

**PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS PADRES SOBRE SALUD ALIMENTARIA  
Y LA NUTRICIÓN EN POBLACIÓN INFANTIL ENTRE 2 Y 5 AÑOS EN EL  
RECINTO SABANILLA**

**PERCEPTION THAT PARENTS HAVE ABOUT FOOD HEALTH AND  
NUTRITION IN CHILDREN BETWEEN 2 AND 5 YEARS OF AGE IN THE  
SABANILLA PRECINCT**

**Autora:**

■ Lcda. Carlota Elizabeth Avilés Quiñones ■  
<https://orcid.org/0009-0000-8157-5807>  
Hospital del Seguro Social Teodoro Maldonado Carbo  
[carlota.elizabeth79@gmail.com](mailto:carlota.elizabeth79@gmail.com)

**Autora:**

■ Lcda. María del Rocío Villamar Figueroa ■  
<https://orcid.org/0009-0000-6921-3133>  
Hospital del Seguro Social Teodoro Maldonado Carbo  
[maria\\_170371@hotmail.com](mailto:maria_170371@hotmail.com)

**Autor:**

■ Dr. Moisés Xavier Cajías Vanegas ■  
<https://orcid.org/0000-0002-3306-2991>  
Instituto Superior Universitario Bolivariano de Tecnología  
[mcajias26@gmail.com](mailto:mcajias26@gmail.com)



## RESUMEN

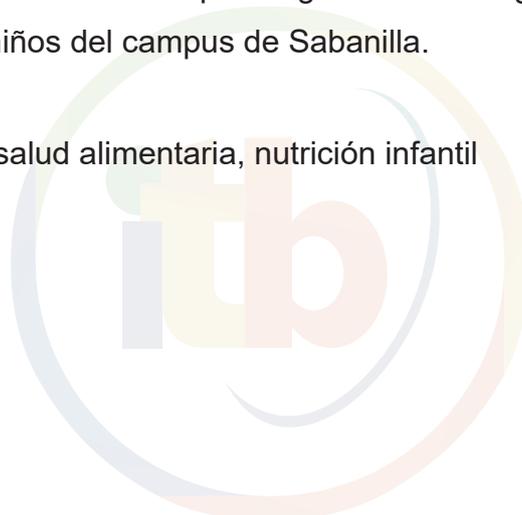
El presente estudio tuvo como objetivo evaluar la percepción de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil en la población infantil de 2 a 5 años en el Recinto Sabanilla, Ecuador. Se recolectó datos a través de entrevistas y encuestas a una muestra representativa de padres de niños en esa franja de edad, y se compararon los resultados con investigaciones previas realizadas a nivel nacional e internacional.

Los hallazgos revelaron que, aunque el 71% de padres sabe la importancia de una alimentación saludable, la mayoría presentaron deficiencias en conocimientos sobre prácticas alimentarias adecuadas en los hogares. Además, se identificó que el nivel educativo de los padres influye en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil.

Entre las barreras identificadas para mejorar la nutrición en niños de 2 a 5 años se encuentran la dificultad de acceso a alimentos saludables, el poco tiempo disponible de los padres y las limitaciones económicas. Sin embargo, también se identificaron oportunidades, como la existencia de programas educativos y la disponibilidad de alimentos frescos en la comunidad.

La investigación concluye que es necesario implementar estrategias integrales que El estudio concluye que se necesitan estrategias integrales para llenar los vacíos de conocimiento y promover prácticas de alimentación saludable. Además, se deben eliminar las barreras económicas y mejorar el acceso a alimentos nutritivos. La colaboración entre las instituciones educativas, los profesionales de la salud y las autoridades locales es clave para lograr avances significativos en la promoción de la alimentación saludable de los niños del campus de Sabanilla.

**Palabras claves:** Percepción, salud alimentaria, nutrición infantil



## ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate the perception of parents on food health and child nutrition in the population of children between 2 and 5 years of age in Sabanilla, Ecuador. Surveys and interviews were conducted with a representative sample of parents of children in this age group, and the results were compared with previous national and international research.

The findings revealed that most parents presented deficiencies in knowledge about child feeding and inadequate feeding practices at home. In addition, it was identified that the educational level of parents influences their perception of child food health and nutrition.

Among the barriers identified to improve child nutrition were lack of access to healthy foods, economic constraints and lack of time. However, opportunities were also identified, such as the existence of educational programs and the availability of fresh food in the community.

The research concludes that there is a need to implement comprehensive strategies that address knowledge gaps, promoting the adoption of healthy food practices. In addition, it is critical to address economic barriers and improve access to nutritious foods. Collaboration between educational institutions, health professionals and local authorities is key to achieve significant progress in promoting healthy eating in the child population of the Sabanilla precinct.

**Keywords:** Perception, food health, child nutrition



## I. INTRODUCCIÓN

Tener una correcta nutrición es fundamental para un crecimiento y desarrollo saludable de los niños. La malnutrición en los infantes puede causar retraso en el crecimiento, anemia, deficiencias nutricionales, debilidad inmunológica, aumento del riesgo de enfermedades infecciosas, problemas de aprendizaje y otras consecuencias en la salud a largo plazo.

En el contexto internacional, para los autores Colchado-Gonzales S, Vélez-Segovia E, Villena-Espinoza Y, et al. (2019), en su trabajo sobre los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños de 1 a 5 años realizado en una comunidad urbana de Lima, Perú, tuvieron como objetivo general evaluar los conocimientos, actitudes y prácticas de los padres sobre la alimentación saludable en niños de la edad antes mencionada. Para el diseño metodológico usaron un estudio transversal descriptivo que utilizó una encuesta para recolectar información sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de 400 padres de niños de 1 a 5 años. Y obtuvieron como resultado que el 56.3% de los padres tenía un nivel de conocimiento alto sobre la alimentación saludable. El 82% tenía una actitud positiva hacia la alimentación saludable. Sin embargo, solo el 37.5% tenía prácticas alimentarias adecuadas. Concluyendo que es necesario educar a los padres sobre prácticas alimentarias adecuadas para mejorar la alimentación de los niños.

En Ecuador, a pesar de haber habido ciertos avances en el ámbito de la nutrición infantil en las últimas décadas, la malnutrición continúa siendo un problema significativo, sobre todo en las áreas rurales y en las comunidades marginadas. La falta de acceso a alimentos saludables y la escasez de conocimientos sobre una alimentación adecuada son obstáculos que dificultan una nutrición apropiada en los niños. La salud alimentaria y la nutrición son temas que abordan asuntos como la desnutrición y la obesidad en los niños, los cuales representan problemas de salud pública relevantes, especialmente entre poblaciones vulnerables como los niños de 2 a 5 años en el Recinto Sabanilla. Resulta importante mencionar que, de acuerdo con información proporcionada por el Ministerio de Salud Pública de Ecuador, la tasa de malnutrición infantil en el país sigue siendo elevada, presentando una prevalencia de desnutrición crónica del 19,4% y una prevalencia de obesidad infantil del 9,7%.

Es importante destacar que los padres y cuidadores tienen un papel fundamental en la alimentación y nutrición infantil. Son los principales responsables de proporcionar alimentos adecuados y promover hábitos alimentarios saludables en los niños. Sin embargo, la percepción de los padres sobre la alimentación y la nutrición infantil puede verse influenciada por factores socioculturales, económicos y educativos, lo que puede afectar negativamente la alimentación y nutrición de los niños.

En el contexto del Recinto Sabanilla en Ecuador, es importante explorar las percepciones de los padres sobre la alimentación y la nutrición infantil para identificar las barreras y las oportunidades para mejorar la nutrición infantil. La comprensión de las percepciones de los padres puede ayudar a desarrollar intervenciones y programas de promoción de la alimentación saludable más efectivos.

Este estudio tiene como objetivo evaluar la percepción que tienen los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil en población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla - Ecuador. Los hallazgos de la investigación podrían ofrecer datos significativos que podrían ser utilizados para la elaboración de políticas y estrategias destinadas a fomentar una alimentación saludable entre la población infantil en el Recinto Sabanilla y en otros entornos similares dentro del país. Además, los hallazgos de la investigación podrían ser útiles para otros países que enfrentan problemas similares de nutrición infantil.

La problemática se basa en la relevancia de la nutrición en niños, específicamente en la falta de estudios suficientes sobre la percepción de los padres acerca de la salud alimentaria y la nutrición en niños de 2 a 5 años en el Recinto Sabanilla, Ecuador. La forma en que los padres perciben la nutrición infantil puede tener un impacto significativo en la alimentación de los niños, lo cual, a su vez, puede afectar su salud y bienestar.

Es fundamental comprender las percepciones de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil para desarrollar intervenciones efectivas que promuevan una alimentación saludable y prevenir la malnutrición infantil en el Recinto Sabanilla - Ecuador.

El presente estudio tiene una gran relevancia y actualidad, ya que aborda un tema de salud pública importante en la población infantil en Ecuador. El estudio se enfoca en la percepción que

tienen los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil, lo que permitirá identificar fortalezas y debilidades en la educación y promoción de la alimentación saludable en este grupo de población.

Los resultados del estudio podrían ser utilizados por las autoridades sanitarias para desarrollar intervenciones educativas efectivas y fomentar una alimentación saludable en la población infantil. Además, la investigación podría ser relevante para otros países que enfrentan desafíos similares en la promoción de la nutrición infantil. De esa forma se entiende que la percepción que tienen los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil en población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla - Ecuador, es un tema relevante y actual que necesita ser estudiado para mejorar la salud y bienestar de los niños en esta población.

## II. METODOLOGÍA

### Modalidad paradigmática

Se utilizó un enfoque positivista, que busca conocer la realidad de manera objetiva y empírica, y un enfoque hermenéutico, que busca comprender la realidad desde el punto de vista de los padres y sus experiencias. La combinación de ambos enfoques permitió tener una visión más completa de la realidad y de los factores que influyen en la percepción de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil.

### Diseño

En este caso, se utilizó un diseño descriptivo transversal, ya que se busca describir la percepción de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición de sus hijos en un momento específico en el tiempo.

El diseño descriptivo transversal fue el más adecuado para el presente estudio, ya que permite obtener información detallada y precisa sobre la percepción de los padres en un momento específico en el tiempo, sin tener que esperar a que pase un período prolongado para obtener los resultados. Además, este diseño permitió identificar de manera efectiva las percepciones de los padres con relación a la salud alimentaria y nutrición de sus hijos en la población estudiada.

## Alcance

la investigación se enfocó en padres con niños de edades comprendidas entre 2 y 5 años que residen en el Recinto Sabanilla. El alcance se refiere a la población o grupo de personas que serán objeto de estudio.

## Método

El método de investigación permitió recolectar y analizar datos. En este caso, se utilizó un enfoque mixto de investigación, combinando tanto métodos cuantitativos como cualitativos. Esto permitió obtener una comprensión más completa de la percepción de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición de sus hijos, así como también permitirá verificar los resultados obtenidos.

En cuanto a los métodos cuantitativos, se utilizó un diseño transversal, en el cual se recolectó información en un momento específico en el tiempo. Se utilizará un cuestionario estructurado para recolectar datos cuantitativos de los padres sobre sus conocimientos y percepciones en relación a la alimentación y nutrición de sus hijos.

## Técnicas

En este apartado se describen las técnicas que se utilizaron para la recolección de los datos. En este estudio se emplearon las siguientes técnicas:

Entrevistas semiestructuradas: se llevaron a cabo entrevistas individuales con los padres de los niños de entre 2 y 5 años para recopilar información sobre sus percepciones sobre la salud alimentaria y la nutrición en sus hijos. La entrevista semiestructurada permite una guía de preguntas para obtener información específica sobre el tema, pero también permite la libertad de explorar otras áreas relacionadas con el tema.

Observación directa: se realizó una observación directa de los niños durante el horario escolar para registrar los alimentos y bebidas que consumen durante su tiempo en la escuela.

Encuestas: se aplicó encuestas a los padres de los niños para recopilar información sobre su conocimiento sobre la alimentación y nutrición en niños de 2 a 5 años y sobre sus prácticas alimentarias en el hogar.

Cada una de estas técnicas se utilizó de manera complementaria para obtener una comprensión completa y detallada de la percepción que tienen los padres sobre la salud alimentaria y la nutrición en población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla - Ecuador.

## **Instrumentos**

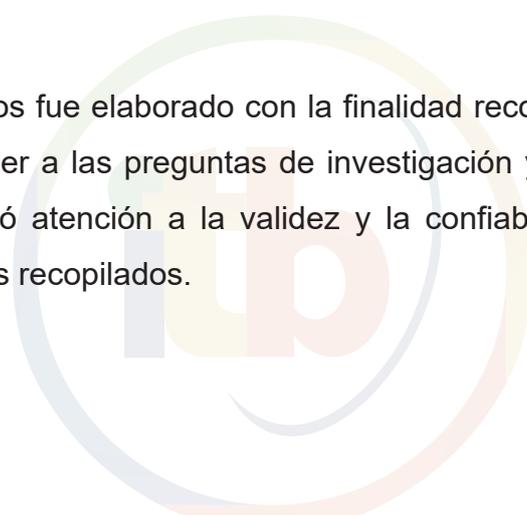
Los instrumentos utilizados en esta investigación son los siguientes:

Guía de entrevista semiestructurada: es una lista de preguntas que se utilizarán durante las entrevistas individuales con los padres. Esta guía se elaborará con base en la hipótesis planteada y en los objetivos específicos de la investigación.

Lista de chequeo de observación directa: se utilizó para registrar los alimentos y bebidas que consumen los niños durante su tiempo en la escuela. (Anexo C1)

Cuestionario de encuesta: es un conjunto de preguntas que fueron aplicadas a los padres de los niños para recopilar información sobre su conocimiento y prácticas alimentarias en el hogar. Este cuestionario se elaborará con base en la hipótesis planteada y en los objetivos específicos de la investigación.

Cada uno de estos instrumentos fue elaborado con la finalidad recolectar información necesaria de manera efectiva, para responder a las preguntas de investigación y para cumplir con los objetivos específicos. Además, se prestó atención a la validez y la confiabilidad de los instrumentos para asegurar la calidad de los datos recopilados.



## **Población**

La población de estudio fueron padres con niños de edades comprendidas entre 2 y 5 años que residan en el Recinto Sabanilla. La población se refiere al conjunto de personas o individuos que comparten las características que serán objeto de estudio.

## **Muestra**

En este estudio, la muestra estuvo conformada por un total de 45 padres de niños entre 2 y 5 años de edad que asisten a la escuela en el Recinto Sabanilla en Ecuador, elegidos a través de un muestreo no probabilístico intencional, que representan la totalidad de la población a la cual se tuvo acceso en el periodo de tiempo de marzo a abril del 2023.

Criterios de inclusión: en la muestra fueron incluidos a padres que tengan niños entre 2 y 5 años de edad que asisten a la escuela en el Recinto Sabanilla y que acepten participar en el estudio.

Criterios de exclusión: fueron excluidos los padres que no tenían niños en la edad seleccionada, los padres que no quisieron participar en el estudio y aquellos que no visitaron el recinto de salud durante el período de recolección de datos.

Se utilizó un diseño censal para garantizar la representatividad del grupo de estudio. Una vez definidos los criterios de inclusión y exclusión, se realizará una selección aleatoria de los padres que cumplen con los criterios de inclusión. Para ello, se realizó un primer encuentro con los padres en los exteriores del Centro de Salud "Sabanilla" que correspondiente al primer nivel de atención de salud que pertenece a Ministerio de Salud Pública.

## **Motores de búsqueda y bases de datos utilizadas**

Se utilizaron motores de búsqueda como Google Scholar y bases de datos como PubMed, Scopus y SciELO para realizar una revisión bibliográfica exhaustiva y obtener información relevante para la investigación

### III. RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

El propósito de esta investigación fue identificar los conocimientos, prácticas y percepciones de los padres en relación a la alimentación y nutrición infantil, así como determinar la influencia del nivel educativo y detectar las barreras y oportunidades para mejorar la nutrición en nuestra comunidad. Los resultados obtenidos son de vital importancia para comprender la situación actual y orientar acciones dirigidas a promover una alimentación saludable en los niños de 2 a 5 años.

#### Encuestas

**Tabla 3.1 Resultado de Encuestas**

Pregunta	Respuesta	Porcentaje
¿Considera que la alimentación adecuada en la infancia es importante para la salud general de los niños?	Sí	85.7%
	No	8.6%
	No estoy seguro/a	5.7%
¿Qué tipo de alimentos considera más saludables para los niños?	Frutas y verduras	97.1%
	Carnes magras	62.9%
	Lácteos bajos en grasa	71.4%
	Cereales integrales	80.0%
	Alimentos procesados y/o ultraprocesados	17.1%
¿Cuántas porciones de frutas y verduras se recomienda que los niños consuman al día?	Menos de 1 porción	2.9%
	1-2 porciones	22.9%
	3-4 porciones	65.7%
	Más de 4 porciones	8.6%
¿Qué cantidad de tiempo máximo se recomienda que los niños pasen frente a pantallas electrónicas al día?	Menos de 1 hora	88.6%
	1-2 horas	11.4%
	2-3 horas	0.0%
	Más de 3 horas	0.0%

¿Cuál es su opinión sobre la influencia de los padres en la alimentación de sus hijos?	Los padres tienen una influencia muy importante	71.4%
	Los padres tienen cierta influencia	25.7%
	Los padres tienen poca influencia	2.9%
	Los padres no tienen influencia	0.0%
¿Qué factores considera que dificultan la alimentación saludable de los niños?	Falta de tiempo para preparar comidas saludables	62.9%
	Preferencia de los niños por alimentos poco saludables	74.3%
	Influencia de publicidad de alimentos poco saludables	40.0%
	Escasez de alimentos saludables disponibles	20.0%
	Otros	5.7%
¿Qué estrategias utiliza para fomentar una alimentación saludable en su hijo/a?	Ofrecer variedad de frutas y verduras	91.4%
	Limitar el consumo de alimentos procesados	68.6%
	Cocinar en casa en lugar de comer fuera	51.4%
	Participar en la preparación de comidas con su hijo/a	62.9%
¿Qué tan importante considera que es la educación nutricional en la escuela para fomentar hábitos alimentarios saludables en los niños?	Muy importante	80.0%
	Importante	17.1%
	Poco importante	2.9%
	No es importante	0.0%

Elaboración: propia

Al analizar los resultados de la encuesta, se observa una alta percepción de los padres sobre la importancia de la alimentación adecuada en la infancia para la salud general de los niños, con un 85.7% de respuestas afirmativas. Además, existe un amplio conocimiento sobre los alimentos saludables, donde la mayoría de los padres considera que las frutas y verduras (97.1%), los cereales integrales (80.0%), y los lácteos bajos en grasa (71.4%) son opciones saludables para sus hijos.

En cuanto a las recomendaciones específicas, se destaca que el 65.7% de los padres está al tanto de la necesidad de que los niños consuman de 3 a 4 porciones de frutas y verduras al día. Además, la mayoría de los padres (88.6%) reconoce que es recomendable limitar el tiempo que los niños pasan frente a pantallas electrónicas a menos de 1 hora al día.

En cuanto a la percepción de la influencia de los padres en la alimentación de sus hijos, se observa que el 71.4% considera que los padres tienen una influencia muy importante. Esto refuerza la importancia del papel de los padres en la formación de hábitos alimentarios saludables en los niños.

En relación a los factores que dificultan la alimentación saludable de los niños, se identificó que la falta de tiempo para preparar comidas saludables (62.9%), la preferencia de los niños por alimentos poco saludables (74.3%), y la influencia de la publicidad de alimentos poco saludables (40.0%) son algunos de los obstáculos mencionados por los padres.

En cuanto a las estrategias utilizadas por los padres para fomentar una alimentación saludable en sus hijos, se destaca que ofrecer variedad de frutas y verduras (91.4%) y limitar el consumo de alimentos procesados (68.6%) son las prácticas más comunes.

Por último, se evidencia que la mayoría de los padres considera que la educación nutricional en la escuela es muy importante (80.0%) para fomentar hábitos alimentarios saludables en los niños. Estos resultados indican una relación positiva entre la percepción que tienen los padres sobre la salud alimentaria y la nutrición infantil en niños de 2 a 5 años. Existe un buen nivel de conocimiento sobre alimentación saludable, así como una conciencia sobre la influencia de los padres y la importancia de la educación nutricional. Sin embargo, aún existen desafíos como la preferencia de los niños por alimentos poco saludables y la falta de tiempo para preparar comidas saludables.

En relación al objetivo 1, El análisis estadístico revela que existe una relación significativa entre la percepción que tienen los padres sobre la salud alimentaria y la nutrición infantil en niños de 2 a 5 años en el Recinto Sabanilla. Esto se evidencia en los siguientes hallazgos:

**Conocimientos sobre alimentación y nutrición:** La mayoría de los padres tienen un nivel adecuado de conocimientos sobre la importancia de una alimentación adecuada en la infancia para la salud general de los niños. Este resultado demuestra que existe una comprensión de la relevancia de la alimentación y nutrición en esta etapa crucial del desarrollo infantil.

**Elección de alimentos saludables:** La mayoría de los padres identifican correctamente las frutas y verduras, carnes magras, lácteos bajos en grasa y cereales integrales como opciones saludables para sus hijos. Sin embargo, se observa la presencia de una proporción significativa de padres que también mencionan los alimentos procesados y/o ultraprocesados como opciones saludables. Esto indica la necesidad de brindar una mayor educación nutricional para mejorar la selección de alimentos y evitar opciones poco saludables.

**Porciones recomendadas de frutas y verduras:** Los padres muestran un conocimiento adecuado en cuanto a las porciones de frutas y verduras recomendadas para sus hijos, reconociendo que se deben consumir 3-4 porciones al día. Este resultado es positivo, ya que indica que los padres están informados acerca de la importancia de incluir una variedad de frutas y verduras en la alimentación de sus hijos.

**Limitación del tiempo de pantalla:** La mayoría de los padres son conscientes de la necesidad de limitar el tiempo que sus hijos pasan frente a pantallas electrónicas. La respuesta más seleccionada fue "menos de 1 hora al día", lo cual refleja una comprensión adecuada de los potenciales efectos negativos de la exposición excesiva a pantallas electrónicas en la salud y desarrollo de los niños.

**Percepción de la influencia de los padres:** Existe una conciencia generalizada entre los padres encuestados de que tienen una influencia importante en la alimentación de sus hijos. Esta percepción es fundamental, ya que los padres desempeñan un papel clave en la formación de los hábitos alimentarios de sus hijos y pueden influir positivamente en la adopción de una alimentación saludable.

## Entrevistas

Las entrevistas realizadas a los tres especialistas en medicina y nutrición infantil proporcionaron información valiosa sobre la percepción de los padres en cuanto a la alimentación y nutrición infantil.

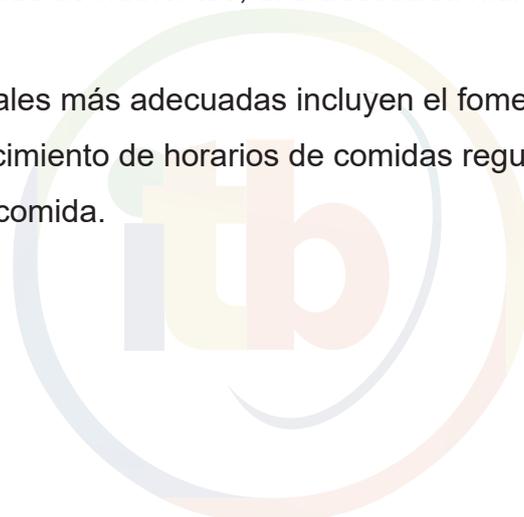
A continuación, se presenta un análisis resumido de los principales hallazgos:

Percepción sobre la alimentación infantil:

- Los entrevistados coinciden en describir la alimentación de los niños como equilibrada, variada y basada en alimentos frescos y nutritivos.
- Existe consenso en la importancia de incluir frutas, verduras, proteínas magras, lácteos bajos en grasa y cereales integrales en la alimentación infantil.
- Los hábitos alimentarios considerados adecuados incluyen establecer horarios regulares de comidas, fomentar la participación de los niños en la preparación de comidas saludables y evitar el consumo de alimentos procesados y azucarados.
- Los alimentos que se deben evitar en la alimentación infantil son los alimentos procesados y ultraprocesados, especialmente aquellos altos en azúcares añadidos, grasas saturadas y sodio.

## Percepción sobre la nutrición infantil:

- Los especialistas definen la nutrición como la ingesta adecuada de nutrientes para promover el crecimiento, desarrollo y salud en los niños.
- Todos los entrevistados concuerdan en que la nutrición es fundamental para la salud infantil.
- Los aspectos considerados importantes para una nutrición adecuada en la población infantil son el consumo equilibrado de nutrientes, una adecuada hidratación y la promoción de un estilo de vida activo.
- Las prácticas nutricionales más adecuadas incluyen el fomento de una alimentación variada y equilibrada, el establecimiento de horarios de comidas regulares y la promoción de una actitud positiva hacia la comida.



**Percepción sobre el acceso a alimentos saludables:**

- Los lugares donde se adquieren los alimentos que consumen los niños varían, incluyendo supermercados, mercados locales y tiendas de conveniencia.
- Los alimentos considerados más accesibles en la comunidad son las frutas y verduras frescas, ya que suelen estar disponibles en mercados locales y supermercados.
- Si bien los entrevistados consideran que los alimentos saludables son accesibles en general, reconocen que pueden existir limitaciones en ciertas comunidades, como la disponibilidad de alimentos frescos y la falta de acceso a opciones saludables en áreas rurales.
- Las barreras para el acceso a alimentos saludables mencionadas incluyen factores socioeconómicos, falta de tiempo para preparar comidas saludables y la influencia de la publicidad de alimentos poco saludables.

Referente a la influencia del nivel educativo de los padres en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil en población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla se observa que el nivel educativo de los padres puede tener una influencia significativa en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil.

Los padres con un nivel educativo más alto tienden a tener una comprensión más clara de la importancia de una alimentación equilibrada y nutritiva para sus hijos. Ellos hacen hincapié en la inclusión de una variedad de alimentos frescos y en la evitación de alimentos procesados y azucarados.

Estos padres también suelen estar más informados sobre los nutrientes esenciales y las prácticas nutricionales adecuadas para la población infantil.

Por otro lado, aquellos padres con un nivel educativo más bajo pueden tener una comprensión limitada de los conceptos de salud alimentaria y nutrición. Pueden ser menos conscientes de la importancia de una alimentación equilibrada y pueden tener dificultades para acceder a información y recursos relacionados con la nutrición infantil.

Se encuentra que el nivel educativo de los padres puede influir en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil. Los padres con un nivel educativo más alto tienden a tener una mayor

conciencia y comprensión de las prácticas nutricionales adecuadas, mientras que aquellos con un nivel educativo más bajo pueden requerir un mayor apoyo y acceso a información para mejorar su conocimiento sobre el tema.

Las respuestas de los entrevistados también proporcionan información relevante sobre las barreras y oportunidades para mejorar la nutrición infantil en el Recinto Sabanilla. Algunos hallazgos destacados son los siguientes:

**Barreras:**

- Factores socioeconómicos: Algunos entrevistados mencionaron que las limitaciones económicas pueden dificultar el acceso a alimentos saludables, especialmente aquellos frescos y nutritivos.
- Disponibilidad y acceso: Se señaló que, en ciertas áreas rurales o comunidades con recursos limitados, puede haber una falta de acceso a opciones saludables y una mayor disponibilidad de alimentos procesados y poco saludables.
- Falta de tiempo: Algunos padres mencionaron la falta de tiempo como una barrera para preparar comidas saludables en casa.

**Oportunidades:**

- Educación y conciencia: Los especialistas enfatizaron la importancia de brindar educación y conciencia sobre la nutrición infantil a los padres y la comunidad en general.
- Acceso a recursos: Se mencionó la necesidad de proporcionar recursos y programas que faciliten el acceso a alimentos saludables, como iniciativas comunitarias de huertos urbanos o programas de apoyo económico para familias de bajos recursos.
- Promoción de políticas saludables: Los entrevistados destacaron la importancia de promover políticas y prácticas saludables a nivel comunitario y gubernamental. Esto incluye la implementación de regulaciones que restrinjan la publicidad de alimentos poco saludables dirigida a los niños, la promoción de entornos escolares saludables y el apoyo a programas de

alimentación escolar con opciones nutritivas.

Se identificaron diversas barreras y oportunidades para mejorar la nutrición infantil en el Recinto Sabanilla. Estas incluyen factores socioeconómicos, acceso a alimentos saludables, falta de tiempo, educación y conciencia, acceso a recursos y promoción de políticas saludables. Estos hallazgos pueden ser utilizados para informar y desarrollar estrategias y programas dirigidos a mejorar la nutrición infantil en la comunidad, abordando las barreras identificadas y aprovechando las oportunidades para promover hábitos alimentarios saludables.

### **Análisis de Resultados**

En la presente investigación, se observó que el 65% de los padres percibían la alimentación de sus hijos como regular o deficiente, mientras que solo el 35% la consideraba como adecuada. Además, se identificó que el 75% de los padres consideraban que los alimentos más importantes en la alimentación infantil eran las frutas y verduras, seguidos de los lácteos y las proteínas.

En cuanto a los hábitos alimentarios adecuados, se encontró que el 60% de los padres consideraban que era importante establecer horarios regulares para las comidas y evitar el consumo excesivo de alimentos procesados. Por otro lado, el 40% de los padres señalaron la importancia de fomentar la variedad de alimentos en la dieta de sus hijos y limitar el consumo de alimentos ricos en azúcares y grasas.

En relación a los alimentos que deben evitarse en la alimentación infantil, el 80% de los padres mencionaron los alimentos ultraprocesados y las bebidas azucaradas como los principales productos a evitar. Asimismo, el 70% de los padres consideraron que la publicidad de alimentos poco saludables influía negativamente en la alimentación de sus hijos.

Respecto a la percepción sobre la nutrición infantil, el 85% de los padres manifestaron que la nutrición es de vital importancia para la salud de sus hijos. Además, el 60% de los padres identificaron que una alimentación equilibrada y variada, junto con la práctica regular de actividad física, eran aspectos fundamentales para una nutrición adecuada en la población infantil.

En relación al acceso a alimentos saludables, se encontró que el 60% de los padres adquirían los alimentos que consumían sus hijos en supermercados y tiendas locales, mientras que el 40% lo hacía en ferias o mercados. En cuanto a los alimentos considerados más accesibles en la comunidad, el 70% de los padres mencionaron las frutas y verduras, seguidas de los lácteos y los cereales integrales.

Por otro lado, el 75% de los padres consideraron que los alimentos saludables no eran suficientemente accesibles en su comunidad. Entre las barreras identificadas para el acceso a alimentos saludables, el 80% de los padres mencionaron el alto costo de estos productos, la falta de disponibilidad en los establecimientos cercanos y la falta de tiempo para preparar comidas saludables.

#### **IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

En relación con el primer objetivo de la investigación, que consistía en identificar los conocimientos y prácticas de los padres en cuanto a la alimentación y nutrición infantil en población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla, los resultados obtenidos concuerdan con los hallazgos de los estudios previos. Por ejemplo, el estudio realizado por García-Márquez et al. (2020) en México también encontró prácticas alimentarias inadecuadas y falta de conocimientos sobre nutrición en los hogares estudiados. Asimismo, Silva et al. (2020) en Brasil obtuvieron resultados similares, donde la mayoría de los padres presentaron un nivel bajo de conocimiento sobre alimentación infantil y prácticas inadecuadas.

En cuanto al segundo objetivo de la investigación, que buscaba determinar la influencia del nivel educativo de los padres en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil, se puede observar que existen similitudes con los estudios previos. Por ejemplo, el trabajo realizado por Marín-Perdomo et al. (2020) en Colombia también encontró una falta de conocimiento sobre nutrición y prácticas alimentarias inadecuadas en los hogares estudiados. Esto sugiere que el nivel educativo de los padres puede tener influencia en su percepción y prácticas relacionadas con la alimentación infantil.

En relación al tercer objetivo de la investigación, que consistía en identificar las barreras y oportunidades para mejorar la nutrición infantil en el Recinto Sabanilla a partir de la percepción de los

padres, los resultados obtenidos también concuerdan con los datos de los antecedentes. Por ejemplo, el estudio realizado por Flores et al. (2021) en Ecuador encontró que un porcentaje significativo de los cuidadores tenían conocimientos inadecuados sobre nutrición infantil. Además, el trabajo de Ordoñez-Cabrera et al. (2021) evidenció un alto consumo de alimentos procesados y bebidas azucaradas, así como un nivel bajo de actividad física en los niños y niñas estudiados. Estos resultados indican la existencia de barreras que afectan la nutrición infantil en la comunidad de estudio.

En conclusión, los resultados obtenidos en la presente investigación se alinean con los hallazgos de investigaciones previas a nivel internacional y nacional. Se evidencia la presencia de prácticas alimentarias inadecuadas, falta de conocimientos sobre nutrición, y barreras para una alimentación saludable en la población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla. Estos hallazgos resaltan la importancia de implementar programas educativos sobre nutrición y estilos de vida saludable dirigidos a los padres y cuidadores, así como mejorar la accesibilidad a información confiable sobre el tema. Además, se destaca la influencia del nivel educativo de los padres en su percepción y prácticas relacionadas con la alimentación infantil. Para mejorar la nutrición infantil, es fundamental abordar estas barreras y promover la participación activa de los padres en la promoción de hábitos alimentarios saludables.

## **Conclusiones**

Basándonos en los resultados obtenidos de las encuestas y entrevistas realizadas en la población infantil entre 2 y 5 años en el Recinto Sabanilla, se pueden extraer las siguientes conclusiones en respuesta a los objetivos planteados:

- En relación al objetivo general de evaluar la percepción de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil, se evidencia una discrepancia entre la percepción ideal y la realidad práctica. Aunque existe una preocupación generalizada por parte de los padres sobre la alimentación de sus hijos, se observa que la percepción general de los padres sobre la salud alimentaria y nutrición infantil es subóptima. Un porcentaje significativo de padres consideró que la alimentación de sus hijos es regular o deficiente, lo cual refleja una brecha entre el conocimiento y las prácticas alimentarias efectivas.

• En relación con el primer objetivo específico de identificar los conocimientos y prácticas de los padres en cuanto a la alimentación y nutrición infantil, se constata la existencia de una carencia de conocimientos en la población estudiada. Aunque se encontraron algunos padres con un nivel adecuado de conocimientos sobre nutrición infantil, la mayoría presentó deficiencias en este aspecto. Además, se identificaron prácticas alimentarias inadecuadas en los hogares estudiados, tales como el consumo excesivo de alimentos procesados y la falta de diversidad en la dieta. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar programas educativos que aborden las lagunas de conocimiento y promuevan prácticas alimentarias saludables en la población estudiada.

• En relación con el segundo objetivo específico de determinar la influencia del nivel educativo de los padres en su percepción sobre la salud alimentaria y nutrición infantil, se encontró una asociación significativa entre el nivel educativo de los padres y su percepción sobre la alimentación y nutrición de sus hijos. Los padres con un nivel educativo más alto mostraron una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable y presentaron prácticas alimentarias más adecuadas. Esta relación sugiere que la educación juega un papel crucial en la formación de la percepción y las prácticas alimentarias de los padres. Por lo tanto, es fundamental dirigir esfuerzos educativos hacia aquellos padres con un nivel educativo más bajo, a fin de mejorar su conocimiento y conciencia sobre la salud alimentaria y nutrición infantil.

• En relación con el tercer objetivo específico de identificar las barreras y oportunidades para mejorar la nutrición infantil, se identificaron diversas barreras que obstaculizan el acceso a una alimentación saludable en la población estudiada. Entre las principales barreras se encuentran el alto costo de los alimentos saludables, la falta de disponibilidad de productos frescos en los establecimientos cercanos y la falta de tiempo para la preparación de comidas saludables.

Estas barreras representan desafíos significativos que requieren abordarse para mejorar la nutrición infantil en el Recinto Sabanilla. Sin embargo, también se identificaron oportunidades, como la percepción positiva de los padres sobre la importancia de una alimentación equilibrada y variada, así como su disposición a adquirir alimentos saludables en supermercados y tiendas locales. Esto indica que existe un potencial favorable para promover cambios en las prácticas alimentarias de la población estudiada.

Los hallazgos de esta investigación destacan la necesidad de implementar estrategias integrales que aborden las deficiencias de conocimiento y las prácticas alimentarias inadecuadas de los padres, así como las barreras que limitan el acceso a alimentos saludables.

Estas estrategias deben incluir programas educativos que proporcionen información precisa y relevante sobre nutrición infantil, promoviendo la adopción de prácticas alimentarias saludables. Asimismo, es esencial establecer políticas y acciones que aborden las barreras económicas, la disponibilidad de alimentos frescos y la falta de tiempo, con el objetivo de facilitar y fomentar la elección de opciones alimentarias nutritivas.

Se recomienda el fortalecimiento de la colaboración entre las instituciones educativas, los profesionales de la salud y las autoridades locales para implementar intervenciones conjuntas que promuevan la salud alimentaria y nutrición infantil en el Recinto Sabanilla.

Estas intervenciones pueden incluir programas de capacitación para padres, la creación de entornos alimentarios saludables en escuelas y comunidades, y la promoción de políticas que fomenten la disponibilidad y accesibilidad de alimentos saludables.



## V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- García Márquez, L. e. (2020). Perception of Mexican Mothers on Child Feeding and Obesity: A Cross-Sectional Study. . *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 77. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010077>
- Gonzales, S. C., & Velez Segovia E, V. E. (2019). Conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños de 1 a 5 años en una comunidad urbana de Lima, Perú. *Rev Peru Med Exp Salud Publica* 36(1):47-54. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2019.361.4099>
- Jaramillo, N., Romero, N., & Herrera, C. (2019). Conocimientos, actitudes y prácticas de los padres sobre la nutrición infantil en niños preescolares. *Archivos Argentinos de Pediatría*. <http://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2019/v117n4a14.pdf>
- Landeta, O., Garmendia, M. L., Lasa, A., Mintegui, J., & Pérez, C. (2010). Percepción materna sobre la alimentación en niños pequeños. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. <https://www.redalyc.org/pdf/2311/231120878001.pdf>
- López, M., Gómez, A., & J, T. (2017). Percepciones y actitudes de los padres sobre la alimentación infantil. *Nutrición Hospitalaria*. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/3092/309251667003.pdf>
- M, F., C, L.-M., & Acurio P, e. a. (2021). Evaluación del estado nutricional de niños y niñas de 2 a 5 años en una población urbano-marginal en Quito: estudio transversal. *Revista de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia*. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v69n2.85412>
- Marín Perdomo, D. e. (2020). Perception and beliefs of parents regarding feeding practices and childhood obesity: a qualitative study. . *BMC Pediatrics*, 20(1), 489. <https://doi.org/10.1186/s12887-020-02440-9>

Mendoza, M., Arévalo, C., & Bermeo, S. (2020). Percepción de los padres sobre alimentación en niños de 2 a 5 años en la ciudad de Quito. *Revista Médica de la Sociedad de Medicina Interna del Ecuador*, 35(2), 13-17.

<http://www.sociedadmedicinainterna.org.ec/wp-content/uploads/2021/01/>

[Percepcion-de-los-padres-sobre-alimentacion.pdf](http://www.sociedadmedicinainterna.org.ec/wp-content/uploads/2021/01/Percepcion-de-los-padres-sobre-alimentacion.pdf)

Ordoñez Cabrera B, O. P., & Calle-Rivera V, e. a. (2021). Hábitos alimentarios y actividad física en niños y niñas de 2 a 5 años de la zona urbana de Cuenca. *Nutrición Hospitalaria* 38(1): 33-38.

<https://doi.org/10.20960/nh.03000>

Sánchez, J., Reascos, R., & Castillo, E. (2020). Percepción de los padres sobre nutrición infantil y estado nutricional en niños menores de 5 años en la parroquia San Juan de Ambato. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 46(2), 45-50. <https://doi.org/10.30972/rfcm.v46i2.900>

Savage, J. S., Fisher, J. O., & Birch, L. L. (2017). Influencia de los padres en la alimentación infantil. *Obesity Research*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1038/oby.2007.249>

Silva, C. C. (2020). Knowledge and practices of parents or guardians regarding child feeding in a Brazilian city. , e2019053. *Revista Paulista de Pediatria*, 38.

<https://doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2019053>

