

# CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRACTICAS DE MADRES EN LA ALIMENTACION DE NIÑOS PREESCOLARES EN LA COMUNIDAD DE LAS TAPIAS, GUATEMALA

*Dra. Edna Ruth Calderón*

## **ANTECEDENTES**

Las deficiencias por falta de micronutrientes como vitamina A y hierro son un problema muy generalizado en todo el mundo y plantea consecuencias de salud y socioeconómicas. Actualmente se estima que en el mundo hay más de dos mil millones de personas que no satisfacen los requerimientos mínimos

recomendados de micronutrientes para llevar una vida saludable y productiva. En muchos países de América Latina, la deficiencia de vitamina A y hierro continúa siendo un serio problema de salud pública. En Guatemala, la información de la Encuesta Nacional de Micronutrientes de 1994-1995(4) indica que la prevalencia de deficiencia de vitamina A en niños menores de seis años es de

15.8%, mientras que la prevalencia de anemia por deficiencia de hierro es de 26%. El grupo de población afectada son los niños de 12 a 23 meses de edad.

Diversos estudios antropológicos y nutricionales han mostrado que los hábitos alimentarios que forman parte de la cultura de una población afectan el consumo de alimentos. Además, muchas veces

existen conceptos erróneos sobre los valores, nutritivos y sociales de los alimentos disponibles(2-4). La vitamina A y el hierro provienen de un número limitado de alimentos de origen animal y de costo elevado, o bien provienen de alimentos de origen vegetal de bajo costo que generalmente no gozan de prestigio entre la población de escasos recursos.

Los preescolares constituyen un grupo de especial importancia por los factores de riesgo que inciden en su crecimiento, desarrollo y estado de salud. La nutrición es uno de los determinantes primordiales del estado de salud y está relacionado con diversas variables socioeconómicas, biológicas, ambientales, culturales y alimentarias. Por lo tanto, es importante promover en los primeros seis años de vida una alimentación adecuada que lleve progresivamente a una dieta sana. Dentro del enfoque de seguridad alimentaria en los últimos años, la promoción del uso de recursos alimentarios locales ha tenido una notable atención. Aunque el factor económico y la disponibilidad de alimentos son importantes, la educación, la información y la comunicación social son elementos esenciales en cualquier estrategia para reducir la deficiencia de micronutrientes.

## **METODOLOGIA**

Se investigaron los conocimientos, actitudes y prácticas (CAP) de las madres sobre la alimentación de los niños menores de 6 años, con énfasis en los alimentos disponibles ricos en vitamina A y hierro, en una comunidad urbanofmarginal de la capital de Guatemala. El estudio fue de tipo transversal y la metodología fue cualitativa, utilizando las técnicas de grupo focal con madres, entrevista abierta con informantes clave y observación participante en la comunidad. La información recolectada se complementó con datos cuantitativos obtenidos de una encuesta a una muestra de madres sobre la frecuencia de uso de alimentos, lo que permitió hacer la triangulación de la información con el fin de obtener una visión más integral de la situación estudiada.

## **RESULTADOS**

El patrón alimentario establecido en la comunidad estudiada es limitado en cuanto al uso y consumo de los alimentos fuente de vitamina A y hierro. Las tortillas, pan y café figuran entre los principales alimentos consumidos cuatro o más veces por semana. El grupo de alimentos consumidos de una a tres

veces por semana cuenta con alimentos más variados y que sí son buena fuente de micronutrientes. Sin embargo, las frutas y vegetales quedan fuera de este patrón, con una frecuencia de uso eventual.

En relación con la dieta de niños menores de seis años, se encontró que es limitada y poco variada. Por el contrario, se observó que existe en los niños un consumo frecuente de alimentos de escaso valor nutritivo o comida chatarra (véase Cuadro No. 1).

Los conocimientos de las madres sobre vitamina A y hierro, identificados a través de grupos focales y entrevistas con informantes clave, fueron limitados y poco adecuados en cuanto a su importancia en la dieta, alimentos fuente y consecuencias de su deficiencia. Las actitudes se estudiaron a través de la determinación de la importancia nutricional, prestigio y preferencia que las madres asignan a los alimentos que conforman la dieta regular de los niños (véase Figura No. 1). Los alimentos que se ubican en la intersección de los tres círculos corresponden a los que las madres consideran como fundamentales y que efectivamente forman parte del patrón alimentario. De los alimentos que tenían mayor importancia y

## CUADRO No. 1

Alimentos generalmente usados por las madres ( $\geq 4$  veces por semana) para niños menores de 6 años en diferentes tiempos de comida en la comunidad de Las Tapias Ciudad de Guatemala 1995.

Alimento	No.	%
<b>Desayuno</b>		
Pan dulce y francés	38	70.4
Café	32	59.3
Huevos	24	44.4
Frijol	17	31.5
Atole	15	27.8
Leche	13	24.1
Tortilla	12	22.2
Cereal	10	18.5
Fruta	6	11.1
Productos lácteos	5	9.3
Arroz	4	7.4
Embutidos	4	7.4
<b>Almuerzo</b>		
Tortilla	48	88.9
Arroz	27	50.0
Caldos y sopas	26	48.1
Carnes (pollo y res)	24	44.4
Fideos	22	40.7
Frijol	18	33.3
Verduras	16	29.6
Huevos	6	11.1
Ensaladas <sup>(1)</sup>	5	9.3
Hierbas	3	5.6
Frutas	2	3.7
<b>Cena</b>		
Frijol	37	68.5
Tortilla	28	51.9
Pan	21	38.9
Café	17	31.5
Productos lácteos	16	29.6
Huevos	16	29.6
Carnes	8	14.8
Arroz	7	13.0
Fideos	7	13.0
Atole	4	7.4
Verdura	4	7.4
<b>Entre comidas</b>		
Frutas	29	53.7
Ricitos®, Tortrix®, etc.	17	31.5
Dulces, chocolates, galletas, etc.	13	24.1
Gelatina, jugos, helados, pastel, etc.	12	22.2
Pan dulce o francés	5	9.3
Leche	5	9.3
Tortilla	4	7.4
Atole	4	7.4

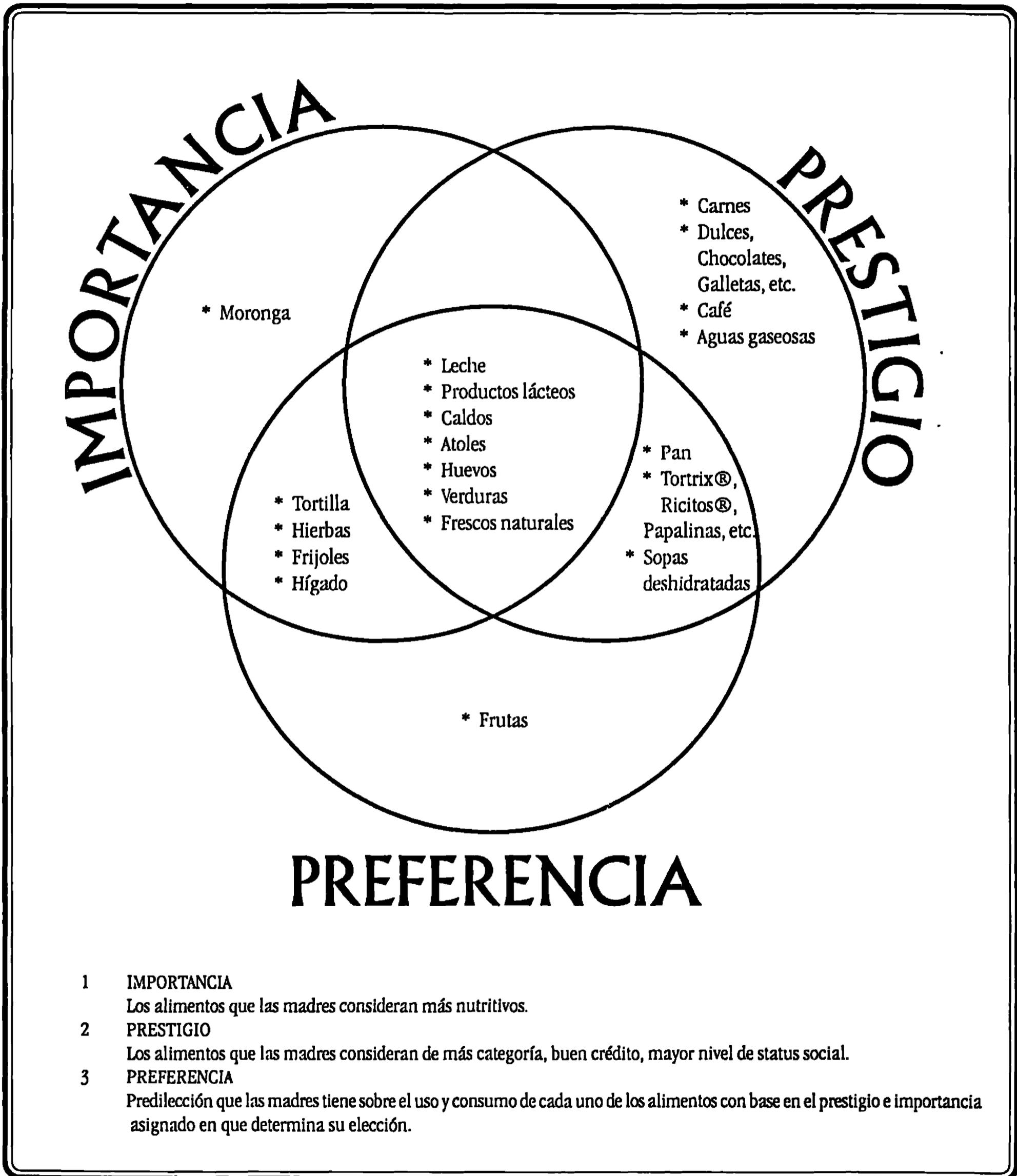
FUENTE: Encuesta de frecuencia de uso de alimentos

(1) Las ensaladas generalmente incluyen lechuga, tomate, cebolla y pepino. Otras incluyen berro.

Los conocimientos de las madres sobre vitamina A y hierro, identificados a través de grupos focales y entrevistas con informantes clave, fueron limitados y poco adecuados en cuanto a su importancia en la dieta, alimentos fuente y consecuencias de su deficiencia.

Figura No. 1

Representación gráfica de la importancia, prestigio y preferencia de los alimentos estudiados en el grupo de madres de la Comunidad de Las Tapias.



preferencia como la tortilla, frijol, hígado de pollo y de res y las hierbas, sólo los primeros tres forman parte del patrón usual. A pesar de que el hígado es una fuente importante de vitamina A y hierro, el bajo prestigio que le asignan sin duda tiene influencia en su limitado consumo. Por otra parte, a excepción de la carne, todos los alimentos que gozan de alto prestigio y preferencia, así como los que tienen sólo mayor prestigio no son fuentes importantes de micronutrientes aunque su uso es amplio.

## **PLANTEAMIENTO DE UNA PROPUESTA DE ACCION**

Los resultados de este estudio proporcionaron el diagnóstico de la situación y permitieron formular recomendaciones, lo que constituye el primer componente de la propuesta de un plan de acción orientado hacia la comunidad estudiada. Los otros componentes son la selección de recomendaciones factibles y ensayo de comportamientos; el diseño de mensajes (guías alimentarias); y la puesta en práctica, monitoreo y evaluación. Dicho plan desarrolla la estrategia de educación, información, comunicación social para la promoción, con énfasis en las madres, del consumo de alimentos ricos en vitamina A y hierro disponibles en la

comunidad. Este plan de acción está orientado hacia el personal directivo del proyecto de desarrollo comunitario que opera en Las Tapias, a los líderes comunitarios y otros grupos de colaboradores. El plan se describe detalladamente en la Monografía No. 6 de la serie "Investigaciones aplicadas en alimentación, nutrición y atención primaria de salud" del INCAP, e incluye las siguientes líneas de acción y estrategias:

1. *Educación e información a la comunidad sobre alimentación y nutrición, incluyendo el diseño de un plan de comunicación social para la promoción del consumo de alimentos y preparaciones ricas en vitamina A y hierro.* En este sentido, las estrategias sugeridas incluyen la realización de pruebas de comportamiento alimentario con base en los alimentos fuente de micronutrientes identificados en la comunidad, diseño y ensayo de mensajes nutricionales a ser promovidos de acuerdo con dichas pruebas, e identificación de medios y canales de comunicación presentes en la comunidad.
2. *Acciones orientadas a propiciar el abastecimiento de alimentos ricos en micronutrientes a nivel*

*del hogar a través del fomento de la adquisición, producción y conservación de alimentos fuente de vitamina A y hierro.* En este caso, las estrategias incluyen la promoción de huertos familiares que favorezcan la producción doméstica de alimentos ricos en micronutrientes, asesoría en cuanto a técnicas de horticultura, cultivos estacionales y conservación de alimentos, difusión de mensajes recalcando el consumo de los alimentos de interés y los beneficios tangibles de la intervención, y propiciar la llegada de las "Ferias del agricultor" a la comunidad para facilitar la disponibilidad y adquisición de alimentos.

Pocas investigaciones sociales en Guatemala han abordado sistemáticamente el tema de las vitaminas y específicamente de las creencias y comportamientos en relación con el consumo de alimentos ricos en vitamina A, hierro y otros micronutrientes. Por lo tanto, se considera que los resultados de este estudio aportan elementos valiosos para la formulación de estrategias de comunicación social y elaboración de material educativo para la promoción del consumo de alimentos ricos en micronutrientes, especialmente en los

grupos más vulnerables. Además, la metodología utilizada puede ser aplicada en otras comunidades de la región donde existan grupos interesados en realizar acciones que contribuyan a disminuir los problemas de deficiencias alimentarias en la población.

### **Lecturas adicionales sobre el tema**

Calderón R. *Conocimientos y Actitudes sobre alimentos fuente de vitamina A y hierro, en madres de niños menores de 6 años en la comunidad de Las*

*Tapias, zona 18 Guatemala.* Tesis Maestría en Alimentación y Nutrición en Salud. INCAP/USAC, Guatemala, 1996.

Debus, M. *El Manual para excelencia en la investigación mediante grupos focales*, Porter Novelli, Washington, D.C. 1988. Reimpresión 1995. Academia para el Desarrollo Educativo.

Hinerson, M. Lyons, L. Taylor, C. *How to measure attitudes*. Center of Study of Evaluation University of California, Los Angeles. Sage Publications Inc. Newbury Park, California USA 1987.

Hurtado E., Sáenz de Tejada. E., Valverde, C. *El Diseño de Actividades contra la Deficiencia de Vitamina A en Guatemala*. Helen Keller International. 1994.

Palma V. Rodríguez M, Torún B, Menchú MT, Elías L. *Lineamientos generales para la elaboración de Guías Alimentarias. Una propuesta del INCAP*. Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP), Organización Panamericana de la Salud (OPS). Guatemala, abril 1995.

---

## **BIBLIOGRAFIA**

1. **Guatemala**, Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. *Encuesta Nacional de Micronutrientes en Guatemala Informe preliminar*. INCAP/OPS, UNICEF, PSMI/UE, USAID/LAC/HNS/MOTHER CARE/CONAPLAM. Guatemala, 1995.
2. **Asturias L. Sáenz de Tejada. E., Hernández L. E.** *La Alimentación Maya. Del Paquete curricular para la formación y capacitación docente en materia de educación intercultural*. Ministerio de Educación de Guatemala, UNICEF, SIMAC, 1993.
3. **Breewe. A.** *Creencias y costumbres de las madres lactantes del Departamento de Chimaltenango, Guatemala, en relación a la alimentación del niño*. Escuela de Nutrición, INCAP/USAC. Guatemala 1988.
4. **Hurtado E., Gittelsohn J.** *Factores Sociales y Culturales que influyen en el proceso de alimentación del niño en América Latina*. En: *Guías para la Alimentación Infantil en América Latina*; documento INCAP 1994.