se observa la distribución de los niños de acuerdo a la edad desde los 2 hasta los 5 años, de ellos la edad más frecuente fue de 4 años, con un porcentaje de 48% (n=38), seguido de un 37% (n=29) la edad de 3 años, con un 10% (n=8) la edad de 2 años, con solo un 3% (n=2) la edad de 5 años y un 3%

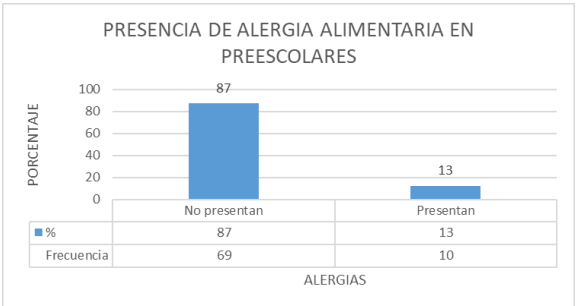
(n=2) no especificó su edad. Entre estos rangos etarios los niños se encuentran entre los niveles medio menor, medio mayor, primer y segundo nivel de transición.

Gráfico 5. Distribución de los preescolares según presencia de enfermedades



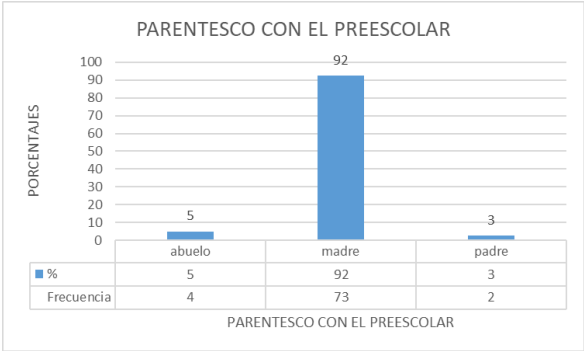
En el gráfico 5 se observa una mayor frecuencia de niños que no padecen enfermedad, representando un 92% (n=73) y con un 6% (n=5) aquellos que sí presentan algún tipo de enfermedad. Las patologías presentadas no se especificaron en este instrumento por lo que no se pudo hacer un mayor análisis al respecto.

Gráfico 6. Distribución de preescolares según presencia de alergias alimentarias



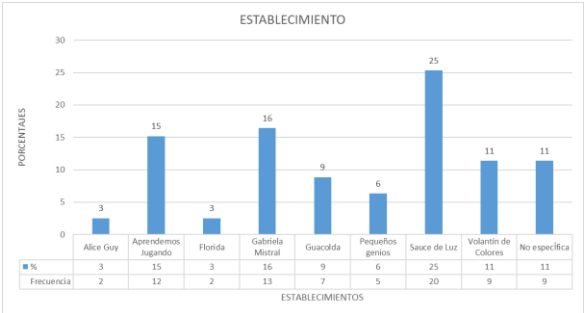
En el gráfico 6 se puede observar que un 87% (n=69) de los estudiantes no presentan alergias alimentarias, mientras que un 13% (n=10) si padece de algún tipo de alergia alimentaria. Dentro de las alergias presentadas se pudieron especificar algunas tales como; APLV, colorantes artificiales, legumbres, soya y quinoa.

Gráfico 7. Distribución de padres y/o apoderados según su parentesco con el preescolar



En el gráfico 7 se observa que el parentesco más frecuente que tiene el preescolar con su apoderado es la madre e hijo/a con un 92% (n=73), por otro lado solo un 3% (n=2) padre e hijo/a y 5% (n=4) abuelo/a-nieto/a. Comúnmente en la sociedad la madre es la que tiene el cuidado del hijo/a, esto puede explicar porque el parentesco más alto es entre madre e hijo/a.

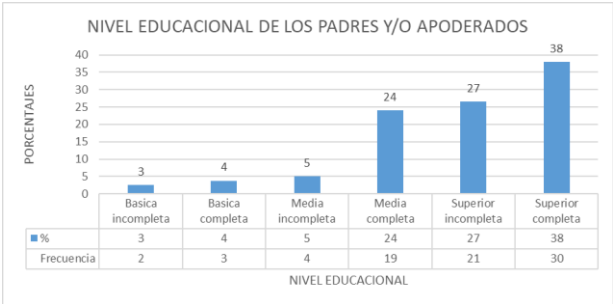
Gráfico 8. Porcentaje de participación de establecimientos educacionales



En el gráfico 8 se observa que el jardín que tuvo una mayor participación por parte de los padres y/o apoderados en la encuesta fue el “Jardín Sauce de Luz”, representado por un 25% (n=20) de los encuestados, lo sigue con un 16% (n=13) el “Jardín Gabriela Mistral”, con un 15% (n=12) el “Jardín Aprendemos Jugando”, con un 11% (n=9) el “Jardín Volantín de Colores”, con un 9% (n=7) “Jardín Guacolda”, con un 6% (n=5) “Jardín Pequeños Genios” y con un 3% (n=2) el

“Jardín Florida y el Alice Guy”. Estos jardines se encuentran ubicados en la Región de Valparaíso y son parte de la fundación JUNJI e INTEGRA.

Gráfico 9. Clasificación de los padres y/o apoderados según niveles educativos



En el gráfico 9 se observa que el nivel educacional que tiene una mayor frecuencia dentro de los padres y/o apoderados es el nivel superior completa, con un porcentaje de 38% (n=30), el nivel educacional que sigue con un 27% es la superior incompleta (n=21), con un 24% el nivel educacional de media completa (n=19), con un 5% el nivel media incompleta (n=4), con un 4% el nivel de básica completa (n=3) y finalmente con un 3% el nivel básica incompleta (n=2).

Cómo se interpreta en los resultados la mayor parte de los padres y/o apoderados tienen un nivel educacional superior, relacionado con mayores ingresos económicos, una mayor capacidad de comprensión y con esto más oportunidades para mantener estilos de vida saludables dentro del núcleo familiar.

Tabla 4. Caracterización de la muestra según sexo, edad, parentesco con niño/a de duplas de padres y/o apoderados e hijos

	N° de respuestas	N° de respuestas vacías	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Jardín Infantil	70	9	5.16	5.00	7.00	2.17	1	8
Sexo_a	79	0	1.04	1	1.00	0.192	1	2
Edad_a	73	6	32.3	31	33.0	7.26	22	52
Parentesco con niño/a	79	0	1.97	2	2.00	0.276	1	3
NivEduc_a	79	0	4.82	5	6.00	1.25	1	6
Sexo_b	79	0	1.44	1	1.00	0.500	1	2
Edad_b	77	2	3.44	4	4.00	0.716	2	5

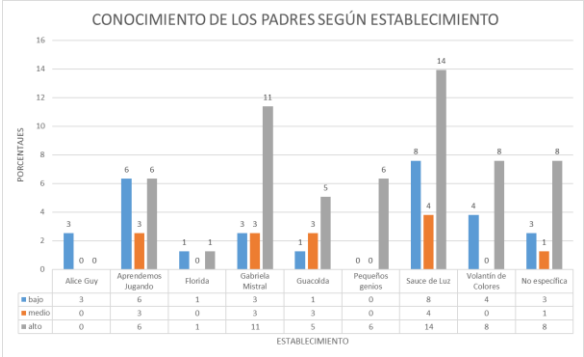
*La letra A corresponde a datos del apoderado y la letra B corresponde a datos del hijo

De acuerdo con lo visto en la tabla 4, se puede destacar que la mayoría de los padres cuentan con un nivel educacional superior completo, además, respecto al sexo de los alumnos, la mayor parte de la muestra corresponde al sexo femenino.

Con relación a la desviación estándar se puede decir, de acuerdo a las variables, que la muestra es bastante uniforme; sin embargo, se destaca la edad de los padres, entre los cuales hay una mayor variabilidad.

4.2 Análisis descriptivo de los conocimientos, preferencias y hábitos de padres y/o apoderados y sus niños(as) de 2 a 5 años.

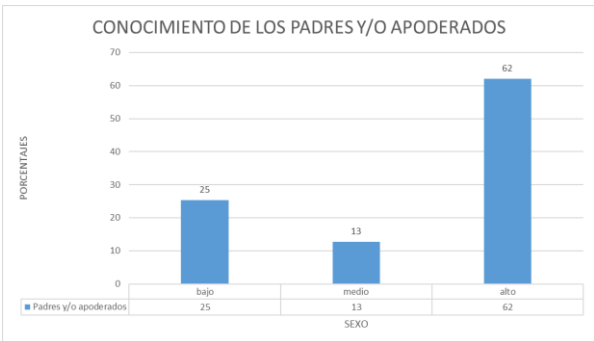
Gráfico 10. Conocimientos de los padres y/o apoderados según establecimiento



En general el mayor porcentaje de conocimiento en alimentación se obtuvo en el nivel alto con un 59% (n=47) de la muestra total, el nivel medio un 13% (n=10) y el nivel bajo, un 28% (n=22).

Los establecimientos que destacan por tener un alto nivel de conocimiento en alimentación son el “Jardín Gabriela Mistral” con 11% (n=9) y “Jardín Sauce de luz” con un 14% (n=13), estos jardines son parte de JUNJI e INTEGRA respectivamente.

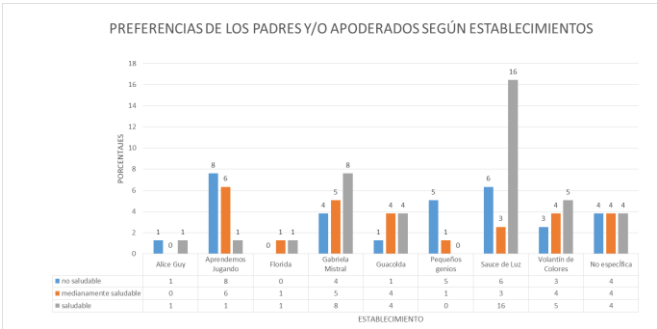
Gráfico 11. Conocimientos de los padres y/o apoderados



Según el gráfico anterior, los padres y/o apoderados presentaron un mayor conocimiento sobre la alimentación de sus hijos con un 62% (n=49); sin embargo,

el porcentaje de padres y/o apoderados que tienen un bajo conocimiento en alimentación no es menor, siendo un 25% (n=20) de la muestra total.

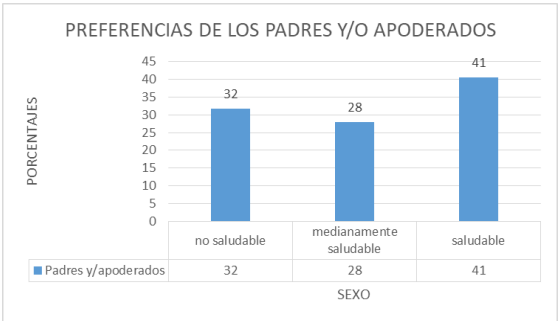
Gráfico 12. Preferencias de los padres y/o apoderados según establecimiento



Según los datos obtenidos, los establecimientos “Gabriela Mistral”, “Sauce de Luz” y “Volantín de Colores” tienen un mayor número de padres y/o apoderados con preferencias alimentarias saludables, siendo un 8% (n=6), 16% (n=13), 5% (n=4) respectivamente. Por el contrario, los padres y/o apoderados de los jardines “Aprendemos Jugando” y “Pequeños Genios” tienen una tendencia a las preferencias alimentarias no saludables.

Cabe destacar que el jardín “Sauce de luz” fue el más representativo de la muestra, ya que fue el jardín donde se recolectaron más respuestas.

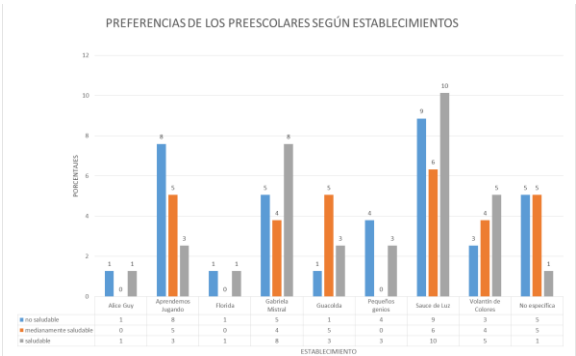
Gráfico 13. Preferencias de los padres y/o apoderados



En general se puede apreciar que en relación a las preferencias alimentarias de los padres y/o apoderados, existe una tendencia hacia la alimentación saludable con un 41% (n=32); sin embargo, un 32% (n=25) se identificó con una preferencia

alimentaria no saludable y un 28% (n=22) indicaron una alimentación medianamente saludable, por lo tanto, los resultados no tuvieron mayor diferencia entre cada categoría.

Gráfico 14. Preferencias de preescolares según establecimientos

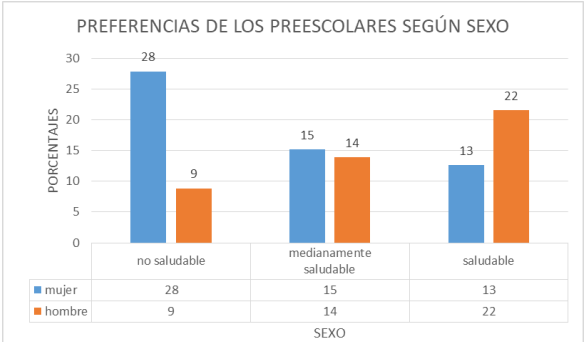


El gráfico describe las preferencias alimentarias que tienen los niños en cada establecimiento.

En general las preferencias alimentarias de los preescolares en los establecimientos encuestados tienen una tendencia hacia una alimentación no saludable con un 37% (n=29) de la muestra total, en comparación con la alimentación saludable que corresponde a un 35% (n=27).

En el gráfico anterior se puede observar que el “Jardín Sauce de Luz”, presentó una mayor cantidad de preferencias saludables entre los preescolares con un 10% (n=8). También el “Jardín Aprendemos Jugando” con un 8% (n=6).

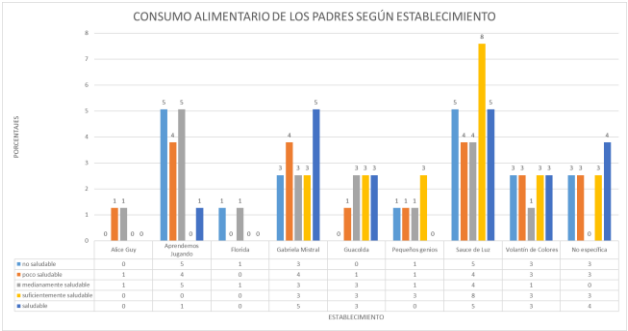
Gráfico 15. Preferencias de los preescolares según sexo



Según los datos del grafico anterior, de acuerdo al sexo de los preescolares, se observa que las niñas tienen una clara preferencia por una alimentación no saludable, representando un 28% (n=22) de los encuestados, mientras que los niños prefieren alimentos saludables por sobre los no saludables con un 22% (n=17).

Por otro lado, alrededor de un 30% de los niños, se encuentran en la categoría medianamente saludable, lo que supone una buena base para lograr una intervención educacional en alimentación, nutrición y cambio de hábitos.

Gráfico 16. Consumo de los padres y/o apoderados según establecimiento



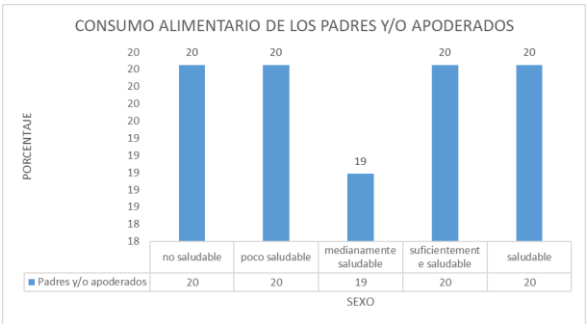
En general el consumo alimentario de los padres y/o apoderados de todos los establecimientos estuvo distribuido equitativamente entre todas las categorías con alrededor de un 20% en cada una de ellas, por lo que no existe una tendencia hacia una categoría en específico.

El jardín “Sauce de Luz” destacó en la categoría suficientemente saludable con un 8% (n=6), pero esto se pudo ver influenciado por la alta participación del establecimiento.

De los establecimientos encuestados, se observa que los jardines “Gabriela Mistral” y “Sauce de Luz” obtuvieron el mismo porcentaje en la categoría saludable de un 5% (n=4) siendo el más alto entre los establecimientos.

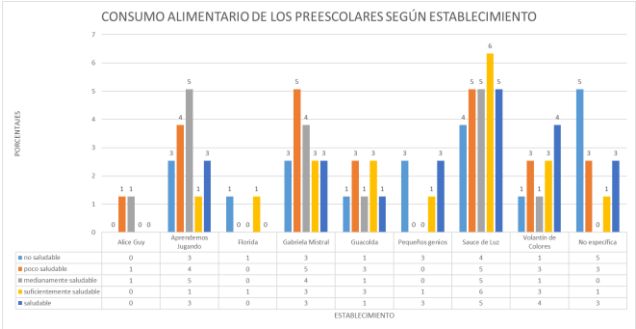
Mientras que, en la categoría no saludable se encuentran los establecimientos “Aprendo Jugando” y “Sauce de Luz” obtuvieron un 5% (n=4) siendo el más alto en esta categoría.

Gráfico 17. Consumo alimentario de los padres y/o apoderados



En general el consumo alimentario de los padres y/o apoderados, no muestran una diferencia significativa entre las categorías, encontrándose en un 20% aproximadamente cada categoría.

Gráfico 18. Consumo de alimentos de los preescolares según establecimientos

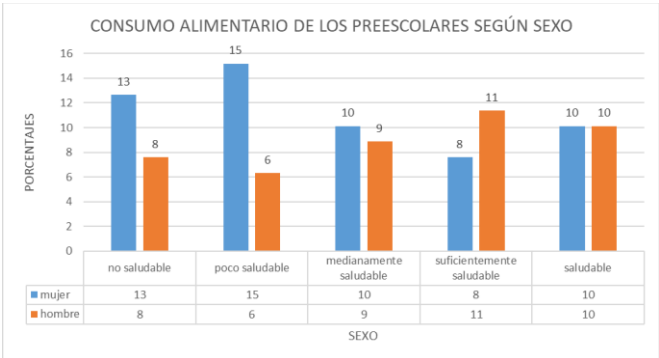


El gráfico describe el consumo de alimentos que tienen los niños en cada establecimiento.

Del total de la muestra, el mayor puntaje lo obtuvo la categoría poco saludable con un 23% (n=18), lo que indica que la alimentación de los niños en general es poco saludable.

En la categoría de poco saludable los establecimientos “Sauce de Luz” y “Gabriela Mistral” destacaron con un porcentaje de 5% siendo el más alto. También el establecimiento “Sauce de Luz” destaca en la categoría de suficientemente saludable con un 6% siendo el más alto, pero esto se pudo ver influenciado por la alta participación del establecimiento.

Gráfico 19. Consumo de alimentos de los preescolares según sexo



Con respecto al consumo de alimentos de los preescolares según sexo, las niñas se orientan hacia un consumo alimentario no saludable y poco saludable con un total de 28% (n=22), por el contrario, en los niños la alimentación se inclina hacia

un consumo saludable, ya que el porcentaje más alto se encuentra en las categorías suficientemente saludable y saludable con un total de 21% (n=17).

4.3 Índice de alimentación por niveles, de padres e hijos.

Tabla 5. Frecuencia de la alimentación de los padres

Niveles	Muestra	% del Total	% acumulativo
No Saludable	16	20.3 %	20.3 %
Poco Saludable	16	20.3 %	40.5 %
Medianamente Saludable	15	19.0 %	59.5 %
Suficientemente Saludable	16	20.3 %	79.7 %
Saludable	16	20.3 %	100.0 %

En general se puede decir que los resultados totales no son variables, ya que la muestra estuvo dividida equitativamente.

Un 20,3% (n=16) presenta una alimentación no saludable, al igual que las categorías poco saludable, suficientemente saludable y saludable. Por otro lado, la categoría medianamente saludable resulta con un 19%(n=15).

Tabla 6. Frecuencia de alimentación de los preescolares.

Niveles	Muestra	% del Total	% acumulativo
No Saludable	16	20.3 %	20.3 %
Poco Saludable	17	21.5 %	41.8 %
Medianamente Saludable	15	19.0 %	60.8 %
Suficientemente Saludable	15	19.0 %	79.7 %
Saludable	16	20.3 %	100.0 %

Según los datos obtenidos no se presenta una diferencia relevante entre las categorías, ya que todas se encuentran con un porcentaje alrededor del 20%, sin embargo, con un porcentaje de 21,5% se observa por sobre las demás la categoría poco saludable.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

5.1 Discusión

En relación con los hábitos alimentarios de los preescolares también existe un número importante que presenta una alimentación no saludable o poco saludable, lo que muchas veces se puede relacionar con la falta de educación en alimentación y nutrición. Existe consenso entre investigadores, educadores, personal de salud y autoridades políticas de la necesidad urgente de introducir los temas de alimentación y nutrición en las escuelas básicas a nivel país para educar a los alumnos y sus familias en conocimientos, hábitos alimentarios y prácticas de alimentación saludable para prevenir la OB y enfermedades que estas conllevan, contribuyendo a mejorar su salud y calidad de vida en la edad adulta (28).

Un estudio realizado por Becerra. K y cols, en un Colegio Público de Caracas en el año 2015, quienes aplicaron una encuesta a 239 padres, madres y cuidadores de niños/as preescolares, el cual demostró que los progenitores tienen un conocimiento medio sobre una adecuada alimentación infantil con un 95,2%, mientras que, un 4,8% presenta un conocimiento alto (29). Los resultados de nuestro estudio mostraron que un porcentaje importante (62%) de padres y/o apoderados tienen un nivel de conocimiento alto en alimentación y nutrición de sus hijos, lo que se asemeja con los resultados obtenidos por Becerra. K y cols.

Rodríguez, MacMillan y Paéz, en sus resultados sugieren un perfil de hábitos saludables durante la jornada escolar, en la que se combinan actividad física regular e ingesta de alimentos saludables, por otro lado, los hábitos fuera del horario escolar suelen ser menos saludables, debido a que existe una ingesta de alimentos ricos en azúcar, grasa y una tendencia a la inactividad física (17). En nuestro estudio se pudo evidenciar que los preescolares tienden a tener una alimentación poco saludable (21,5% (n=17)) o no saludable (20,3% (n=16)).

Si bien los resultados de ambos estudios se asemejan en cuanto al consumo menos saludable de alimentos, el estudio realizado por Rodríguez, MacMillan y Paéz dividió sus resultados en horario dentro y fuera de la jornada escolar y nuestro estudio se analizaron ambos horarios en conjunto, por lo que no podemos conocer si el consumo es diferente dentro o fuera del establecimiento.

Molina. P y Cols. en su estudio expusieron que el impacto de los familiares y sus dinámicas en las prácticas alimentarias parentales y la alimentación de preescolares varían según la cercanía o cohabitación entre familiares, algunas influencias afectan directamente el comportamiento alimentario de los niños, especialmente en los familiares que viven juntos (30).

En cuanto a las preferencias alimentarias de nuestro estudio, los padres y/o apoderados tuvieron una mayor frecuencia en las preferencias saludables con un 41% (n=32) y en los preescolares se muestran más balanceadas las preferencias ya que tienen un 37% (n=29) en la categoría de no saludable y un 35% (n=27) en la de saludable, lo que nos lleva a decir que en nuestro estudio no se ve una clara imitación de las preferencias de los niños hacia lo que puedan consumir sus padres y/o apoderados, pero como lo indican Molina. P y Cols. los hogares suelen estar constituidos por más miembros de la familia que también podrían influir sobre la alimentación del preescolar.

5.2 Conclusiones

El presente estudio, permitió realizar una descripción de los conocimientos en alimentación y nutrición, preferencias y consumo de alimentos de padres y/o apoderados y sus niños de 2 a 5 años en establecimientos educacionales de la región de Valparaíso, el cual fue categorizado en niveles no saludable, poco saludable, medianamente saludable, suficientemente saludable y saludable.

Se definió a las categorías no saludable y poco saludable como el mayor consumo de alimentos tales como: bebidas azucaradas, golosinas dulces y saladas, productos de pastelería, frituras y snacks no saludables. Por otro lado, las categorías suficientemente saludable y saludable se refieren al consumo de alimentos pertenecientes al grupo de los lácteos, frutas y verduras, pescados, cereales, legumbres, frutos secos, huevo y carnes magras.

Los resultados obtenidos fueron mediante un instrumento tipo encuesta que se creó y aplicó por las tesoristas encargadas del estudio y apoyo de profesionales nutricionistas. Posteriormente fue sometido a un proceso de validación por 5 expertos nutricionistas para verificar la confiabilidad de sus resultados.

Se pudo determinar que los conocimientos en alimentación y nutrición de los padres y/o apoderados, en general presentan un alto nivel de conocimientos con un 62% (n=49) en esta categoría. La encuesta fue contestada principalmente por el género femenino, en las cuales predominó un nivel educacional superior. Se ha demostrado que en el hogar en donde la mujer posee un nivel educacional superior tiene un mayor y más eficiente manejo de los ingresos destinados a la alimentación, aspecto importante para mantener una buena seguridad alimentaria.

En relación con las preferencias alimentarias de los padres, se vio una tendencia hacia una preferencia saludable con un 41% (n=32). En cuanto al consumo de alimentos fue equitativa entre las categorías no saludable, poco saludable, medianamente saludable, suficientemente saludable y saludable con alrededor de un 20% (n=16) en cada una de estas categorías.

Los preescolares presentaron una mayor tendencia hacia las preferencias no saludables con un 37% (n=29), de igual forma en el consumo de alimentos se evidencia mayor número en la categoría de poco saludable con un 23% (n=18). Al contrario de los padres que mostraron preferencias saludables y un consumo equitativo entre cada una de las categorías.

Lo anterior nos muestra que los preescolares no siempre imitan las preferencias o el consumo de los padres y/o apoderados, sino que puede deberse a la manera de alimentarse de otro integrante del hogar, llevando esto a la necesidad de realizar una intervención nutricional cada vez más amplia a nivel familiar para así lograr una mejora en la alimentación de manera integral.

A raíz de esta problemática, se han implementado diversas estrategias y políticas públicas a nivel nacional, enfocadas en la promoción de la alimentación saludable y en la prevención de enfermedades que se relacionan al consumo de alimentos. Entre las que más se destacan; la Ley 20.606 sobre la composición nutricional de los alimentos y su publicidad; “Programa Vida Sana”; Programa Nacional de alimentación complementaria; Planes de promoción de salud; Guías alimentarias para la población y campañas en medios masivos (publicitarias) para apoyar estas estrategias.

A pesar de estas medidas nuestro estudio evidencia que aún existe una carencia en intervenciones alimentario-nutricional dirigida a la población infantil, ya que un número importante de preescolares no cumplen con las recomendaciones de la Guía de alimentación del niño(a) menor de 2 años que buscan alcanzar un óptimo crecimiento y desarrollo físico e intelectual de los niños.

En consecuencia, una educación alimentario-nutricional basada en diagnósticos inadecuados de la alimentación y estado nutricional de la población, abordada con estrategias educativas ineficaces y de corta duración de acuerdo a la población objetivo, lleva a los grupos etarios a tener una alimentación deficiente, que a su vez los predispone al padecimiento de una serie de patologías como son las ECNT, que hoy en día son una gran preocupación para el área de la salud, las cuales, además, lideran las tasas de mortalidad en Chile.

5.3 Sugerencias

Como futuras Nutricionistas sugerimos al MINSAL y Ministerio de Educación (MINEDUC) la creación de un programa de salud familiar, incorporando Nutricionistas en los jardines que impartan intervenciones nutricionales, en el cual se promueva la participación integral de la familia y no tan solo de un integrante.

En este programa se impartirán talleres de cocina donde participen padres y preescolares en la preparación de alimentos saludables, poniendo en práctica los conocimientos adquiridos teóricamente, se familiaricen con los alimentos y aprendan diversas técnicas culinarias mediante la preparación de su propia alimentación, motivándolos a alimentarse de una manera suficiente, variada y equilibrada, de igual forma incorporar talleres de actividad física 3 veces por semana en la que participe el grupo familiar.

Como propuesta, se sugiere continuar desarrollando con mayor profundidad este estudio en más establecimientos educacionales pertenecientes a JUNJI e INTEGRA, incluyendo en el instrumento una sección que abarque la evaluación del estado nutricional y niveles de actividad física, con la finalidad de relacionarlo con el consumo alimentario del preescolar.

Consideramos oportuno aplicar nuestro estudio en los grupos etarios escolar-adolescente para conocer las preferencias, consumo y conocimientos en alimentación y nutrición de estos grupos, ya que son etapas donde los estudiantes aún se encuentran en crecimiento, desarrollo cognitivo e intelectual en donde la adquisición de nuevos hábitos y conocimientos sea más factible y a corto plazo, por lo que se asume que habría un impacto a través de las intervenciones educativas.

REFERENCIAS

1. OMS | Sobrepeso y OB infantiles. 2017 [citado el 20 de junio de 2021]; Disponible en: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
2. Junaeb. Mapa Nutricional 2020.[PDF] 2021 [citado el 20 de junio de 2021] Disponible en [https://www.junaeb.cl/wp-content/uploads/2021/03/MapaNutricional2020 .pdf](https://www.junaeb.cl/wp-content/uploads/2021/03/MapaNutricional2020.pdf)
3. Domínguez-Vásquez P, Olivares S, Santos JL. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. Arch Latinoam Nutr [Internet]. septiembre de 2008 [citado 16 de enero de 2022];58(3):249-55. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0004-062220080003000006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
4. Minsal. Encuesta Nacional de Salud 2016-2017, primeros resultados. [PDF] 2017 [citado 16 de enero de 2022] Disponible en <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/11/ENS-2016-17-PRIMEROS-RESULTADOS.pdf>
5. Asociación entre el consumo de desayuno, estado nutricional y riesgo cardiovascular en escolares chilenos de 6 a 9 años de edad [Internet]. [citado 16 de enero de 2022]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452019000400003
6. Gaete-Rivas Daniel, Olea Manola, Meléndez-Illanes Lorena, Granfeldt Gislaine, Sáez Katia, Zapata-Lamana Rafael et al . Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares chilenos de quinto a octavo año básico. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2021 Feb [citado 2022 Ene 17] ; 48(1): 41-50. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000100041>.
7. Delgado Floody P. LA MALNUTRICIÓN POR EXCESO EN NIÑOS-ADOLESCENTES Y SU IMPACTO EN EL. Nutr Hosp [Internet]. 1 de

- diciembre de 2015 [citado 17 de enero de 2022];(6):2576-83. Disponible en: <https://doi.org/10.3305/nh.2015.32.6.9888>
8. Obesidad en niños y adolescentes: sus efectos más allá de la salud física [Internet]. INTA. 2021 [citado 17 de enero de 2022]. Disponible en: <https://inta.cl/obesidad-en-ninos-y-adolescentes-sus-efectos-mas-alla-de-la-salud-fisica/>
 9. Villalobos NNC, Doyhamboure NAV, Bruna NCG, Pinto NNO, Molfino DAM. COMITÉ EXPERTOS V REGIÓN. :52.
 10. Perret C. Manual de pediatría [Internet]; [consultado el 17 de enero de 2022]. Disponible en: <https://medicina.uc.cl/wp-content/uploads/2018/09/Manual-de-Pediatria.pdf>
 11. Suárez VM, Serra JD, Calderón OG, de Mena HE, Martín SHC, Villares JMM. 81 90 Alimentación complementaria. :81.
 12. Polanco Allué I. Alimentación del niño en edad preescolar y escolar. An Pediatría [Internet]. 2 de septiembre de 2005 [citado 17 de enero de 2022];03:54-63. Disponible en: <http://www.analesdepediatría.org/es-alimentacion-del-nino-edad-preescolar-articulo-13081721>
 13. Serra JD. 13. Nutrición en la infancia y en la adolescencia. :16.
 14. Departamento de Nutrición y Alimentos. Guía de alimentación del niño(a) menor de 2 años / guía de alimentación hasta la adolescencia [Internet]. 5ª ed; 2016 [consultado el 17 de enero de 2022]. Disponible en: <https://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2019/08/GUIAALIMENTACION-MENOR2AÑOSADOLESCENCIAQUINTAED2016.pdf>
 15. Obesidad y sobrepeso [Internet]. [citado 17 de enero de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
 16. Machado K, Gil P, Ramos I, Pérez C, Machado K, Gil P, et al. Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo.

Arch Pediatría Urug [Internet]. junio de 2018 [citado 17 de enero de 2022];89:16-25. Disponible en:

http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1688-12492018000400016&lng=es&nrm=iso&tlng=en

17. MacMillan N, Rodríguez F, Páez J. Evaluación del estado nutricional, hábitos de alimentación y actividad física en escolares de 1° básico de Isla de Pascua de Chile en la última década. Rev Chil Nutr [Internet]. diciembre de 2016 [citado 18 de enero de 2022];43(4):375-80. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-75182016000400006&lng=es&nrm=iso&tlng=en
18. Vio del R F, Lera M L, González G CG, Yáñez G M, Fretes C G, Montenegro V E, et al. Consumo, hábitos alimentarios y habilidades culinarias en alumnos de tercero a quinto año básico y sus padres. Rev Chil Nutr [Internet]. diciembre de 2015 [citado 18 de enero de 2022];42(4):374-82. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-75182015000400009&lng=es&nrm=iso&tlng=es
19. Vio del R F, Salinas C J, Lera M L, González G CG, Huenchupán M C. Conocimientos y consumo alimentario en escolares, sus padres y profesores: un análisis comparativo. Rev Chil Nutr [Internet]. septiembre de 2012 [citado 18 de enero de 2022];39(3):34-9. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-75182012000300005&lng=es&nrm=iso&tlng=es
20. Pfeffer F, Kaufer-Horwitz M, Rodríguez M. Nutrición del adulto [Internet]. 4ª ed. [lugar desconocido]: Médica Panamericana; [consultado el 18 de enero de 2022]. Disponible en: <http://www.herrerobooks.com/pdf/PAN/9786079356415.pdf>

21. Alimentación en adulto menor o joven - Free Download PDF [PDF] [Internet]. [citado 18 de enero de 2022]. Disponible en: https://nanopdf.com/download/alimentacion-en-adulto-menor-o-joven_pdf
22. Hurtado Soler A. Universitat de València [Internet]. LA SALUD; [citado el 17 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.uv.es/hort/alimentacion/alimentacion.html>
23. Conocimientos nutricionales y frecuencia de consumo de alimentos: un estudio de caso [Internet]. [citado 19 de marzo de 2022]. Disponible en: <http://www.alanrevista.org/ediciones/2011/3/art-11/>
24. Montoya LMA, Alcaraz PAV. Preferencias alimentarias en los hogares de la ciudad de Medellín, Colombia. Saúde E Soc [Internet]. septiembre de 2016 [citado 18 de enero de 2022];25:750-9. Disponible en: <http://www.scielo.br/j/sausoc/a/MmwYtd6m7qwPSHLm9p34Grh/abstract/?lang=es>
25. Seguridad alimentaria: -definiciones y causales 1. Algunas definiciones básicas 1.1 ¿Qué es seguridad alimentaria? El consenso surgido del debate global es [Internet]. [citado 18 de enero de 2022]. Disponible en: http://lafaimexpliquee.org/La_faim_expliquee/S.A._definiciones_files/Seguridad%20alimentaria%20SPANISH.pdf
26. Hernández, S.; Fernández, C.; Baptista, L. 2014. Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill Educación, 6ta. Edición, p. 200. Disponible en: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sextaediccion.compressed.pdf>
27. Oviedo HC, Campo-Arias A. Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. Rev Colomb Psiquiatr [Internet]. diciembre de 2005 [citado 18 de enero de 2022];34(4):572-80. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0034-74502005000400009&lng=en&nrm=iso&tlng=es

28. Vio del R Fernando, Lera Lydia, González Carmen Gloria, Fierro María José, Salinas Judith. Diagnóstico de la situación alimentaria y nutricional de niños de tercero a quinto año básico de la comuna de La Reina, Santiago de Chile. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2017 [citado 2022 Ene 18]; 44(3): 244-250. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182017000300244&lng=es.
29. Becerra K, Russián O, López R. Asociación entre nivel de conocimiento y prácticas de progenitores sobre alimentación infantil y el estado nutricional de preescolares, Caracas 2015. Cienc E Investig Médico Estud Latinoam. 27 de septiembre de 2018;23.
30. Molina.P, Gálvez. P, Stecher. M, Vizcarra. M, Coloma. M, Schwingel. A. Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile | Elsevier Enhanced Reader [Internet]. [citado 18 de enero de 2022]. Disponible en: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0212656721001566?token=96E815285F0562E0F25537929A993344E34C9C16F4107C2EF4E43FEF2C137FD1C968EF0CB824BDE75BD1566720D72C79&originRegion=us-east-1&originCreation=20220118180247>

ANEXOS

Anexo 1. Encuesta de alimentación y nutrición del preescolar

1. Sexo

☐ Femenino

☐ Masculino

2. Fecha de nacimiento

Mes, día, año 

3. Parentesco con el/la niño(a)

☐ Padre

☐ Madre

☐ Abuelo(a)

☐ Otro

4. Nivel educacional

- ☐ Sin estudios
- ☐ Básica incompleta
- ☐ Básica completa
- ☐ Media Incompleta
- ☐ Media completa
- ☐ Superior incompleta
- ☐ Superior completa

Datos de el/la niño(a)

Descripción (opcional)

5. Sexo

- ☐ Femenino
- ☐ Masculino

6. Fecha de nacimiento

Mes, día, año



7. Con quien vive el/la niño(a). (Puede marcar más de una alternativa)

- ☐ Madre
- ☐ Padre
- ☐ Hermano(a)
- ☐ Abuelo(a)
- ☐ Otro

8. ¿Su niño(a) presenta alguna de estas enfermedades y/o condiciones de salud? (Puede marcar más de una alternativa)

- ☐ Ninguna
- ☐ Resistencia a la insulina o Intolerancia a la glucosa
- ☐ Diabetes
- ☐ Colesterol alto
- ☐ Presión arterial elevada
- ☐ Otra

...

9. ¿Alguien de la familia, ya sea padre, madre, hermanos(as) y/o abuelos(as), presenta alguna de estas enfermedades y/o condiciones de salud? (Puede marcar más de una alternativa)

- ☐ Ninguna
- ☐ Resistencia a la insulina o intolerancia a la glucosa
- ☐ Diabetes
- ☐ presión arterial elevada
- ☐ colesterol alto
- ☐ Otra...

10. Su niño(a) ¿Presenta alguna alergia y/o intolerancia alimentaria?

- ☐ Si
- ☐ No

11. Si su respuesta anterior fue si, Mencione la alergia y/o intolerancia alimentaria que presenta su niño(a)

Texto de respuesta corta

ÍTEM II: CONOCIMIENTOS SOBRE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DEL NIÑO(A)

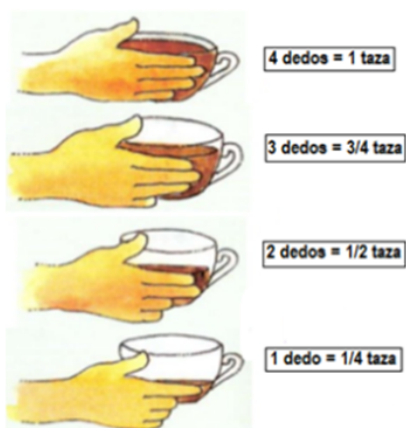
Objetivos: Reunir antecedentes sobre los conocimientos de los padres acerca de las porciones de alimentos adecuados a consumir del niño(a) de acuerdo a su grupo etario.

Pregunta

12. ¿Qué es una porción de alimentos?

- ☐ Cantidad consumida de un alimento, por una persona, en una oportunidad
- ☐ Cantidad consumida de un alimento, por una persona, durante el día
- ☐ Cantidad consumida de un alimento, por un grupo de personas, en una oportunidad
- ☐ Cantidad consumida de un alimento, por un grupo de personas, durante el día
- ☐ No sé

13. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de arroz, fideos o papas cocidas? (Responda esta pregunta utilizando como referencia la siguiente imagen).



- ☐ 1/4 taza de arroz, fideos o papas cocidas
- ☐ 1/2 taza de arroz, fideos o papas cocidas
- ☐ 3/4 taza de arroz, fideos o papas cocidas
- ☐ 1 taza de arroz, fideos o papas cocidas
- ☐ No sé

14. ¿Cuántas porciones de arroz, fideos o papas cocidas debiera consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
 - ☐ 2
 - ☐ 3
 - ☐ 4
 - ☐ No sé
-

15. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de pan, galletas de agua o soda?

- ☐ $\frac{1}{2}$ hallulla o marraqueta, 4 galletas de agua o soda
- ☐ $\frac{1}{2}$ hallulla o marraqueta, 6 galletas de agua o soda
- ☐ $\frac{3}{4}$ hallulla o marraqueta, 6 galletas de agua o soda
- ☐ 1 hallulla o marraqueta, 4 galletas de agua o soda
- ☐ No sé

16. ¿Cuántas porciones de pan, galletas de agua o soda debiera consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
 - ☐ 2
 - ☐ 3
 - ☐ 4
 - ☐ No sé
-

17. ¿Por qué su niño(a) debe consumir arroz, fideos, papas cocidas, pan, galletas de agua o soda?

- ☐ Le da energía para sus actividades diarias
- ☐ Fortalece sus huesos y músculos
- ☐ Mejora su digestión
- ☐ Mejora su comportamiento
- ☐ No sé

18. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de fruta?

- ☐ 1/2 naranja, manzana o similares, 1 durazno, kiwi, ciruela o similares, 1 rebanada de melón, 1 taza de uvas o cerezas.
 - ☐ 1/2 naranja, manzana o similares, 1 durazno, kiwi, ciruela o similares, 2 rebanadas de melón, 2 taza de uvas o cerezas.
 - ☐ 1 naranja, manzana o similares, 2 duraznos, kiwis, ciruelas o similares, 1 rebanada de melón, 1 taza de uvas o cerezas.
 - ☐ 1 naranja, manzana o similares, 2 duraznos, kiwis, ciruelas o similares, 2 rebanadas de melón, 2 tazas de uvas o cerezas.
 - ☐ No sé
-

19. ¿Cuántas porciones de fruta debe consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ No sé

20. ¿Por qué su niño(a) debe consumir frutas?

- ☐ Lo hace ser más inteligente
 - ☐ Le ayuda a dormir tranquilo
 - ☐ Aporta vitaminas y minerales para su buen desarrollo
 - ☐ Tiene nutrientes que le ayudan a crecer más
 - ☐ No sé
-

21. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de verdura?

- ☐ 1/2 plato de lechuga, repollo, coliflor o similares, 1 tomate regular, ½ taza de acelga, espinaca, betarraga, zanahoria o zapallo.
- ☐ 1/2 plato de lechuga, repollo, coliflor o similares, 1 tomate regular, 1 taza de acelga, espinaca, betarraga, zanahoria o zapallo.
- ☐ 1 plato de lechuga, repollo, coliflor o similares, 1 tomate regular, ½ taza de acelga, espinaca, betarraga, zanahoria o zapallo.
- ☐ 1 plato de lechuga, repollo, coliflor o similares, 1 tomate regular, 1 taza de acelga, espinaca, betarraga, zanahoria o zapallo.
- ☐ No sé

22. ¿Cuántas porciones de verdura debe consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
 - ☐ 2
 - ☐ 3
 - ☐ 4
 - ☐ No sé
-

23. ¿Por qué su niño(a) debe consumir verduras?

- ☐ Le asegura un crecimiento óptimo
- ☐ Mejora su digestión
- ☐ Mejora su rendimiento escolar
- ☐ Le da energía para sus actividades diarias
- ☐ No sé

Aclaración: El grupo de lácteos considera los siguientes alimentos: leche, quesillo, queso y yogurt.

24. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de lácteos?

- ☐ 1/2 taza de leche, 1/2 yogurt, 1 lámina de queso, 1 trozo de quesillo.
 - ☐ 1/2 taza de leche, 1/2 yogurt, 1/2 lámina de queso, 1 trozo de quesillo.
 - ☐ 1 taza de leche, 1 yogurt, 1/2 lámina de queso, 1/2 trozo de quesillo.
 - ☐ 1 taza de leche, 1 yogurt, 1 lámina de queso, 1 trozo de quesillo.
 - ☐ No sé
-

25. ¿Cuántas porciones de lácteos debe consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ No sé

26. ¿Por qué su niño(a) debe consumir lácteos?

- ☐ Fortalece sus huesos y dientes
- ☐ Mejora su digestión
- ☐ Mejora su rendimiento académico
- ☐ Los nutrientes que tiene ayudan a prevenir resfriados
- ☐ No sé

Aclaración: El grupo de los cárneos considera los siguientes alimentos: carne, pollo, pavo, pescado, huevo y legumbres secas (porotos, lentejas, garbanzos, etc.)

27) ¿ Cual de las siguientes opciones es equivalente a una porción de carneo ?.

- ☐ 1/2 presa chica de pollo o pavo, 1/2 presa chica de pescado, 1 huevo, 1 taza de legumbres.
- ☐ 1 presa chica de pollo o pavo, 1 presa chica de pescado, 1 huevo, 1 taza de legumbres.
- ☐ 1 presa chica de pollo o pavo, 1 presa chica de pescado, 1/2 huevo, 1/2 taza de legumbres.
- ☐ 1 presa chica de pollo o pavo, 1 presa chica de pescado, 1 huevo, ¾ taza de legumbres.

28. ¿Cuántas porciones de cárneos debe consumir su niño(a) en el día?

- ☐ 1
 - ☐ 2
 - ☐ 3
 - ☐ 4
 - ☐ No sé
-

29. ¿Cómo debe distribuir semanalmente el consumo de cárneos su niño(a)?

- ☐ 1 vez legumbres, 1 vez pescado, 5 veces carne, pollo, pavo o huevos.
- ☐ 2 veces legumbres, 1 vez pescado, 4 veces carne, pollo, pavo o huevos.
- ☐ 2 veces legumbres, 2 veces pescados, 3 veces carne, pollo, pavo o huevos.
- ☐ 3 veces legumbres, 2 veces pescados, 2 veces carne, pollo, pavo o huevos.
- ☐ No sé

30. ¿Por qué su niño(a) debe consumir cárneos?

- ☐ Asegura un crecimiento adecuado
 - ☐ Mejora la digestión
 - ☐ Le ayuda a conciliar el sueño de mejor manera
 - ☐ Presenta nutrientes que le ayudan a tener energía para su cerebro
 - ☐ No sé
-

31. ¿Cuál de las siguientes opciones es equivalente a una porción de frutos secos?

- ☐ 1 uds de almendra o 1 uds de maní o 1 uds de nuez o 1 uds de avellanas o 1 uds de pistacho
- ☐ 2 uds de almendra o 5 uds de maní o 1 uds de nuez o 4 uds de avellanas o 3 uds de pistacho
- ☐ 20 uds de almendra o 30 uds de maní o 3 1/2 uds de nuez o 47 uds de avellanas o 37 uds de pistacho
- ☐ 30 uds de almendra o 30 uds de maní o 30 uds de nuez o 30 uds de avellanas o 30 uds de pistacho
- ☐ No sé

32. ¿ Cuántas porciones de frutos secos debe consumir su niño(a) en el día ?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ No sé

33. ¿Por qué su niño(a) debe consumir frutos secos?

- ☐ Mejora el colesterol y cuida el corazón
- ☐ Fortalece sus huesos y dientes
- ☐ Le ayuda a dormir tranquilo
- ☐ Mejora su digestión
- ☐ No sé

ÍTEM III: PREFERENCIAS ALIMENTARIAS DEL NIÑO(A)

Objetivos: Recolectar información de las preferencias alimentarias que tiene el niño(a) para tener conocimiento de sus hábitos alimenticios.

34. Seleccione los 3 grupos de alimentos mayormente preferidos por:

	Pan, fideos, arroz, papas cocidas, galletas de agua o soda	Legumbres frescas	Legumbres secas	Frutas	Verduras	Leche, yogurt o queso	Vacuno, cerdo, pollo, pavo	Pescados y mariscos	Huevos	Galletas, chocolates, helados, pastelitos envasados, otros	Papas fritas, ramitas, suflés, doritos, otros	Productos de pastelería	Bebidas y jugos azucarados	Frutos secos
Usted	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

35. Seleccione los 3 grupos de alimentos menos preferidos por:

	Pan, fideos, arroz, papas cocidas, galletas de agua o soda	Legumbres frescas	Legumbres secas	Frutas	Verduras	Leche, yogurt o queso	Vacuno, cerdo, pollo, pavo	Pescados y mariscos	Huevos	Galletas, chocolates, helados, pastelitos envasados, otros	Papas fritas, ramitas, suflés, doritos, otros	Productos de pastelería	Bebidas y jugos azucarados	Frutos secos
Usted	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ÍTEM IV: CONSUMO DE ALIMENTOS DE EL/LA NIÑO(A)

Recopilar información acerca del consumo de los grupos alimentarios del niño(a) y su cantidad en porciones.

36. ¿Cuántas veces a la semana consume usted los siguientes grupos de alimentos?

	No consumo	Ocasionalmente	De 1 a 2 días	De 3 a 4 días	De 5 a 6 días	7 días
Pan, galletas de agua o soda	☐	☐	☐	☐	☐	☒
Arroz, fideos, papas cocidas	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Frutas	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Verduras	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lácteos (Leche, yogur, queso)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pescados	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Legumbres (lentejas, porotos, garbanzos)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Huevos	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Frutos secos	☐	☐	☐	☐	☐	☐

37. ¿Cuántas veces a la semana consume su niño los siguientes grupos de alimentos?

	No consume	Ocasionalmente	De 1 a 2 días	De 3 a 4 días	De 5 a 6 días	7 días
Pan, galletas de agua o soda	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Arroz, fideos, papas cocidas	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Frutas	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Verduras	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lácteos (Leche, yogur, queso)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pescados	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Legumbres	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Huevos	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Frutos secos	☐	☐	☐	☐	☐	☐

38. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de pan o galletas de agua o soda consume habitualmente en un día?



	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

39. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de arroz, fideos, papas cocidas consume habitualmente en un día?



2 dedos= $\frac{1}{2}$ taza= 1 porción
2 a 5 años

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

40. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de fruta consume habitualmente en un día?



1 naranja, 1 manzana, 1 pera o 1 membrillo.



1/2 plátano



1 taza de uvas o cerezas.



2 kiwis o 2 duraznos pequeños.

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

41. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de verduras consume habitualmente en un día?



1 plato pequeño de lechuga, repollo, coliflor, apio o brócoli.



1 tomate regular



1/2 taza de acelgas, espinacas, zanahorias, beterragas o zapallo.

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

42. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de lácteos consume habitualmente en un día?



1 vaso leche (200ml)



1 unidad de yogurt



1 trozo de 3x3cm

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

43. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de pescado consume habitualmente en un día?



	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

44. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de legumbres consume habitualmente en un día?



2 dedos= $\frac{1}{2}$ taza= 1 porción
2 a 5 años

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

45. Responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de huevo consume habitualmente en un día? (1 huevo = 1 porción)

	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

46. Utilizando como referencia la porción que muestra la imagen, responda la siguiente pregunta: ¿Cuántas porciones de frutos secos consume habitualmente en un día? (la imagen de la mano es de referencia que equivale a una porción de frutos secos)



	No consume o menor a 1	1	2	3	Más de 3
Usted	☐	☐	☐	☐	☐
Su niño(a)	☐	☐	☐	☐	☐

Anexo 2. Consentimiento informado

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL PARTICIPANTE PADRE Y/O APODERADO

Yo,....., RUT....., en forma voluntaria declaro que la Investigadora, Nutricionista MSc.(c) María José Silva Montenegro, perteneciente a la Universidad de Playa Ancha, me ha invitado a participar en el estudio "Estudio descriptivo comparativo de los conocimientos en alimentación y nutrición, preferencias alimentarias y consumo de alimentos de duplas de padres y/o apoderados y sus niños de 3 a 5 años, pertenecientes a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso" que se llevará a cabo en los establecimientos de la región de Valparaíso.

Me han informado y explicado claramente cuáles son los procedimientos del estudio en los que participaré. Asimismo, he tenido la oportunidad de hacer preguntas y resolver todas mis dudas con la investigadora. Entiendo que poseo el derecho de revocar mi consentimiento sin que esta decisión pueda ocasionar algún perjuicio.

De acuerdo a lo declarado por mí en este documento, firmo aceptando mi participación voluntaria en esta investigación. Recibiré una copia completa y firmada de este documento.

Participante

Firma : _____
Nombre : _____
Fecha : ____/____/2021

Si tengo una duda no resuelta por el investigador podré realizar mis consultas al comité de bioética de la Universidad de Playa Ancha al mail bioetica@upla.cl o al teléfono +56 32 2205098.

Anexo 3. Resolución N° 040/2021

RESOLUCIÓN N°040/2021

Con fecha, 26 de noviembre de 2021, se reúne la Comisión de Bioética para analizar los alcances y requerimientos del Seminario de Título: "Estudio descriptivo de los conocimientos en alimentación y nutrición, preferencias alimentarias y consumo de alimentos de duplas de padres y/o apoderados y sus niños de 3 a 5 años, pertenecientes a establecimientos educacionales de la región de Valparaíso."

Estudiantes:

Verónica Cáceres
Karila Contreras
Alexandra Cortés
Karen González
María Tapia.

Por cuanto, el Seminario de Título cumple con todas las exigencias y respaldos requeridos por nuestra Institución. Se resuelve, dar el consentimiento bioético para el desarrollo del Seminario de Título.

Luzmarina Silva Concha
Decana
Facultad de Ciencias de la Salud

Loreto Morales Lillo
Directora Carrera
Nutrición y Dietética

Germán Campos Pardo
Especialista en Metodología

María José Silva Montenegro
Profesora Guía


Ivonne Fuentes Román
Directora General de Pregrado


Cristina Acuña Collado
Vicerrectora Académica

ACTA COMITÉ DE BIOÉTICA N°040/2021

Convocados	EQUIPO DE BIOÉTICA
Fecha	Viernes, 26 de noviembre 2021
Hora	15:00 a 16:00
Lugar	VICERRECTORÍA ACADÉMICA

ASISTENTES	FIRMA Y TIMBRE
VIOLETA ACUÑA COLLADO VICERRECTORA ACADÉMICA	 
IVONNE FUENTES ROMÁN DIRECTORA GENERAL DE PREGRADO	 
LUZMARINA SILVA CONCHA DECANA FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD	
LORETO MORALES LILLO DIRECTORA CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	
MARÍA JOSÉ SILVA MONTENEGRO PROFESORA GUÍA	

INVITADO	
GERMÁN CAMPOS PARDO	

PROYECTO A REVISAR:

“ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LOS CONOCIMIENTOS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN, PREFERENCIAS ALIMENTARIAS Y CONSUMO DE ALIMENTOS DE DUPLAS DE PADRES Y/O APODERADOS Y SUS NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS, PERTENECIENTES A 5 ESTABLECIMIENTOS EDUCACIONALES DE LA REGIÓN DE VALPARAÍSO”.

ESTUDIANTES:

Verónica Cáceres
 Kamila Contreras
 Alexandra Cortés
 Karen González
 María Tapia.

Se adjunta:

Proyecto de Título

OBSERVACIONES:

La metodología y los resguardos bioéticos son adecuados, por tanto se da aprobación al proyecto presentado por estudiantes de la Carrera Nutrición y Dietética. _____

